

A. 學校簡介

Hradec Kralove 是位在捷克首都布拉格火車車程 1.5-2 小時的城市，而當地的其中一間大學就是 University of Hradec Kralove，有資訊管理學院、教育學院、理學院、哲學院等，學校位置交通算便利，但與宿舍有一段距離，大概 10-20 分鐘的公車車程。而學校部分辦公室位於 HK 的老城區附近，並不是在主要校園內，領取宿舍補助的時候可以注意一下。雖然中山的交換生會被劃分在管理學院，但也可以跨院修課，管理學院本身就提供多樣化的課程，除了語言課、體育課外，也有行銷、會計、資訊類的課程可供選擇，十分適合想抵學分的同學們。

B. 國外研修之課程學習（課內），另外推薦受益最多/最喜歡的課程

我修的課有以下四堂：

1. business English

英語相關的課都十分熱門，如：Practice English、business English 等，建議初選階段就先選上，再來決定要不要退，而一堂 business English 就有多個時段可選擇，會再選上後再寄信給負責人告知想要的時段。

上課教的東西與多益相關，但更多工作中活用的部分，老師會點同學輪流請同學作答講義上的內容，雖然每週都有作業，但老師不會拿去批改，而是在上課對答案。

評分只有筆試期末考，滿分為 50 分，老師會在考完的下一堂課檢討並公佈成績。考試內容不難，都是考上課講義裡的東西。

2. Project Management(受益最多/最喜歡的課程)

第一堂課教理論比較枯燥乏味，後面開始要計算、實作一些專案規劃的小題目，但不難，好比說安排假期想去哪之類的，主要是計算的部分大推，結合一點簡單的財管，如：ROI 等等內容，老師教得很清楚易學，十分推薦！

評分分為作業與考試，每週都有個人作業，本堂課無團體作業，只有課堂上一兩次團體合作討論看法分享而已，十分推薦喜歡個人作業的同學，每週的個人作業不難，就是老師上課教的東西。

期末考是考計算的部分，老師會在考前兩週說明考哪些部分，好好練習就可以拿到滿分。

3. Czech language for foreigners

跟 English 課程一樣，有多個時段可選擇，但一開始因為禮拜一的人數太少，負責人本來有點強迫意味的想要調換幾位禮拜二的同學過去，讓本來已經安排好個人計畫的同學感到困擾，所幸後續沒有執行。

我選的這個老師上課比較不是照課本來上，而是老師打在電腦上直接教，對於平常比較少接觸外語學習的同學來說，這種教法可能有點困擾，但因為我個人有過往學習日韓語的基礎，大概了解老師的教學邏輯，在加上老師人很 nice，不會當人，所以我挺喜

歡這個老師的。

期末考試分為筆試與口試，但考試有點複雜，老師還開放讓我們考禮拜一的班的口試，如果對自己成績沒自信的同學，可以多考幾次，像我是筆試比較不行，就考口試拉分數。

筆試是以聽寫的方式進行，老師直接發一張白紙，考問答、翻譯等等，建議背幾個會用到的單字。

口試分為兩個部分，禮拜一班的口試，是老師給幾個字，你要組成對話跟旁邊的同學一起考，禮拜二班的則是要介紹台灣，好比說常見的台灣觀光用語、單字，這些用語跟單字需用捷克文呈現教導大家，但是可以用英文跟捷克文穿插教學的，可以團體報告也可以個人報告，自由選擇，報告要記得提前寄給老師。

4. Sports

有多種體育課可以選擇，我選的是滑雪，包含住宿、吃飯、滑雪裝備等費用約 4800 台幣，來之前看很多學長姐推薦，但我應該是反指標，如果想體驗花錢當兵的同學可以來試試看，需要大量社交及運動，最令人無奈的是，沒有熱水洗澡，在-10~0 度的天氣沒有熱水，山莊也沒有備品，忘了帶也無法向櫃檯購買，需要在大雪中自己走下山 20 分鐘購買，滑雪老師個性也很妙，已告知滑雪後雙腿不適想休息，還是要求學生出去在大雪中散個步再回來。

C. 國外研修之生活學習（課外）

食：很推薦自己煮，真的很省錢，宿舍附近的超市有 Tesco、Albert、Lidl 等，我個人最喜歡 Tesco，雖然要坐車過去，但常常有打折商品，而且 APP 還有許多優惠券，註冊 ISIC 卡還有每週 9 折券可使用。

衣：我常常去 Tesco 那棟商場買衣服，New Yorker 版型不錯但材質真的不行，買了兩件毛衣大掉毛，一樓有一間 T 開頭的店還不錯，有賣長版羽絨外套。靠近聖誕節的時候，那棟商場的 H&M 會大出清。我在歐洲大多是洋蔥式穿搭，在加上個人比較不怕冷，常常是在室外長羽絨，室內薄長袖，如果不常出門的話，不用帶太多衣服過來，我好像只帶 3-4 套就夠了。洗衣服一次兩小時要 50 克朗，超時會罰錢，烘衣服要另外再交一次錢，建議洗完後再脫水一次，拿回房間用曬衣架曬乾就好，大概 1 天就乾了，內衣褲常常替換建議手洗比較省錢。

住：我住的是 3+3 的 flat，有廚房、廁所、浴室、陽台、衣帽間等等，廚房設備有電磁爐跟冰箱，微波爐只有學校才有，喝水的話可以買濾水壺再自己煮熱水，整體環境還行，只有宿舍的工作人員有待加強。另外推薦一個特別的服務，宿舍的 A 棟是可以申請讓親朋好友來住的，因為 HK 本地沒什麼飯店，而 A 棟的費用不貴，男友聖誕節來的時候有幫他申請，通常聖誕節的時候都沒什麼人在，也算是另類包下整間房了。

行：通常大家會申請公車月票，但在這邊搭公車也不貴，60min 票 25 czk，10min 票 14 czk，可以算一下自己出門的次數需不需要買月票，不要逃票這裡還是會查票。到布拉格除了可以搭火車，也可以搭 flibus，但比較不建議趕飛機的時候搭 flibus，之前有遇過塞車，所幸有提早出門。火車跟 flibus ISIC 卡都有優惠可使用。

D. 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1.增廣見聞

因為以前就有交換過的經驗，所以對我來說，這次的交換比較不是為了個人的成長與獨立性，而是增廣見聞，並且也與上一次交換的經驗形成對比，如果說在韓國交換是學會與自己獨處，獨立地解決事情，那麼在歐洲交換，是學習如何看看這個世界，許多人對歐洲都有嚮往，但當我真的踏入這裡，我想我最愛的地方還是台灣，我喜歡台灣的方便性，溫暖熱情的人們。

2.海外生活適應性檢測

以前對國外唸書、工作有所嚮往，真的來了之後，發現文化差異、環境、交通等等都是需要克服的地方，雖然歐洲看似美好，擁有工作與生活平衡、較低的工作敬業度，感覺在這邊工作很開心，但是薪資所得、稅收、語言溝通等也是要克服的問題，我想我還是適合台灣。

3.畢業門檻

完成交換學生這項畢業門檻，回去繼續面對課業，順利畢業。

- E. 海外生活期間是否曾遭遇困境，及是否解決問題？如是，請說明如何解決問題；如未解決，請說明事件最大的啟發及思考未來可以怎麼解決？

沒有遇到太大的困境，只有剛來的時候朋友都在台灣跟其他歐洲國家有點寂寞，在加上我個人不擅社交，但後來去國外找姐妹們跟男友後就好多了。

- E. 海外生活期間是否曾遭遇文化衝擊，您如何去面對及適應？

最大的文化衝擊應該是巴黎的環境跟安全程度，我去巴黎玩的時候，剛好住在比較危險的區域，地鐵上常常有來乞討的人，或是有人直接在公車上打架，只能說台灣真的安全許多，再加上我個人怕髒，所以巴黎一些地方的髒亂我真的是忍受不了，只能快快逃離。

- F. 海外生活歷練是否為您人生帶來不一樣的改變或者個人特質上的轉變，最大的成長是什麼？最大的改變應該是變得喜歡料理，以前我從來沒有想像過自己會愛上煮飯這件事情，算是增加一個新興趣，覺得挑戰了未知的事物有新的收穫。

- G. 感想與建議

我玩的國家不算多，開銷相對其他來歐洲的人也算少，跟我當初去韓國交換(含語學堂)差不多，之前還很擔心花銷過多，後來發現如果有好好克制跟規劃，其實在有獎學金的狀況下，再找個實習是可以負擔的，有興趣交換的同學真的不用擔心，找實習、助教、打工等等賺錢是可以 cover 的。走過捷克(布拉格)、德國(慕尼黑、國王湖)、奧地利(維也納、薩爾斯堡)、波蘭(格但斯克)、瑞典(斯德哥爾摩)、法國(巴黎)、英國(倫敦)，7 個國家 9 個地方，這些美好的回憶都會留在我的心中，也建議大家真的很有特殊意義的地方可以買個紀念品紀念，還有多拍一些照片，當未來回頭看的時候，會發現這些記憶都直得被珍藏。

【英文心得】

University Overview

Hradec Králové, located about 1.5–2 hours by train from Prague, is home to the University of Hradec Králové (UHK). The university offers a variety of faculties, including Informatics and Management, Education, Science, and Philosophy. While the main campus is easily accessible, some offices are located near the old town, requiring extra planning for visits, such as claiming dormitory subsidies. Though I was assigned to the Faculty of Informatics and Management as an exchange student, cross-faculty course enrollment was available. The faculty offers diverse courses, from marketing and accounting to language and IT-related subjects, making it ideal for fulfilling credit requirements.

Academic Experience

I enrolled in four courses, each offering unique learning experiences:

1. Business English

This popular course focused on workplace English and TOEIC-related skills. Weekly assignments were reviewed in class, and the final grade depended entirely on a written exam.

2. Project Management(Most Beneficial Course)

Initially theory-heavy, this course soon shifted to practical exercises like project scheduling and ROI calculations. Weekly individual assignments reinforced the lessons, and the final exam covered calculations, which were well-prepared in advance.

3. Czech Language for Foreigners

Despite some scheduling adjustments, the course was enjoyable due to the teacher's approachable style. Assessments included written and oral exams, with creative tasks like presenting Taiwanese culture in Czech.

4. Sports (Skiing)

Although highly recommended by seniors, I found it challenging due to harsh conditions, intense physical activities, and a lack of hot showers in freezing weather.

Living Abroad

Food: Cooking was cost-effective, with nearby supermarkets like Tesco offering discounts through apps and ISIC card benefits.

Clothing: Layered outfits sufficed, and winter essentials were affordable at local stores.

Accommodation: The dormitory was decent, with shared facilities and an option to host guests in the A Block.

Transportation: Public transport was affordable and efficient, with options for monthly passes or single tickets.

Key Benefits

1. Broader Horizons

This exchange provided insights into European culture and lifestyle, contrasting my previous experience in Korea. While Europe offered scenic beauty and work-life balance, I realized my heart remains in Taiwan, with its convenience and warmth.

2. Overseas Living Skills

The exchange highlighted challenges such as cultural differences and adapting to new environments, reinforcing my preference for living in Taiwan.

3. Graduation Requirement

Completing the exchange fulfilled an essential academic milestone.

Reflections and Suggestions

The experience taught me valuable lessons, such as budgeting and planning. Despite limited travel, I visited seven countries and nine cities, creating cherished memories. My most significant personal growth was developing a passion for cooking—a newfound hobby that enriched my life.

For prospective exchange students, careful financial planning and securing internships or scholarships can make the experience affordable. Capture memories through photos and meaningful souvenirs; these moments will remain treasures for years to come.