

報告！

我在里斯本的生活



我的學校在山坡上，旁邊也有動物園...

政大商學院在葡萄牙唯一的交換學校就是葡萄牙天主教大學 (Catolica Universidade Portuguesa)，建於 1967 年，校區分散在波爾圖、布拉格、里斯本與貝拉，而我們去交換的是位於首都的里斯本，商學院校區，里斯本校區非常的小，更精確的說，只有三棟建築，沒有其他我們幻想中的設施，所以不用抱任何期待：

1. 主要大樓-商學院：地下室有學校餐廳(很便宜，一餐大約 4, 5 歐)、咖啡吧以及電腦教室(可在那裏自行列印，更方便。)
2. 圖書大樓(library building)：一樓為咖啡吧(巧克力可頌捲非常好吃!!)、辦公室如出納組、秘書室、BES 銀行、影印部以及入口櫃台(可以加值學生證中列印與影印的存額)，二樓則為圖書館。
3. 學校宿舍：因為交換生都得自行找房，在外租屋，所以不在我們的活動範圍內。

學校雖如麻雀一般小，但這隻麻雀可不簡單，是葡萄牙人人稱羨，最好的學校，在全歐洲排名 35 內，也算是一間貴族學校(我們的同學們爸爸不是大老闆就是自己開 BMW)。

以最新的捷運圖來看，學校位於由藍線的橘子站(Laranjeiras)和動物園站(Jardim Zoológico)及黃線的 Cidade Universidade 站構成的黃金三角的中



間，從橘子站或動物園站下车需爬上坡約 15 分鐘，由大學站則是下坡(沒走過，不知道多久)。

有沒有發現!?Catolica 跟政大的共通點就是在動物園旁，在山坡上!我們通常坐捷運到動物園站然後走上去，每次走都有種好溫馨的感覺~*

讀書一二事

Catolica 的學分制、學期制與年級制跟政大不太一樣。

學分制：

學分制採用的是 ETS，換算比為 1：2.5(政大學分：ETS)，因此選課的時候要特別留意有沒有選到足夠的學分。

學期制：

我們是下學期來交換的，他們將下學期再切分為兩個學期(第 3、4 學期)，一個學期約兩個月。但課程都在出國交換前一次選完，等學期開始後一個禮拜開始加退選(可在 Welcome week 當場跟他們索取加退選時間小單或注意學校 mail 通知)，基本上選課只會選上超過你預期的學分數，而不會不足，所以只要留意時間退選即可，不用擔心沒選到課。

年級制：

年級制不同則是指這裡的大三以上就算是研究所，所以雖然我們在政大是四年級，來這裡前卻被通知要修碩士班的課程，但其實我們的朋友中，有些跟我們一樣大，卻還是來大學部交換，所以我認為到底要來大學部或碩士班交換，可以先跟我們的助教溝通過，再請助教跟 Catolica 那邊協調。

葡萄牙文課：

開學前一週到第一週會有葡萄牙文密集班(Intensive Portuguese, 1.5 ETS)，一個星期晚上三堂課，兩個禮拜六堂課，最後一堂是大會考，只要考過了，就可以跟葡萄牙文說掰掰，有興趣的人也可以繼續選修進階葡文(Extensive Portuguese, 4.5ETS)。

一般課程：

大學部的課程可參考我們之前的交換生提供的資訊，大學部與研究所課程最大的不同在於大學部老師講授的時間比較多，而研究所課程主要是事前的 case study 與上課時同學與老師間的討論，另外不外乎就是團體或個人報告與期末考。

食

葡萄牙最令在其他各國交換的同學們忌妒的就是物價平易近人，比台灣稍貴一些，但有些東西又便宜得令人不敢相信，如豬、雞肉、奶製品、馬鈴薯、麵包等，因此只要住宿位置找的好，生活機能(主要超市如：Pingo doce, Mini preco, Lidl)充足，『吃』應該就不是太大的問題。

在我們精密的計算後的數據結果發現：去餐廳吃太貴了!!!在外吃平價餐廳的費用約為自己煮的3、4倍，吃一餐僅有主菜不含湯品約要6、7歐，自己買一大塊牛排回來煎也只需要2歐不到，所以為了儲存旅遊玩樂基金，建議除了上課或出去玩外，能在家煮就在家煮吧。

喔!不得不提一下葡萄牙的咖啡廳熱、點心潮，走在葡萄牙的街頭五十步必能看到一間咖啡廳，不要怕!走進去看看，葡萄牙的咖啡、眾多點心都非常平價，一項都大約一歐元上下，點個我們最常喝的Galão咖啡配上一個蛋糕也才2、3歐元就是一個美好的下午茶了，我們很常這樣享受生活，可能要更正一下原本的觀念，來到葡萄牙絕對不會瘦的回去!!(嚇死你們!!)

但『既來之，則安之』來到這就請大肆吃遍葡萄牙的各樣美味點心吧!

*雖然葡萄牙的水龍頭的水可以生飲，但我們還是喝不慣，都會買大桶的罐裝水(很便宜，請放心)。

衣

『Take as less as you can!』

葡萄牙非常好逛街，諸多的百貨公司、Baixa-chiado等區就夠我們逛了!我們記取前人的訓示，帶少少的衣物來到葡萄牙，一月底正逢冬季大折扣，所以可以大肆的shopping，把春節沒買的份一次買完!(夏季折扣好像從六月開始，上學期來的可以碰到)

但請記得帶些保暖的厚衣服和大外套，因為一、二月會是葡萄牙最冷的時候，最冷溫度也會下到六、七度左右，風一吹到臉，正港台灣寶寶一定會冷到找媽媽，所以不用帶太多但一定要做保暖的準備喔!

女孩保養特區

這裡除了大部份的歐洲品牌可以買到，日系品牌也可以在百貨公司內看到專櫃，所以日常用保養品化妝水、乳液等等都不用擔心，但是一般超市選擇非常少，必須到藥局(Farmacía，綠十字標誌)才能選購，大部分為歐洲品牌，價位 10~50 歐不等，包裝不一定有英文說明，所以還是建議先帶好足量，真的有需要的話，我還有另一個絕招：我發現德國藥妝店(如:dm)齊全又好逛，很多在台常見的品牌竟比台灣便宜很多，可以趁學期中不小心有空路過德國採買一番。

住

我們整合了前人與自己的經歷，建議其實可以到當地再依據學校給的租屋資訊開始找屋，一來可以實際看到房子的樣貌，跟房東聊過再簽約，二來可以確定周邊的生活機能是否良好。

建議可先預訂四到五天的旅館，給自己充足的時間去找房子和搬家，一開始我們怕直接打電話給房東，他不會說英文怎麼辦，因此我們麻煩飯店櫃檯幫忙我們連絡，但其實大部分的房東應該都是會講英文的。

住屋地點我們會建議縮小範圍在學校位於的地鐵藍線上，或換線容易的紅線。我們自己住在捷運藍紅線交會站 S. Sebastiao 旁，生活機能好、交通便利、舒適、安全的位置，還附贈一個我很愛的大公園呢!非常推薦!!!(若對我們居住的房屋有興趣的話，可以私下詢問我們。)

建議不要選擇綠線的 Arroios 站與 Anjos 站『雙 A 特區』，大多為非裔居住，治安較差，也比較危險(飯店人員自動幫我們刪除此兩區選項)。

住屋行情在 300 歐/月(包含水電、網路、瓦斯等費用)以下都算合理，除上述幾點外，下列我們也提供幾點找屋要訣：

1. 記得要找有廚房的(不然怎麼煮飯勒!?)
2. 最好不要跟房東住在一起(大家一致強調!!)，不然規則限制會很多很煩!
3. 一屋五人以下最佳，外國人開趴嗨起來，真的很可怕!!而且人越多，公共使用空間會越小(櫃子、冰箱、浴室使用時間等等)

行

雖然捷運票價在 2012 年 2 月之時，做了一次大幅度的調漲(一趟原 1.25=>1.50)，聽說之後還會有一次調幅(葡萄牙政府真的是為了解決歐債，無所不用其極阿)，話雖如此，里斯本的捷運還是非常的便利，捷運、火車、電車等連接也很好，所

以我們唯一要做的就是辦好一張學生月票(26 歐/月)，就能達到『一卡在手樂無窮』的境界了。

雖然捷運站標的營業時間從早上六點到晚上一點，但其實要很小心，根據歐洲的罷工成性，常常會縮短營業時間或當日捷運不開，像我們現在，捷運大概只有營業到晚上 12 點左右。

只有特定的捷運站接受辦理月票，要先查好才行。建議到緊急窗口(urgent)辦理，隔日就可以取卡(一般需 10 個工作天)，多花 5€，就可以省下 9 天的交通費囉。設有緊急窗口捷運站如下：紅線 Alameda 站、藍黃線 Mq. de Pombal 站。

備註：辦學生月票的文件需由學校提供、蓋章(在 Library Building 內走到底右手邊辦公室)，會在 welcome week 的時候拿到，之後才能去辦理喔，學生折扣後約 6€。

**第一個月充值請記得到服務台充值，才会有學生折扣 26€，而不是一般票 35€，之後就可以在買票機前充值了，第一次可能他會電腦作業把身分設定成學生之類的吧。

附上最新款好有用捷運圖~*



稍息後動作，稍息!!!!

簽證

去葡萄牙交換最令大家卻步的除了目前的歐債問題，就是得大老遠飛到澳門辦簽證了(因為台灣沒有葡國在台辦事處)，上學期交換的同學有比較充裕的暑假期間來趟澳門三天兩夜旅行，下學期去交換的同學請注意!!!就如同我們的經驗，時間上一定會比較趕，第一，學校要求一月底要到葡萄牙；第二，葡萄牙簽證，申請後大約還要等一個月才會下來，而且到時還要從澳門寄回台灣(到時看要先把郵資給領事館辦事員請他寄來或找澳門朋友幫忙，除此之外都非常麻煩!)；第三，寒假包含了春節期間，台澳的郵局、快遞會休假(大的快遞公司如 Fedex 也是一樣，我們深受其害!!!)，所以絕對~~不能懈怠!!!每一個過程都要三字口訣：『叮、叮、叮』，密切與 Catolica 的助教保持聯繫，請他盡快寄入學證明過來(有蓋章之電子文件即可，再印彩色的就好)，其他必要文件先申請好，只要拿到了電子檔就可以準備出發澳門了，大約十二月初(最晚!!)就要去辦囉!

所有申請簽證文件多印三份，一份申請簽證，兩份帶去葡萄牙，一份留在家裡給父母收藏!好安心~

**另外準備政大在學證明英文版(行政大樓可申請)，我們因為準備這份資料而減免了申請費用 750 澳幣(約台幣 3000 元)，當然申請費用還是要帶喔，以防政策異動。

開戶

有些人會大膽地將所有錢帶在身上飛過來，葡萄牙的治安在歐洲裡算很好的，所以是可以考慮的方法之一。

如果比較膽小，像我一樣，則可以到這邊再另開帳戶，在 Welcome Week 的時候，學校裡的 BES 銀行也會設攤，提供開戶資訊。

基本上你會需要準備好：

1. Catolica 的入學證明
2. 在葡的居住證明(請房東協助申請)或租房合約
3. Fiscal Number(需到藍線 Restauradores 站的 Loja do Cidadao 申請，現場排隊不用預約，費用約 10€)



