AY2020-2021

Abroad

GLOBAL VISION, WORLD CONNECTION!

出國行前手冊

Pre-departure Guide



國立中山大學 國際事務處 OIA,NSYSU



目錄 CONTENTS

01		
	國際長的話	01
02		0.5
	學生出國交換/研修流程表	02
	出國前	03
	出國時	05
	出國相關資訊	07
	交換學生義務	10
	返國後	11
03		
	學生出境申請表	14
	學士班出境交換生延長修業年限申請表	15
	學生出境預備選修課程表	16
	交換學生返校手續單	17
	抵免學分申請單	18
	交換校學分轉換暨成績轉換參考表	19
	出國交換/研修/獎助學生返國報告書	21

國際長的話

Global vision, world connection!

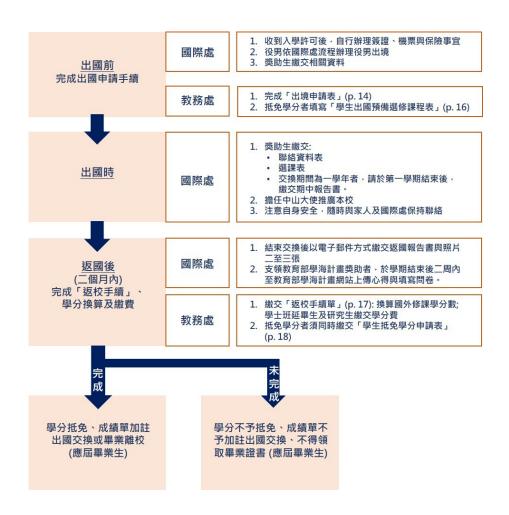
恭禧各位同學即將出國展開一段新的旅程,希望這一段交換/研修經驗能夠帶給你美麗的回憶。 請帶著你最寬闊的心迎接異國文化的洗禮,並祝福 大家都帶著豐富收穫返國並回饋給未來的同學與學 弟妹們!

預祝各位同學 學習愉快

國立中山大學 國際事務處 國際長

まをえ

02 | 學生出國交換/研修流程表



02 | 出國前

Ⅰ 完成【出境申請表】(P.14)

- 1. 「計畫名稱」:2020-2021出國交換計畫(或依個人出國計畫名 稱填寫)
- 2. 「核准期限」:填寫入學/研修通知書上日期
- 3. 「停留期間」:填寫實際搭乘飛機機票日期
- 4. 「出境類別」請依實際出境情形勾選
- 註冊手續請依本校規定於註冊日二週內,由本人或委託人辦理註冊事官
- 6. 經核准出境申請者,將依核准之期限予以註銷或保留當學期之必 修配課及選修紀錄;返校辦理抵免後仍缺修課程或學分者,請務 必自行選課補足
- 7. 出國期間超過2個月者(不含寒暑假期間),選課將自動註銷

Ⅱ 役男出境

- 依國際處規定繳交【護照影本】、【役男出境切結書】及
 【學生資料表】,由學務處生輔組申辦役男「緩徵」、國際處申辦役男「出境」
- 2. 役男出境期限以各縣市政府兵役課核定為準,至多不得超過1年
- 申辦出境手續時,役男須在本國境內,並於期滿前返回國境,以 免返國後被限制出境
- 4. 役男出國期間不得辦理休學、退學、畢業離校等手續;因休/退學或畢業而衍生之相關兵役問題,由役男自行負責

Ⅲ 辦理學分抵免須填【學生出境預備選修課程表】 (P.16)

- 1. 【學生出境預備選修課程表】可於出國前填寫,若出國後有課程 異動,亦可至教務處網頁下載後填寫後,E-mail給本校開課單 位,審查可否抵免
- 2. 返校後,請持國外修課正式成績單,填寫【抵免學分申請表】 (p.18)後,依據本修課表之審查結果及成績是否及格辦理抵免

Ⅳ 獎助生出境前須繳交以下資料

- 1. 家長同意擔保書正本
- 2. 國外大學 (機構) 之入學通知或同意函電子檔
- 3. 護照電子檔
- 4. 簽證文件電子檔
- 存款帳戶封面影本(本人)-銀行或郵局皆可
 (除郵局及臺灣銀行外之匯款銀行,另收取新臺幣30元手續費)

V 宿舍退宿事宜

- 1. 若已經抽選住宿,出境前請記得依照生輔組規定辦理退宿
- 2. 返國後若欲住宿,請注意生輔組公告申請時程並自行完成申請
- 3. 其他宿舍相關事宜,請主動聯繫宿服中心

02 | 出國時

- Ⅰ 獎助生請繳交以下資料給國際處 (出國後一個月內以E-MAIL繳交)
- 1. 學生聯絡資料表
- 2. 學生選課表
- 3. 交換期間為一學年者,請於第一學期結束後,繳交期中報告書。
 - Ⅱ 擔任中山大使
- 1. 配合姊妹校辦理活動時,介紹國立中山大學、自己的院系及臺灣
- 2. 如有需要相關文宣或協助,請E-mail聯繫國際處
 - Ⅲ 注意自身安全,隨時與家人及國際處保持聯絡

前往交換國家/城市若有疫情或重大災情傳出(例:H7N9、麻疹、地震、恐怖攻擊、天災等),請務必隨時與家人及國際處保持聯繫。

- IV 遵守交換校校規、當地法律及風俗民情
- V 交換一學年者,請務必於交換第二學期完成本校 註冊手續



02 | 出國相關資訊

【請注意】所有獲錄取學生須自行辦理簽證、 機票與海外保險購買、選課、學分抵免等事宜

護照

單位:外交部領事事務局

一般護照遺失或被竊案件,請向當地警察局報案並取得報案證明;通常, 駐外館處僅能在上班時間依據您的報案證明補辦護照或核發返國旅行文件

簽證

單位:國外駐台辦事處(或旅行社)

各國申辦簽證所需文件及流程不同,請主動參考相關辦事處網頁公告資訊,並依規定完成申辦手續

機票

單位:旅行社或個人自行購買

請依國外學校行事曆/宿舍開放日期訂購機票;若欲提早前往,建議於入學許可發放後再行安排,並請自行安排宿舍開放前之住宿事宜

財力證明

單位:開戶銀行/郵局

辦理相關國外簽證需要提供

海外醫療保險

單位:個人往來之保險公司

建議學生出國前務必辦理海外(醫療/意外/意外醫療/旅平.....)保險(大部分國外學校要求國際學生務必辦理,並注意相關保額規定,尤其為歐盟國家)

體檢

單位:簽證單位指定醫院

辦理相關國外簽證需要

相關表格下載

單位:國際事務處

https://oia.nsysu.edu.tw/ 出國前及返國後校內相關流程表單下載

出國登錄

單位:外交部領事事務局

http://bit.ly/bocaabroad

若遇緊急事故(如天災、動亂、恐怖攻擊、急難事件),政府可立即掌握 旅外國人資訊

駐外館聯絡方式

單位:駐各國辦事處

http://bit.ly/bocaabroadcontact

旅外國人急難救助

單位:外交部領事事務局

http://bit.ly/bocaabroadsave

- 旅外國人急難救助卡
- 外交部緊急聯絡中心(+886-800-085-095)
 - 旅外國外急難救助服務專線
- 中國民國駐外館處緊急聯絡電話暨通訊錄
- 中國民國駐外館處提供旅外國人服務項目
- 手機簡訊發送旅外國人急難服務專線號碼
- 外交部領事事務局LINE官方帳號認證登錄

02 | 交換學生義務

- 出國前應自行完成購買出國期間之海外意外、旅遊或醫療 保險。
- 2. 出國期間應**修習並通過至少兩門課程** (其中一門應與所屬 科系專業課程相關),並嚴格遵守交換校相關規章、該國 法律與當地風俗民情。
- 出國後請主動至外交部領事事務局完成線上「出國登 錄」程序。
- 4. 近年來國際上多有天災/人禍事件發生,交換/研修期間 請務必與家人及國際事務處保持密切聯繫,並定期於期 初、期中及期末回報個人安全情況。本校有任何訊息公 告皆以學生申請表提供之電子信箱通知,請保持電子信 箱收信通順,以免遺漏重要消息。
- 5. 交換結束後於規定期限內繳交返國報告書1份 (含中英雙語心得;赴中國交換者免附英文心得),由國際事務處公告於網頁提供參考,並踴躍參加國際事務處相關交流推廣活動(如心得分享、擺攤介紹等)。
- 如因故需縮短、延長或放棄交換計畫,須同時向所屬系 所、國際事務處及交換校申請並獲得三方核准。
- 7. 結束交換/研修後應完成返校手續。若本人因故無法完成 返校手續,應簽署委託書請他人代為辦理。若因故未於 次一學期註冊時返台,應書面告知國際事務處並簽署切 結書以自負人身安全。

02 | 返國後

Ⅰ 繳交【返國報告書】(PP.21-38)

請於交換校學期結束時立即撰寫【返國報告書】,並以E-mail方式將word檔及2-3張照片原始檔寄至國際事務處交換生承辦人(及獎助學金承辦人)信箱

Ⅱ 獎助生義務

- 1. 每學期修通過至少兩門課程,並提供正本成績單查驗
- 2. 支領獎助款來自教育部學海計畫者,須另於交換學期結束後兩週內上傳教育部規定心得格式至教育部學海計畫網站,並完成教育部線上問卷,完成後請主動告知獎學金承辦人
- 學海惜珠/學海築夢/新南向學海築夢/乘風萬里獎助生須檢具出/返國登機證、電子機票及機票購買證明供其核銷經費
- 4. 其餘規定請依國際處獎學金承辦人公告為主

Ⅲ 完成【返校手續單】(P.17)

- 1. 請於返國後60天內持【返校手續單】及成績單正本辦理
- 2. 不需按順序完成單位核章(可先跑系所/學院/生輔組/國際處等)
- 3. 換算學分後不論是否辦理抵免,延畢生及研究生皆需繳交學分費
- 4. 應屆畢業生於完成返校手續後,方可辦理畢業離校手續

IV 抵免學分者繳交【抵免學分申請表】(P.18)

- 1. 請持正式成績單至欲抵免課程之開課系所辦理學分抵免
- 依照實際修課學分成績經導師及所屬系所認可;語文學分(如法文、德文等)需先送交外文系認可
- 3. 系所辦理學分抵免以授課滿18小時為一學分為原則;如所持成績單未註記每一科上課總時數,學生應保留交換校正式選課紀錄及課程大綱或行事曆等課程時數證明資料,以利教務處計算學分換算及認定
- 4. 不需抵免學分者,於辦理返校時如尚未取得正式成績單,可先以 非正式成績單(如線上成績影本)辦理返校,但仍須提供相關授 課時數證明進行換算學分,並於收到正式成績單後繳交1份至教務 處,以完整校內學習歷程檔案建立



~ 107-2 企業管理學系 陳巧逸

當初之所以會想出國交換,一部分的原因是由於生活太定型,想去一個適合自己的環境生活看看,作為進入職場前的成年禮。老實說我也不知道換了一個環境是不是就算有勇氣突破,畢竟環境沒辦法教會你什麼,而是你有沒有辦法從環境中學到什麼,擷取靈感並付諸行動。如果覺得新的環境可以讓自己被迫離開舒適圈,我認為出國不是一個穩賺不賠的投資,因為如果自己還是不敢跨出一步的話,事實上只是換另一個環境待著而已。

其實在還沒啟程前的一切都是未知數,永遠沒有準備好的一天,包括這趟旅程會不會不值、會不會成長,但我想最重要的不是去預設收穫,而是享受當下,試著找到一個最平衡、最舒適的方式生活。我很開心自己當初做了這個決定,雖然沒有預料自己結束這趟旅程後是否會和先前的自己有所不同,但我確確實實收穫了許多美好的回憶。



國立中山大學學生出境申請表

108.02.01 更新

									申	請日期:	年 月	日
姓			名		學號			連絡電話				
院	系	所	別	學院			系所	-/學位學程	□學士班 □碩士班		- 在職專3 - 班	班
計	畫	名者	偁 /									
出	境	事	由									
				國別:								
擬	赴	威	家	學校/機構名稱:								
學	校,	/ 機	構	(中文)								
L				(英文)								
	外导				月	日至	,	月	(), () , ()	准通知文件	日期填寫)	
構	核力		限	註:依本校學則規定:約	坚本校核准	出境進修者	得延長修	業期限,至多以	一學年為限			
35	計	1卒	ьЬ	已符合畢業資格之 學士	班_應屆畢习	下生 ,須另填	第二頁「學	士班交換生延	長修業年限甲	請表」。		
	留留			自 年	月	日至	年	月	日			
17	田	が几	181	□交換學生計畫(《	会白 費 選	讀生)		(甄選/選	送單位:)
l				□短期交流、實習			相關研究					—´)
出	境	類	别	□雙學位				(甄選/選	送單位:			
				□修習之課程須短	期出境。	开修		(甄選/選	送單位:)
L				□其他經本校專案			,,,, ,	-				
註			册	本人於出境期限內								
委	言	£	人	受託人: 學 號:		(簽章)						
-				字		宏	長 或	5五・				
	請丿	人本					反 或 人簽章					
簽			章				班學生)					
					會	簽	單	位				
		導	師或	泛指導教授			(所)			學	院	
						·、境外進修(研 #安休學程序,休學						
				[」其他							
		學生	事	務處生輔組		國際	事務處			教 務	處	
				(役男出境者須加會)								
_												

- 一、 申請出境時請檢附 單位核准通知影本 或 相關證明文件。
- 二、境外學校/機構核准期限超過2個月者(不含寒暑假期間),於辦妥出境申請後,出境期間校內所有已遷修之課程將自動註銷,返 國後如仍有缺修課程請依選課規定之期程自行上網選課。
- 三、 境外學校/機構核准期限未超過2個月,當學期選課不會被註銷,仍應依授課教師課程大綱之規定完成課程及評量等相關要求。
- 四、 經本校甄選出境交換之學生,不需在交換學校繳交學分費,返國後皆須按境外實際所選修課程授課時數轉換本校學分數;學士班

今年6月能順利畢業之墾士班變生

※本表僅供已符合畢業資格之 學士班 應屆畢業生使用

國立中山大學學士班出國交換生延長修業年限申請表

- 一、依本校學則規定:經本校核准出國進修者,得延長修業期限,至多以一學年為限。
- 二、申請時應檢附歷年成績表一份,供肄業學系審核用。

申	系所別		學號			
請人	姓名		申請日期	年	月	а
填寫	預計 畢業學期	(第一學期學業者,證書授予月份) 逾註冊日返校者			F月份為 6	月。
欄	出國交換之 國別及學校/ 機構名稱	[[X] [A] .	09學年第 第二學期記	 		7/7

가는	申請人於本學期修畢本學系應修科目學分及最低畢業學分數, 可符合本學系應屆畢業資格。
審核欄	學系承辦人:

國	
PAS	
響工	
少事	
达改	
單位	
1. 處	
位《	
證學	
明院	

說明:校級、管院交換生,請洽國際事務處。

院/學系選送交換生,請洽所屬學院/學系承辦單位。

茲證明申請人已核准出國為交換學生,

申請人所填寫之交換期間、交換學校所在國別及學校/機構名稱正確無誤。

國際事務處/學院/學系

承辦人簽章: 選送單位章戳:

教務處審核欄:

註冊課務組承辦人	註冊課務組組長	教務長
100 III 00000 0000 1000 1000 1000 1000	起间歇彻底起风	4X47 K

備註:1.填寫本表者,請與「出國申請表」一同繳交。

 出國交換之核准期限如於學期中結束,返校後仍僅能於校行事曆所訂當學期考試結束日後 始得畢業離校。

國立中山大學學生出境預備選修課程表

學士班課程不能抵碩士班課程喔!

07	07.	10	13	æ

由地口的 年

										下 明 上	231		<u></u>
姓名	7				學 勋	\$ N							
院系所	別	學院		系所 □學士班 □碩士 □碩士在職專班									
境外學	校	中文校名: 英文校名:											
出境期	間	自 學年度第	學期:	起至	學年度	建第	學	期.	ıŁ				
		國外 修課			本	校	抵免					7.85	單位審查 績及格)
課程別		科目名稱	學分	挺	抵免	科	B	名	稱	學分	同意 抵免	不能抵免	
□大學部 □研究所	中文英文			□本校各	之本校課程 卜系所未開 星代碼)			延申	請新				
□大學部 □研究所	中文英文			□擬抵免本枚課程名稱: □本校各系所未開相關課程(擬申請新 增課程代碼)									
□大學部 □研究所	中文英文			□本校各	色本校課程 各系所未開 星代碼)			镁申	請新				
□大學部 □研究所	中文英文			□本校各	之本校課程 本系所未開 建代碼)			疑申	請新				
□大學部 □研究所	中文			□本校各	之本校課程 本系所未開 星代碼)			疑申	請新				
		學生均	兵妥以上	資料,該	請於出境?	交換前	送相關	月單.	位核定	2 0			
申請人 簽 名		聯絡電話:				指導							
系 户 承辦人						系 主	所管						

附註:

- 一、填寫本課程表須檢附開課學校課程資料(含開課系所、學分、上課時間等)及課程大網,以利審核。
- 二、抵免本校課程之『中文科目名稱』由系所主管認定。
- 三、境外修課學分轉換請參考『國立中山大學交換校學分轉換暨成績轉換參考表』。
- 四、返校後,窩瓣理學分抵免,請檢附交換校成績單正本、『抵免學分申請表』及本表(出境預備選修課程表)繳至註冊組 完成抵免作業。欲抵免課程若為本校各系所未開設之課程,將由註冊組彙整資料送課務組新增課程代碼。

國立中山大學交換生返校手續單

申	請馬	孕年	期	: 學年度第	學期		辨丑	里日期:	年	月	. 02. 01 1951 El
姓			名			學	號				
院	系	所	別	學院		•	系所	□學士班 □碩士班	□博· □碩·	士班 士在職事	專班
交	换	學	校	請填寫中文	7 校名						
出	境	期	間	自 學年度	第 學其	起至		學年度第	學	- 期止	

※請至下列各單位辦理返校手續

辨理單位	辨理事項	承辦人員簽章	
1. 註冊課務組	1.缴交成績單 7.學士班屬 另類學分	是住已繳全額學 書。	新費・不
	2. 此主风况开六岁日	生,除語言課	、體育 其餘課程
2. 各系所	依各系所規定辦理 收學分費		行
3. 各學院	依各學院規定辦理		
4. 出納組	繳交學分費(免繳學分費者免會出納組)		
5. 生 活 輔導組	確認是否延長修業以辦理緩徵(女生免)		
6. 國 際 事務處	1.國際事務處選送交換生:Email 繳交返國報告書 2.其他計畫出境學生:依各計畫規定辦理		
7. 註冊課務組	1.辦理學分登錄 2.繳回返校手續單		

- 註:一、學生須於交換期滿返國後一個月內辦理上述返校手續並持修習課程學分成績至所屬系 所辦理學分抵免,若未完成前述手續之辦理,將不予學分登錄。
 - 二、學士班延畢生及研究所學生於返國後按境外實際所選修課程授課時數換算本校學分數 繳交學分費。
 - 三、教務處註冊課務組留存本手續單,並影印乙份送至國際事務處。

國立中山大學學生抵免學分申請表

108/02/01 更新

申請學年度:學年度						Ę		甲硝	日期	_	年月日					全頁第頁						
	粤	F	號			女	生名	;		學系	(<i>I</i>	干究所	f) 別	J		學位	別				身份別	
													學研究	Ĥή	□碩士	班 🗌	100				度新生 度轉學(系 生	、所)生
※學	士珍	狂學	生物	牟理3	直織	枚 育部	程之	抵免	,請	另填「	通識	教育	课程报		學分申記						0.5	
申	à.	背	抵	免	科	E .	린:	修及權	各科目	、學分	、成	绮				*	審		查		意	見
必選	_					學					學	成	同意完全		意部分担				分)	不能		章
修別		科	目	名	稱	分	科	目	名	稱	分	績			司意完全	抵免者	免填)	期	分	抵免	~	
	谷	欠	医多	きさ	E)		在	國夕	卜修	習え	上割	€)	(2	目	酮領地	域授	課老	師	審了	全 及	勾選	
	秉	4					程料	件 E	1													
											Н											
						1								-								
	\vdash										H			_				-				
	L			/m ·						- 1-10 EW 1	L	of No. 27		W /	- 4	AP AV		<u> </u>				
		1	変無期			- 300	料,請注	- 20	- 200		, <u>at</u> :	选指導:	教授或	等師.	及系所主	官發核後	, 选教者	为题註	世球 者	9 組核報	¥ °	
申言	青			10000		-				d	旨導	教授								提前	高編 級	會 簽
簽	2	名	1			豆~	及日	1 电	と言さ	/座:	支 華	手師								(限學	士班新生適	用)
			聯絡	电站	•					-										游会		12. 2
系		斩								1	鲁所	主管									. 共計准	
承乡	鲜 ,	^																			,依規定可	
			共計	准-	予抵:	免	_學分	0		7										1000	年級。	u.
註冊 組		务				7	_					課務								系 王仁	任簽章:	
	(,,,,	-1								á	IL	組長										
F/-2 -3	÷ ·		. 4£	北 &	明士	RH 4	66 F.N	1久 红	口土	n	* + +	Br int	銀井上	4 %	與八粒	化 出	F 未 45	大 Esk	市 cir:	CIL AL A	5.免學分辨	* 04

- 二、申請者請繳交歷年成績表(或學分證明)及課程大綱辦理。
- 三、各系、所審查時,請註明同意抵免或需補修之科目名稱、學期別及學分數。
- 四、學士班本年度新生如遇提高編級,編入年級前各年級體育課程准予免修,請補辦抵免手續。
- 五、經核准抵免之科目,如系統業已自動配課或同學已完成選課者,請務必於加退選期間內辦理退選。

保存年限:六年 表單編號:ACAA-3-03-0301

03 | 學分轉換暨成績轉換參考表

104.09

交換校學分轉換參考表

臺灣	日本地區		一般地區										
室湾	日本	亞洲 ¹	大洋洲	美洲2	歐盟	歐盟 ECTS ^{3,4}		中國大陸5					
1	1	1	4	1		2	5	1					
2	2	2	8	2		4	10	2					
3	3	3	12	3		6	15	3					
4	4	4	16	4		8	20	4					
5	5	5	20	5		10	25	5					
6	6	6	24	6		12	30	6					

- *1:含韓國、新加坡、泰國、菲律賓、越南、印尼、斯里蘭卡。
- *2:含美國、加拿大、智利。
- *3:歐盟學分轉換機制 (European Credit Transfer and Accumulation System, 簡稱 ECTS)。
- *4:含法國、芬蘭、荷蘭、瑞典、德國、捷克、匈牙利、奧地利、義大利、斯洛伐克、土耳其、拉 脫維亞、比利時、克羅埃西亞、瑞士、挪威。
- *5:含香港、澳門。
- * 學生出國修課學分以本表為轉換原則。倘有需個別認定之情形,得視學生檢附之學分、修課時數 及成績相關證明文件辦理。

交換校成績轉換參考表

臺灣	日本	歐盟 ECTS	芬蘭	德國	瑞士	法國	奥地利
A+	A+/S	A	90-100	1.0-1.5	6	14.25-20	1
A/A-	A	В	80-89	1.6-2.0	5.5	13-14.24	2
B+/B/B-	В	C	70-79	2.1-2.5	5	12-12.99	3
C+/C/C-	C	D	60-69	2.6-3.5	4.5	10-11.99	4
D	D	Е	50-59	3.6-4.0	4	0-10	4
E/F/X	F	F	0-49	4.1-5.0	3.5-1.0		5

臺灣	美國、加拿大	韓國	荷蘭
A+	A+ / A / 4	A+/4.5	9
A+	A-/3.7	A / 4.0	8
A	B+/3.3	B+/3.5	8
A-	B/3.0	B/3.0	8
B+/B	B-/2.7	C+/2.5	7
B/B-	C+/C/2.0-2.3	C / 2.0	7
C+/C	C-/1.7	D+ / 1.5	6
C/C-	D+/D/1.0-1.3	D / 1.0	6
D/E/F/X	D- / 0-0.9	F / 0.0	0-5

臺灣	澳洲
A+/A/A-	7
B+/B/B-	6
C+/C/C-	5
D	4
E/F/X	1-3



~107-1+107-2 企業管理學系 詹孟凌 ~

身為一個標準的黃種亞洲人,在充滿白人與黑人的歐洲大陸生活確實遇到不少文化 上的衝擊,不同國家的人種理當有不一樣的文化與習性,過去,我曾為了配合社交 場合需求,說服自己去順應與融入他人,即便心中不是非常自在,然而,日久後我 逐漸發覺到其實自己並不需要這麼做,因為每個人本為獨立個體,相反的,應該是 保有自身的特質,做自己原來的樣子,打從心底最舒適自在的模式。

海外生活的期間,我認為價值觀的轉變以及對自我的了解是最大的影響,所有遇見 的人、事、物一點一滴地衝擊我的思想,在打碎與修補間,我逐漸拼湊出自己的新

樣貌,從混沌到清晰的過程雖有不少掙扎,但這些經驗都是我最好的導師。



O3 | 出國學生返國報告書

國立中山大學出國交換/研修(含寒暑期課程)/獎助學生

返國報告書

注意事項:填畢此報告書後,請連同報告書 word 檔及 2-3 張交換/研修期間的照片原始檔寄至 yvettewang@g-mail.nsysu.edu.tw 信箱後,再行辦理返校手續。 獲獎助同學請同時 email 至 oia.exchange2@mail.nsysu.edu.tw 信箱。

姓			名			撰	寫	日	期		年		月	E
院	系	所	級		學院				系	所		級		
就言	賣交拍	與/研修	學	(中)										
校	į	名	稱	(英)										
就言	賣交拍	奐/研修	學	(中)										
校丨	院系	所名	稱	(英)										
交扫	换 / 码	干修期	闁	學年度	學期 (自	1	年	J	1 3	至 年	- 月)			

為瞭解交換/研修(含寒暑期課程)學生對出國研修課程內容之吸收程度與「出國交換/研修」對同學的影響

和幫助,以作為未來規劃國際學術交流活動之參考,特別針對出國交換/研修的同學進行學習成效評估問 卷調查,請同學依據個人實際學習狀況審慎客觀填寫(*為必答),敬請同學協助配合填寫,謝謝合作! 項(單選) *1. 於交換/研修/寒暑期期間,共花費了約新台幣___ 元,分别是: □住宿費____元 □機票費____元 □書籍費____元 □電話費_____元 □生活費____元 □交通費____元 □旅遊費___ ____元 □語言學校__ □其他費用__ 2. 請問您的家庭年收入約為: □151 萬元以上 □ 121-150 萬元 □91-120 萬元 □ 61-90 萬元 □31-60 萬元 □30 萬元以下 □符合低收入戶標準 *3. 至**交換/研修/寒暑期**學校就讀期間的住宿問題:□住學校宿舍 □在外租屋 □寄宿家庭 (Homestay) 4. 請問您認為您家庭的社會經濟地位是屬於哪一階層? □ 上層 口 中上 □ 中等 □ 中下 □ 下層

*5. 擔任出國 交換/研修/寒暑期學生 的動機(本項可複選)		有興趣 □想增進 視野 □其他		□想與國外學者接觸	
*6. 擔任 交換/研修/寒暑期學生 最大 收穫(本項可複選)	□體驗國外生活與風俗民情 □增進自我信心,學習獨立 □提升外語溝通能力 □學習國外新知技術,增進國際觀 □選修國外課程,嚐試不同上課方式 □了解國外學校、醫院和實驗室的規模及運作 □與國外學生與學者交流,結交許多良師益友 □確立未來出國進修方向 □其他				
*7. 我至 交換/研修/寒暑期 學校研修 內容整體之吸收瞭解程度	□非常好	□很好	□普通	□不好	
*8. 我至 交換/研修/寒暑期 學校研修 課程整體之滿意度	□非常滿意	□很滿意	□普通	□不滿意	
*9. 整體而言我在 交換/研修/寒暑期 學校的學習表現	□非常好	□很好	□普通	□不好	
*10. 擔任 交換/研修/寒暑期學生 的體 驗引起我畢業後繼續出國深造之意願		□很有意願	□普通	□沒有意願 原因:	
*11. 擔任 交換/研修/寒暑期學生 後, 您推薦其他同學或學弟妹提出申請之 意願	□非常有意 願	□很有意願	□□普通	□沒有意願 原因:	
*12. 此次是否有進 交換/研修/寒暑期 學校實驗室?	□ 是;請續答第11、12題 □ 否;免答第11、12題,填寫結束。				
13. 回國後是否繼續進行該項實驗?	□是	□ 否			
14. 您是否有針對實驗成果發表論 文?	□是;請附上	論文或論文摘要	影本存查	□否	
*15. 擔任交換/研修/寒暑期學生期間,是否曾遭遇的最大問題?	□是,問題: 解決方式: □否				
16.有無參加社團 □有 社團名稱:			會	費:(含幣別)	

17.另於留學期間參加之活動<參加過或聽友人提及,認為值得推薦後進參加>(若無可不填):
時間: 費用: 如何得知該訊息:
時間: 費用: 如何得知該訊息:
時間: 費用: 如何得知該訊息:
*18.其他校方提供使用服務:
是否有直接網路連線□是(□宿舍 □圖書館 □電腦室 □無線網路)□否
是否有安排輔導人員 □是(□輔導老師 □義工同學)□否
有無固定之外國學生聯誼場所?□有 (位於何處:)□否
19.學校附近值得推薦的商店 (包含便宜的店,好吃的店)(若無可不填):
便宜的日常用品店(超市或藥粧店):
好吃又便宜的店:
有點貴但值得推薦的店:
20.你/妳所知道的每年或每週固定的特價活動 (若無可不填)
時間: 商店種類:
時間: 商店種類:
時間: 商店種類:
*21.入學時當地氣溫:約攝氏度 (建議穿著:
22.國際電話卡或行動電話使用方式 (若不知可不填):
有無使用國際電話卡?於何處購買?有無聯絡電話?
23.有無使用行動電話?公司與費率方案為何? (若不知可不填)
*24.學校週邊生活機能,是否有下列設施:(可複選):
□書店 □超級市場 □百貨商圈 □24H便利商店 □醫院 □地鐵車站 □公園 □電影院 □體育場
□社區文化中心 □其他
*25.你(妳)可以留下給學弟妹助於生活方面之資訊<例如:blog、facebook 等>
口可以:
口否
*26. 繕打 <u>中文及英文</u> 心得報告,應包含下列項目

(中文至少1,000字+英文至少500字。赴中國交換者不需撰寫英文心得。)

- 26-1 學校簡介
- 26-2 國外研修之課程學習 (課內)
- 26-3 國外研修之生活學習 (課外)
- 26-4 交換/研修之具體效益 (請條列式列舉)
- 26-5 感想與建議
- 26-6 相片 (2~3 張貼進 word 檔案,含說明,並 Email 原檔給國際處承辦人)

比利時/烈日大學 資訊工程學系(雙主修企管系)/潘秋宏

26-1學校簡介

比利時列日大學創辦於1817年,是第一所由國家資助的公立法語國際性大學,是歐洲最早成立的、公立高等學府之一。位於比利時的法語區首府-第三大城市列日市。近兩百多年來,已發展成為一所學科齊全、以先進嚴謹的學術教育和一流科研水平而著稱的世界一流綜合性大學。列日大學有多個校區,最大的校區是Sart Tilman,靠近山區,從市區搭公車大約30分鐘可以到達。校園設施完善,附近有森林,環境優美。大部分的學院都座落於此,例如法律、理工、醫藥、社會科學學群等。除此之外,迎新日、足球比賽、社團活動大多也在此舉行。市區也有多個校區,例如20-Août 校區,這裡有文史學院、圖書館以及國際處等行政單位。HEC管理學院則是另外一棟建築。在市中心的一間Mall裡也有列日大學的分部,有書店、諮詢中心、自修室及大型教室。

26-2國外研修之課程學習(課內)

這學期我修了四門課,全部都是講授型的課程,列日大學有密集型的 Seminar類型課程,課程會在1~2週內密集上課,有名額限制,大部分的 Seminar課程都很熱門,想選的話要記得留意國際處的信件和交換生的 Facebook社團。

在填寫交換申請時,有一部分是要填寫擬修習課程(Study Plan),承辦人會依你填寫的課程及你的專長幫你安排課程,所以建議在填寫交換申請時就要先研究好列日大學的課程。在抵達比利時前會收到承辦人幫你安排的課表,如果需要修改的話,必須與學院的承辦人面談辦理,無法使用線上系統自行操作。承辦人會了解你想加/退選課程的動機,並幫你分析你適不適合這門課程,以避免學生修課後認為不如預期。學校在課程方面算是蠻嚴謹的,有很完善的制度幫助國際學生。

【法文 A1】

學期初時學校的語言中心(ISLV)會安排分級測驗,如果有意修法語課的話,必須參加分級測驗,但如果完全沒有法語基礎的話,可以於測驗時直接告知學校的行政人員,他們會直接幫你分到最初級(A1)。

法語課程有多個時段/地點可選,每個老師的授課方式略有不同。法語課是小班制(約10~20人),每週上課兩次,每次兩小時,老師上課時不會用英文,是採全法文授課,所以我有時候還是要靠翻譯軟體來確認老師上課的內容。平時上課主要是介紹單字、文法、生活相關主題,偶爾會有線上作業要完成,會有小考,期末考有筆試與口說兩個部分,如果缺席超過四次的話會無法參加期末考。

[Digital Marketing Strategy]

這門課的教學聚焦在數位行銷策略的步驟及形成,內容涵蓋了SEO、SEA、Google Analytics、網站流量分析工具等,老師會邀請業界人士來演講,分享一些比較技術的內容或是業界目前的趨勢。這學期的演講有來自Google講師分享Video Marketing、時尚電商Espace Mode分享比利時電商所面臨的問題等。學期中會有幾次的Kahoot!互動小考,有全問答題形式的期末考,也需要分組繳交企劃書,小組需要對比利時法語區最大的媒體Le Soir目前所面臨數位化轉型的問題來做探討,並提出改善建議。Le Soir是傳統平面媒體起家的,在數位化的浪潮下,平面廣告的收益大幅下滑,數位版媒體則遇到了年齡層、AdBlock等問題。我們這組抽到的題目是如何吸引30~40歲年齡層來使用數位版媒體。在學期中Le Soir的部門主管會到課堂來分享他們目前的狀況,學生們也可以就報告內容隨時透過Skype跟他們聯絡,而他們也會參與最後企劃書的評分,是一門跟實務接軌的課程。在課堂中還可以了解到比利時多元種族、語言對市場的影響,對我而言是收穫很多的一門課。

(International Relations Organizations)

這是一門開給交換生的課程,修課人數約70人左右,固定每週上課,老師上課會介紹各個國際組織的歷史、任務和面對的問題等,這學期的內容涵蓋了聯合國、歐盟、世界銀行等,平時沒有小考,期末考為選擇題,另需分組上台報告及繳交小組期末書面報告。分組報告必須自己尋找組員,小組必須選擇一個國際組織(老師上課沒講的為佳),去針對他們目前面對的問題做探討,並提出問題的改善建議。我的組別探討的是聯合國難民署(UNHCR)在處理非洲蒲隆地2015年因政變而爆發的難民逃亡潮問題。在當時有大批的蒲隆地國民逃往鄰國,對鄰國造成了不小的負擔。而UNHCR當時過於專注於對難民的緊急人道救援,卻忽視了在蒲隆地結構性問題,雖然難民的生活問題在短期內被解決了,但長期的問題卻沒有被處理。這門課我覺得收穫比較大的部分在於與組員一起鑽研議題的時間,剛好我組員有認識來自蒲隆地的學生,因此我們還特別約了他在酒吧訪談,以便更深入的了解到蒲隆地難民的難處以及UNHCR在當地的處置。

[Entrepreneurship and Innovation]

這門課的教學內容偏向創新趨勢,教學內容涵蓋創新趨勢、新興商業模式、破壞式創新及創業案例分析。老師在第一堂課便讓我們做了「真確(Factfulness)」書中的認知落差測驗,讓我們了解到原來我們所想像的世界跟現實其實完全不一樣。老師的授課內容和方式很「創新」,一學期只需上六次課,每次上課後要提出三個選擇題問題問老師(佔30%成績)。有期末考(佔70%成績),為全選擇題,內容是老師上課簡報的內容,問題沒有很刁鑽。

26-3 國外研修之生活學習 (課外)

【出外靠朋友】

在出國交換前,我有參與一年的國際處Buddy Program(接待來中山的交換學生),透過與來校交換生的互動,讓我對歐洲人的價值觀、生活方式、飲食習慣有了一定的了解。在這一年的交流中,不但強化了我英文口說的能力與自信,更結交了很多在歐洲的朋友。在這次交換中,這群朋友幫了我非常多忙,不但帶我去了不少私房景點,更在我生日時開車來比利時帶我出去玩、幫我搬家、讓我借宿在他們家、介紹他們的家人和朋友給我認識,幫助我融入了歐洲人的日常生活,對他們的感激難以言喻。Buddy Program帶給我的不僅僅是跨文化交流的經驗,更是一生難忘的跨國友誼,強烈建議有意出國交換的學弟妹先參與Buddy Program。

列日大學也有Buddy Program,需要特別申請,申請方式與時間要留意 一下國際處寄來的信件。這次我分配到的Buddv是David,他是HEC經濟 所的學生,但因為他的課業頗為繁重,且他並不住在列日,只在有課時 才會搭車來列日,所以我們並沒有太深的交流,這是較可惜的部分。 列日大學有專門為交換學生提供協助的學生自治組織,叫做 ESN(Erasmus Student Network),是由熱心的學生所組成的,基本上每 個歐洲的大學都有ESN組織。列日大學有兩個ESN組織,分別是校級及 HEC管院。校級ESN比較活躍,不定期會舉辦各式各樣的交流活動,尤 其在Welcome Week, ESN的成員每天不眠不休的準備各式各樣精彩的 活動,是認識新朋友的絕佳時機。HEC管院ESN舉辦的活動比較少一 點,且通常會限定HEC管院學生參加。這學期我參加了ESN舉辦的釀酒 廠參訪、遊船、International Dinner、BBQ、Pub Crawl等活動。 列日大學的台灣人不多,基本上是沒有舒適圈可以「取暖」,這也迫使 我必須多和其他學生交流。在這邊我和一群義大利的學生還蠻好的,我 們常常聚在一起喝酒、出去玩,締造了許多美好的回憶。而他們也會做 道地的義大利麵給我品嚐,跟平常在台灣吃到的義大利麵完全不一樣。 在日常的交流中我也學了不少義大利文,我都覺得我的義大利文比法文 還好了。感謝他們的陪伴,成為了我交換生涯中不可或缺的一塊拼圖。

【成為一個有故事的人】

旅行規劃對交換學生來說也是一個非常難得的學習機會,行程安排、交通規劃、預算控管有時候也不是一件簡單的事,例如如何在物價高的冰島玩得盡興卻又不會花太多或是在資訊不透明、當地人習慣坑殺觀光客的埃及安排出不被坑的合理行程就是很值得學習的課題。

在交換之前,在社團徵旅伴、搭10小時的夜巴、睡機場、當背包客,對我而言簡直就是不可能的,種種「習慣」限制了我的旅行模式。但這次來歐洲,我決定讓自己歸零、再出發,在旅行中放下原本的「習慣」,體驗看看前所未有的旅行方式。在這半年間,我參加了人生第一次的電音節、在撒哈拉沙漠露營,體驗兩天沒有網路的生活、在冰島看極光及冰川健行、在耶路撒冷見證了三個宗教的發源地...,總共造訪19個國家,在旅程中認識了許多不同背景的朋友,一起寫下了難忘的故事。

在旅行途中,我也見識到了歐洲完善的活動規劃,以及許多新興的商業模式。世界級的電音活動 - 阿姆斯特丹電音節(Amsterdam Music Festival,AMF),超過3萬人齊聚在體育館從晚上9點一路狂歡到早上6點,整個活動流程中卻不見一絲混亂,活動方甚至用心的規劃App,讓參加者可以事先在App上互動與揪團,也有官方的Pre-Party,場館內全面限用電子支付,以加快結帳流程,場外還有多台消防車及救護車待命,如此高規格的活動規劃是我前所未見的。除此之外,在各大城市中還可以看到不少的電動滑板車,用App掃一下就可以租,在短途移動上十分的方便。更酷的是,還有減少食物浪費的App「Too Good To Go」,這款App可以讓你用十分便宜的價格預約購買餐廳今天賣不出去的剩食,我就在羅馬用5歐元買到一大盒Pizza,在維也納花4歐元可以自帶容器在自助餐餐廳打包架上的食物,是窮游時的好幫手。

【以不同的價值觀反思自身文化】

文化上的衝擊,也是我這次感受很深的部分。晚上八點後的街道基本上是空的,只剩下酒吧和一些中東人開的雜貨店有開,半夜餓了想買宵夜?抱歉請自己煮。在台灣,公共廁所是免費的,但在歐洲要找到免費的廁所並不容易,很多廁所甚至裝上了刷卡機,讓你感應一下信用卡就能使用。星期天大多數的商家不會開門,他們認為週日是作禮拜、與家人相聚的時間。許多在台灣的理所當然,在這邊根本是天方夜譚,歐洲雖然不那麼方便,但人們也習以為常了,可以看出他們對於使用者付費觀念與私領域的重視,進而反思台灣的方便是不是其實是犧牲了某些人的健康及家庭換來的呢?

比利時人視酒如命,社交場合基本上都會看到啤酒的出現,這邊的啤酒廠牌多到數不清,價格比台灣的水還便宜,更誇張的是,在HEC管理學院裡面甚至還有酒吧,早上九點就開始賣啤酒了,不少學生下課就去吃個鬆餅和喝杯啤酒。除此之外,他們還會在酒吧邊喝酒邊討論報告,這學期我就體驗了幾次帶電腦去酒吧跟組員討論學期報告,這對在台灣成長的我是完全無法想像的經驗。

在這次的交換中,我也利用機會參加了列日大學舉辦 給當地學生的海外留學展,在攤位中介紹台灣及中山大學給有興趣的學生,超乎我預期的是,對台灣有興趣的學生比我預期還要多,他們都對中山大學依山靠海及充滿台灣獼猴的校園環境感到非常驚訝。另外,在剛開學時的一場BBQ中,我認識了之前來中山交換過的學生Boemer,他說當他得知這學期有來自中山的交換生時就一直很努力的在找我,他更驚訝的是我竟然知道他是誰(去年來交換的俊宇學長在心得中有提到),真的是一段很神奇的緣份。他向我分享了很多在比利時生活的攻略,雖然他現在已經畢業了,但還是偶爾會回學校,或許之後來列日的學弟妹也有機會遇到他呢!

【計劃趕不上變化】

在這交換的半年間,我其實還蠻幸運的,很快的就拿到居留證和開完戶了,幾乎沒遇到什麼挫折。不過在交換接近尾聲時,卻發生了COVID-19疫情,剛開始大家都覺得沒事,即使在中國進入大爆發時期時,歐洲這邊仍然沒有什麼防疫措施,部份國家甚至還有禁蒙面法,但口罩卻已經悄悄地被掃購一空了。後來隨著歐洲疫情升溫,在歐洲部分地區爆發了嚴重的排華潮,有些不理性的民眾會和你刻意保持距離,甚至對你咆哮,說實在的心裡確實不太好受,但也不會太在意。隨著疫情與各國政策瞬息萬變,我的回程航班被取消了,當時的航空公司客服極為忙碌,我也被迫留在歐洲尋找適合的返台航班,所幸後來歷經一番波折後,在歐洲疫情變得嚴峻之前順利返國。

26-4 交換/研修之具體效益(請條列式列舉)

- 獨立生活、自主管理能力
- 危機處理、應變能力
- 增進外語溝通能力
- 結交外國朋友、增進社交技巧
- 了解比利時多語區造就的特殊商業環境
- 拓展國際視野

26-5 感想與建議

在這裡,你想要什麼樣的生活,你擁有自由去規劃與執行,沒有人會干預你,同時,也沒有人有義務幫助你,有任何問題都應該自己去面對、解決。不同的學習方式、沒有最瘋狂,只有更瘋狂的派對們、東奔西跑的旅行、文化差異的體驗...,有太多的未知等著你來體驗,這是一個漫長的旅程,並幫助你在這個過程中重新認識自己,並重新定義自己對未來的想像是什麼、想完成的目標是什麼。這半年的經歷絕對不是這幾頁心得可以交代的完的,這半年走過來,漸漸的了解到自己擁有什麼與缺乏什麼,也漸漸的發現很多事情不是變得比較簡單了,而是自己變得不一樣了!衷心希望學弟妹有機會的話,也能踏上這個探索自我的旅程!

以下提供一些在歐洲及比利時生活上的資訊,希望能幫助到未來交換的學 弟妹:

【租屋】

學校有提供宿舍,但宿舍位於比較遙遠的Sart Tilman校區,對管院學生來說並不方便,設備與租金也沒有太大優勢,因此管院學生通常會在市區租屋,列日地區的短期租屋並不好找,建議提早找房。

*市區有一些公寓式管理的學生套房可以租,不過租金比較高一點(例如 Avroy Student House等)。

*可以上「Kotaliege」網站、Facebook社團「LIEGE A LOUER - bouche à oreille」找房。

【居留證/比利時「itsme」數位身份認證】

(1)先向學校國際處報到,他們會給你學生證、註冊文件等,並協助你開 通網站帳戶。之後帶著護照、房屋租約、國際處給的註冊文件到市政廳 辦理居留證,市政廳現場等待時間長,記得預留較多時間。第一次辦理 時會收你提供的文件及約7歐元的手續費(可刷卡),並給你一份臨時居 留證的文件(Annex 15),證明你已申請居留證。接下來在幾週內會有警 察到租屋處拜訪,確認你是否居住在合約上的地址,之後會再寄一封信 通知你可以到市政廳辦理下一流程。第二次辦理時要帶著Annex 15、通 知你辦理的信函、及信函裡要求你帶的文件,這個步驟會採集指紋及簽 名,並收取約22歐元的製卡費,同時他們也會給你一份新的Annex 15。 製卡完成後,會寄信通知你去市政廳領取居留證,信函裡面有居留證的 晶片密碼,需妥善保管。

比利時居留證是具有線上功能的,類似台灣的自然人憑證,建議可以 從台灣攜帶晶片卡讀卡機以便辦理各項線上業務,也可以註冊比利時數 位身份認證服務「itsme」(需比利時門號),如此一來便可以在網路上辦 理銀行開戶、申請手機SIM卡等業務。照規定來說居留證被視為簽證,需 搭配護照使用才有效,有時候搭飛機/跨國巴士證件沒有檢查那麼嚴格 時,只出示居留證也可以,但是進出申根區時一定要帶居留證。 學期結束後記得註銷居留證,可以線上付款辦理(需讀卡機)或到市政廳抽 號碼牌排隊辦理,註銷居留證也會需要手續費,大約10歐元左右,建議 不要太早辦理,以免產生一些問題。

【金融】

銀行 名稱	所屬 國家	開戶方式/費用	申辦原因/功能特色
ING	比利時	現場開戶,學生免帳管實持護照、Annex 15等文件至分行開戶, 分行收件後會進行審核,通過後會Email 通知你前往分行簽署文件,之後金融卡、 讀卡機會寄給你。 現金存款功能預設好像是關閉的,收到 卡後可以請分行協助開啟。	
Revo lut (推薦)	英國	App開戶,免帳管費 在App上傳護照資料頁、簽證頁及自拍 照即可	 每月有200英鎊(或等值貨幣)的免手續費提款額度,可在全球ATM提款免續費 支援刷卡儲值,使用非歐洲經濟區國家(EEA)發行的卡會收取約1%多的手續費。不過搭配Curve來刷台灣的卡的話就不用手續費,且根據經驗,台灣的銀行是認列為一般的國外消費,適用卡片原有的消費回饋(如有) 支援英鎊、克朗等多幣別帳戶,可以在App上預先換匯,到當地再用ATM領出,匯率還繼不錯的不定期有開戶獎金活動,有興趣的話可以跟我聯絡
Curv e (推薦)	英國	App開卡·免手續費 免上傳護照·需綁定歐洲經濟區(EEA)發 行的卡(如Revolut等)來做驗證	● Curve不是銀行帳戶,他只是一張卡,你可以在 App裡面鄉定很多張卡,並設定要用來扣款的卡, 比較是多卡結合為一卡的概念(刷Curve卡時他會同 時從你鄉定扣款的卡來做扣款) ● 因Curve是EEA國家發行的卡,我都是在裡面綁台 灣的卡,然後用它來儲值Revolut、刷Ryanair,如 此一來就可以免除額外的手續費 ● 每月有200英鎊(或等值貨幣)的免手續費提款額度, 可在全球ATM提款免續費 ● 可以選擇3家指定商店,90天內在那些商店的消費 金額有額外1%的Curve Cash回饋 被朋友推薦開卡的話送5英鎊的Curve Cash,有需 要的話可以跟我聯絡
N26	德國	App開戶·免帳管費 在App上傳護照資料頁、簽證頁後·需 視訊與專員進行驗證	每月5次在歐元區提款免手續費不定期有開戶獎金活動,有興趣的話可以跟我聯絡
bunq	荷蘭	App開戶,免帳管費 在App上傳護照資料頁、居留證(不接受 簽證)後即可	● 可以用來申請荷鐵的優惠季票● 不定期有開戶獎金活動・有興趣的話可以跟我聯絡

◆ 以上資訊僅供參考,最新資訊與優惠請參閱官網。

【電信】

(1)我是使用英國VOXI的方案,每個月10英鎊,流量8GB,社交媒體 (Instagram、Facebook、Twitter、Whatsapp等)無流量限制,歐洲地區無限通話。VOXI是英國Vodafone的子公司,使用Vodafone的基地台,訊號蠻快的,也很穩定,在歐洲地區(含冰島、瑞士)、土耳其可漫遊使用方案內容不另加價。他們的系統有bug,不過我用多少流量都不會扣流量,後來我都當吃到飽在用。

申辦方式:兩種申辦方式,第一種是網路申請,SIM卡郵寄(限英國地址),第二種則是先取得英國Vodafone的SIM卡,然後線上申請換成VOXI方案,我是先在台灣蝦皮買英國Vodafone的預付卡,到歐洲後再轉成VOXI的方案。有朋友推薦申請的話送Amazon 10英鎊Gift Card,需要的話可以跟我聯絡。

【保險】

可以到「CAAMI」保險公司申請免費的醫療保險,在歐盟地區看醫生的話可以申請70%的醫療費理賠,申請後會寄貼紙給你,理賠時需要用到它給你的貼紙,因為我沒申請理賠過,所以細節的部分不太清楚,建議自行與保險公司聯絡了解保障內容與理賠程序。

【交通】

1)市區

列日的大眾運輸沒有很發達, 尖峰時段會塞車, 目前只有公車, 輕軌正 在蓋。

 可以到TEC公司購買月/季票,26歲以下的話月票是16歐元,4個月票 是44歐元。

2) 火車

主要的火車站是Liege Guillemins,算是個國際大站,有Thalys、ICE等 跨國高鐵停靠。

- 26歲以下可以購買GoPass 10,售價53歐元,等於10張單程票(不可 搭高鐵、不可跨國!)
- 前往邊境地區(德國Aachen、荷蘭Maastricht)的話有特殊版的 GoPass 1可以買,約8歐元
- 週末有來回票回程半價的活動,週末搭車可以算一下哪種方案比較適合,比利時國鐵還有不少優惠方案,可以上官網了解
- 火車票提早買的話會便宜很多,去巴黎的話可以考慮IZY廉價火車, 最低只要10歐元,德國境內的話有FlixTrain廉價火車,最便宜只要3 歐元。

3) 跨國巴士

窮遊的好幫手,最大家的巴士公司是Flixbus,另外也有BlaBlaBus、 RejioJet等公司,票價通常都蠻便宜的,Flixbus有賣99歐元的優惠 voucher,可以兌換五張直達的單程票,在旺季出遊時還蠻好用的。一個 城市通常會有很多個上車站,要記得確認上車地點。

4) 飛機

(列日的地理位置還蠻不錯的,前往多個國際機場都算蠻方便的。

機場	交通方式	介紹
布魯塞爾BRU (比利時)	搭火車約1小時	我只有去過一次,廉航較少。 比利時最大的機場,有跨洲航點。
布魯塞爾CRL (比利時)	搭火車轉公車約1.5~2小時,從 Liege Guillemins有Flibco直達巴士 去機場,但要提早訂票才會比較便宜	我常用的機場,有不少廉航。
科隆 CGN (德國)	搭ICE約1.5小時,一般火車約2.5小 時	我常用的機場,有不少廉航。
杜賽道夫 DUS (德國)	搭火車約2~3小時左右	德國第三大的機場,有跨洲航點。
愛因荷芬 EIN (荷蘭)	搭火車轉公車約3小時,有Flixbus直 達	廉航會使用的機場
阿姆斯特丹AMS (荷蘭)	搭火車約3個多小時·有Flixbus	荷蘭最大的機場,有不少跨洲航點, 有直飛台北的航班。

歐洲廉航的機票非常便宜,我出國旅遊常常搭飛機,我有買過10歐元的 機票從布魯塞爾飛到華沙、9歐元的機票從布魯塞爾飛到馬爾他。由於比 利時附近還蠻多機場的,因此要找到便宜的機票並不難,但要小心航空 公司的退改票規定及隨身行李規定,愈便宜的機票通常規定愈嚴格(例如 一定要Online Check-in、不能帶受機箱等),以免在機場被收取昂貴的 手續費。

5) 共享乘車 Carpool】

我在歐洲有用過幾次BlaBlaCar,你可以在他的網站/App上輸入你的起 纥點,看有沒有剛好有相似路線的司機缺乘客,有的話可以跟司機聯絡 確認上下車地點及時間,並在平台上付款預訂。在大眾運輸不發達的地 方蠻好用的,車資有時候會比巴士還便宜,卻比巴士快很多,我曾經用 它搭去CRL機場,只花了差不多40分鐘,讓我順利的趕上了飛機,是個 很特別的體驗。

【旅行】

歐洲的大眾運輸完善,申根區內跨國旅行沒有繁瑣的護照查驗,自助旅行的難度並不高。機票、車票基本上都是浮動定價,愈早購買愈便宜,強烈建議及早預訂交通及住宿。建議可以加入Facebook「歐洲交換學生」社團,社團裡有很多有用的資訊,也可以在那邊徵求旅伴/飯友,我有幾次的旅行就是和社團上的旅伴一起的,可以認識很多不同背景的人,是個很棒的體驗。

以下整理一些歐洲秋冬季的節慶與特殊活動

名稱	時間	地點
名稱	時間	地點
啤酒節	9月下旬、10 月上旬	德國慕尼黑、司徒加特
阿姆斯特丹電音節(AMF、ADE)	10月中旬	荷蘭阿姆斯特丹
柏林燈光節、柏林圍牆倒塌週年	10~11月	德國柏林
聖誕市集	12月	基本上每個地方都有 比較著名的在史特拉斯堡、維也納、紐 倫堡等
威尼斯面具節	2月上旬	義大利威尼斯



【治安】

(1)西歐、中南歐治安普遍不佳,尤其在巴黎、布魯塞爾、巴塞隆納、羅馬等大城市要格外小心。常見的手法是趁你不注意時偷走你的包包或手機。在觀光景點會出現很多套路,想要轉移你的注意力,像是跟你要簽名、幫你綁手繩等。雖然我個人是沒有被扒過或是被搶,不過我身邊不少台灣的朋友被偷護照、居留證、手機、錢包,甚至整個行李箱被都偷走,建議外出時要隨時保持警覺心,並可考慮使用防盜包、包包S扣環、手機掛繩等防盜小工具。

不過北歐的治安普遍良好,不用太過擔心。有些冰島的飯店房間甚至沒有鎖,而冰島警察局的Instagram上面po了很多跟小孩還有寵物的合照,警察看起來很閒...

【比利時生活物價】

比利時物價整體偏高。不過啤酒種類選擇多,而且比台灣還便宜,酒吧有Happy Hour時也還蠻便宜的,外食的話價格就比較貴,速食店有時會有優惠套餐,可以下載App了解。超市物價還好,生鮮即期品通常會打7折。

物品	參考價格
速食店套餐	7~10歐元
600ml 可樂	超市約1.6歐元,販賣機或便利店約2歐元
一盒雞肉	約4~5歐元
500ml 啤酒	不到1歐元
公車/輕軌單程票	約2歐元





photographed by 106-1 GHRM 魏綉穎

校內辦理單位聯絡方式

國際事務處

【交換】

分機 2243

信箱 oia.outbound@mail.nsysu.edu.tw

【獎助】

分機 2635

信箱 oia.exchange2@mail.nsysu.edu.tw

教務處

【學分/選課/畢業】

分機 2124

信箱 candy221@mail.nsysu.edu.tw

宿服中心

【住宿申請/退宿】

分機 5937

學務處生輔組

【役男緩徵】

分機 2904





Office of International Affairs, National Sun Yat-sen University Tel: +886-7-525-2000 ext.2243
Website: https://oia.nsysu.edu.tw
AD 2004, No.70, Lien-hai Rd., Kaohsiung, 80424, Taiwan



國際處網站



國際處 FB



交換暨研修 FB