

土耳其伊斯坦堡大學（土語組） 交換學生心得報告

by 土文四 103508013

潘思堯

／106學年全年度

／伊斯坦堡大學傳播學院公關與廣告系

(İstanbul Üniversitesi - İletişim Fakültesi

-HALKLA İLİŞKİLER VE TANITIM, LİSANS PROGRAMI)

以下所有分享純屬個人經驗與故事，僅供大家參考（娛樂）。

人在走政策也會改，強烈建議大家多方詢問與調查，切勿以他人經驗為準噢。

行前準備	p. 2
安身整頓	p. 4
待辦事項	p. 6
課程安排	p. 8
日常生活	p.10
疑難雜症	p.13
歸國之後	p.14

一、行前準備

👉 學校及簽證Hakkında

1. 首先，恭喜你已經通過交換生考試，但這只是開端章噢。請記得按照國合處的要求把政大需要的文件送出，成功後就快快來煩惱伊大的要求！
2. **(重要)**每一年伊大的要求有可能變動，可以寫信去確認，但我想不會差太多，我得到的清單如下：Application Form（伊大交換生申請表格）、English CV（英文履歷）、Letter of Nomination（政大交換生提名信）、Transcript（成績單）、Letter of Intention/A Research Proposal（交換動機/讀書計畫）、A Photocopy of Passport（護照影本）。全部整理完之後需要寄電子郵件加上紙本郵寄，請確保紙本信件在截止日期前會送達伊大的國合處。
3. 我是在七月四號的時候收到由國合處Johnny轉寄給我的Email，附件有伊大的同意書（Acceptance Letter）電子檔，表示伊大同意我的交換申請了，我一直保守地等到此刻才買機票，當然就必須承擔較高的價格。之後請帶著同意書以及其他辦簽證所需的文件速速去辦學生簽證！
4. **兩千塊的學生簽證需要：大頭照、護照正本及影本、伊大同意書、在學證明、住宿證明(我填了伊大地址：)、機票證明、財力證明、保險等等。**詳情請看網站：
<https://www.konsolosluk.gov.tr/Visa>。
由於辦簽證一律採用網路預約，基本上在預約填資料的時候就會需要上傳以上文件，之後也會要求帶紙本至辦公室，所以儘早蒐集準備好為妙喔。
5. 辦公室在台北市基隆路一段 333號 台北貿易大樓 19 樓 1905 室，約好時間本人親辦。辦理簽證的基本工時大約是一週，請算好時間不要無證出國，切勿抱存僥倖心理。

👉 啟程前 Istanbul'a Gitmeden

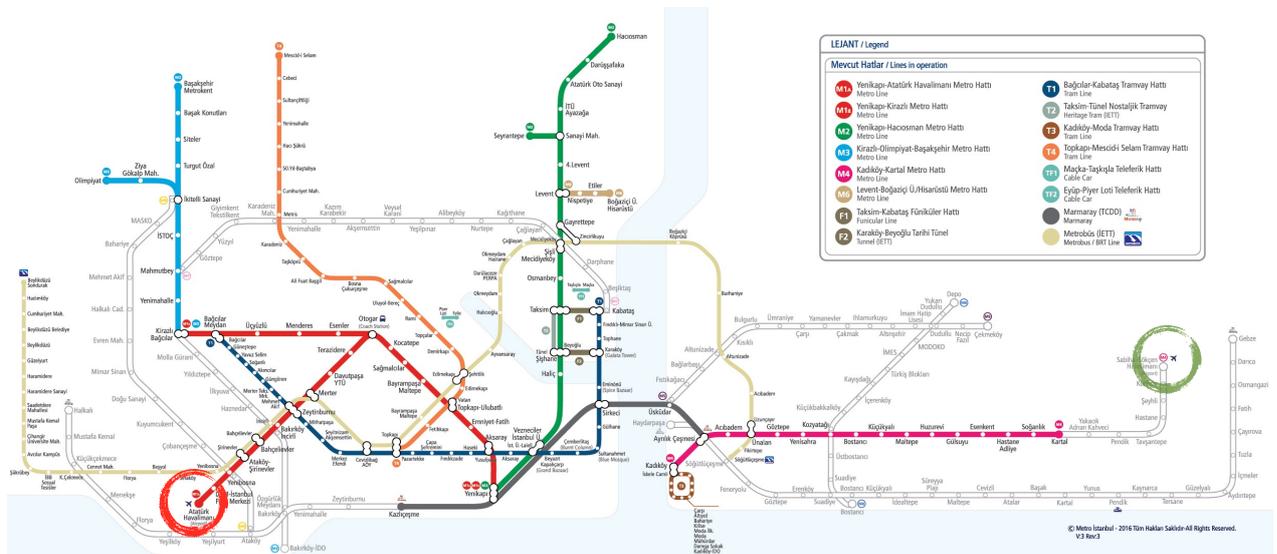
1. 機票：除了Skyscanner 沒有二話。至於要不要買年票這種問題，你只能問自己。我當時無法確定回程的時間，所以選擇買單程機票（也就是說關於年票的規則請問Siri：），彈性較大之外也有可能透過轉機找到比較低的價格，缺點就是更花時間而且價格可能不會比來回機票便宜。
2. 租屋：要在伊堡安居，找到安全且價格合理的住宿是首要任務。確定要去交換而且不住學生宿舍後，我就開始在網路上找伊斯坦堡的租屋資訊，臉書上有幾個伊斯坦堡租屋的社團ex: Sharing flats in Istanbul, Istanbul flat share, Erasmus Istanbul flats and flatshares 諸如此類。**難的是一一過濾租屋資訊，找尋地點、價錢、屋內設施都合心意的房子**，而且除了花時間多看，我不認為有什麼撇步，只能建議你大約要找五個真的值得考慮的地點，至少和三個房東聯繫，等到了伊斯坦堡後就約時間去看房。

記住，**看到真的房子之前不要輕舉妄動！不要預付訂金或是談合約！**剛到伊堡的時候可以找市區的Airbnb或是青旅住幾天，直到找到合適的房子再搬進去就好。

3. 行李：伊斯坦堡是個已開發大城市，購物完全沒有問題，我覺得**只要是伊斯坦堡買得到的東西，完全不需要浪費行李公斤數帶去。**
 - **食品**：伊堡有一間非常小的亞超，有賣麵條、醬油辣醬、豆腐、海苔這類的東西，價格不低，**至於維力炸醬、沙茶醬、肉鬆、咖哩塊、各種口味泡麵，拍謝口せ！**愛吃什麼就自己帶，鳳梨酥一類的甜點可以帶去送人，土耳其綠茶很少請自備。另外是藥品，習慣吃的腸胃藥、感冒藥或保健食品還是自己帶比較保險，歐美品牌的話可以帶一盒，吃完再帶藥盒去土耳其藥局Eczane問問看，像德國藥就蠻普遍的。
 - **衣著**：冬夏按照個人怕冷怕熱的評估，各帶大約一週左右的衣服，有缺當地再補即可，正式的服裝冬夏各一套是安全牌，好走的鞋子一兩雙，正式鞋子一雙，冬靴很重可以去當地買，大衣除非是NorthFace那種再帶，不然好看的大衣在會下雪的土耳其沒什麼卵用，而貴重飾品香水一類個人認為根本沒有必要搬去。另外是隱形眼鏡，我一開始帶了一些去，後來要買的時候才發現需要**醫囑**才能買!!!帶著醫囑的話如果臨時要配眼鏡也沒有問題，所以就看個人需要吧。
 - **起居**：千萬不要帶什麼棉被枕頭寢具，伊堡買得到平價棉織品，需要的話就Ikea、Koçtaş（土牌特力屋）、家樂福、English Home、MADAMECOCO等等，上至杯盤碗碟下至寢具拖鞋都能解決。沐浴一類的除非有特殊需要，不然土耳其都有，只需要帶慣用的保養品還有防曬乳。吹風機電棒捲一類的電器土耳其也都有，我覺得除非是一定要用例如Dyson負離子什麼的，不然在土耳其買不用變壓的比較方便。
 - **電子**：手機筆電相機在土耳其課稅比較重，大都比台灣貴，不建議在土交換時購買，還有其他電子周邊產品都從台灣帶去比較實際。但像轉接頭、手機充電器、便宜耳機土耳其也買得到，品質反映在價錢上。
 - **育樂**：中文書、土漢字典等書可以帶，但請記得，**一年後加上你在土耳其消費的所有戰利品都要帶回來**，我覺得手機版的土英字典就蠻足夠的，非帶不可的書只有我之前在安大妥妹TÖMER買的教材（是Yeni Hitit，不要帶舊版的來增重）。另外是文具，這邊選擇少也不好，我還多帶了一些可愛便利貼和卡片之類的可以送人。
4. 錢錢錢錢：現金帶出國有上限，而且去到伊堡（尤其是人多風險高的伊堡）身上有太多外幣現金感覺不是很安全，建議帶足夠兩週至一個月左右的外幣現金在身上就好（五百至一千美金），慢慢換成里拉用。在土耳其連超市都可以刷卡，所以有現金回饋的信用卡（非常推薦）或是普通郵局提款卡，**只要開通國際刷卡和提領的功能，在土耳其實測是沒有問題的**，語言學校TÖMER的學費我都用刷卡解決。
5. 文件：**辦國際駕照和國際學生證**的價格印象中不高，我自己去之前沒有辦，到歐洲旅遊的時候挺後悔的，且在土耳其要旅遊的話湊齊四個人自駕的話也很方便划算。其他護照影本、在學證明等等，我大約帶了兩份、大頭照十張，不過大學附近影印店很多，Kırtasiye也都能影印甚至列印，不用擔心。

二、安身整頓

👉 初來乍到



1. 機場到市區：歐亞兩岸各有一個機場，都在近郊，歐洲岸的機場到市區相對簡單。在機場匯率稍差，可以換個五十里拉就好，買個小吃飲料還有交通卡等等。伊堡的交通卡只要到任何捷運站或輕軌站，站內會有儲值機，儲值機最後一個選項是買一張全新的交通卡（可以選英文介面），放十里拉進去會自動儲值四里拉在卡裡面。

- **歐岸阿塔圖克Atatürk機場**：有捷運線M1A（上面右側往下的紅線）可以搭，不過剛下機通常很疲憊，可以花15里拉搭機場大巴Havaş，終點站就是Taksim廣場非常方便（私心推薦）。或是好幾個人一起的話也可以考慮叫Uber（比較貴）。
- **亞岸薩比哈葛琴Sabiha Gökçen機場**：**不要被騙了中空線是正在施工中的捷運線！**也就是說薩比哈機場沒有直接能搭的捷運線（可能未來吧）。請搭15里拉的機場大巴Havaş，終點站有到歐洲岸Taksim廣場或是亞洲岸Karaköy，記得問好不要搭錯。也有公車，但人生地不熟的時候我絕對不會搭公車，Uber就是個價格高但直達目的地的選擇。

X之所以沒有推薦計程車，是因為聽過太多悲劇故事。雖然我自己剛到的時候情急之下搭了計程車，但亞洲臉孔加上大行李，很容易成為被騙的目標。真要搭，請務必裝的對伊堡很熟土語很好，你絕對不能騙我的樣子。**X**

2. 落腳處：前面有說了，剛來請住Airbnb或青旅，尤其建議住在市區有捷運線的地方（例如Taksim或是藍色清真寺附近舊城區），之後不論要去哪區看房子都方便。個人建議在暫時落腳處不要住超過一週（我自己是住了三天），**要積極看房子不要拖，因為伊堡有太多人都在跟你搶房子!!!**我強烈建議要把找住所當成第一要務，否則後面幾天要辦事還要跟房東聯絡會挫敗的想哭。看房見好就收，不要猶豫太久，有的時候房東會同時答應好幾個人直到有人付訂金（或是生氣吵架）為止。

另外需要注意的是，我在八月最後幾天到了伊堡，**隔週就遇到國定假日宰牲節 (Kurban bayramı)**，放假了五天（但每一年可能會因為要放連假而更改放假日數），這期間公家機關、學校、商店和很多餐廳都會歇業，許多家庭也會趁機去旅遊，伊斯坦堡很可能變為空城，所以不論要去學校、去TÖMER、去銀行，反正不管去哪裡都不會開的：）租房子也就更困難了，所以**訂機票前還是要注意一下**。

👉 生存之道 Hakkında

- 🏠**來找房**：我總共約了四個不同的房東，看了五個不同的住處。因為決定自己一個人住，而且想要找有客廳有廚房的房型，在不承擔整層房租的情況下，當然就必須跟別人合租。在前述那些社團找房子的時候，大部分都會標示出租房型，如果不確定的話不要猶豫，馬上問清楚（通常不回訊息的房東我就直接不考慮了）。

不建議自己去看房，（不過當初我是自己去的，單獨去要注意安全），跟房東或出租人（找室友的那種）約好地點後直接去看出租處，看完之後確定價格和可搬入日期，絕對不要衝動決定，等所有房型都看完之後**比較價格、地點、屋內設施、附近社區還有交通**（這些都很重要，房東或室友也是，但知人知面不知心QQ）

確定後就連絡房東，談好入住日期還有搬出日期（非常重要，如果發現只能住到五月這種就要再考慮，否則最後兩個月是要睡公園還是飯店呢：）。我找到的房子在Fatih區內，兩房一廳有廚房，且離學校頗近，到Taksim市區搭公車二十分鐘至一小時視交通而定，Kocamustafa paşa這個里比較老舊，但勝在五臟俱全而且安寧，晚上十點過後就安靜的跟貓一樣，缺點是附近沒有任何捷運站，只能靠公車跟Domuş。我和一對土耳其情侶一起住，（土耳其人的生活習慣跟台灣人還是有點不一樣可以另外問我），承租人是我的室友的爸爸，所以我們沒有簽約，只講好入住日（忘記談遷出日期是大錯誤！最後我在6/20搬走，住朋友家五天），每個月600里拉的租金和水電費（三人平分之後冬150里拉 夏75里拉左右）交給我室友。

✓ 就這樣，我到伊堡的第三天正式搬入新家 ✓

- **手機**：Turkcell、Vodafone、Türk Telekom 任選，我覺得差不多，但**無論哪間請不要在 Taksim Istiklal 獨立大街上的分店辦!!!**已經試過幾次了，店員有的時候講的不清不楚或是辦事效率差，我住家附近的店就比較認真辦事。不論哪個品牌，帶著護照去辦一張預付的Sim卡，每個月買定額的網路方案(Paket)，我家有網路，餐廳咖啡廳也有WIFI，這個固定支出的項目上我就比較節省。

辦Sim卡絕對只是個開始，大Boss是要**註冊手機!!!**非土國購買的手機一律需要註冊，**從開通Sim卡的那天起120天內要完成登記**。首先，帶著手機到稅務局 Vergi Dairesi（忘記護照要不要了，我都帶在身上），有一個櫃台會受理外國人手機登記，我記得我繳了146TL（好像比其他人說的貴QQ）。然後要去郵局 Ptt 買密碼到網路上自己登記。我其實後來忘記去Ptt買密碼了，於是到最後離開土耳其前都沒有完成註冊的最後一道手續……

三、待辦事項

- **學校報到**：請錯過宰牲節放假期間。伊大的國合處在主校區內，主校區的大門如隔壁圖示。拿到學生證之後每次進去都是要出示學生證的，而第一次進去的時候就說你是Erasmus就會放行了（我們都知道不是Erasmus但沒關係，重點是要進去）。進去之後左轉到底有一棟鄂圖曼帝國遺跡gibi的建築就是國合處，進去後跟警衛說你要拿學生文件 Öğrenci belgesi，他會告訴你去哪個辦公室。



記得政大跟伊大簽的約不是Erasmus、也不是Mevlana之類的，只能說是Değişim öğrencisi。學生文件 Öğrenci belgesi 可以多要幾份有蓋章的正本，之後辦簽證或其他時候需要的話就不用再印。

- **學系報到**：由於學校很大，每個學院都是獨立運作的。請找到自己的院後去系辦 (Öğrenci İşleri)，找裡面的助教說你是這學期的交換生，**要領學生證，而且要在Aksis系統裡面選課，請他們檢查你選課的功能有沒有被開通**（找不到的話就完蛋。可能是國合處和系辦之間交接失誤，要請系辦幫你重新註冊，否則你無法選課）。
- **銀行開戶**：前面提到稅務局 Vergi Dairesi，就一併解釋辦稅號。**要在土耳其的銀行開戶就需要稅號，而且開稅號的單子上記得填上地址，這樣後續辦銀行帳戶會順利很多。**其實稅務局有許多個辦公室，我常跑Taksim/Beyoğlu那區，所以就在Şişhane捷運站附近的辦公室申請，（千萬不要月底去喔很多土人會去繳稅，稅務局會大排長龍）。我想是因為我請室友陪我去，所以在填地址的時候沒有需要證明我確實住在那裡，如果沒有室友的需要房租契約或房東吧我猜。

總之，拿到稅號後，由於身上很多現金我非常急迫的想開戶，就傻傻的在身上沒有居留證的時候去銀行了。在此推薦大家在伊大主校區附近的İŞ Bankası, Mercan Şubesi，雖然這個銀行可能不是方案最好的，但在我急於開戶的時候，辦公室的職員很有耐心的幫我辦了，我交出**護照正本、學生文件、稅號（需要有居住地址）和至少一百里拉**，簽了超級多文件，最後開了一個土耳其里拉的戶頭。

我並沒有開外幣帳戶，因為我母上不想跨國匯款：（所以我都用郵局或銀行的提款卡，由於有提領手續費，我大都一次提領一大筆里拉，然後立刻存進İŞ Bankası的戶頭，之後在土耳其我多半用里拉戶頭的提款卡消費，畢竟連超市餐廳都可以使用。

如果對其他銀行有興趣麻煩另請高明，我知道很多別家銀行一定要居留證才能開戶，我聽過的傳言只有「Garanti 很囉唆條件很多要弄很久」以及「QNB FinansBank 很優很有潛力」，後者平價來自我室友，因為他在QNB工作：}

- **語言班**：我在2017年比價過安大妥妹TÖMER和伊大語言中心Dil Merkezi 的學費，拿政大土語系的證明可以在妥妹打七五折，而伊大學生在語言中心半價，折價過後的價格分別是1000里拉以及250歐元，用當時的匯率算來，妥妹不只比較划算，在政大也用妥妹的課本讓我很習慣了，所以最後選擇 Taksim的妥妹分校。

安大TÖMER在各地都一樣，報名後、分班前必須通過分級考試，總共有12級，每兩級會有一次升級考。帶著護照和政大在學證明去填完基本資料之後，沒有意外都是當天寫分級考試，很快就會知道自己在哪一班，可以順便繳學費。一週五天九點到一點，沒有課本就要買，要在土語系抵學分的話就要認認真真考到C1噢

- **居留證 (İkamet)**：前述待辦事項都還不用居留證，過這麼久回想當初辦居留證的過程還是頭皮發麻。辦學生簽證的時候辦事處的專員特別叮嚀過抵土30天內要辦居留證，而網路預約不太可能一次成功，加上還需要學生文件和保險，來土的前三十天請緊鑼密鼓的跑RPG，否則火燒屁股的時候真的可能要逃去希臘……

首先，類似辦學生簽證，一樣要上網填表格 ➡ 由此去：<https://e-ikamet.goc.gov.tr/> 照順序一項一項填千萬別填錯，否則可能要重新申請，且請使用土語版，英文版會不停出錯使人痛苦消瘦。完成填表的表單最後需要印出來，另外還需要護照正本影本、四張大頭貼、金融證明（存款證明）、土耳其保險（台灣的不行）、學生文件。

我預約到10/06上午、Fatih區內的移民署辦公室 **T.C İstanbul Valiliği Göç İdaresi**（離捷運站比較遠門口有寫 Ek hizmet binası 的那棟，隔壁棟是給土耳其人去的），搭捷運紅線到Emniyet-Fatih站走路五到十分鐘，請千萬務必帶齊資料早早早早去，從門口進去後告訴服務台人員要辦居留證，他們會告訴你去幾樓（應該是 2.Kat）。上樓之後一定會很徬徨因為人爆多，可以去服務台 Danışma 詢問在哪裡抽號碼牌，拿到號碼之後就要再下樓到對應的辦公室去，這時候大概會有一兩百個人都在辦公室外面等，不要害怕，找個地方坐著慢慢等。

玩手機的時候絕對要記得看叫號的螢幕，過號就阿拉保佑，輪到你的時候記得拿所有資料進去辦公室，會有個移民官負責審查你的資料，把東西都給他，被問到什麼都照實回答，記得傻笑我覺得很有用。移民官初步檢查你的資料完沒問題的話會給你一張紙，記住，這張紙是你的暫時居留證，如果有什麼不可避免之因素需要出國的話，這張紙就要跟你一起出國再回來。沒意外的話大約一個月左右會拿到精美紅色信封裝的居留證，由Ptt郵差送到你家，如果人不在家，郵差會告訴你去哪個郵局分行領（通常是離家最近的分行），屆時攜帶護照去領即可。拿到居留證卡的時候大概會哭吧。

✓ 10/19，在伊堡生活的第56天，我終於領到土耳其居留證卡 ✓

P.s 交通卡在第五章 :)

四、課程安排

X 醜話先說在前頭。如果你想來伊堡爽爽過，或是不需要非土語系選修學分、只想要來上語言班考到C1的話，我強烈建議直接考英文組的其他大學。X

1. 伊大簡介：這是一所非常老老老老牌的大學。暫不說排名逐年退後，個人以及其他非土耳其學生的感想大都是「進了學校就頭痛。」由於學校學系眾多總共有三個（還是更多）校區，行政處事與各學院全部分開獨立作業，學院間的差異蠻大的。而除了最一開始到國合處報到領學生文件，其他時候我幾乎沒有再進過主校區的大門，大部份的事情都是要靠系辦處理。
2. 交換學院與學系：在行前準備的部分我有提到伊大的交換生申請表格，填表的時該注意有一項是填想要交換的學系，並沒有附註申請限制，而我自己有雙主修廣告系，所以二話不說的就填了伊大傳播學院的公關與廣告系。

伊大幾乎什麼系所都有，問題是只有主校區在市區（捷運 Vezneciller 或輕軌 Laleli 站）其他校區記得在很遠的地方。所以建議在找交換系所的時候，務必看好學院在哪裡。傳播學院就在主校區附近，我從家裡去學校大概半小時左右，文學院就更方便了，輕軌站出來對面紅色的老建築就是。

3. 院系辦 Öğrenci İşleri：直翻應該是「學生事務所」，傳院的在一樓進去左轉的第一間辦公室。在這間辦公室裡可以- 1. 領學生證 2. 選課 3. 加退選 4. 領成績單 5. 其他無法理解無法解決的系上事務或問題（但完全不保證最後能解決）。

通常一間院系辦裡面會有超多行政人員，不論是真忙還是假忙反正大家都會看起來很忙，尤其因為我們一臉就是新來的東亞臉，沒有人主動問你要辦什麼事是正常的不要難過。請鼓起勇氣，打擾其中一個人，講清楚你是來做什麼的，通常開學前一週至下兩週間學生證應該會抵達系辦，另外有個伊堡的選課系統叫 Aksis，要請助教在 Aksis 系統裡面叫出你的資料，確認你有被系上註冊到系統裡面，否則是無法選課的！

4. 選課：我的個人經歷莫名其妙到極致幾乎可以去跳海。

前面有提到 Aksis 系統，助教端登入的是後台，而學生則在首頁用帳密登入，然而身為交換生的我們帳密似乎和其他學生不一樣，當初整個辦公室沒人知道到底交換生的密碼是什麼，就叫我自己寫 mail 給 Aksis 系統的開發者（昏倒）。總之我的 Kullanıcı Adı 是護照號碼，寫信後得到的回覆我的密碼是一組亂碼（乾我請問？），總之登入後就能看到像是 iNCCU 的介面，包括基本資料和選課系統。

正常來說，學生進入選課系統選自己想要的課，但我不知道為什麼無法選，後來朋友說必須找負責我的選課顧問 Danışman，好不容易找到她選好我想上的課，選完後發現她不知道為什麼無法幫我手動加選，只好又把我送到學生事務所。學生事務所的助教四處檢查後發現「學院有分派必修課給我」，但一來學院給我六門課三十學分我根本不需要，二是我每天早上都要去妥妹也無法出席。我強烈要求我要退課以及換課，

我的 Danışman 就教我寫了一份 Dilekçe，寫完之後要自己送到院辦秘書處（省略被各種踢皮球的描述100字），兜兜轉轉，最後在大約一週的時間終於跑完以上的流程，加上作業時間，大概是在開學後的兩週我才終於確定我的課表。

總結流程如下：

至系辦確認Aksis系統的註冊資料 → 登入Aksis 帳號選課 → 一週後確認並照表操課

- ↳ （無法選課的話）找 Danışman 手動加簽
- ↳ （Danışman加簽失敗）詢問系辦是否有交換生配課
- ↳ （系辦找到配課）確認無需換課的話請系辦加簽
- ↳ （若需要換課）找 Danışman 寫 Dilekçe 送交院辦
- ↳ 必須注意 Dilekçe 的下落，成功的話就會出現在Aksis
- ↳ （Dilekçe不幸未通過）可以繼續上訴或是照原課表上課

⊗ 注意：伊大採用歐洲學制，一門課大多是五學分，回政大抵學分時就只能抵兩學分，如果你缺三學分的課，只能用語言學校的土語學分抵，大學部的課是不行的。⊗

基本上，傳院沒有課程是用英文授課的，一堂課50分鐘老師隨性上課，常常一節課或一個半小時就結束整門課。全土語的課程很累，加上教室都是一百五十人的大小，坐到第五排後面很容易就聽不到教授講話然後分心。有些課有分組報告，就是靠人緣來渡過期末，否則期中**期末考通常教授不給英文應考**，上課的閱讀書目都是土語，我曾經去找教授求放過，然而發現教授似乎英文不太好（可能是想逼我）無法溝通，最後只有一位教授同意我用書面報告代替期中期末。

第二學期的時候更離奇，我又再度得到六門課，同樣寫了 Dilekçe 上呈，最後系辦居然告訴我 Dilekçe 沒有被接受，也就是我得維持原課表，然而我原本在政大廣告系就只差最後一門三學分的必修，無法換課的結局就是我的必修沒修到，還又多了好幾門莫名其妙的課。有人問過跨系修課的事，但經歷上述的跳海經歷，我沒有多餘的力氣去測試跨系修課的辦法，只能靠後人研究了。

5. 考試：期中和期末考日程會在考前約兩週前公布，**一定要特別確認！我所有的考試科目幾乎都沒有在原本的上課時間考試**，缺考的話需要有特殊理由請假，之後才能補考。如果有困難記得早點跟老師討論，雖然不保證有效就是了。
6. 社團：沒興趣參加。
7. 語言班：不同於安大交換生，伊大交換生沒有附送語言課程。前面有說過，我因為價格因素選擇妥妹，但每年的價錢成浮動性變化，在我上的第三個月學費甚至調漲，所以如果真的好奇或是經濟上有限制的話，可以多問幾家，除了安大妥妹和伊大語言中心，也有聽說過別的單位或機構開立的語言班，反正要抵學分的話只要最後**有拿到C1的證書**，回土語系都能斟酌抵免。

妥妹要注意的是，如果想要有學費 75折，**必須交一份土語系土語版的在學證明**（我還被要求要是Turkology系的才行）有鑒於我可能是長久以來第一次到伊堡分布的政大土語系，需要解釋（被刁難）的部分已經做了，希望後面去的人可以順順利利。

五、日常生活

食

伊堡餐廳數量之多就不贅述了。在餐廳吃飯的價格從十里拉（自助餐）到五十里拉（市區西餐廳），在外用餐要注意的一是服務費、二是食物衛生，有些有加收有些無，食物衛生只能自己把關，連土耳其人都會食物中毒。

比較值得一提的是菜市場，若是住處有廚房，自己在家煮菜不只衛生、省錢還健康。土耳其的菜市場（Pazar）有大量生鮮蔬果而且非常便宜，通常是每週固定一或兩天會開市，以公斤計價，可以一次買一兩週的量。外食口味都很重，自己煮可以控制用油和調味料，也可以煮點中式料理。肉類食材最新鮮就是去肉舖（Kasap），不然家樂福或其他超市也有冷凍冷藏肉品。

土耳其沒有 7-11 這類超商，但有 Tekel 或 BÜFE 這種店，前者是一定有賣菸酒的小店，後者就是一般雜貨店的概念，常常還附設儲值公車卡的功能非常方便。各家超市不定期也會有特價活動，Migros、Şok、BİM、A.101、Carrefour 等等都很好逛，不過打烊時間各家不一樣，尤其十點過後要覓食難度稍高。對了，Macro Center 是間充滿高級進口貨包含火腿培根的超上流超市，非常偶爾極度無聊可以去逛逛。



➡ Pazar 大概就是這樣。我覺得在伊斯坦堡一年沒有學會自己逛菜市場買菜回家煮飯真的非常可惜！畢竟，你人生遇到蔬果最便宜的一次，大概就是這裡了。土耳其的菜市場默許顧客先挑一個試吃（我是沒敢拿一個甜桃吃下去），很多蔬果也能自己挑，不過有些不行就是了。我覺得品質比超市好，也比較新鮮。

當然，伊堡是土耳其第一大城，菜市場價格可能比其他省份更高……

一個跟吃有關的APP「Yemeksepeti」：

不論什麼手機都可以下載這個App，總之就是個食物外送到府的應用程式，只要設定好帳號，然後選擇好住址，肚子餓或閒來無事的時候都可以點開來滑，參考一下有什麼餐廳什麼餐點，不時還會有套餐優惠。要吃的時候就下單，付款可以選擇網路刷卡、付現或現場刷卡，通常在半小時至一小時內一定會送到目的地（你家）。

✕ 之所以特別提到並非工商服務，而是鑑於此App非常廣為人知可能有其他人也會推薦使用，但其他人可能沒遇過，我卻曾被外送員騷擾，詳情不贅述，總之使用時請小心，不要跟外送員有太多交流為妙。✕

衣

買衣服應該就不用教了吧，可以從Taksim開始。

我自己偏好歐美風格，去AVM可以逛H&M、Mango、P&B 諸如此類，換季折扣可以撿便宜，而且AVM的好處就是什麼品牌都有。我偏好的AVM一個是歐洲岸的Istinye Park或 Zorlu Center，還有亞洲岸的Akasya，這些都蠻新蠻大的歐美品牌都有。

去AVM另一個好處是有傢俱寢具和超市，像是MadameCOCO（一年四季都特價的毫無頭緒）、EnglishHome（很多莫名碎花）、Karaca（不知道在高級什麼）或是Özdilek 這些都能買到毛巾浴巾床單被套等等，嫌貴的話，推薦伊大後面有條路叫 Vasıf Çınar Cadd.，沿著此路一直往下（大概是西方的意思）可以走到香料市集，沿路有非常多各式織品店家，雜七雜八什麼都有（但不要在這裡換錢），逛的時候小心安全和財物。

買眼鏡相關的要 go Optik，我偏愛大型連鎖感覺可以信任的Atasun，鞋子的話 FLO有Outlet可以超便宜解決。Taksim 獨立大街分支的小巷裡其實有些二手衣物店，或是Karaköy的小巷弄裡也有，二手店大部份都不能刷卡喔（或是多收手續費）。



↳ 高級莫名的Zorlu Center 是個複合式購物中心兼大型展演廳（圖片：官網）

在伊堡如此大的城市生活，交通雍瑟動彈不得的時候除了靠北還是只能靠雙腳了。

交通卡 IstanbulKart/Akbil：要買無記名的卡非常簡單，只要到捷運或輕軌站的投幣式售票機Biletmakit就可以，但要申請記名交通卡請至 Taksim 捷運站 Gezi Parkı 出口有個小櫃檯臨櫃辦理（或是其他IETT辦公室），需備妥 1. 學生證明文件 2. 居留證 3. 大頭照（掃描完會歸還） 4. 錢。**如果你以為這麼簡單那就錯了，我總共跑了五次！！**

不只是因為居留證一個多月後才拿到，到了第四次我才終於搞懂辦學生卡需要一個**YÖKSIS 號碼**，YÖKSIS是土耳其高等教育系統，大學生的學號會被註冊在系統裡，然而我的學生證明上是個假號碼（謝謝伊大乾我請問），後來我重新到系辦嚴正表示我需要一個真的學號，他們不知道怎麼弄的反正弄出了一個讓我可以去申請學生卡。

有了學生卡搭車就便宜很多，普卡刷第一次是 2.6tl 學生卡是1.25tl，九十分鐘內第二次以上搭乘任何公營大眾運輸包含纜車渡輪都有折扣（我數學不好不要問我怎麼折扣的），如果是住比較遠一天都要搭四五次以上也可以考慮看看月票。

公車：平時跟貓巴士一樣亂竄其實不慢，但塞車就只能崩潰（下車用走的比較快真的！）

輕軌：舊城區的路段經常像真空包擠得難以呼吸，但往西邊郊區方向的車就蠻空的。

捷運：跟台北差不多快很方便，前提是你要住在捷運站附近。

Marmara：其實就是經過海底的捷運，但是因為比渡輪跟Metrobüs還快且直接到**亞洲岸的 Üsküdar**，成為趕時間到亞洲岸的第一選擇，所以人很多。

Metrobüs：神秘的高速公車，途經一些沒有捷運輕軌之地，永遠都賽滿了人，因為會從歐洲岸西邊最遙遠的展覽館(Tüyap)一直到市區有捷運輕軌的地方，最遠到亞洲岸，如果去展場當翻譯可能就需要搭這個，缺點是比其他所有刷卡的交通工具都貴喔。

渡輪Vapur：公營的是黃色大船，包含歐亞兩岸來往還有去王子島Adalar的路線，網路上查的到固定航班（是不會遲到的船會準時離岸），不趕時間有閒情逸致看海餵海鷗可以搭乘。另外也有私營的渡輪，價格不一，有時候要買船票有時候可以刷交通卡。

而在捷運YeniKapi站還有另一個渡輪站，這裏可以搭船到Yalova等在Marmara對岸的地點，可以由此去Bursa。渡輪網站：<https://www.ido.com.tr/>

Teleferik、Füniküler、Tünel：總之全部都是公營大眾運輸可以刷交通卡，只不過都短短的，我只搭過一兩次而已畢竟不趕時間的話走路都會到，懶惰走就搭。

黃色私包車 Dolmuş：以上所有交通工具都是公營，大概就是有意外政府是否承擔的差別，Dolmuş 應該是私營的只能付現，沒有公定價也很難查到確切的路線資訊，只能看車窗上的牌子或是問司機。通常我都會問司機有沒有到確切某個地點，這樣司機會告訴你多少錢而且到的時候會提醒你，我搭過的Dolmuş都快如閃電，導致我下車還覺得大地震動暈車很久，會比搭公車貴但是快。

火車：雖是公營不過市區內沒有什麼站，我也只搭過一次，在Eminönü 附近有個火車站叫Sirkeci，我在這裡買了去保加利亞夜車的火車票，不過真正搭車的車站是非常郊區。如果要去別的城市旅行，是鐵道迷的話可以搭看看，不是的話我覺得客運就很棒了。

客運：土耳其的客運業之發達大概是台灣的五倍，各個城市之間都有來往的客運，機動性非常高，畢竟機場和火車站幾乎都在郊區，客運停靠的 Otogar 則多半在靠近市區的地方。大部份客運上都有服務的小哥，上車會跟你確認目的地，途中提供茶水點心，缺點是歷時長，常常每一個半小時會停休息站開門讓大家下去抽煙（煙味會飄上車），且車上的人來歷紛雜，要小心自身與財物安全。

飛機：

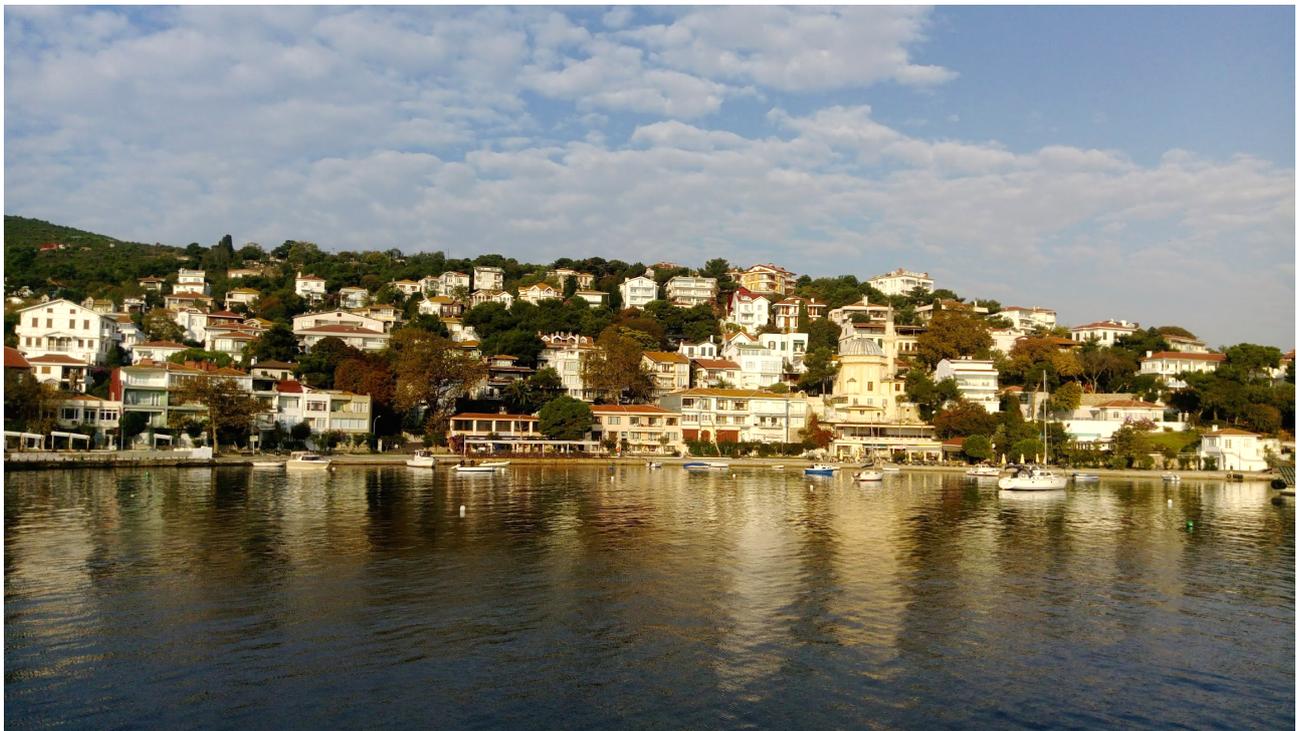
不論是國內或國外旅遊，飛機當然是種選擇。尤其是各家航空都有自己的APP，網路Check in 或是更改機票資訊都很方便，里程數有時候會加乘，還有不同Campaign 可以撿便宜，提早訂票的話國內線甚至會比客運票便宜！個人推薦Pegasus：）不過搶手的時間例如連價或週日晚上很難訂，且一定要預先看好落地機場的位置以及交通，否則在荒郊野外的機場搭計程車根本就像個待宰的肥羊司機不坑你大概是阿拉救了你。

樂

上午：早上沒事我通常不起床。如果和朋友約早上的話，多半都是找有Kahvaltı的咖啡店吃早午餐。如果熱愛大自然、健走或野餐的話，為了避開人潮，早起出門萬事不愁，市區內的 Gülhane、Taksim Gezi parkı、Maçka 都是野餐熱門地，如果不嫌遠的話 Emirgan、Hacı Osman甚至最遠我去過Belgrad Ormanı，以上這些搭捷運換公車等等各種方式大約一兩小時內都能到。又或者可以去Adalar小登山健走，建議早起因為要搭船，晚一點的船班常常會爆滿，午時到未時也不適合爬山。

下午：週末下午避開最熱的中午，上述綠地都歡迎你。或是懶人如我，下午起床就跟朋友約海邊的咖啡店喝下午茶看海，我常跑Karaköy和 Ortaköy或是就沿著歐洲岸的海岸線搭公車，看到有店有海的地方就能停下。平日下午也可以去伊堡各式博物館晃，捷運站都會有很多展覽資訊，平時經過可以多注意，去之前可以查一下休館日期和學生優惠。

晚上：伊堡有非常多的演唱會、戲劇和各式表演（像是Zorlu Center之類的地方有很專業的表演節目），很多咖啡廳或Bar也有Live Music，看個人興趣去注意相關訊息，不然晚上去逛AVM或是約朋友吃飯喝啤酒等等，基於人身安全我在伊堡不曾去夜店，但夜店哪裡沒有Taksim、Beşiktaş、Kadıköy有一大堆。



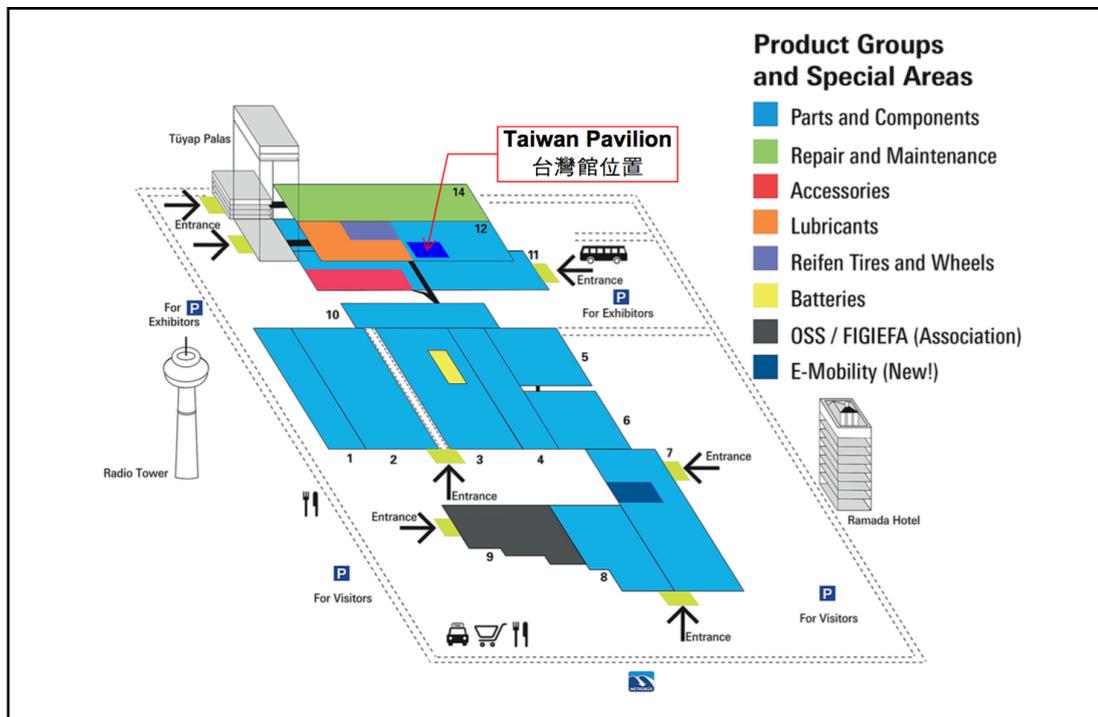
↳ 到王子島的船班不多，且到主島歷時一小時多。要清晨出發才能拍到此景喔。

工

事實上，我在伊堡的時候拿學生居留證的人依法規是不能工作的，雖然 2018年 春天曾看過新聞表示相關單位想要立法讓外國學生能夠工作，但我沒有 follow up，有此需要的人記得要注意一下。

不過要生活就要有錢。我個人的工作經驗有兩種：

- **展場翻譯**：伊斯坦堡有各種神奇的大型展覽，只要有台灣廠商來參展的可能多半都會需要有中土翻譯，這時候就有可能會有廠商來聯絡你，或是要更積極的話，可以主動和外貿協會伊堡辦公室聯繫，請他們有展覽的時候把你的資料給需要的廠商。再更主動，我有聽過直接去展場晃晃毛遂自薦的。
記得在工作前就要先講好價錢、工作地點和時數，務必要搞清楚場地在哪，還有是什麼方面的展覽，事前才能找資料，也可以跟雇主預先要一份他們的資訊來準備。通常都是資方在展會最後一天給你簽一張他們公司請款單，直接給現金。由於資方非土籍，這種打零工算是相對安全的。
- **公司短期翻譯**：大概算是可遇不可求，當時的老闆就在妥妹門口找有中英翻譯能力的人，剛好遇到我。工作內容反正就是老闆丟什麼資料給我，我就翻譯什麼。要注意的是，最開始就要講好價格還有工作內容，工作內容最好詳細一點（否則容易吃虧），像是後來我就被指派開發中國客戶、跟客戶聯繫等等……
另外，**土耳其最低薪資非常低**，這種 PT 工作（尤其又上不了檯面不受法律保護）的薪水跟展場翻譯比起來九牛一毛gibi，但若要累積經驗，短期打工瞭解一下某一產業也是不無小補，我持保留態度，不鼓勵也不反對。



↳ 接到展場工作的時候記得搞清楚展場在哪還有雇主公司性質及其他資訊，上面這個展場Tüyap就很他媽遠。我工作結束後習慣再帶Boss(們)吃飯或逛伊堡，畢竟他們可能沒來過或沒逛過，我也樂得多交幾個朋友。

六、疑難雜症

- **緊急聯絡**（在土）：消防局110、警察155、憲兵隊156、救護車 112、消服專線175
駐土耳其代表處(0312) 4367255 / (0312) 4367256 在土緊急聯絡 0532-322-7162
急難救助全球免付費專線 +886-800-085-095
- **看醫生**：我本人屬於頭好壯壯身強體健的那種，在土只感冒過兩次（秋末和春末換季各一次，這段時間同時也是大眾感冒期，尤其在語言班人少教室小，超級容易中獎），沒有需要去看醫生的外傷。但室友提過，在伊大裡面也有專門給學生看的診所，沒有大病的話可以去那裡看，比醫院便宜。原諒我從不看醫生，因此也沒有詳細問地點，有需要的話可以問同學看看。
如果真的遇到昏倒發高燒或是其他病痛需要到醫院，私立多半比公立貴，建議可以找英文好的土朋友陪你，收據等等則要保留好，土耳其保險大概是不會理賠，但回台灣也許有保險可以申請。
在土耳其，醫生開處方箋但不會開藥，藥品大都是自己去藥房買的，買一盒常常沒吃完病就好了，所以像我家裡就有室友一整櫃子的藥，小病小感冒胃痛可以問家裡有沒有常備藥。或是像我偶爾燙到，家裡有很多藥膏可擦（謝謝室友）。
P.s 不專業處方箋 = 多喝熱水熱茶(Ihlamur çayı)，三餐清淡多吃蔬果，尤其是石榴汁！
- **迷路**：我本人是路痴癩末期永遠都在找路。除了Google Map以外也可以考慮maps.me，伊堡查詢公車或船班請上 <http://www.iETT.istanbul/>，路不熟的時候我會避免搭 Dolmuş，不然一定要再三跟司機確認到目的地的哪裡（否則會在更奇怪的地方被丟下來）。奉勸大家（尤其是女孩們）問路的時候盡量找同性，如果發現對方不是很確定，請繼續再問（有時候土人不是很確定但很想幫你就會亂指路），碰到跟你要電話的請直接離開往有人的地方走。
- **遇到變態**：沒遇到大概是你命好，遇到純屬正常。瘋子神經病智能不足或變態我都遇過，反正苗頭不對就快跑，在超商的話可以找店員求救，在馬路上就去人多的地方。遇到沒事要找我攀談的七八成都是有問題的人，路過來騷擾的也有，甚至叫外賣或電信行加值都遇過傳簡訊的（所以手機號碼不要亂給）。
我很幸運，土女室友非常剽悍，傳簡訊騷擾的會打回去罵^^，雖然她告訴我想穿什麼就穿這是我的自由，但就我經驗，跟穿著打扮還是很有關係。尤其像是Aksaray這一區有非常多外國女子在做特種行業，沒事請千萬不要經過，不得已路過時請低頭快速走過，裝作不懂土語絕對不要回應任何人。

有人可能會問寒假要不要回台灣……

我的答案是，當然不要。一是土耳其的寒假（叫做Onbeş tatil）其實並不長，也不配合農曆過年，時間不見得對得上，二是平時要上妥妹和大學部的課，假日也沒什麼時間旅行，倒不如把回台灣來回機票的錢當成歐洲旅遊基金，寒假共兩三週我自己是暫停了語言班的課，到歐洲旅行兩週，畢竟來回台灣的機票錢足夠訂聯航來回歐洲城市加住宿。其實交換一年也不過短短十個月，十個月內若真無緊急需求（例如醫療或經濟問題），我認為沒有必要中途回台，反而可以邀請親朋好友趁機到伊堡找你導覽遊玩。

七、歸國之後

✈️一天一珍奶加大吃豬肉後，

記得要回政大把抵學分等等的手續辦完，交換才算圓滿結束噢！

- 抵學分：有考到語言學校C1證書（或更高或更低），都請上本系網站找到「語言證書換算學分」的表格對照自己到底可以換多少學分。另外在大學部有修課的話，請先找好政大對應學系的對應課程，而且要注意是二學分或是三學分的課，前面有提醒過，伊大歐制五學分的課，回學校都只能抵兩學分的課，（或是你有滿腔熱血和餘力可以跟學校鬥爭）。
- ➡ 看好要抵學分的課之後請列印「政治大學學生出國/國內交換選課抵免學分申請表」並妥善填寫並再三確認，千萬不要讓自己落入完結不復咬牙切齒的深淵。申請表背後需要附上「中文翻譯」的成績單& 語言證書備查，請自行土翻中，不會翻譯助教有教，去系網找。系辦審核或是抵免的開課單位審核完要再送去註冊組，大約一週後可以上網看抵免的學分有無錯誤。
- 退保證金：反正就照國合處的要求，看要參加政大新生學習週志工、學伴program、國合處服務課程等等等，我是覺得五千塊需要退，嫌麻煩的話就捐學校。
- 交換手冊：可以輕描淡寫也可以把可歌可泣的一年記錄下來像我這樣。



再見了伊堡，期待大家都能有個美好的交換經驗。