



Université de Limoges, France

前往法國與里摩日大學就讀須知
撰寫人：劉鈺彤 (改編自2008年賴同學)

Le Sommaire

01 台灣行前準備

- 簽證及機票
- 文件辦理
- 行李準備

02 抵法應辦手續

- 銀行開戶
- AMELI(學生健保)
- CAF(房屋補助)
- 其他重要文件

03 里摩日大學

- 註冊選課
- 校園環境
- DELF/DALF考試

04 法國生活起居

- 食衣住行育樂

05 回台準備事項

- 宿舍退費
- 關閉一切帳戶
- 郵寄包裹

06 其他

- 回台後續-學分抵免
- 特殊事件小提醒



特別註明

本須知乃是中大法文系國際交換生前往法國里摩日大學就讀，多年經驗及本次我一年(2021-2022)來的歷程累積的結果。其中所列事項，對於前往法國其他大學就讀，大多同樣適用；對於前往其他法語國家就讀，也具不少參考價值。

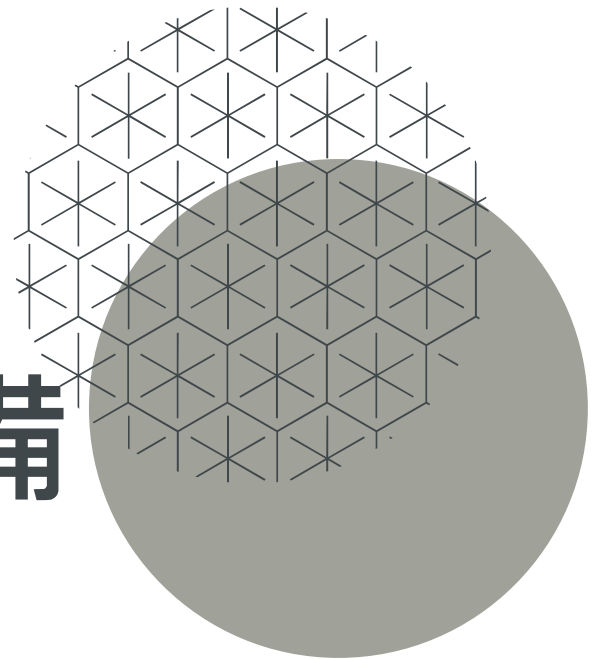
以下資料僅供參考，詳細煩請自行查閱。





01

台灣行前準備



Menu

I. 簽證準備



A. 簽證準備流程

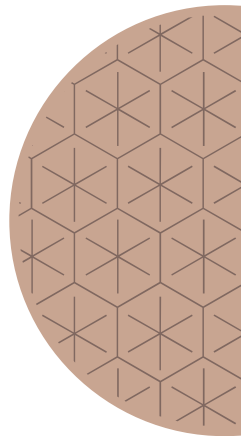
在線上系統上填寫表格送審 → 繳交面試費 (8000元) →

匯款確認，系統開放預約面試功能 → 到法國簽證官方網站填寫表格 →

面試完當天直接至簽證組送簽證申請(在同個地方)

註：面試費的匯款紀錄單須留下，之後面試時會收。

中間過程歷時不一定，可能會很久，所以在里摩日大學傳來入學許可(注意日期須為一年期)後，能越早申請越好，不要等到要出國前一個月或更少才申請。



I. 簽證準備

B. 簽證準備文件

- 線上系統申請：證件照、護照影本(到期日須超過6個月)、履歷(語言需與填寫動機時相同，無中文)、中央在學證明、英文或法文的程度證明
- 面試：中央大學英文版在學證明、里摩日大學開立之入學許可
- 申請簽證：法國簽證官網表格列印、護照正本/影本、身份證影本、里摩日大學入學許可、中英文財力證明(由銀行或郵局開立)、住宿證明

註：此列文件僅供參考，詳細請在法國教育中心網站上查詢。

參考網站

法國教育中心：<https://www.taiwan.campusfrance.org/>

簽證流程與範例：<https://www.taiwan.campusfrance.org/Etudes-en-France-echange-doublecursus>

法國教育中心的線上系統：

<https://pastel.diplomatie.gouv.fr/etudesenfrance/dyn/public/authentication/login.html>

簽證官方網站：<https://france-visas.gouv.fr/zh/web/france-visas>

另外，邵青寧學姊也有把一些注意事項拍成影片，可以參考~

<https://youtu.be/0YehspcOSL4>
(內容是簽證準備、開戶、房屋補助申請)

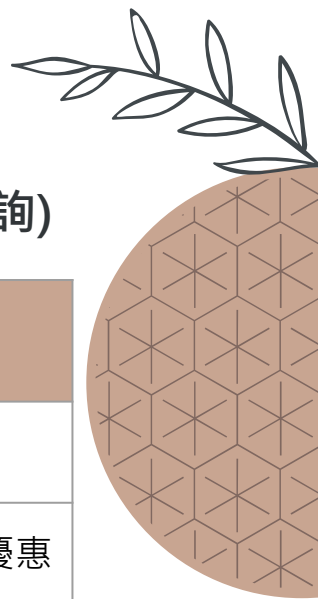


II. 出國前的準備

A. 機票

以下列出今年同學搭乘的三種航空 (有些航空有學生優惠，可自行查詢)

航空公司	直/轉航	托運行李額度	價格比較 (1貴---便宜3)	備註
長榮航空	直飛	30公斤	1	
新加坡航空	轉機	40公斤	2	行李為學生優惠
土耳其航空	轉機	40公斤	3	行李為學生優惠



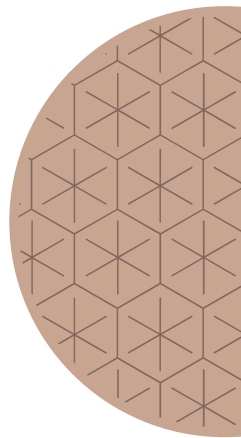
II. 出國前的準備

B. 出生證明

驗證流程順序：（以中文出生證明為例）

- 1：向各主管機關(通常為**戶政事務所**)申請該文件的正本
(如少了你、父、母任何一人的名字，需再申請出生證明書)
- 2：將該文件送至各地**地方法院公證處**（或由民間公證人）進行認證
- 3：將文件送至**外交部領事事務局**進行驗證

註：印**一份中文正本**即可，因為到法國後需再交給法國宣示翻譯師翻譯成法文及驗證。
(影本在台灣可多列印幾份備用。翻譯師推薦洪碧霞女士，一份45歐)

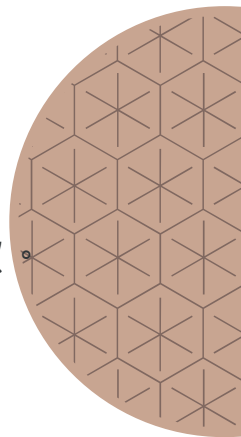


II. 出國前的準備

C. 法國住宿申請

1. CROUS(法國學生宿舍)會由里摩日大學幫忙申請
2. 記得注意郵件並填寫個人資料和房型表格
3. 確認入住宿舍後，再次填寫新發送來的表格，和附件一起寄Email回去。
4. 到法國前會先預收住宿訂金(退宿無問題會返還)，再自行去銀行使用國際匯款。
5. **購買房屋保險(必須)**(抵達法國前購買即可)
6. 預約到宿日期

註：第3點的附件需要的法國銀行帳號(**IBAN**)及學生證照片可等辦完之後再交(需在郵件註明)
在學證明的部分可以先交里摩日大學的入學通知，有了再補



II. 出國前的準備

D. 行李準備

必帶：夏季衣物(法國的夏天跟台灣一樣熱，而且宿舍沒冷氣)

冬季衣物(長版外套或羽絨衣、發熱衣、發熱褲，早晚溫差大/冬天溫度幾乎是個位數)

各種電子用品(充電線、行動電源、轉接頭、備用手機.....)

各種成藥(頭痛、肚子痛、過敏藥.....)

可帶可不帶：電鍋、被套/床套/枕頭套、法檢檢定書

不必攜帶：延長線(電壓不同)、吹風機、鍋碗瓢盆

註：也需準備臨時歐洲用電話卡(2張)和第1.2個月的生活現金(卡辦下來要一段時間)！

參考網站

長榮航空：<https://www.evaair.com/zh-tw/index.html>

新加坡航空：

https://www.singaporeair.com/zh_TW/tw/home#/book/bookflight

土耳其航空：<https://www.turkishairlines.com/zh-tw/>

駐法國台北代表處(出生證明)：<https://www.roc-taiwan.org/fr/post/2014.html>

房屋保險(ADH)教學：<https://ladymoko.com/adh-student-accommodation/>



Menu

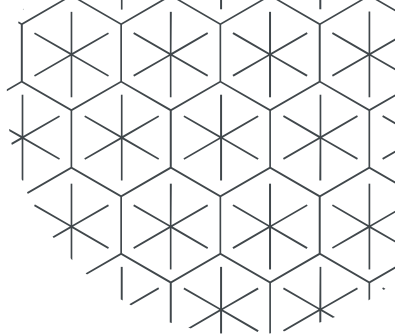
02

抵法應辦手續

到法國才能開始辦！

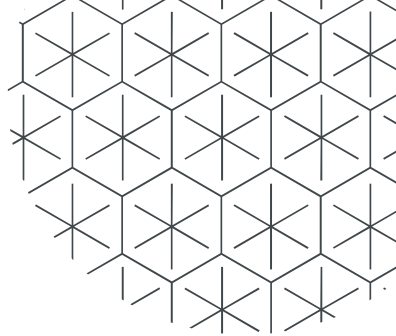


I. 銀行開戶 (以SG為例)



1. 預約開戶時間！(很重要)
2. 所需文件：護照、CROUS開立的住宿證明、住房保險，要存的現金可帶可不帶
3. 開戶選擇：我們是選有一個刷卡帳戶跟一個存款帳戶的方案。
(會收取46.2的帳戶保險費和每個月3歐的保管費，詳細再問銀行，或許有別種方案。)
4. 帳戶使用方式：開戶後，銀行會寄發1組帳號、2組密碼、一本支票本。一組帳號密碼(6碼)為SG網站及APP的登入方式，另一密碼為刷卡需要輸入的pin碼(4碼)。
5. 等金融卡到會通知，再至銀行領卡。

II. Ameli (法國健保申請)

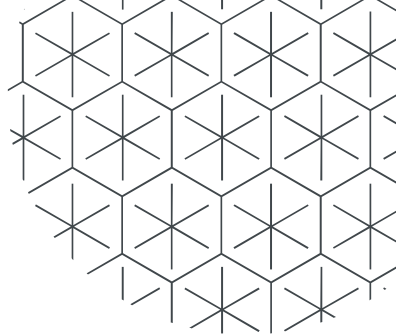


- 辦理Ameli網址：<https://etudiant-etranger.ameli.fr/#/>
- 本篇文章有詳細辦理步驟：<https://ladymoko.com/ameli-carte-vitale/>

注意事項

1. 所需文件：護照、學生簽證、學校在學證明、翻譯好的出生證明、Titre de séjour (OFII)、銀行RIB號碼 (文件可以在辦完帳戶後陸續上傳，但最好盡快)
2. 時程：文件審核完畢→寄發臨時社保號→換發正式社保號→辦理健保卡
(以上大致歷時4-5個月)

III. CAF (房屋補助)

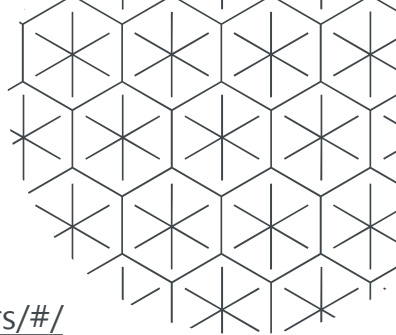


- 辦理網址：<https://www.caf.fr/>
- 本篇文章有詳細辦理步驟：<https://zhuanlan.zhihu.com/p/73871440>
- CAF Limoges e-mail：transmettreundocument.caf87@info-caf.fr

注意事項

1. CAF的補助是從到法國的下一個月開始算，時間要看清楚，不然會少一個月。
(例：8/31到，9月開始給；9/1到，10月開始給。我們今年是補助87歐)
2. 在還沒有正式社保號之前，CAF申請頁面上的社保號欄位可以先忽略，但辦理完基本上無法登入CAF，繳交文件的部分可以透過email。
3. 申請時間不比ameli快多少，線上填完可以時不時跑去CAF催他，也可以帶著文件去當場繳交。

IV. Titre de séjour (OFII)



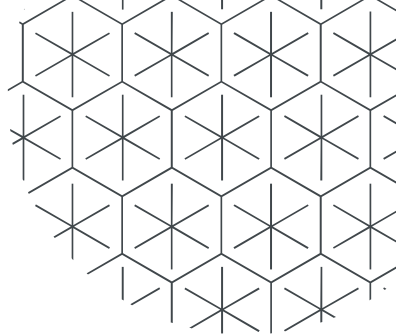
- 辦理網址：<https://administration-etrangers-en-france.interieur.gouv.fr/particuliers/#/>
(有中文介面)

簡單步驟

1. 到以上網址填寫相關個人資訊
2. 繳交印花稅(50歐)，只能用信用卡付款
3. 下載及列印PDF檔保存

註：只有簽證是6-12個月以上的要辦，6個月以下的不算在長期居留裡

V. 其他文件



A. 翻譯出生證明

B. 國際學生證，在不是法國地區旅遊時可使用

C. SNCF青年卡

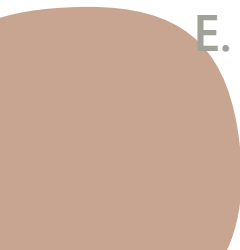
1. 價錢：49歐 / 效期一年
2. 辦理地點：所有火車站(可以在巴黎 Gare d 'Austerlitz購買)

D. 里摩日公車年卡

1. 價錢：10歐(卡片價格) + 95歐(一年公車費)
2. 辦理地點：POINT BUS位於里摩日市政府對面
3. 攜帶文件：護照、入學通知、證件照(也可以現場拍)

E. 里摩日圖書館(BFM)借書證

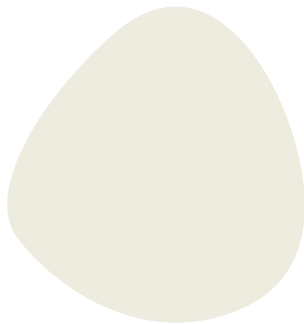
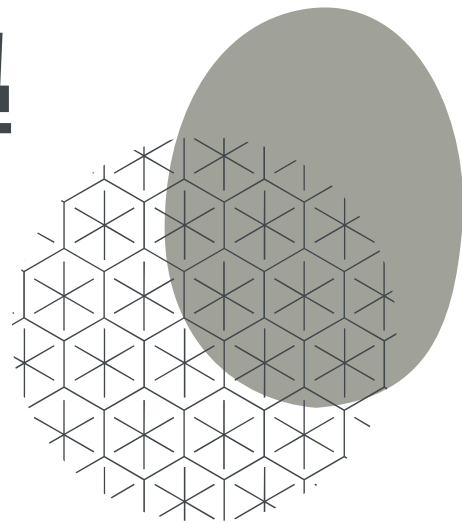
1. 辦理地點：BFM位於里摩日市政府隔壁
2. 攜帶文件：護照、住宿證明



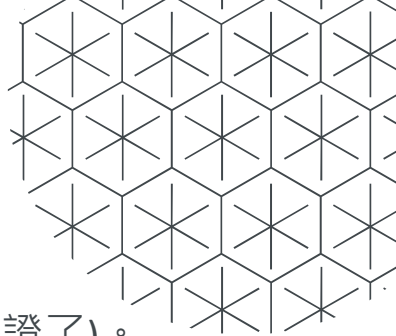
Menu

03

里摩日大學

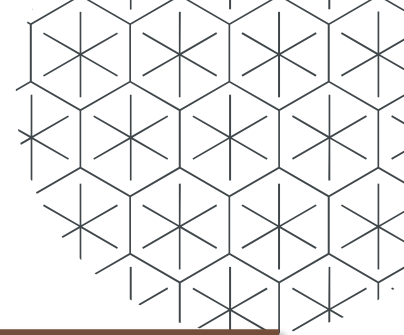


I. 入學、入住CROUS步驟



1. 大概5.6月會收到入學通知(可能因為疫情比較晚，收到後就可以辦簽證了)。
2. 辦理CROUS住宿(詳情見出國前的準備-C項)。
3. 提前通知CROUS入住日期及大致時間，才能幫你們準備房間。
4. 入住會收到三張住宿證明，很重要務必留下，辦銀行卡跟CAF等都會需要。
5. 開學前有開學說明會，簡單介紹學校環境，此時還不需選課。
6. 說明會下午會安排RDV，辦理學校註冊，再在線上考程度分級考試。
7. 考完後可以去國際處找Marie，有專人幫忙選課，課程至少為B1。
8. 學生的email及學生證(須上網申辦)須等到註冊結束才会有。

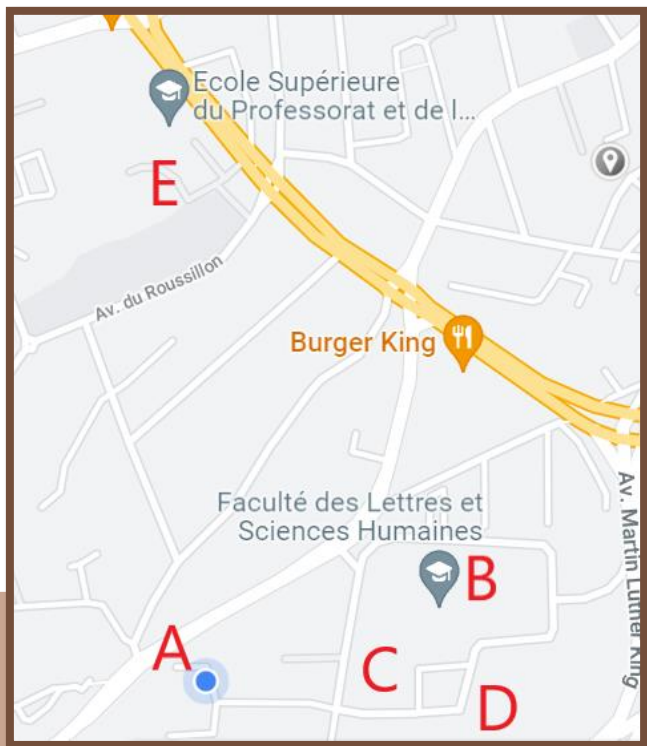
II. 課表參考 (右B1、左B2)



141 du 14 oct. au 19 oct. 2022						
Lundi 14/10/2022	Mardi 15/10/2022	Mercredi 16/10/2022	Jeudi 17/10/2022	Vendredi 18/10/2022	Samedi 19/10/2022	
	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Comptes Rendus de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Séminaire (PRE1 1) 10H-11H LAMAUQUE, MARIE 12H30 - 13H30 FLOR				
	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Comptes Rendus de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR				
TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H DE COISE, CATHERINE 12H30 - 13H30 FLOR	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR					
TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR						

14 du 24 sept. au 29 sept. 2022						
Lundi 24/09/2022	Mardi 25/09/2022	Mercredi 26/09/2022	Jeudi 27/09/2022	Vendredi 28/09/2022	Samedi 29/09/2022	
TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - Séminaire 2 (PRE1INTP 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H DE COISE, CATHERINE 13H30 - 14H30	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Comp. avec l'Etat (PRE1 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Mathématiques universitaires 2 (PRE1INT 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Français sur mesure 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD Intermédiaire Comptes Rendus de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Séminaire (PRE1 1) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	
TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INTP 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Séminaire (PRE1 1) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	
TD Intermédiaire Comptes Rendus de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INTP 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Séminaire (PRE1INT 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Comptes Rendus de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD Intermédiaire Approches culturelles (S2 ANAN 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR
TD Intermédiaire Comptes Rendus de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INTP 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Séminaire (PRE1INT 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Comptes Rendus de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD Intermédiaire Approches culturelles (S2 ANAN 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR
TD Intermédiaire Comptes Rendus de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INTP 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD 51 - (Sémin et Passerelle B1) Pratique de l'Etat (PRE1 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Séminaire (PRE1INT 2) 10H-11H SINGO, VITTHANNE 12H30 - 13H30 FLOR	TD Intermédiaire Comptes Rendus de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD Intermédiaire Pratique de l'Etat - séminaire 2 (PRE1INT 2) 10H-11H ANAN 12 12H-13H SINGO, VITTHANNE 13H30 - 14H30	TD Intermédiaire Approches culturelles (S2 ANAN 1) 10H-11H PACO, COGNANE 12H30 - 13H30 FLOR

III. 校園周邊地圖



位置資訊：

A – Crous宿舍

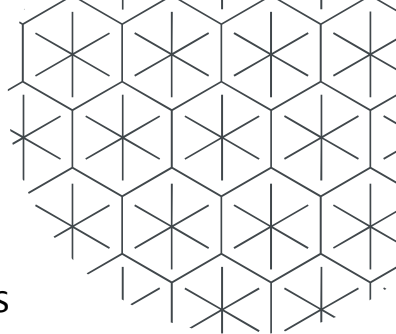
B – Maison des langues 上課學院

C – BU 學校圖書館

D – Resto U 學校餐廳

E – 校醫 (看病免費，但要打電話預約)

IV. DELF/DALF



網站地圖：Université de Limoges > Faculté des Lettres & des Sciences Humaines > Oser l' international > FLE > Certification > DELF/DALF

檢定資訊

時間：通常為12月和5月中

方式：一天筆試(集體考試)

一天口試(個人考試，時間依准考信上寫的為準)

地點：里摩日大學

費用：約120歐元(依級數而定)

備註：成績單會在考完試後一個月左右收到

小項目成績限制也要達到才能抵學分喔！

Limoges大學及Reims大學交換學生抵修學分對照表

考試級別	科目編號	科目英文名稱	科目中文名稱	可抵免課程
DELF		French Expression IA	法文口語表達初階 (一)	屬基礎程度，不予抵免
		French Reading and Writing IA	法文閱讀寫作初階 (一)	屬基礎程度，不予抵免
DELF A2		French Expression IB	法文口語表達初階 (二)	"口語表達 (三)"，共計四學分
		French Reading and Writing IB	法文閱讀寫作初階 (二)	"寫作 (三)"，共計四學分
DELF B1	Z10079, Z10080	French Expression IIA	法文口語表達中階 (一)	"新聞法文" 或 "口語表達 (三)"，共計四學分
	Z10081, Z10082	French Reading and Writing IIA	法文閱讀寫作中階 (一)	"寫作 (三)" 或大三文學類選修課，共計四學分
DELF B2	Z10061, Z10062	French Expression IIB	法文口語表達中階 (二)	"口語表達 (三)" 或大四語言類選修課，共計四學分
	Z10063, Z10064	French Reading and Writing IIB	法文閱讀寫作中階 (二)	"寫作 (三)" 或大四文學類選修課，共計四學分
DALF C1	Z10065, Z10066	French Expression IIIA	法文口語表達進階 (一)	"口語表達 (三)" 或大四文化類選修課，共計四學分
	Z10067, Z10068	French Reading and Writing IIIA	法文閱讀寫作進階 (一)	"寫作 (三)" 或大四寫作類選修課，共計四學分
DALF C2	Z10069, Z10070	French Expression IIIB	法文口語表達進階 (二)	上述科目任選一門，共計四學分
	Z10071, Z10072	French Reading and Writing IIIB	法文閱讀寫作進階 (二)	上述科目任選一門，共計四學分

1. 成績抵免方式：依本校規定，自103學年度起，國際交換生修課成績以原始成績登錄。
2. 除里昂日大學及漢斯大學交換生得以DELF、DALF證明申請抵免以外，其餘各年級赴各學校交換者，一律以交換學校成績單申請成績登記及學分抵免。
3. 里昂日大學及漢斯大學交換生返國後以DELF、DALF證明申請抵免時，除DALF C2外，所取得之總分雖及格，然若Compréhension orale未達12.5分，或Production écrite未達14分，則無法申請抵免該小項對照之課程。

Menu

04

法國生活起居

主要是經驗分享供參考~會打得很白話

I. 初抵法國

- **下飛機到出關：**

過海關的人會非常非常多(疫情正嚴重的時候就很多了，現在法國解封後一定更多)，所以有需要有人接送或是預定交通時最好多預留1-2小時。(其他疫情規定再自己查)

註：轉機容易遺漏行李，請馬上去航班櫃檯辦理遺失(也務必多要幾張遺失證明跟賠償的生活費。詳細可以詢問我，我就是被弄丟的那一個.....)

- **機場到火車站：**

有5種方式：RER B/ Roissy Bus/ Le Bus Direct/ 350, 351號公車/ 機場接送。

建議可以直接4個人叫機場接送到火車站(我們那時候一台車100歐/25歐一人)，巴黎地鐵沒有電梯，大行李搬樓梯上上下下會太累

- **巴黎到里摩日(里摩日交通請見 行 篇)：**

到里摩日的火車站在Gare d' Austerlitz (Paris)，可以在這邊買Carte Avantage Jeune(青年卡，49歐一張)，買完再去買車票就可以享有打折票價了。之後搭乘任何火車也須攜帶，會查。

里摩日的火車站是Gare de Limoges-Bénédictins，從巴黎車程大約3個半小時左右，通常票價落在20歐以內(也不要太晚買，法國車票價格是浮動的)

II. 生活在里摩日-食

- 校園附設學生餐廳 RESTO-U

價錢：3.3歐/份，特殊餐點價錢另計

內容：主餐(每日主餐/漢堡薯條/比薩/義大利麵)、小菜、甜點各一

(小長棍麵包及醬料於付款後自行取用，另提供白開水。)

- 學校周邊餐廳：Burger King/ Franky pizza/ Kennedy's Café

- 台灣餐廳：Mateasse (是兩個台灣媽媽開的店，有吃的跟珍奶什麼的，超好吃~)

- 超市(市中心為opera站)

1. Carrefour city：規模較小，稍貴。但如果搭10號前忘記買東西可以去。

2. Carrefour drive：最常去的，東西很多，從宿舍後面走去很快。

3. Super U：在CAF旁邊，須坐5號公車，會友家樂福沒有的東西。

4. Hyper U：需在市中心換8號公車。規模最大，剛來可以去買棉被、枕頭、鍋具等大型家具。

5. Monoprix：在市中心，很~貴~但有很多獨特的東西，像燕麥奶。

6. 亞超 Le Panier d'Asie：10號坐到火車站那站，有賣很多亞洲的食物跟食材。

(以上為我們平常會去的超市，還有很多可以去發掘)

III. 生活在里摩日-衣

- **洗衣烘衣**

洗衣3歐/30分鐘(已附洗衣精，無須另外買)，烘衣1歐/45分鐘

註：新衣舊衣要分開洗，舊衣深淺不一也要分開，這裡的洗衣機莫名的很會染色。

- **購買衣物**

市中心跟購物中心(Centre Commercial Saint-Martial)有Zara、H&M等等連鎖服飾店(沒有UQ)。

每年的黑五、一月初及六月底到七月初為法國的打折季，屆時購買較划算。

可以多帶幾件發熱衣(如要去北歐旅遊，建議帶Uniqlo超極暖程度的)，但室內多有暖氣。

- **眼鏡/隱形眼鏡**

建議可在台灣多配一副眼鏡預備使用，隱眼也可帶一年份的，因為兩者在法國都需要醫生處方籤才能購買。法國有賣生理食鹽水或隱眼藥水，可以不用帶太多(但台灣可能比較便宜)

IV. 生活在里摩日-住

• LA VANTEAUX 校區簡介

宿舍分為A、B兩棟，各設電梯及兩處逃生梯，入口處設有D' accueil。

個人設備：鑰匙兩把(信箱/房門)、一個磁扣(出入大門)。

皆為獨立的個人套房，有小小的浴室(附浴簾)、床一張(附床墊，枕頭芯、棉被、床包需自行購買)、書桌一張(有桌燈)、一張椅子、小冰箱、櫥櫃衣櫃，床下有兩個大櫃子，床尾有兩個開放櫃子(總之就是收納空間很足夠)；插座六個(門口一個、床頭一個、書桌下四個，法國電壓220V，E型)

註：有暖氣但**沒有冷氣**！(暖氣大概10、11月才會開，視溫度而定)

註：可以跟D' accueil租枕頭跟毯子，但枕頭不好躺，毯子觸感很粗，建議自己買好睡的

公共設備：簡易廚房(洗手台、餐桌、爐子*4)、公共垃圾場(分為玻璃、可回收資源及一般垃圾)

房租：每月的十號之前繳清房租，超過十號繳交會送來催繳單。月租248歐，有CAF後為161歐左右，視當年情況而定。可現金或信用卡。

其他：附網路，一開始會給臨時帳號密碼辦理，每周須上網登錄一次。有損壞可以請宿舍修繕。

V.生活在里摩日-行

- **Limoges-Bénédictins(里摩日火車站)至宿舍**

可搭計程車或公車(不確定是否有校方接送)

至Cité de Vanteaux校區，搭乘10號公車/至Cité de la Borie校區，搭乘8號公車

註：里摩日計程車預約專線05 55 38 38 38

- **里摩日公車**

離學校最近的公車分別為5號及10號，站名分別為La Cornue跟Vanteaux(Carrefour City旁)。

要去火車站只有10號公車，市中心兩者皆會停。

例外：晚上8點多過後會有少量夜間公車21號/ 星期天有D10號，沒有5號。

- **手機通訊**

法國有多家電信可供選擇，我們多數選擇Bouygues旗下的網路電信品牌B&YOU的方案。

方案會依時間變動各有不同，我是9.99歐/80G/一個月(基本等於吃到飽，另有15G為歐盟內使用，很方便，出國旅遊就不用另外買網路)。Sim卡費約為10歐(視情況而定)，會寄到宿舍。

唯一困難點為一開始辦的時候需要一支法國的手機號碼。

VI. 生活在里摩日-育

- **法文參考書**：推薦帶紅色文法書即可，其他參考書可在Fnac購買
- **影印**：可在學校免費列印但須有學生證。文件上傳需連接至學校網路。

- **接待家庭**：

學校國際處會舉辦一個尋找接待家庭的聚會，為自由聚會，互相攀談確定家庭後可以去登記(類似聯誼配對?)

活動是免費的。非常推薦這個活動，能更深入了解法國家庭生活，通常一個月見一次面。(國際處偶爾也會舉辦各種活動，都可以詢問、參加)

- **里摩日活動、節日**

10月有里摩日肉舖節/ 4月書展/ 7月音樂節，也可注意市區BFM圖書館的活動公告及電影放映。里摩日的陶瓷博物館也可以去看看。

VII. 生活在里摩日-樂

- **購物**：市中心、Centre Commercial Saint-Martial、Fnac
每年的黑五、一月初及六月底到七月初為法國的打折季，價差很大，可以那時候去巴黎逛街。
- **電影**：票價8.7歐(學生票)，多為法文配音無字幕，VO場才是原聲配法文字幕。
- **博物館**：法國很多博物館學生都免費(奧賽、羅浮宮...等)，記得帶學生證！
- **Soiree**：夜店不多，但每周三到五在la friche des ponts都有DJ、餐車及啤酒攤位，可以好好體會里摩日夜生活。
- **自助旅行**
法國假期超級多：10月底11月初-諸聖節(約一個禮拜) / 12月底-聖誕節(約一個月) / 2月中-學校寒假(約一個禮拜) / 4月中-復活節(約兩個禮拜) / 5月底-暑假(語言中心比較早放假)
大家可以好好規劃。可以在台灣換好**國際駕照**，到歐洲自駕遊！
(建議出國的保險可以保申根區適用的保險，較貴但相對有保障。有Ameli正式社保號後也可以申請歐洲適用的健保卡，同法國健保。)

VIII. 生活在里摩日-其他

- **醫療服務**

若逢身體不適，先用Doctolib APP預約medecin general初診(可詢問其是否願意成為你的家庭醫生)，然後視病情而定，由家庭醫師介紹專科醫師(specialiste)診治。

醫師會給予處方籤讓病人至藥局領藥。此須診療費25歐，有Ameli正式社保號可報銷70%)

或也可選擇校醫(免費)，校醫會先開藥單，如果病情仍沒好轉，可透過校醫預約專科醫師。

(但因為我們基本上沒有生病，詳細可能要生過一次病才知道細節，祝福各位都不會知道。)

註：法國打HPV疫苗非常便宜，如有需求可以在校醫看病及施打。一針約41歐，打三針。

- **學長姊物品轉交**

歷年來都會留下很多學長姊的物品，像是鍋具、衣架、微波爐、醫療用品等等用品，會交給一個在里摩日的媽媽保存，可以再聯繫她拿。

- **Carrefour 會員卡**：每個禮拜都會買菜，非常建議辦一張(我們一直沒辦，感覺錯失很多優惠)

VIII. 生活在里摩日-其他

- 物資發放

時間/地點：每周一中午/Crous (需1歐)；每周三中午/學校emphie外 (免費，但須登記)

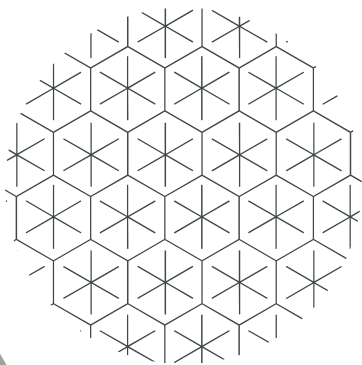
可以減少超多生活負擔，有很多日用品(牙刷、牙膏、肥皂...)或食材(馬鈴薯、水果、牛奶...)，每周都不一定，都可以去看看拿需要的東西。(學校的物資發放是兩個禮拜才拿一次)

- 其他

來這邊超級會掉頭髮(水質的原因)，建議帶個或在這邊買能過濾的蓮蓬頭，不然很快就禿頭。

有兩個臉書社團可以加入：巴黎台灣同學會/台灣歐洲交換學生，裡面都有很多資訊或是徵旅伴等等的貼文。

Menu



05

回台準備事項



確定回台機票

大概3、4月即可開始買回程機票



關閉一切帳戶

後面以SG、Bouygue為例



申請退宿



行李整理、郵寄包裹

注意行李大小、重量、
內容物有無違規



I.申請退宿

• 退宿流程

1. 於退宿前一星期左右，向BUREAU的秘書確定退宿日期，秘書會將個人資料轉給櫃檯的行政人員。
2. 退宿當日，將房間收拾好、打掃好之後，至櫃台請宿舍人員檢驗，並繳回鑰匙即可。
3. 退宿當月的房租以日計費，一日八歐，會從訂金裡面扣除。

• 住宿訂金退還

1. 先前繳交的訂金會退至台灣的銀行。
2. 須向BUREAU的秘書提供台灣銀行的相關資料
 - NUMERO IBAN，即台灣銀行的SWIFT CODE(銀行國際代碼)
 - 台灣銀行的英文名稱(NOM DE LA BANQUE)
 - 受款人中英文姓名以及帳戶號碼(NUMERO DE COMPTE)
 - 台灣銀行的英文地址以及電話號碼(ADRESSE COMPLETE DE LA BANQUE)
3. 訂金約於提出申請後一個月左右匯至台灣銀行，但會扣除手續費。

註：
但我們這次比較晚關戶，
所以還是匯進法國帳戶裡

II.關閉銀行/電信帳戶

- SG

(如要當場辦理的話)

1. 提前一星期向銀行櫃檯預約關閉帳戶的時間，用app線上預約即可。
2. 關閉帳戶當日需備文件：信用卡、支票本
3. 行員會備妥相關文件讓客戶簽收。**注意：關戶的戶頭要餘額0元且不能欠款。**

(如要網路辦理)

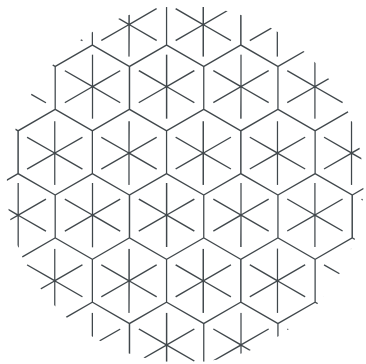
1. 先去銀行寫一封信(或問他之後email的格式)
2. **把餘額弄成0元**，再寫信給她說你要關戶。再來就是慢慢等。

- Bouygue：網路帳戶裡面直接取消訂閱即可。

III.行李整理、郵寄包裹

- 郵局郵寄方法(也可**使用37速運**，可以請玉菁姐姐幫忙比較快)

1. 可至附近郵局購買空運箱子。
2. 向郵局人員說明需寄至台灣的COLISSIMO INTERNATIONAL紅箱子。箱子有分尺寸，XL一個要價39.5歐(學姊寫的，還不確定)，限重七公斤。
3. 郵局人員會另外付兩張海關申報單以及一張包裹貼單。三張單子分別填妥寄件人及收件人地址、箱子的尺寸、選擇包裹寄送失敗的處理方式、包裹內容物明細及價值，最後簽名寫上日期。
註：因為包裹貼單使用複印紙，故填寫時須用力些。
4. 封箱後最好再用膠帶密封一次，或是請郵局人員用膠帶牢固包裹。
5. 將包裹交至郵局時，櫃檯人員會撕下貼單的首頁交由寄件者保存，大約兩個星期內可寄至台灣。



06

其他

Menu

I.回台後續

- **學校手續**

針對所修習之課程及生活體驗撰寫800字心得(製作成書面資料，需附上電子檔)。
(國際處都會寫信通知)

- **學分抵免**

1. 所需文件：上下兩學期語言考試成績單、課程學期證明

2. 辦理時間：行事曆會寫，於開學期間至教務處領取學分抵免表格/或上學校網站(portal-服務櫃台-教務專區-課程抵免修申請)。至於分數換算值可向系上詢問。

II. 特殊事件小提醒



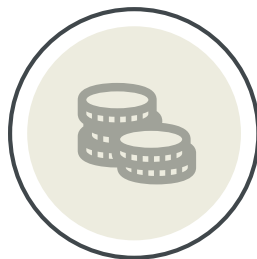
Airbnb

大家住airbnb前一定要拍照，退宿也要清好檢查，不然會配多收莫名其妙的清潔費.....



Billet

雖然很少遇到查票員，但還是有機會遇到，要記得買票、打票，小心罰款。



國外刷卡手續費

在不是用歐元的國家刷卡建議使用台灣信用卡，因為法國的卡手續費非常高(2、3%甚至更多)



Colis

宿舍不會代收包裹，但法國寄送包裹時間非常不一，也不一定會打給你說到了。所以建議有relais的地方就選，再自己去拿。

Ne Pas Oublier

從台灣應帶文件

- 法國簽證
- 出生證明
- 申請Crous/住宿保險
- 機票/疫苗證明
- 護照、簽證影本
- (申根保險、國際駕照)

在法國辦理文件

- OFII
- 翻譯出生證明
- Ameli
- CAF
- 銀行開戶
- 電話辦理





Merci

CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**, including icons by **Flaticon**, infographics & images by **Freepik**