

教育部獎助國內大學校院選送優秀學生出國研修
之留學生成果報告書

Ministry of Education Scholarship for Excellent Students to Study Abroad
Report on Exchange Experience

布魯塞爾口筆譯高等學校留學心得

Report on Exchange Experience at INSTITUT
SUPÉRIEUR DE TRADUCTEURS ET INTERPRÈTES

原就讀學校/系所/年級:文藻外語大學日五專英文 3C
Home Institution/Department or Postgraduate Program/Year :HE3C

獲獎生姓名：朱珮綺
Name : CHU, PEI-CHI

研修國家：比利時
Host Country :Belgium

研修學校：布魯塞爾口筆譯高等學校

Host Institution : INSTITUT SUPÉRIEUR DE TRADUCTEURS ET INTERPRÈTES

獲獎年度：(由國合處填寫)
Award Year (filled out by OICC)

國外研修成績：
GPA Received at the Host University

緣起：

從小我就有夢想想要到國外的學校學習，去看看不同的世界、體驗當地的生活，但是這個夢相卻似乎離我非常遙遠。然而進了文藻之後發現學校有交換學生的系統可以讓我們去國外的學校體驗不同的學習風格，因此在剛進文藻之時我就下定決心一定要當上交換學生。

甄選準備：

交換生的甄選分為兩個部分：書審以及面試，這兩得的分數出來之後會決定你是否可以前往國外當交換學生。對於法文系的徵選者而言，分數的高低並不影響擲榜的順序，因為老師會在面試的過程中聽取你的興趣以及志向替你選擇一間適合的學校。

書審：基本的歷年成績及操行都必須達到標準之外，還需要準備法文檢定考試(TCF, DELF)，若還有參加其他課外活動的項目或者是當班級及社團幹部，想必會的加分。

面試：面試唯一可以準備的題目就是自我介紹，如果可以的話也可以請老師幫忙指導，最重要的就是要自己多多練習。其實面試並不可怕，雖然在進去之前都會非常緊張，但是評審老師都非常親切，問的問題也不會太難，回答只需要照實回答就好，因為到時候錄取了老師會按照你面是內容所說的去為你安排學校。

行前準備

簽證：

簽證可以說是行前準備當中最複雜的一件事情了，要準備的東西非常的多，因此確定徵選上交換生之後就可以開是著手準備簽證的資料了

1. 須先匯款繳納簽證管理費，收費方法一學校種類不同有不一樣的收費方式，需先至網站查詢
2. 1. 申請表三份，可於比利時在台辦事處的網站上列印。
2. 護照正、影本,效期至少一年以上(領完簽證才會歸還，但若當中要出國也可以借出，只不過辦理簽證的時間會延長)
3. 擔保人護照正、影本
4. 21 歲以上者需附被公證過的良民證(在地方法院或民間公證人皆可)
5. 比利時大學(ISTI)核發之入學許可正本
6. 英文版財力證明(銀行、郵局皆可)
7. 體檢表

體檢需至有與比利時在台辦事處簽約的醫院辦理，若不行也可在一般醫院做體檢，但必須拿去公正才算有效。每間醫院收費及時間大不相同，須先上網查詢資料。而我是在高雄的民生

醫院做的體檢，費用大約六百多元，從做完體檢到等報告出來大約需要一個禮拜的時間，時間到後再前往醫院領取報告結果即可。

8. 簽證費\$7200NTD (2015 年)

* 收件時間星期一至星期五,上午 9 點至 11 點 30 分。* 本人需到場

9. 擔保書

*簽名旁邊寫上"Lu et approuvé"和日期 (建議簽名中英文都寫)

*擔保書如果非擔保人"當場簽名",就要請擔保人到地方法院公證(費用 750) *需附上擔保人的護照影本

現金

現金的總額依個人需求不同而異，去銀行換可以的話最大面額拿 100 歐就好，因為 100 歐以上的鈔票很多店家都不收的。最好是隨手攜帶不要放托運以免行李遺失損失就很大了。到了比利時之後最好趕快去銀行開戶比較保險。

房租	旅遊	生活費	總額
3500 歐	5000 歐	2500 歐	11000 歐

行李

台灣帶去	當地購買
簽證文件	吹風機
機票影本	沐浴乳
英文保險單	洗髮精
多張大頭貼	手機預付卡
筆電	冬季保暖外套
轉接插頭	乳液
個人藥品	護唇膏
牙刷洗面乳	
衛生棉	
拖鞋	
指甲刀	
ok 蹦	
雨傘	
鳳梨酥	
夏季服裝 3 套	

冬季保暖衣物 2 套 文具用品 抹布 相機	
--------------------------------	--

每個人要帶的行李都不太一樣，須先注意租到的房子有提供什麼東西，這樣就不需要多帶一些不必要的東西。可以的話多帶一些消耗性物品，這樣回來時才不會佔太多空間。

抵達比利時之後

居留證

抵達比利時 8 天之內必須去居住區域的市政廳(commune)辦理居留證，去的時候要帶護照以及租屋契約。比利時布魯塞爾的學校大多都沒有提供宿舍，學生必須在外面自行找房，而我們都是在出發之前就已經在網路上找好房子了。區 commune 時可以的話就早一點去，因為那邊的營業時間非常短，而且常常都會有很多人。

所需文件

- 護照正本
- 財力證明
- 照片 2-3 張
- ISTI 入學證明
- 台灣通訊地址

初次去完市政廳之後，警察會在 3 個星期之內到家裡來拜訪，一定要在門鈴或是信箱上貼上自己的名字，否則有些警察會退件，這樣就必須再跑一市政廳了。若警察來時剛好不在家，他會留下一張紙，上面或有聯繫的方式以及警察局的地址。當時警察來時我並不在家，因此我就直接過去警察局，而警察會問你一些關於你家的問題，之後他們就會給你一張單子上面會寫去 commune 的時間以及必須準備的資料

第二次報到會與辦事員一對一面談，基本上只是確認你的資料還有收取辦理費用 50 歐而已，如果申辦人員把國籍打成中國，一定要更正，否則與護照上的國籍不同會引發更多問題，而這件事情基本上每一屆的交換生都遇過，所以一定要特別注意。

居留證做好之後便會通知你來領取，到時壓個指紋簽個名就辦妥了。

而辦理居留證的時間非常的長，我大概等了將近兩個月才拿到。

在離境之前必須將居留證還回去，以免以後再入境時發生問題。(注意：還居留證的辦公室跟辦理居留證的辦公室不一樣，若像我一樣跑錯辦公室，就要花更長的時間排隊了)

銀行開戶

從以前交換生的經驗就只有 ING 可以讓我們開戶，而 26 歲以下可以免費開戶。今年開始 ISTI 與 ULB 合併後，我們便可以到學校裡的銀行申辦，而在學校裡辦比在外面方便許多，只需要有官方住址（警察局寫的也行）以及 ULB 入學通知便可以辦理。

辦理時會有很多文件需要簽名，不過也不需要太擔心，學校裡的辦事員都很親切，而且知道是外國人的話也可用英文溝通。

辦好之後會先給你一張暫時卡，存錢之後就可以去超市及各種商店消費，而等你的卡辦好時會直接寄去你所填寫的住址，到時再把暫時卡還回去就好了。

離開比利時之前一定要去關卡，以免到時銀行收取相關費用會很麻煩。

手機 sim 卡

我們用的是以前學長姐使用過的 mobile viking，必須先上網註冊之後便會寄 sim 卡到你家（大約 3 個工作天）要注意的是 mobile viking 並不接受台灣的信用卡，因此在還沒開銀行帳戶之前若要刷卡的話必須要有 Paypal 的帳戶才可付款，而辦好銀行卡可用銀行卡轉帳即可。

他的價錢一直在變動，從我剛到比利時到離開時總共變了 2 次，若想知道費率可以上官網查詢

<https://mobilevikings.com>

另外 mobile viking 也有手機 APP 可以隨時查詢餘額，非常方便。

建議以起去的交換生都辦同一間電信網內互打免費，這樣比較划算。

ISTI 報到

抵達比利時的第二天我們就去 ISTI 報到了，ISTI 的國合處位於學校的 0 樓，進入大門之後向左邊走，左手邊第二間就是國合處了，上面也會有標示 bureau de relations internationales。老師會給你你的學生證以及一張證明，這張證明是要拿去辦學生地鐵卡的 MOBIB card

交通卡 MOBIB card

我的 MOBIB card 是在 Porte de Namur 裡的 Bootik 辦的

所需文件

照片一張（會歸還）

125 歐

ISTI 報導時給的證明單

（註：票價有時會有更動）

比利時的交通有可以去下載 APP：STIB 可以查看公車路線及時間，若有任喝消息也會公佈在上面，真的是不可或缺的東西。

經驗談

其實很多事情都一直在變，學長姐們寫的心得中並不一定就是正確的，雖然有學長姐的心得可以參考，但最重要的還是要懂得隨機應變，因為發生在我身上的事情並不議定就會發生在你身上。

研修學校簡介

ULB ISTI

當時在徵選交換學生時上面寫的學校是 ISTI 布魯塞爾口筆譯高等學校，但就在 2015 年 9 月時，他與腹筋的大學 ULB 布魯塞爾自由大學合併了，因此 ISTI 變成為其中的一個系。雖然合併了，但所有的課程還是在原本的大樓裡上課，基本上不會太常去到 ULB。而合併後的好處就非常多了，我們現在就也可以去選 ULB 的課，使用 ULB 的校區，器材等等。而 ISTI 是一間非常小的學校，總共只有 5 層樓而已，學生除了上課或是坐在地下室等待下一堂課之外，基本上不會在學校做其他的事情。但這小小的大樓卻開設了需多語言的翻譯課程(英/法/德/西/日/荷/義/漢/土耳其/阿拉伯文)可說是麻雀雖小五臟俱全啊。而此間學校規定 3 年級的學生都必須出國當交換生一學期，因此上學期來的交換生沒有 3 年級的課可以選。

國外研修之生活學習 (課內)

課程學習

ISTI 大部份的課老師並不會點名因此自己的紀律就顯得格外重要了。而我認為這裡的課程真的是非常扎實，常常都有聽不懂的地方，學習起來有點吃力，但這裡的同學都非常友好，通常都會伸出援手幫助。

選課

交換生選課必須先上網查課表找自己有興趣的課去試聽，視聽之後覺得喜歡要上的話，大約在 11 月初，國合處的老師會發一封 email 來讓交換生填他們所選的課，從開選課截止約有 2 個月的時間，因此不需擔心沒有足夠的時間試聽，但要注意的是，雖然可以在 11 月初決定，但老師的上課進度卻不會因為你而變慢，若太晚才開始上課前面的內容都沒聽到的話，準備期末可時可能就會有點吃力。但如果覺得課程太難不想考試的話也可以只要旁聽，基本上老師們都很歡迎交換生旁聽的。

在剛開學時學校會為交換生舉辦 3 次的戶外教學，(安特衛普 布魯塞爾及烈日)老師會透過 email 報名，可以的話盡量早點報名以免向隅。

我的課程

法文	Techniques d'expression écrite 1	Techniques d'expression orale 1	Linguistique française 1	Culture française de Belgique	Traduction : chinois-français
英文	American culture	Pratique de la langue(ang)	Traduction fra-ang		

ISTI 提供許多法文課程讓交換生選擇，除了以上那些之外還有法語教學法、法語文學課等等。由

於是翻譯學校，因此我也選了兩門翻譯課程，而我認為法翻英是一堂相當有難度的課程，因為這門課是給當地學生的，因此法文題目都不簡單。

除了法文課之外，我也選了一些英文課。而這裡的英文課程跟文藻最大的不同就是英式英文了，基本上每一個老師教的都是英式英文，一開始有點不習慣，但到最後也就慢慢習慣了。

國外研修之生活學習 (課外)

比利時生活

比利時的官方語言有三個：法語(比利時南部,又稱瓦隆尼亞區,人口佔全國 31%)、荷語(比利時北部,又稱法蘭德斯區,佔全國人口 59%)和德語(比利時東南部),首都布魯塞爾是雙語區,法語與荷語並行(但以法語使用者為多數,占了約 90%),路名、地名、車站都會同時寫上法文及荷文的名字。

食

超市

Carrefour	比利時的家樂福依照大小分成三種顏色：藍 (planet)、紅 (market)、綠(express)。藍色的家樂福最少間，大部份位於郊區，但價錢也較便宜。紅色的家樂福密度及價位都屆於其他兩者之間，是我最常去購買食材的店，在學校旁邊就有一間。綠色的假樂福最常見，但東西就相對地跪，不過週日時也有營業，所以有急需時非常的方便。
Delhaize	比利時本土超市，種類非常齊全，但是價格通常比較貴
Colruyt	比利時本土超市，通常位於較偏僻的位置，但從學校搭輕軌約 6 站到 vub 站就有一間，由於是量販店，一次購買的單位都較大，但也比較便宜。而他也有一間附屬超市 okay 在 cimetièr d'ixelles 附近就有一間，規模較小但是商品還是便宜
Lidl	德國廉價超市，大部份位於市中心外圍但是市中心 bourse 有一間，但是品質並沒有很好，商品的選擇也較少
Aldi	德國廉價超市，位於偏僻一點的地區
金源超市	比利時最大的中超，位在中國城的中心，若想要吃中式料理在那邊幾乎都可以買得到
Gare du midi	每周日早上都會有市集，但價錢時常波動

餐廳、小吃

比利時的特色小吃大家都耳熟能詳，不外乎就是薯條、淡菜、啤酒、巧克力等等。大廣場附近有一條餐廳街，基本上是給觀光客去吃的大約 10 歐一餐就可以有一份主菜，而最有名的餐廳就是 Chez Leon 了只要是吃飯時間總是高朋滿座，遇到節日時更是可以看到一群人站在外面排隊。而我最喜歡的薯條店是 Bourse 旁的 Fritland。外酥內軟的薯條真是深得我心，經常都要來一包解饞。

衣

歐洲冬天時天氣寒冷偶爾會下雪，但在室內大部份都會有暖氣，所以洋蔥式穿衣法是最方便的。一進室內就可以把大外套脫掉，在外面時也不會怕冷。

布魯塞爾主要有 3 個逛街區：Rue Neuve，Porte de Namur, Avenue Louise

Rue Neuve	從 De Brouckere 延伸到 Rogier 的逛街大道，大部份的牌子例如 Zara H&M Mango 等等都能在這裡找到，另外還有兩間百貨公視也在此條路上 city 2 et galerie
Porte de Namur	這裏的店跟 Rue Neuve 的其實差不多，而這裡有一間電影院 UGC，然後 Porte de Namur 逛到盡頭向左走則可連接到 Avenue Louise
Avenue Louise	這條路上的商店大部份都是精品店，例如 LV, Gucci, Longchamp

在比利時購物若要退稅比需在離開前的 3 個月內才可以退稅，然後單筆金額必須達到 125 可申請。

每年 7 越級聖誕節過後到 1 月為止是打折季，是購物的好時機。

洗衣烘衣：這裡租的房子大部份都沒有洗衣機，必須拿去外面的洗衣店洗。洗一次的價格為 3.8 歐，烘 10 分鐘 0.6 歐

住

布魯塞爾的學校大部份都不提供住宿，因此學生畢徐自行在外面找房子住。我是在 Brussels destination 這個網站上找到的。布魯塞爾身為歐洲首都，有些地區有嚴重的治安問題，特別是北火車站及南火車站這兩個區域。而當地人認為治安差的地區有 Anderlecht(1070) Schaerbeek(1030) Molenbeek(1080),特別是 Molenbeek 在巴黎恐攻之後，更受高度的關注，因此沒事的話盡量不要去這些地區。而較安全的區域有學生居多的 Ixelles(1050)以及 Uccle(1180)，而是中心的郵遞區號為 1000

行

大眾運輸系統

比利時的大眾交通系統分為三種：法語區的 TEC、荷語區的 DE LIJN 以及首都區的 STIB。票卷不可共用。而在布魯塞爾的交通包括了主要的 4 條地鐵、輕軌以及巴士。單趟為 2.1 歐，車上買 2.5 歐 10 次票 14 歐，而學生可以辦學生一年票為 125 歐。上車的時候必須嗶一下紅色的機器，若被查票員發現沒有買票或是沒有嗶卡就會被罰 100 歐。

機場交通

剛到比利時時因為行李較多，我與另一位交換生一起搭計程車到住的地方大約為 60 歐。但其實 ISTI 有提供接機服務，所以建議交換生不要太早到，要不然就得自己掏腰包搭計程車了。

除此之外，公車路線 21 或 12 號都會到機場，但是票就要另外買，機器買為 4.5 歐，車上買 6.5 歐。

搭火車到 Brussel Nat Luchthaven 也會到機場，但個人認為搭火車比較不方便。

比利時境內火車

若 26 歲以下搭乘境內火車，當天來回只要 12 歐。或是可以購買 Go pass 10，26 歲一下 10 趟只要 51 歐，而且也可依多人一起使用。特別注意的是，Go pass 10 一定要上車前先寫好，若查票員來查票時還沒寫好就會被罰款。

出國旅遊

由於比利時位於歐洲中心，因此趁放假時去鄰近國家玩是難免的，在歐洲有許多種交通方式，每一種都各有利弊。

火車

歐洲跨國火車有 Thalys, TGV, DB, Eurostar 等等，相較其他交通工具，火車通常都會稍貴一點，但較快速且準時。

飛機

有時去稍遠一點的國家例如義大利，就可以考慮搭飛機。廉價航空的機票若越早買就越便宜。有的不用 10 歐就可以買到了。但要小心行李限重的問題，而且若有東西需要托運還需要另外購買。搭廉航的飛機時，必須自己把電子機票印出來，因為我們不是歐盟居民，所以必須要檢查 visa。

客運

若想要省錢一點的話可以考慮搭客運。雖然花在交通的時間上會比較多，但有時候票真的比火車便宜很多。例如 megabus 有時候可以搶到 1 歐的票。不過搭客運遲到的比例蠻高的，我就曾經等遲到的客運等了兩個小時。

比利時主要三間客運公司

Euroline	唯一一個有候車室的客運公司，可以當場買票，非常準時，但價錢比較貴。
Megabus	有時可以搶到 1 歐的票，巴士都很大台，但遲到的比率蠻高的。票一定要上網購買，上車處只有一個站牌而已
Flixbus	德國客運公司，由於以德國乘客為主，因此比利時的時間可能不是很好，票價最低可以買到 5 歐，一定要上網買。

研修之具體效益

- 法語聽說能力提升：在法語系國家學習與在台灣學習真的是非常的不一樣，在台灣能練習法語口說和聽力的機會大多都是在課堂上的，然而在比利時，與人溝通都必須使用法文，因此聽力及口語能力都會有大幅度地提升。除了課堂練習及生活日常外，也可至語言交流的網站尋找語伴一起練習法文，這樣不僅能讓自己的語言能力更提身外，還能交到更多朋友。
- 不同國家文化體驗：歐洲與臺灣海島地型不同，國家與國家都連在一起，更由於申根的關係，只要在申根國家的旅遊都能暢行無阻。因此在這半年的時間只要有空我就會與朋友四處旅遊，一同體驗各國文化的不同。而我很幸運的住在歐洲首都-布魯塞爾，去鄰近國家如：法國、德國、荷蘭等等都非常方便，所以我當然好好的利用這個優勢充實了我在歐洲的時光。
- 學習獨立：在此次出國之前我從來沒有離開家超過一個月的經驗，在家裡時總是有人可以幫我，出問題時也會有人一起解決。但這半年來任何大大小小的事都得靠自己。不管是洗衣服煮飯洗碗等等都是，遇到問題時也得自己去與其他他人溝通。雖然真的很辛苦，而且時常想家，但這半年下來，我認為我已經變得更加獨立，可以獨當一面的處理事情。這是我認為這難言以來最棒的成長了。

感想與建議

經過這半年的經驗之後，我學習到許多事情，不光是只有課業上面的，同時已有文化融合的學習。對我而言，台灣已經是亞洲的文化大熔爐：有著曾經被荷蘭、西班牙、日本以及中國統治或殖民的

歷史，多數老一輩的台灣國民都會至少一至兩種外國語言。雖然台灣具備文化的包容性，西方千年來所發展的文化開明度卻不是我們所能比擬的。布魯塞爾是歐洲聯盟所在之處，歐洲首都-也就是歐洲政治之心。走在路上，我時常看見不同文化的代表-戴著頭巾的穆斯林、到教堂做禮拜的天主教徒等;我時常聽見不同的語言。比利時的官方語言有三-荷蘭語、法語與德語，在這樣的環境下，上一秒還用法語與我進行交易的商家下一秒可能就用荷蘭語與其他顧客溝通。在台灣，雖然閩南語與國語也時常在市場、大街、賣場中隨意切換，不過荷蘭語、法語與德語三種來自不同語系的語言切換確實使我耳目一新。

除此之外，因為我是家中獨女的緣故，我鮮少需要與姐姐或妹妹相處，更不用說是住在同一屋簷之下了。我在比利時的有兩位，一位是來自美國的 Natalie，雖然只與她相處了短短的一個月，卻也讓我深切地感受到美國的文化。舉例來說，美國人以他們對人親切的態度聞名。在我們見面的第一天，Natalie 就很熱情地向我打招呼並與我擁抱。即便在知道美國人見面有這樣傳統的情況下，她的熱情還是使我印象深刻並使我對美國的瞭解更加個人化。另一位來自德國的 Rebecca，少了一些一般人對德國人的印象：高大、兇狠等。可能受到了美國文化普及的影響，有別於台灣人在晚上盥洗的習慣，她就像實境秀的女主角，在早晨的時候聽著美國流行音樂洗澡 ;她也很注重飲食健康，時常像個姐姐一般譴責我飲食的不均勻，提醒我自身在國外要照顧自己。另外還有房東與她的家人們，尤其是他們剛滿月的小 baby，讓我雖然在國外卻有家的感覺。

離開家中的舒適圈，踏出國外聽起來可能令人既期待又害怕。但經過這一學期的經驗，我想向未來想參與交換計畫心中卻有所猶豫的學弟妹們說：「學習外語的我們，出發點都是想要拓展自己跨國際的視野。如果有這樣的機會，一定要把握然後勇於追求自己的夢想。It's now or never！」



學校入口



比利時著名料理：淡菜

而 CHEZ LEON 則是當地歷史最
悠久的一間

比利時著名小吃：薯條

經過兩次油炸，外酥內軟，讓人一

口接著一口。



週末趁著空檔與

朋友一起去附近

的城市遊玩。



趁著 10 月底的假期，我與朋友一起
去義大利度假，
享受溫暖陽光的沐浴。



聖誕假期時我與同學一
同遊覽英國。去參觀著名
的巨石群。