

國立政治大學社科院交換學生報告表

基本資料

1. 系級：地政碩三
2. 姓名：曾義傑
3. 交換學校及系所（全名）：Aalto University, Geoinformatics
4. 交換學期：自 107 學年第 1 學期起，至 107 學年第 1 學期止

交換學生報告（以下每點敘述至少 300 字並附上照片）

1. 準備篇（請就出國前準備、簽證之辦理、接機等準備事項進行陳述）

- 機票：我是自己到 Finn Air 的官方網站去買機票的，趁著 25 歲前可以使用青少年方案。雖然在價錢方面沒有便宜，但可以讓學生帶兩個大行李箱並且合計有 46 公斤的行李重量，對交換學期可說是非常重要，尤其是北歐地區的交換學生，因為冬天的服裝實在很大件。機票這種事情其實就是建議大家早點購買，在確定要去交換卻被入取然後知道開學時間大概在什麼時候即可購買，建議早點到當地適應。
- 住宿：Aalto 和政大的行政人員會非常熱心的一直提醒要記得住宿申請的事情，只要 follow 她們的指示申請即可。越早申請越好，因為順位會按照申請時間來拍。申請之後建議頻繁的檢查信箱，如果成功申請到宿舍，住宿資訊會如雪片般飛來。
- 國際學生證：學生證這類的文件建議可以多一張就多一張，這樣會多一種得到折扣或優惠機會，例如 FlixBus 和博物館等。歐洲地區對學生其實蠻友善的，建議大家多到博物館走走。
- 居留證：因為身分比較特別，我個人是現在線上填寫資料並繳交 300 歐元的簽證費。拿著繳費證明和準備好文件以後，在預約好的時間到芬蘭的移民署去申請學生居留證。要準備的文件有英文財力證明、保險購買證明、宿舍證明、入學許可證明、來回機票證明、有效的護照等，大概等兩三個星期，居留證就會寄到你的住宿地點。

2. 學業篇（請就選課程序及狀況、上課情形、學習成效等事項進行陳述）

- 選課系統：Aalto 是使用 Oodi 這個線上的選課系統來讓大家選課，這一類的事情會在 Orientation week 的時候會教，不需要太擔心，這也是為什麼推薦大家早點到當地的原因。另一點值得注意的是，如果上課期間覺得這一堂課不太合適等等，可以在線上隨時退課且不會留下紀錄，非常方便。
- 上課情形：我個人因為論文期刊等等事情，只選擇了一門正課和一門通識課。

- 正課為 From measurement to maps，大概是在說如何從資料收集一直到把資訊轉換成地圖這樣的過程。對於政大地政系測量組的同學來說完全不需要擔心，雖然授課換成英文，但內容大多是校內老師教導過的，而且芬蘭這裡的授課不會太深奧，因為我覺得大家都可以應付。在芬蘭的考試好像都用手寫，這堂課也不例外，但可以找個考古題稍微了解一下。這堂課還有實習，就是到戶外去放樣，相信對同學來說不是一件難事。
- 通識為認識芬蘭，這堂課只上六週，每週 1.5 小時。主要的目的除了認識一下芬蘭的文化、教育、社會等，更重要的是可以認識來自世界各地的組員，我的組員來自印度、匈牙利和德國。除了在課堂上交流的很緊密，我們還會私底下約出去 Hang out，對於工科的同學來說是一個很好認識其他人的地方。

3. 社團篇（請就參加之社團、課餘活動等經驗分享）

我在芬蘭沒有參加社團活動，除了在宿舍享受生活，更多的是到健身房去運動和旅行。

- 健身房：學校裡就有一家健身房，且距離我的宿舍不遠，因此我很常到健身房去打籃球和運動。不知道是不是要給交換生的，我選擇購買 4 個月的季票，大概 90 歐元左右。如果作息正常，你起床的時間健身房都有開門營業，因為睡醒不知道要幹嘛就可以到健身房去運動。
- 旅行：我很幸運遇到一群也很喜歡到各地去走走看看的台灣同學，因此很常一起到各地去看看。赫爾辛基往北走也不知道可以到哪裡去，因此比較常往南邊走。
另外，很多人會在交換期間選擇一個人到處走走，但一個人旅行真的要非常注意安全，尤其是網路上那些對隻身旅行較不友善的城市地區或國家。臉書上有很多交換生的社團可以加入，也可以在上面找到各種旅伴，一個人到處走走的風度確實很好，但不要讓自己掉入危險之中。

4. 日常生活篇（請就交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食等事項進行陳述）

● 住宿和生活環境

這一點真的要看住在哪個生活圈。我本身是因為沒有申請到 AYY 或 HOAS 的住宿，因此和幾個同學找了 Otaniemi 區的公寓一起住。附近

的生活環境其實不算很方便，想要買個東西就必須走大概 10 分鐘的路程，到學校 Bloc A 裡的 Alepa 去買。住宿費每個月大約 500 歐元。

但就其他交換生來說，可以申請 AYY 或 HOAS 的宿舍，當然是越早申請越好。而對於 AYY 或 HOAS 的住宿生來說，生活環境和生活機能就會比較好一下。如果真的申請到宿舍了，建議先把握下來，因為再從新排隊，就不知道要等待到什麼時候了。

- 交通

剛到芬蘭註冊成為 Aalto 的交換生時，學校會給一張可以申請 HSL 學生車票的單字。帶著那張單子到附近的 HSL 服務中心即可申請學生版的悠遊卡。卡片的價錢是 5 歐，再視你選擇的方案會有不同的總價。但從 2019 年開始，整個計算車資的系統開始改變，我在這裡就不多說明了。但單程單區是 2.1 歐，單程跨區是 4.2 歐。

- 飲食

我覺得父母既然花錢讓我們出國交換了，一定不希望我們吃得比在台灣時差，因為我在國外在飲食方面其實花了不少。但在芬蘭外食的話確實有點太貴，一人一餐大約要 15 歐元，一天都在外面用餐的話就 30 歐元了。綜合以上兩點，我大部分時間都選擇在家自己開伙。

先介紹我買食材的地方，全國都有的 K-market，S-market，Alepa；或者在某些交通便利的大型購物商場裡的 Lidl 和 Prisma，都是我購買食材的地方。前者比較像有缺小東西才會到的地方，而後者比較類似每個星期去採購一整個星期食材的地方。當然調味料方面不能在當地的食材買到，只能到赫爾辛基市區的 Hakaniemi 的亞洲超市去買。

倘若不得已需要外食，個人推薦 Kamppi 市中心的 Itsudemo 壽司店，中午時段吃到飽 13 歐，選擇眾多，是不錯的選擇。當然，學校也有提供學餐，一餐 2.6 歐元，大多都含沙拉飲料和一個你可以吃多少就裝多少的盤子。其中，我最推薦也只會到 Taffa 去吃每個星期三的義大利麵學餐，如下圖所示。



學生餐廳供應的義大利麵





自己開伙

- 銀行開戶

我個人是有到芬蘭當地開戶，主要是因為本身帶太多現金到當地，開個 Account 會比較方便一點。再來就是想體驗那種歐洲人不帶錢包只帶卡出門的感覺。我選擇的銀行是 OP Bank。

5. 您對於社科院辦理與該締約學校之間的交換細節，如甄試、薦送、聯繫等事宜，您有無任何建議？

非常開心一開始時有參與到社科院舉辦的交換說明會，當下聽不懂可以發問以外，還可以把 PowerPoint 檔案帶回家跟家長說明，這對我來說幫助很大，也非常感謝顏鳳助教的大力幫忙！

我覺得不管是政大社科院這邊，又或者 Aalto 工程學院，不管在生活上或者學業上，都給予我很大的幫助。就交換的申請程序，到芬蘭方的聯繫過程都非常的簡易，或者助教們已經幫我處理許多繁瑣的事情了，所以到我這裡要處理的時候真的很輕鬆。

另一方面，很開心江院長履行對交換生的承諾，給了我一些獎學金。雖然不多，但看到社科院對交換生的重視有越來越高，真的非常開心，對學生們來說是一種幫助很肯定。

就可以進步的事情來說，我覺得社科院應該靠著自己的名聲與名氣，再繼續尋找更多的院級締約學校，以讓學生有更多的選擇，除了北歐這些高消費的交換地，也可以開始了解一下東南亞或其他較低消費的交換地，已讓更多同學受惠。

6. 就政大的就讀經驗與締約學校的交換心得，您有無任何建議提供給本院作為改善之處？

社科院除了舉辦一個交換名額的說明會，更可以邀請還在學校的學長學姐回來分享一下當地的資訊，畢竟這些人到過當地，是最了解當地人事物的人。如果有個類似的分享會，我想幫助是很巨大的。

當然我們用心撰寫的這種交換心得，跟需要有系統且更新更快的放置到網路上，這樣我想身為大學生的我們應該就可以輕輕鬆鬆的應付即將到來的交換生活。