

交換學生學習心得報告
10/11- 11/11
SJTU
上海交通大學_安泰經管學院
政治大學企管所 王詠立

<<生活機能篇-徐匯校區>>

除了一般的食衣住行育樂以外, 這裡要講的主要是【如何幫助交換生避免掉學校不方便的事物】 及 【更快融入及適應當地生活】

- **麻煩一: 澡堂 (夏熱冬冷/ 沒隱私/ 浪費時間排隊/ 營業時間限制)**
TIPS 報名短期健身房 (美羅城-2F 舒適堡 短期 3 個月試用價: RMB150/ per month)
限至時段- 17:00-20:00 禁止入場 營業到 22:00 暖呼呼熱水/蒸氣烤箱/ 健身器才隨妳用到飽
- **麻煩二: 校園沒有操場 路又不平 難以運動**
TIPS1 報名短期健身房 (美羅城-2F 舒適堡 短期 3 個月試用價: RMB150/ per month)
限至時段- 17:00-20:00 禁止入場 營業到 22:00 暖呼呼熱水/蒸氣烤箱/ 健身器才隨妳用到飽
TIPS2 學校週邊法租界小巷弄-路平空氣好車又少 (武康路/ 康平路)
但冬天溫度 10 度以下 請自行評估健康狀況
- **麻煩三: 食堂 (過度油膩/ 營業時間早結束 7:00PM 以後沒東西吃)**
TIP 學校週邊能吃的美食: 老盛昌/ 麻辣燙/ 外婆家餐廳/ 永和豆漿/ 星巴克
- **麻煩四: 包裹接收需有人簽收 時常因等包裹被綁住自由時間**
TIP 再也不要麻煩同學幫忙代收 也不用自己被限制時間
尋找代收站 只要付代收費 1 元/每件 (學校 3 號門對面雜貨鋪-代收圓通貨運; 3 號門對面星巴克隔壁-代收順豐及其他)
- **麻煩五: 沒課時間得發慌**
TIP1 follow some right way to find out FUN things in Shanghai
之前說過, 港澳台生算本地生 跟其他國家學生是被區分開的
那就請主動加入交大國際學生會(可從微信官網) 他們的活動很多可一起報名
例如我參加了一次 【City Hiking in Shanghai】跟著 50 多名來自世界各地的學生 (expect 港澳台陸生)一起從安泰出發健行 4 小時到外灘 期間妳可好好的認識新朋友
從此生活不再無聊(因為他們活動很多)

TIP2 港澳台辦事處的活動(一共三場)- 都免費的
開學一場- 上海市導覽 (我根本沒收到通知信)
學期中一場- 南京三天兩夜
學期末一場- 泰山兩天一夜
- **麻煩六: 想找實習沒著落**
TIP 應介生求職網/ 獵聘網/ 前程無憂網/ 各大學的職涯發展中心

- 校園卡沒錢了 校園不收現金 儲值機又有超無言的營業時間(下午 14:00 前才可用)
TIP 開通支付寶(使用裡面的【校園卡】功能) 只要綁定銀行卡 即可直接撥款儲值 現存
限使用