



法国学习与生活

柳星
法国布莱斯.帕斯卡大学博士后研究员
2014年12月



■ 内容

- 出国的意义
- 学校/课业安排/实习/生活水平/住宿条件/气候/治安/娱乐
- 法国教育的特点

■ 出国的意义

出国学习交流的价值何在？

1. 开阔眼界

不同的生活方式、学习方式、思维方式

2. 独立生活能力的培养

自己买菜，做饭，洗衣，理发，搬家。。。



■ ISIMA 学校

法国计算机领域的工程师大学



■ 课业安排

课程设置：

- 课程设置面较广
- 每门课的课时不多
- 没有太多应试的内容（解题）

课后作业：

- 相对较多
- 主要以项目为主
- 需要几个组建团队合作

■ 找实习情况/毕业后发展

找实习情况：



- 计算机工程师学校（Grande école publique d'Ingénieurs en Informatique）
- 留学校实验室实习（法国CNRS国家科学研究中心LIMOS实验室）
- 或去公司实习（德国、瑞士、法国、意大利）

毕业后发展：

- 回国找工作（可借助国外留学的经历）
- 国外公司找工作（实习成绩良好，公司会续签合同）
- 国外大学读博（留LIMOS实验室实习，实习成绩良好，申请到读博奖学金资标）

■ 生活水平

生活环境非常好

- 水质（可直接饮用）
- 空气



■生活水平

- 交通便利
(到市正中心15分钟，定点)
- 购物方便
- 舒适，适合生活



■ 生活水平

生活成本非常低（350欧/月）

- 住房：100-170欧（住学校，免水费、电费、暖气、上网费）
- 饮食：食堂（套餐3欧元）、自己做饭（每个月150欧足够）



■ 住宿条件

传统chambre

- 15平方米/9平方米
- 无独立卫生间，无独立厨房
- 费用：150欧/月
- 房补后：120欧/月

装修过的chambre

- 15平方米/9平方米
- 有独立卫生间，无独立厨房
- 费用：240欧/月
- 房补后：150欧/月



■ 住宿条件

Studio单人套间

- 30平方米/20平方米
- 有独立卫生间，有独立厨房
- 费用：295欧/月
- 房补后：170欧/月



■ 住宿条件

Studio单人套间

- 30平方米/20平方米
- 有独立卫生间，有独立厨房
- 费用：295欧/月
- 房补后：170欧/月



■ 饮食（食堂）

食堂：3欧/套餐

面包免费、1盘生蔬菜、1盘肉类、1个水果、1杯酸奶



■ 饮食（食堂）

食堂：3欧/套餐

面包免费、1盘生蔬菜、1盘肉类、1个水果、1杯酸奶



■ 饮食（自己买菜做饭）

自己做饭，每个月150足够

- 面包：0.6-1.5欧/kg
- 油：1欧-4欧/L
- 大米：1-2欧/kg
- 土豆、胡萝卜、西红柿：1-2欧/kg
- 肉类：3-10欧/kg（较便宜）
- 苹果：1欧/kg
- 牛奶：0.6欧/L（较便宜）
- 蜂蜜：4欧/500g
- 锅：5-15欧/个
- 西兰花、洋葱头、生菜、包菜、色拉菜、大葱、花菜

比较贵的

- 鱼：10-15欧
- 中国新引进的蔬菜（青菜、大白菜、大蒜、苦瓜等）



■ 饮食（法国美食）

头盘（色拉，面包）

主食（肉类+配菜）

甜点+奶酪



■ 饮食（法国美食）

头盘（色拉，面包）

主食（肉类+配菜）

甜点+奶酪



■ 饮食（法国美食）

头盘（色拉，面包）

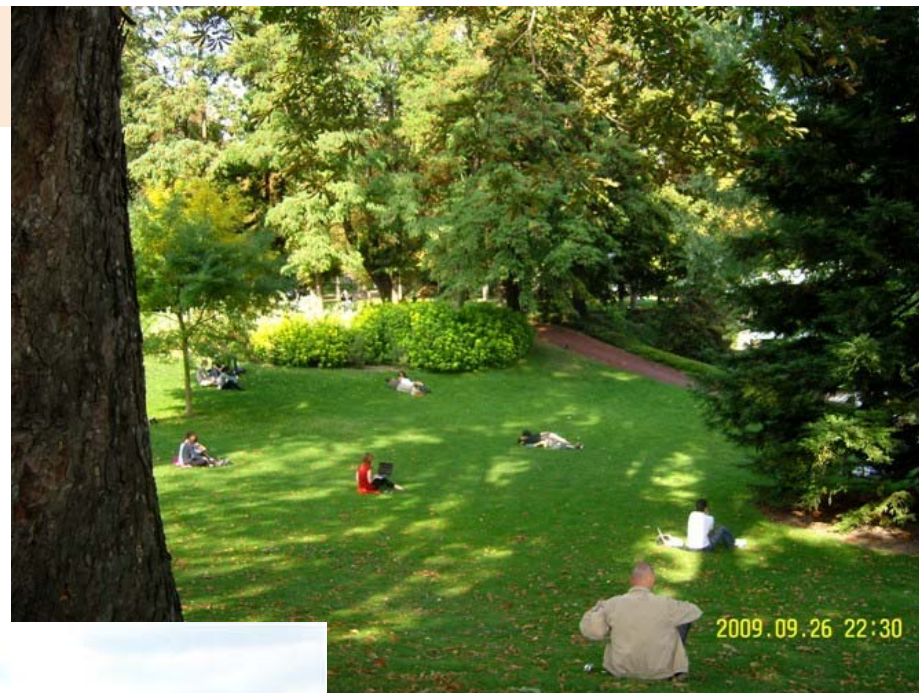
主食（肉类+配菜）

甜点+奶酪



■ 气候

- 维度和北京差不多
- 夏季：18-30度之间
冬季：-5 到10度之间（暖气，下大雪）
- 比较干燥，湿气不重



■ 气候

- 维度和北京差不多
- 夏季：18-30度之间
冬季：-5 到10度之间
- 比较干燥，湿气不重



■ 气候

- 维度和北京差不多
- 夏季：18-30度之间
冬季：-5 到10度之间
- 比较干燥，湿气不重



■ 治安

- 相对非常好（人少，比较和谐安宁）
- 法国本地人素养较高
- 外来非洲移民（非洲、阿拉伯人）



■ 娱乐

ISIMA有个公共的娱乐场合
(玩游戏, 打扑克, 看电影, 烧烤, 跳舞等)



■ 娱乐

电影节、艺术表演、
音乐节、狂欢节、法国国庆



■ 娱乐

电影节、艺术表演、
音乐节、狂欢节、法国国庆



■ 娱乐

电影节、艺术表演、
音乐节、狂欢节、法国国庆



■ 娱乐

- 中国留学生学联
(卡拉OK比赛、篮球赛、羽毛球比赛、新年聚会等)
- 孔子学院 (各类文艺表演)



■ 娱乐

- 中国留学生学联
(卡拉OK比赛、篮球赛、羽毛球比赛、新年聚会等)
- 孔子学院 (各类文艺表演)



■ 娱乐

- 欧洲外出旅游



■ 城市

以教堂为中心



■ 城市全景



■ 城市

著名的火山



■ 市区建筑



■ 郊外全景



■ 郊外风景



■ 郊外风景



■ 郊外风景



■ 法国精致的教育（思维教育）

法国高考作文题（2008年文科）

1. 语言是否可以忠实地反应思维
(Le langage trahit-il la pensée)?

2. 历史的客观性是否意味着历史学家的公正性
(L'objectivité de l'histoire suppose-t-elle l'impartialité de l'historien)?

3. 评点叔本华在《作为意志和表象的世界》一书中的一段有关匮乏和欲望满足的论述；“欲望，也就是匮乏，是所有快感的前提条件…所以，所谓心满意足不过是相对于痛苦而言的某种需求的满足”

Commentaire de texte : un passage de "Le monde comme volonté et comme représentation" d'Arthur Schopenhauer, sur les rapports entre le désir comme privation, et la satisfaction de ce désir. Extrait : "Le désir, en effet, la privation, est la condition préliminaire de toute jouissance. (...) Donc la satisfaction, le contentement ne sauraient être qu'une délivrance à l'égard d'une douleur, d'un besoin."

■ 法国精致的教育（思维教育）

法国高考作文题（2008年理科）

题1：艺术是否改变我们的现实意识？

(L'art transforme-t-il notre conscience du réel ?)

题 2：演示是否是确认现实的唯一手段？

(Y a-t-il d'autres moyens que la démonstration pour établir une vérité ?)

题 3：评论叔本华《意志与表象的世界》中的一段文字

(Texte d'Arthur Schopenhauer, extrait de Le monde comme volonté et comme représentation)

■ 法国精致的教育（思维教育）

法国高考作文题（2008年经济社会科(économique et social)）

题1：人们是否可以不受磨难而满足欲望？
(Peut-on désirer sans souffrir ?)

题2：认识他人是否比认识自己更容易？
(Est-il plus facile de connaître autrui que de se connaître soi-même ?)

题3：评述托克维尔《论美国的民主》中一段文字
(Texte d'Alexis de Tocqueville, extrait de De la démocratie en Amérique)

■ 法国精致的教育（思维教育）

2010年高考作文

- 湖北省高考作文：

材料…

幻想推动现实，幻想照亮生命，幻想是快乐的源泉……

- 法国：

快乐取决于我们吗？

Dépend-il de nous d'être heureux ?

- 法国文化作用力

- 1) 名人（伏尔泰、卢梭、雨果……）

- 2) 诺贝尔奖 (50多人) …

■ 法国学习生活所面临的机遇与挑战

- 机遇：

不同的生活学习环境、不同的体验

- 挑战：如何适应？

如何独立地照顾好自己的生活（饮食，起居）

如何利用独处的时间（过度打游戏、聊天消遣）

- 建议：

好好学习，照顾好身体

兴趣：爬山，跑步，骑车郊游，打打篮球，吉他，传统文化方面的书籍



祝愿大家去法国
生活学习愉快，实现自己的梦想！

谢谢！

