

法国篇

2016

# 留法生活手册



欧时代  
oushidai.com

&

沪江法语

BONJOUR!



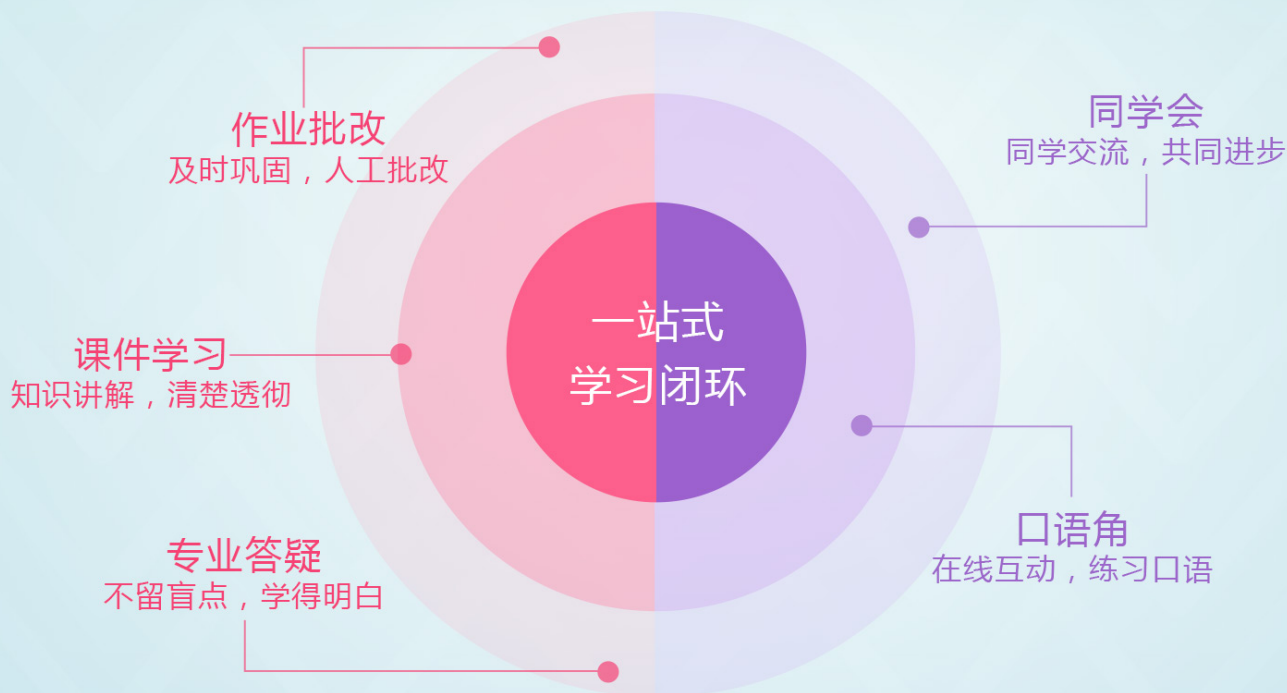
沪江网校 是专业的在线教学机构，官网class.hujiang.com，可在各应用商店搜索并下载“沪江网校”App。我们为您提供优质法语课程及教学服务。详情可咨询 QQ：800103107



法语零基础至留学【VIP定制签约班】  
系统学习 + 1V1 巩固复习

沪江法语3年随心畅学班  
3年有效期，随心学

- 🔍 **大品牌**：沪江法语诞生于2006年，2010年起推出网校课程，每年培训数万名学员。
- 🔗 **体系全**：完备的课程体系，兴趣、留学、移民、考试... 总能找到适合你的课程。
- 👍 **师资强**：庞大的教学及研发团队支持，授课教师100%具备名校或海归背景。
- 📱 **超便捷**：电脑、手机、平板都可学，随时随地，让学习没有束缚！
- 💖 **服务优**：班主任、助教贴心服务，同班学友互帮互促，学习不孤单！



— 歐洲時報 —



# 想法

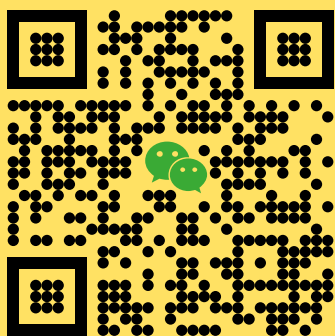
francezone

法国生活 +

我是时而严谨，  
时而逗逼的想法哥，  
和你分享  
法国各类最新资讯，  
还有各种奇怪搞笑  
有意思的事儿！

我是时尚的  
玩乐达人享法妹，  
带给你时下  
最疯潮流流行元素，以及  
哪里好吃、哪里好玩  
的第一手讯息！

## 关注我们



微信号: francezone

## 合作洽谈

✉ xiangfacontact@gmail.com

☎ +33 1 78 90 65 63





每一个独自留学在外的你，都是勇敢的英雄。

你是不是也在手里攥着飞往国外的机票跟护照的时候强忍着内心的最真实的情绪，不敢去抱一下含着眼泪的妈妈，反而笑着对家人说，放心吧，我可以的，然后一个人推着行李头也不回地走进候机大厅。

这些感受，时代君都懂。

留学是人生中非常重大的决定，在这短暂的两年、三年时间中，你忍受着思念、孤单。每天跟国内的朋友们聊聊微信，突然发现那些在国内的日子那么精彩，而现在却显得那么苍凉。一个人上学、吃饭；一个人租房、搬家；一个人逛街、坐车……用一种不是自己母语的语言努力地去沟通，你好棒。

为了更好地陪伴你，尽快地帮你们融入法国生活以及更好地体验这里发生的一切，我们特意制作了这份留法生活手册，以期你可以早日享受在法国的每一刻。

## 关于我们



欧时代

[www.oushidai.com](http://www.oushidai.com)：是欧洲时报旗下的全媒体资讯服务、社交圈搭建平台，在这里你可以看到法国以及欧洲相关的各种新鲜资讯，还可以报名参加各种有趣的活动。



新浪微博

[@欧时代](#)：这里会有关于法国及欧洲有用、有品、有趣的讯息。



微信公众号

[想法 \(francezone\)](#)：这里的人设是博学多才属于稀有资源的想法哥以及无比关爱你的生活质量且爱买买买的享法妹；

[微欧时代 \(weoushidai\)](#)：他的人设就是时代君，（偶尔不正经的时候会有时代菌的称呼）。

# 目录

准备篇 .....	05
交通篇 .....	08
住宿篇 .....	10
手续篇 .....	12
生活篇 .....	19
美食篇 .....	23
娱乐篇 .....	26
旅游篇 .....	29
安全篇 .....	31
联系 .....	35



# 准 备 篇

这是个美好而浪漫的国家，嗯 ... 这里的确挺美好的，但这是一个又浪又慢的国家，准备开始和这里的人民斗智斗勇吧。

## 一、签证

签证这块儿大家应该顺利解决了，其实签证并不难，拿出签证材料清单，一共 20 项内容，我们来划个重点，其实最重要，要准备好的就是（按顺序说）：

- 证件照 (3.5 厘米 x 4.5 厘米)；
- 填好长期签证表和 OFII 表格；
- 毕业证 (有大学毕业证便拿大学毕业证，没有的就拿高中毕业证)；
- 父母工作证明 (让父母去找他们老板要)；
- 出生公证 (需要双认证)；

# 准 备 篇

- 经济担保函（上网有模板，改一下就可以拿来自己用了）；
- 父母的银行账单；
- 法国学校的注册证明；
- 法国住宿证明；
- Campus France 面试证明原件。



护照所有的翻译件都可以我们自己来翻译，去递签时，所有的原件复印件翻译件都带齐，按着材料清单核对几次，不用慌，肯定能拿到 Visa 的。

## 二、各种证件

护照无论何时都随身带着吧，OFII 回寄给你的表格（签证发放下来之后会和护照一起寄到你家），带双认证的出生公证，高中毕业证及高考成绩，大学成绩单和毕业证（如果你有），TCF/TEF 成绩单，录取通知，证件照，驾驶证经过公证翻译也可以在法国使用。

## 三、行李

飞机一般的标准是一件 23kg 的行李，加一件手提行李；留学生机票为两件 23kg 行李，机票出票之后也可以到官网加买一件行李，法航官网参考价为 535 人民币，在网上买都是四五百块，会比机场便宜，留学生一年的家当，建议还是两件行李吧。

好啦，我们开始收拾吧，先从学习用品说吧。手提电脑，转换插头（3-4 个）；USB，纸质版拉鲁斯中法字典，记录了有用信息的个人笔记，我觉得就这五个是必需品，其他都是可选项。有人会说，那个黄色砖头那么重真的有用吗？其



如不能正常打开页面内链接，请点击右上角“...”菜单，选择在默认浏览器打开进行浏览。

# 准 备 篇

实真的有用，特别是交换生，法国老师一般都会允许带纸质版的双语字典去考试的，要不然，不带这个字典就老实地把单词全背进脑子里吧。

关于究竟应该带什么行李，推荐阅读欧时代文章

[《法国生存技能必备手册 第一话》](#)

短链接：[tiny.cc/zhunbei](http://tiny.cc/zhunbei)



## 四、常用手机 Apps

刚到巴黎那会儿，满大街还不都是小白鞋，姑娘们也不嚷嚷着让买这买那，街边的可丽饼大叔还会特别热情地多放几片火腿，约心爱的女孩看场电影，哇塞，觉得整个巴黎都是 aimable 的粉红泡泡。

慢慢地人们在地铁里开始玩起了糖果消消乐，不再有让人脸红心跳的 ICU 式邂逅（不是那个什么重症监护病房。。。）跟朋友聚会吃饭也由天南地北海聊胡说到不停地刷着 Facebook，偶尔咔嚓咔嚓用“真诚脸”来两张自拍，赶急赶忙地加上 Hashtag@ 其实明明就坐在面前的对方 ...

想知道在法国有哪些 Apps 改变你的生活，推荐阅读

[《据说法国生活被这些 Apps 承包了，你的手机还好吗？》](#)

短链接：[tiny.cc/app-fr](http://tiny.cc/app-fr)





# 交 通 篇

法 国的公共交通售票机十分好用，通常都支持英语界面，即使刚来法语不好也能自行购买。实在有购票问题，比如在巴黎的地铁站内，可以直接求助服务台（Information）或穿着制服的 RATP 工作人员。

如果你是学生，并且在 26 岁以下，是可以去申请 imagine R 的地铁卡，比普通人的票便宜一半，而且还有各种优惠。

## 我们先说怎么申领这个 Imagine R :

**第一步：**去随便哪个地铁站的人工窗口要一份申请 imagineR 的材料，是一个信封，里面是申请表格。这一步并不需要带什么身份证件啦，如果你没时间呢，找人代领也是 OK 的。



# 交 通 篇



**第二步：**拿到材料之后，按照表格上面的要求填写完整。

表格是这样的，分个人信息、学校信息、选择生效时间、第三方支付信息、签名、支付方式六个部分。

每年能在 9 月 1 日、10 月 1 日、11 月 1 日、12 月 1 日以及 1 月 1 号这些时间开始生效。

鉴于办卡需要寄信，审核材料，前后要 21 天，所以你填表寄信的时间，最好是在月初，然后在表格上勾选下个月的 1 号作为起始日期。

之前是要选分圈的，不过从去年 9 月开始不再分圈啦！

另外，大家也会有出行去远方的需求。TGV？IDTGV？以及 OUIGO 究竟有什么关联与区别，究竟又是怎样订票才能拿下最便宜的票，推荐阅读：

[🔗 《出行干货来袭，手把手教你如何订到最便宜的火车汽车票》](#)

短链接：[tiny.cc/dingpiao](https://tiny.cc/dingpiao)





# 住 宿 篇

前段时间看到准备出国的小伙伴们常担心自己会流落街头，那么现在时代君表示代表月亮来将这些疑虑与担心通通消灭。

## 一、住宿类型

首先说说几种类型的住房吧，一般来说最普遍的就是在大学生宿舍 CROUS，优点是租金便宜，靠近学校，上学方便；或者自己租房子，可以是一个人租 studio，也可以是找中国人或法国人合租；甚至可以住在法国人的家庭里 (Chambre chez l'habitant/ famille d'accueil)。

# 住 宿 篇

## 二、租房注意事项

关于租房，时代君只想告诉你擦亮眼睛，咱们去哪里找房子呢？  
这里有这几个网站：

<http://www.leboncoin.fr/>

<http://fr.chambrealouer.com/colocation>

<http://www.appartager.com/colocation-etudiant>

<http://www.pap.fr/>

推荐阅读：

[《租房子，除了法国版 58 同城，靠谱的法文租房网站  
还有一打》](#)

短链接：[tiny.cc/zhusu](http://tiny.cc/zhusu)



但同时呢，在法国租房子也是一个和房东斗智斗勇的过程，来来来，老司机带你破解法国房东的套路！这可是用无数次的租房经验得出来的永生帖 ... ..

比如关于朝向，与国内不同，法国绝大多数公寓都是单一朝向。朝南的房屋阳光充足，冬天开暖气的频率要比其它朝向的房屋少，自然受租客偏爱。所以，如果房子是朝南的，房东一般都会黑体加粗标明，生怕你瞎……同理，朝北的房间是没有房东会写的……

推荐阅读：

[《教你破解法国房东精明租房帖的所有套路！》](#)

短链接：[tiny.cc/zhusu2](http://tiny.cc/zhusu2)



# 住 宿 篇

## 三、房补 CAF

法国的房补政策，对外国学生来说，是一种特有的社会福利。不过只有自己去申请才有可能得到补助。至于房补能拿到多少，是根据你的个人情况和房屋情况而定的。

弄房补等房补是一个极为漫长的过程，千万不要对 administration française 抱有乐观态度，咱就等吧等吧等吧，来法国的好处是能充分锻炼人的耐心。

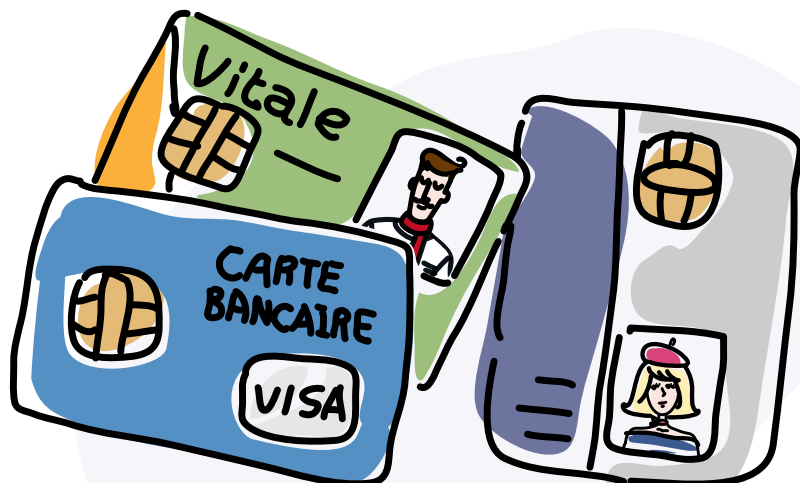
CROUS 的同学，可以在 Accueil 拿到一本 CAF 的小册子；入住后的第一个月是没有房补的，从第二个月算起，房补可能是打进银行账户，或者是减除租金的形式发放。

但这并不是说租房住的童鞋就没有房补，具体房补申请可以参考阅读：

[🔗 《生存技能第四话 关于房子的一切》](#)

短链接：[tiny.cc/zhusu3](https://tiny.cc/zhusu3)





# 手 续 篇

刚 来之后，你知道的，有一大堆的手续等着你来办理。

## 一、手机卡

最重要的就是电话卡了，在陌生环境里，保持联系，能上网找信息，网络简直是哆啦 A 梦的百宝袋呀。

法国的手机卡服务一般可选择**预充值卡** *carte prépayée* 或**套餐** *forfait*，而套餐又可分为**无合约合同** (*forfait sans engagement*) 和**合约合同** (*forfait avec engagement*) 两种，无特殊要求的话，无合约合同是首选。但是，法国办理电话套餐是必需要有银行卡的，银行卡却不是能立马办好，所以到法国之后可以先购买预充值卡 *Carte Prépayée*，之后等银行卡等办理好后再换正式套餐并

# 手 续 篇

可凭预充值卡的 RIO 号保留该卡号码。

在法国，大大小小的电信运营商非常多，而拥有自己的网络频段和基站设备的电信基础运营商（MNO）除了传统的“御三家” Orange, Bouygues, SFR 外，和新上位的 free 家，还有一堆虚拟电信运营商。哪家信号更好？这个还真是见仁见智，“御三家”的覆盖率都达到了全法 98% 以上，Free 稍差点，但一直在不断建设自己的基站。在实际使用中，特别是在郊外或者地下空间，的确会察觉到不同公司的信号强度有差别——其实主要看人品了。如果需要查询某个地点的 4G/3G 网络信号，可以到各自的官网查询：



四家基础运营商



部分主要虚拟运营商

**Orange:** <http://reseaux.orange.fr/couverture-france-mobile>

**SFR:** <http://www.sfr.fr/decouvrir-offres-sfr/reseau-sfr/4g/couverture.html>

**Bouygues:** <https://www.bouyguetelecom.fr/notre-reseau/cartes-de-couverture-reseau>

选择好中意的运营商，就可以直接购买手机卡了，推荐阅读：

[《法国生存技能必备手册 第二话》](#)

短链接：[tiny.cc/shouce2](http://tiny.cc/shouce2)



## 二、银行卡

在法国生活，银行卡太太太重要了，电话卡需要银卡，买买买需要银行卡，

# 手 续 篇

还有很多月套餐的各种交费都是从银行扣钱的。所以来到第一天或者第二天就快快去银行啦。关于法国银行的选择：Société générale, LCL, BNP Paribas, Crédit du nord 等等等，法国真的很多很多银行，列举不完。

去银行卡开卡 (ouvrir un compte)，有的需要提前预约 (prendre rendez-vous)，有的则不用。记得带齐证件，护照啊，学生卡，住宿证明这类的，反正你有什么都带在身上就对了。开卡的时候说明你是学生哦。

开卡之后，你会得到一张 RIB (relevé d'identité bancaire)，这是关于你银行卡的详细信息，如 IBAN, BIC。这一点跟中国的银行卡有点不一样，小小说明一下。当你买每月扣费套餐时，商家会向你索要 RIB。

推荐阅读：

[《来法第一件大事：银行开户！》](#)

短链接：[tiny.cc/yinhang](https://tiny.cc/yinhang)



## 三、OFII 及居留

### 1, OFII

持学生签证首次入境无需再办理学生居留证。已经获得有效期为 3 个月至 1 年的学生签证的外国学生，只要签证仍在有效期，到达法国后就无需再办理学生居留证申请（签证即具有居留证效力）。但是，在到达法国后的 3 个月内，外国学生应立即向所在地的移民局（OFII）提交《移民局证明申请表》。移民局在收到申请表后将通知外国学生



# 手 续 篇

办理签证的正式生效手续，并将参加体检。在那时时，是需要携带下面这些材料的：

- 身份证明及法国住址证明；
- 一张免冠照片；
- 法国移民局印花税票（注明 ANAEM 或 OMI 字样的），与第一次办理学生居留证税金一致。

移民局负责审核申请材料的完整性，并证明签证正式生效。那么，如果你希望在签证到期后继续留在法国，就需要在期限内及时办理学生居留证申请。一般来说，希望于签证注明期限外继续在法国学习的外国学生需要在签证到期前 3 个月申请临时居留证。建议大家提前做好准备。

## 2，签证到期后的居留申请

为了续居留，必须预先到所属地区的市政府或警察局订好约会时间，否则申请将不会被受理。这里需递交以下申请材料：

- 有效护照原件（并复印护照首页和上一次的居留）
- 去年 8 个月的学时证明
- 下一年学校的注册证明
- 住房证明
- 银行资金证明 (5000 欧 以上 )
- 最近三个月的银行对帐单
- 三张 2 寸照片

以上罗列的申请材料为基本要求，附加材料根据您所属地区的市政府或警察局的要求为准。

## 四、医保卡

法国的医疗保险有两种，第一种是基础的主险，也就是社会医疗保险（Sécurité Sociale），是强制性的，可获得最高70%的报销额度，在法生活的人都必须办理，留学生也不例外；第二种是额外补充的副险，即补充医疗保险（Mutuelle），是自愿购买的，完全或部分覆盖社会医疗保险报销之后剩下的费用。

中国学生每年保险金约190欧元。医疗保险通常由所在学校帮助学生办理，加入后学生将得到一个医疗保险号（numero de securite sociale），和保险卡（carte vitale）。这个卡在你去医院就诊、找私人医生问诊、包括去医院拿药报销什么的都是会用得到的，具体可以参考这篇文章：

🔗 [《手把手教你申请法国医保——一卡在手，就医无忧》](#)

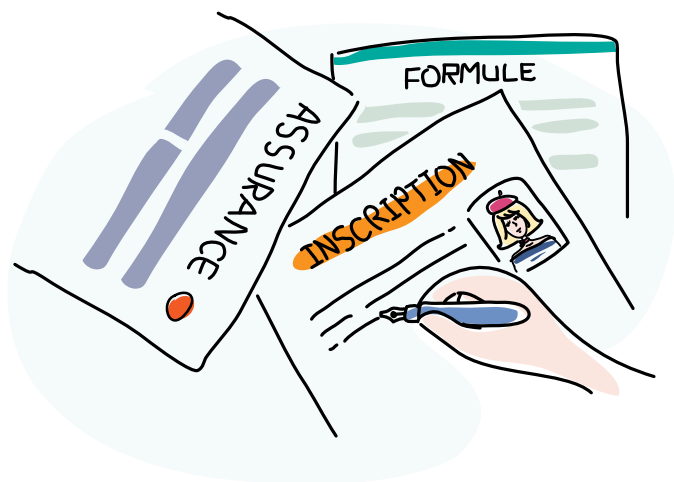
短链接：[tiny.cc/yibao](https://tiny.cc/yibao)



另外，可以加入补充医疗保险（Mutuelle），缴纳少量的金额，可提供报销差额（实付金额和社会保险报销金额之间的差额）之类的补助。对于学生来说，巴黎大区常见的是LMDE和SMEREP。

## 五、学校注册

第一天到学校，在偌大的校园里，脑子一片空白，不知往哪儿走，这是常有的事。别慌，到学校之后，问问人，找找路牌，熟悉一下校园的布局。



找 Service des Relations

# 手 续 篇

Internationales，就是国际交流处，有时这个部门也会叫 Direction des affaires internationales。这里的老师会给你指导，告诉你接下来具体的事。

根据老师的指引去 service des inscriptions 注册，接着去你所在的学院 / 系了解详情，抄课程表 (obtenir ton emploi du temps au département dont tu dépendes où à l'UFR)。

另外，就是出国时要记得带上 attestation de scolarité pour l'année en cours et dernier diplôme obtenu 上一年或是过去获得的成绩单，文凭，建议可以在国内把这些文件找有认证的翻译将其翻译为法语版。

更多关于学校注册和保险的内容，推荐阅读：

[《生存技能第三话 关于学校和保险那些事》](#)

短链接：[tiny.cc/baoxian](http://tiny.cc/baoxian)



**推荐：**下面想法哥给小伙伴推荐我的法语学习“老师”——沪江法语，他们的在线语言课程真的很实用，保证无论你何时、何地，都能接受到课程的培训和老师 1 对 1 的辅导～这里还有众多法语学习小伙伴一起交流玩耍哦！



微信号：hujiaofafr

## 沪江法语

在这里 找到与法语有关的一切

沪江网校法语课程  
法语学习工具  
新鲜法语资讯  
互助学习社区



# 生 活 篇

## 一、超市

法国大大小小的超市非常多，有像 CARREFOUR（家乐福）和 AUCHEN（欧尚）这样的大型超市，也有像 MONOPRIX、CASINO、ED、LIDL、MARCHE U、MATCH 等这一类的中小型超市。在这里告诉大家一个 tips：法国最便宜的超市可能要算是 LIDL 了，如果想省钱的话，去 LIDL 准没错！

同时，我们整理出来了法国超市里这些个好吃的东西，点开看，不会失望的：

🔗 [《在法国超市最不该错过的好东西有哪些？》](#)

短链接：[tiny.cc/chaoshi](https://tiny.cc/chaoshi)

🔗 [《法国最新超市价格大比拼 去超市你真的买对东西了么》](#)

短链接：[tiny.cc/chaoshi2](https://tiny.cc/chaoshi2)



# 生 活 篇

玛莎超市里的东西，真的是打开了时代君在法枯燥生活的一扇大门，因为这里好好吃的东西真的特别多：

🔗 [《Marks & Spencer，玛莎超市里的好物推荐！》](#)

短链接：[tiny.cc/chaoshi3](http://tiny.cc/chaoshi3)



对了，还有中超的信息，时代君这里可以提一下，巴黎的话，3区的新今日、13区的陈氏、巴黎士多以及20区的中国红这些中国超市完全可以满足你对中国制造的需求。甚至可以买到韭菜。

## 二、文具

虽然并没有练过字，但是每次写东西的时候，总会特意把字写得很大。你问我为什么吗：因为这样会成为 Bigger 满分的人啊！所以，总是费笔也费纸，慢慢地因为常常得去补给变成了十足的文具控，即使面对国外高昂的物价，也毫不退缩。



好多人都只知道 MUJI 的文具好看，Moleskine 的文具好贵，为大家推荐巴黎最有 Feel 的“文具店”，如果你恰好也是喜欢书写乐趣的同道中人，那你肯定因为看到这篇文章而乐开了花，我们说得很正经的。

🔗 [《巴黎最有 Feel 的十家文具店！据说看完的人都拔草了》](#)

短链接：[tiny.cc/wenju](http://tiny.cc/wenju)



# 生 活 篇



## 三、集市

作为大巴黎郊区居民的时代君在周末最热衷的一件事情叫做赶集。因为在周日早晨睡到自然醒的时候才猛然想起，不对啊，今天超市不开门啊。一阵忙乱之后发现，明明还有旁边的集市运作中。而且，食物新鲜，人群嘈杂，一派市井气息。

这篇文章给大家选送了巴黎生活中最有味道，最有内涵的代表性集市，享受巴黎生活，从赶集开始：

🔗 [《巴黎生活有一种时髦，叫做赶集》](#)

短链接：[tiny.cc/jishi](https://tiny.cc/jishi)



## 四、药妆

这篇法国药妆产品可是享法妹根据各国网友和同事的安利，结合自己亲身使用体验做出的总结，可信度是真的高的。

这里面有全世界五湖四海博主一生推的保湿霜，有只需一两片卸妆棉就可以把防水眼妆卸得干干净净的卸妆水，反正不看一生悔。。。

🔗 [《享法妹亲试走心法国药妆推荐》](#)

短链接：[tiny.cc/yaozhuang](https://tiny.cc/yaozhuang)



# 生 活 篇

法国药妆店大致分为 Parapharmacie 与 Pharmacie 两种，Pharmacie 属于传统药局，一定要有药剂师驻店，可以销售处方药和药妆护肤品。而 Parapharmacie 则类似日系的药妆店卖护肤品和一些生活必需品。

这篇文章中就有为给大家介绍几种药妆店里的神奇小物件：

🔗 [《法国药妆店里除了药和化妆品，这些是你生活中必不可少的东西》](#)

短链接：[tiny.cc/yaozhuang2](https://tiny.cc/yaozhuang2)





# 美 食 篇

吃吃，才是一个吃货追求的人生境界。身在异国他乡，安顿好中国胃才是正经事儿。当然，时代菌也知道你有疑问，所以我们还是好好给大家捋一捋这些好吃的地方。

在巴黎，按照这份清单吃就对了。

周末清早，总是会希望会有好吃的 brunch 来喂饱肚子。

晃悠悠起床后换上一身舒服干净的衣服，溜达着出门找一家好吃的餐厅吃上一天的第一顿。胃不空了，才能 have a nice day 吧。

[《巴黎早午餐地图，吃的就是周末的那份舒适 ...》](#)

短链接：[tiny.cc/zaocan](http://tiny.cc/zaocan)



# 美食篇

其实巴黎真的是世界人民的巴黎，在这里你可以吃到来自世界各地的美味。比如 opera 附近齐聚的日韩系，这里有份韩国料理清单，尤其是服务你的欧巴操着一口韩语腔调的法语，这真的不是在偶像剧里吧。

🔗 [《巴黎韩式料理 TOP10 推荐》](#)

短链接：[tiny.cc/hancan](http://tiny.cc/hancan)



素有欧洲美食王国之称的法国，眼睁睁地看着子民们的味蕾被美式快餐界种子选手——汉堡所攻陷。其实标准的汉堡还是很好吃的，千万不要因为快餐的某基和某麦害了你的审美。

🔗 [《你在祖国的怀抱里吃这吃那，我只能在五月的巴黎买个汉堡》](#)

扫描右方二维码或拷贝短链接：[tiny.cc/hanbao](http://tiny.cc/hanbao)



BBQ 才是法国人的真爱呀，这真的是 soiree 的保留曲目。但讲真，究竟哪家才好吃，

🔗 [《巴黎烧烤哪家强？》](#)

短链接：[tiny.cc/shaokao2](http://tiny.cc/shaokao2)



当然，作为土生土长的中国胃，还是爱中餐的，身为北方姑娘的时代菌的人生

# 美 食 篇

中离不开饺子，尤其是韭菜鸡蛋馅的，我给一万个赞。

🔗 [《舒服不如倒着，好吃不如饺子——盘点巴黎饺子馆》](#)

短链接：[tiny.cc/jiaozi](https://tiny.cc/jiaozi)



对不起，还是觉得面食系是安慰人生的美好产品，蛋黄流沙包、翡翠虾饺、口味叉烧包，光听这些名字，时代菌都要把持不住了：

🔗 [《如何在巴黎吃地道的中式点心》](#)

短链接：[tiny.cc/dianxin](https://tiny.cc/dianxin)

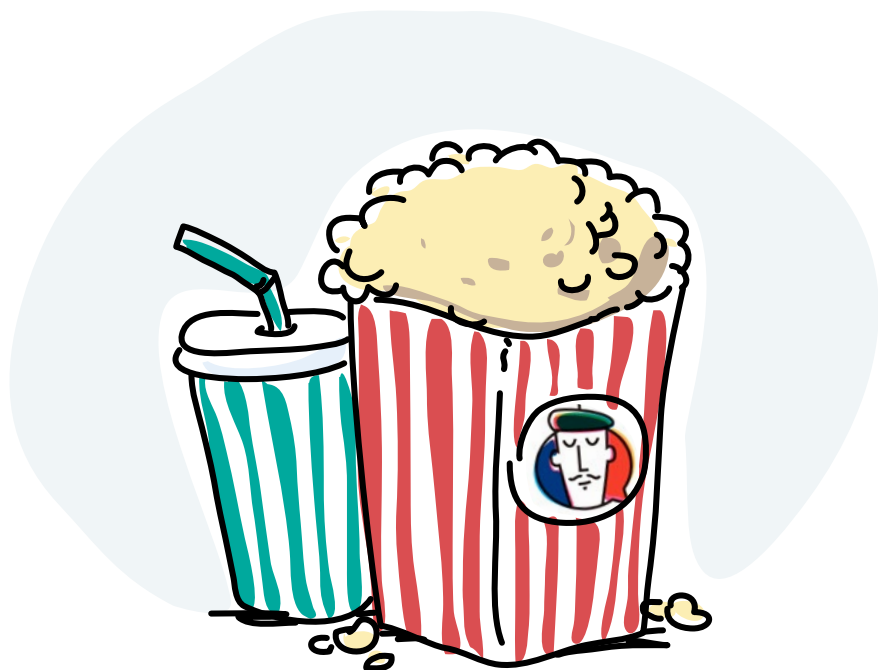


十三区就是巴黎的唐人街，但这里有哪些让你垂涎的中餐馆，我们也是一一测试过的：

🔗 [《巴黎十三区的亚洲餐馆，到底有哪些值得一吃》](#)

短链接：[tiny.cc/zhongcan](https://tiny.cc/zhongcan)





## 娱 乐 篇

### 电影院

在法国，特别是大城市，影院遍地都是，比较常见的有 [UGC](#)，[Gaumont Pathé](#)，[MK2](#) 等，都是大的连锁商业影院。此外，还有不少小的独立影院，长期放映经典老片和口碑好的新片，电影票价也相对商业影院便宜。

关于商业影院的票价，以 UGC 为例简单介绍一下，其他影院相差不多：

- 单人年卡：20.08 欧 / 月，可随时 1 个人在任意 UGC 影院观看任何电影
- 双人年卡：35.5 欧 / 月，可随时 2 个人在任意 UGC 影院观看任何电影
- 5 连票：32 欧，可在周日 19 点至下周五 19 点之间任意 UGC 影院观看 5 场电影
- 5+ 连票：41.5 欧，可在任意 UGC 影院观看 5 场电影并无时间限制
- 单人的话没有折扣价格是 14 欧，学生为 8 欧

最后，必须安利一个法国版的豆瓣：[AlloCiné](#)——法国一个商业性电影网站，也有 app。在这里，不仅能找到各种电影讯息，比如查一查全法任何一家电影

# 娱 乐 篇

院在上映什么电影啊，也可以输入你的邮政编码，找找距离你最近电影院的位置啊等等，院线资料一应俱全。而且，还能了解到法国人对于各大电影的评价，看看法兰西人民的脑洞是不是跟我们一样大，喜欢电影的童鞋们一定不能错过。



## 迪士尼乐园

Parc Disneyland，巴黎迪士尼乐园，是孩子们的天堂，也是大人们寻梦的地方。它于1992年正式开放，是世界上第四个迪士尼乐园，也是欧洲最大的文化娱乐度假中心。

这里有篇文章给你介绍了如何更好玩转巴黎迪士尼乐园，从交通到 fastpass，从如何合理地安排时间到细致的游玩项目，看这篇就够了：

### 🔗 [《巴黎迪士尼公园全攻略》](#)

短链接：[tiny.cc/disneyland2](http://tiny.cc/disneyland2)



对了，还要给大家安利我们的网站 [www.oushidai.com](http://www.oushidai.com)，你可以在这里找到任何你想要的活动信息。入驻的大小小小 60 多家活动机构中，基本都立足于法国，带你结识志同道合的华人小伙伴，进军法国当地活动交友圈。踏青，徒步，出游，在法国活动腿脚的好玩意都可以在这里找到。同时有巴黎第一手派对、Soirée 的热点信息，每一个无聊的白天或夜晚，我们告诉你怎么 high，再也不会错过那些感动灵魂的演出。

## 大欧洲 小时代

你，来了这个美丽、自由的国度，还窝在家里长蘑菇吗？欧时代活动版块，为你提供最丰富的法国各类有趣活动，带你走出家门，探索奇妙法兰西。

星期 一 梵高画展	星期 二 主题讲座	星期 三 睡衣夜跑小分队	星期 四 新古典音乐会	星期 五 Afterwork 露天party	星期 六 巴黎骑行环游 + 动物园之夜	星期 日 露天电影音乐节
--------------	--------------	-----------------	----------------	---------------------------	------------------------	-----------------

出行 讲座 派对 展览 活动

# 娱 乐 篇

为了迎接新生，欧时代的活动机构也纷纷推出迎新活动、以及各种吃穿住行方面的实用优惠。九月份精彩纷呈的各种活动就在这里了，点击活动标题可以查看详情。



## SEPTEMBRE

Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

4

11

**巴黎户外**  
-  
南法潜水  
(9.11-9.17)

18

**巴黎学联**  
中秋游船

巴黎婚博会

25

Techno  
parade  
电子乐大趴

5

12

百年油画展  
-  
关于女性意识的讨论

19

舞台剧  
《茶花女》  
(9.17-10.15)

26

**A2Z 画廊** -  
Hom Nguyen  
个展  
《Inner Cry》

6

13

巴黎动画节  
(9.13-9.18)

20

Famillathlon  
全民来运动  
(9.17-10.2)

27

外国文化周  
15周年  
(9.23-10.2)

7

**Nihao-Paris**  
法语 mini 课  
&  
“1 对 1”  
语言交换  
(每周三)

14

巴黎三区  
喜迎中秋  
系列活动  
(9.14-9.17)

21

**海朋森乐队**  
欧洲巡演  
巴黎站

28

**奥赛博物馆**  
-拿破仑第二  
帝国 (9.27-  
2017.1.5)

1

8

巴黎设计周  
(9.3-9.10)

15

Le Festival  
des Solistes  
à Bagatelle  
古典音乐会  
(9.3-9.18)

22

L'Art de  
crâner  
惊奇骨骼展  
(9.1-10.2)

29

Nihao-Paris  
每周四 1 对 1  
中法语言交换

2

9

**巴黎舞协**  
-  
古典舞体验

16

Timéo 马  
戏音乐剧  
(9.16-  
2017.1.8)

23

Fête de la  
Gastronomie  
法国美食节  
(9.23-9.25)

30

巧克力  
艺术展  
(9.30-10.2)

3

10

Violette  
Sauvage  
古着二手集  
(9.10-9.11)

17

**欧棒巴黎**  
- CITYWALK  
发现蒙马特

巴黎风林火山  
跆拳道试课

24

全欧最大  
whiskey  
展销会  
(9.23-9.26)



## 旅 游 篇

我们不妨先把巴黎好好逛逛，按照区域分类，时代菌早早给你准备好了一套附加了文化 + 店铺 + 故事的路线图。

比如，你可以先去玛黑区，这是时代菌的力荐之处，有好吃的小吃，也有清新款的店铺：

🔗 [《有意思的玛黑区，在文艺气息中寻找犹太文化》](#)

短链接：[tiny.cc/mahei](http://tiny.cc/mahei)



而从圣日尔曼到卢森堡公园的拉丁区也是一段有历史的存在

🔗 [《老实说，我一直搞不太清楚到底左岸的那部分算是拉丁区》](#)

短链接：[tiny.cc/lading](http://tiny.cc/lading)



# 旅 游 篇

如果在巴黎只知道塞纳河的话，那也太不像话了。顺着巴黎这几条运河走一圈，真的是休闲巴黎最值得赏味的事情。

[《细说巴黎三大运河 Canal Paris》](#)

短链接：[tiny.cc/yunhe](https://tiny.cc/yunhe)

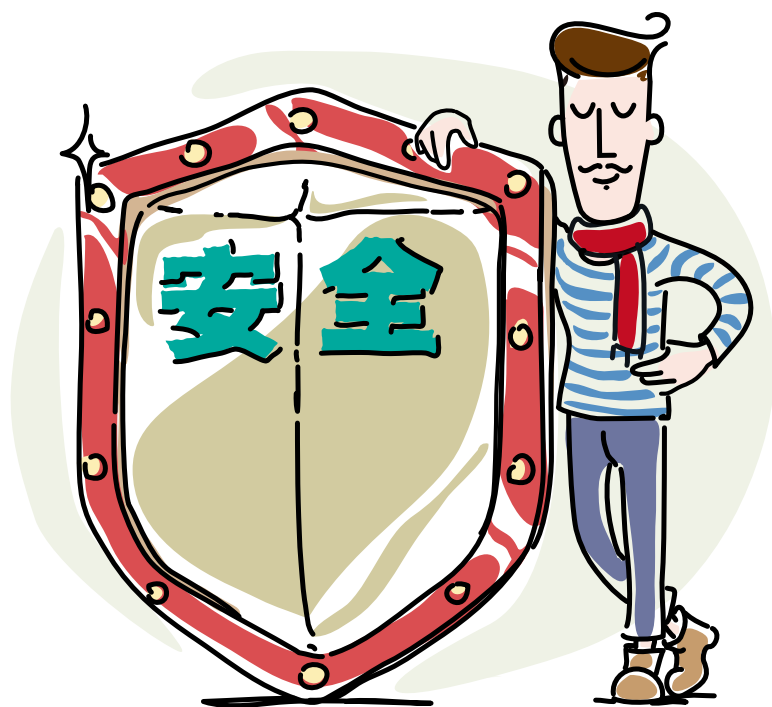


当然，我们也可以去远郊走一走嘛，反正现在大家买地铁票也是 1-5 圈的都买了，那何不在周末的时候走起来呢？

[《不可小视的 Navigo，远郊火车带你免费游周边小镇》](#)

短链接：[tiny.cc/yuanjiao](https://tiny.cc/yuanjiao)





# 安 全 篇

法国总体治安状况良好，重大刑事犯罪和暴力伤害案较少。但在巴黎、马赛等城市的一些旅游景点、公共场所和少数街区，针对个人，特别是华人、中国游客、留学生等的抢劫、盗窃案件时有发生。

## 一. 常见作案手段

- 摩托车飞车抢劫或砸车窗抢夺乘客放在明处的手包等；
- 陌生人主动搭讪，或佯装求助，或在人多处有意贴近、碰撞，分散注意力后，同伙伺机抢盗；
- 冒充警察或便衣警察，要求检查证件、皮夹等，趁机盗取财物；
- 在旅游景点和地铁内，一群少年突然围上来，抢夺背包或其包内贵重物品和现金，然后迅速逃离现场。



如不能正常打开页面内链接，请点击右上角“...”菜单，选择在默认浏览器打开进行浏览。

# 安 全 篇

## 二 . 主要作案地点

- 公共场所，如机场、火车站、地铁、快线车站和车厢等；在巴黎环城路与戴高乐机场高速路交汇处（法兰西体育场附近）常发生摩托车劫匪砸车窗抢劫案件。
- 巴黎著名旅游景点，如香榭丽舍大街、埃菲尔铁塔、巴黎圣母院、卢浮宫、凡尔赛宫、枫丹白露宫、蒙马特高地（红磨坊）等地和巴黎地铁、机场至市区的郊区快线内，上述地区均有盗窃团伙。此外，在老佛爷商场、春天百货等大型商场内也多次发生盗窃案件和尾随偷抢案件。
- 外国游客较多的酒店内或附近小巷；
- 法国南部马赛、尼斯等地的治安状况欠佳，常发生抢盗案件。

## 三 . 建议和提醒

- 避免随身携带大量现金，避免穿戴名牌服装、背名牌包、佩戴金、银首饰、名牌手表，尽量刷卡消费，使用有密码的银行卡，钱财或贵重物品勿外露；
- 妥善保管好护照、居留等重要证件并备好复印件；
- 如遇盗抢，请向就近的警察局报案，或拨打法国全国报警电话 17，但法国报案需时较长，需有一定心理准备；如丢失信用卡或银行卡，请尽快挂失；如丢失证件，请尽快联系我驻当地使、领馆补办；
- 避免夜间独自外出，尽量在人多的街道上行走，不去不健康的酒吧或俱乐部等娱乐场所。

## 四 . 驾车

法国不承认中国驾照，但学生身份期间，中国驾照经翻译公证后可在法国使用。在法国驾车除了遵守法国交通规则（强烈建议先熟悉一下法国交规再上路），注



# 安 全 篇

意交通安全外，别忘了防范偷车和飞车抢劫。贵重物品最好随身携带，手提包、手提电脑、摄、照相机等勿放在明处，最好提前放在车辆的后备箱内，应避免摇下车窗，在遇红灯或在堵车时要留意靠近的摩托车。停车应尽量选择公共停车场，停车后务必确认锁好车门。

行车途中，司机和乘客均应系好安全带，如在高速行驶路段因故停车，应停在安全带上，下车时应穿上黄色警示背心。

## 五 . 海滩

在法国西部大西洋海岸、北部布列塔尼和诺曼底海滩，经常有潮汐和巨浪。到海滩时应留意海滩上的安全指示旗，要在有救生员看护的海滩游泳。

## 六 . 巴黎各区

巴黎的安全情况一直是大家非常关注的问题，相信每个来巴黎的人估计都会针对巴黎的安全问题做大量的功课。那我们给大家找来的不仅仅是根据区域划分的安全贴士，它可能是目前为止最详细的巴黎安全攻略。

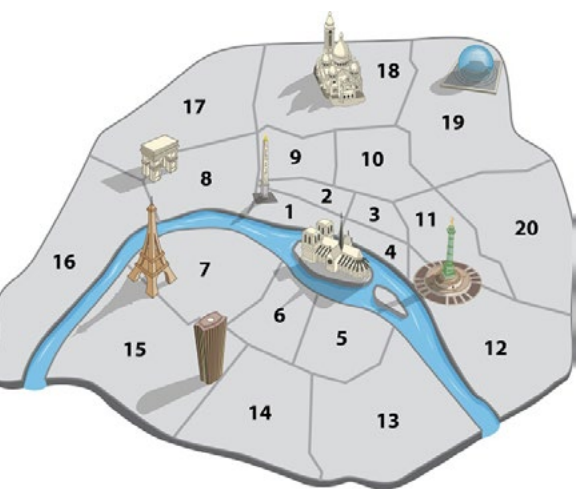
笼统地介绍一下概况。整个法兰西岛 île de France 由大巴黎和小巴黎组成，小巴黎 75 省就是传统意义上的巴黎 Paris，被划分为 20 个区，而大巴黎指的是巴黎近郊和远郊，92, 93, 94 省为近郊，77, 78, 95 省为远郊。

其中 93 省是万恶之源，臭名昭著已经无需再提，以 93 为起点向外扩散的小巴黎 20 区，



如不能正常打开页面内链接，请点击右上角“...”菜单，选择在默认浏览器打开进行浏览。

# 安 全 篇



19区，18区，以及和20区，19区，18区接壤的10区，17区的某部分，11区的某部分也逐渐沦陷。其他的区域，1区8区比较繁华，5区6区7区充满了老巴黎的风情，阳光一洒很是惬意，15和16两个区则是出名的富人区。

[《这可能是目前为止最详细的巴黎安全攻略？》](#)

短链接：[tiny.cc/anquan](https://tiny.cc/anquan)



当然，我们也真的不希望这样糟糕的事情发生在你的身上。遇到过旅游十几天被抢两次的，也遇到过待了几年啥事也没有的。上述内容不过是个人感受或者综合了小伙伴的经历，毕竟是概率性的事件。但是一旦有不测发生，记得这么做，首先向路人求救，并立刻报警；挂失银行卡；也别忘了去警察局录口供。

[《在法国被抢劫后，我们到底应该做些什么...》](#)

短链接：[tiny.cc/anquan2](https://tiny.cc/anquan2)



我们这里还是给大家列举几个法国实用电话号码供参考：

- 报警电话：17
- 火警电话：18
- 医院电话：15

感谢巴黎学联安全手册对部分内容的贡献

# 联系我们



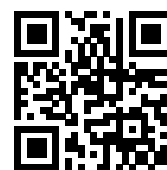
网址: [www.oushidai.com](http://www.oushidai.com)

地址: 48-50 Rue Benoît Malon,  
94250 Gentilly, France

电话: +33 (0)1 78 90 65 62

传真: +33 (0)1 78 90 65 69

邮件: [multimedia@oushinet.com](mailto:multimedia@oushinet.com)

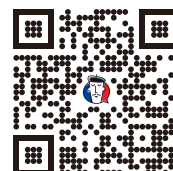


欧时代网站



微信公众号: 想法

微信 ID: francezone

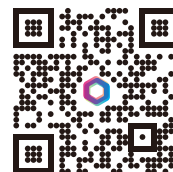


想法微信



微信公众号: 微欧时代

微信 ID: weoushidai



微欧时代微信



微博: [欧时代](http://weibo.com/francezone)

微博链接: <http://weibo.com/francezone>



欧时代微博



如不能正常打开页面内链接, 请点击右上角  
"..." 菜单, 选择在默认浏览器打开进行浏览。



À BIENTÔT!



oushidai.com

&



fr.hujiang.com