

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

交換之姊妹校校名：Universidad de Sevilla - 交換於 108 學年度-第 1 學期

<p>~寫在前面~</p> <p>還記得臨出國前對未來的惶恐與期待嗎？直到滿滿地帶了一堆行李與未知出國。 還記得初到異國的複雜情緒嗎？那種想說、不敢說、也不能說，只有當事人才懂的感覺。 還記得參加活動的快樂、送別友人後的落寞、買到特價品的喜悅、驚惶時光流逝的感覺嗎？ 還記得返國後，一肚子說也說不完的留學經嗎？ 如果你（妳）已經走過這段路，如果你（妳）願意種下一株小樹苗， 讓我們一起期待，期待這一株株小樹能茁壯， 也讓我們攜手讓往後實踐的交換生們能有一個更好的起跑點。</p> <p style="text-align: right;">實踐大學國際事務處</p>																													
填表人：吳oo	性別 <input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	原屬系所： 國際經營與貿易學系																											
留學校名：賽維亞大學(Universidad de Sevilla) 研習系所：旅遊與金融學系		留學時間：自民國 108 年 9 月 23 日 至民國 109 年 2 月 8 日																											
居住處： <input type="checkbox"/> 宿舍 <input checked="" type="checkbox"/> 校外租賃		住宿費用每(<input type="checkbox"/> 學期 <input checked="" type="checkbox"/> 月)：NTD <u>8750</u> 元																											
<p>搬入時宿舍內已有設備： 床、櫃子、WIFI</p> <p>建議另行添購或攜帶物品： 可攜帶</p>																													
<p>除繳交實踐全額學雜費，在留學學校額外繳交之費用名稱及金額： (如食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列)</p> <table border="0"> <tr> <td>名稱：學雜費</td> <td>金額：NTD</td> <td>210 元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>其他：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> </table>			名稱：學雜費	金額：NTD	210 元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	其他：	金額：NTD	元/月(學期)
名稱：學雜費	金額：NTD	210 元/月(學期)																											
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																											
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																											
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																											
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																											
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																											
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																											
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																											
其他：	金額：NTD	元/月(學期)																											
<p>每月基本生活費預估： <不含娛樂及文教費用，僅最低生活必需> 細項(以月為單位)</p> <table border="0"> <tr> <td>伙食費</td> <td>NTD</td> <td>20000 元</td> </tr> <tr> <td>交通費</td> <td>NTD</td> <td>800 元</td> </tr> <tr> <td>宿舍費</td> <td>NTD</td> <td>8750 元</td> </tr> <tr> <td>水電及電信等雜費</td> <td>NTD</td> <td>1050 元</td> </tr> <tr> <td>教材書籍費用</td> <td>NTD</td> <td>2000 元</td> </tr> <tr> <td>其他</td> <td>NTD</td> <td>元</td> </tr> </table>		伙食費	NTD	20000 元	交通費	NTD	800 元	宿舍費	NTD	8750 元	水電及電信等雜費	NTD	1050 元	教材書籍費用	NTD	2000 元	其他	NTD	元	<p>有無取得獎助學金補助 <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 獎助學金名稱與獲補助金額 名稱： 金額：NTD</p>									
伙食費	NTD	20000 元																											
交通費	NTD	800 元																											
宿舍費	NTD	8750 元																											
水電及電信等雜費	NTD	1050 元																											
教材書籍費用	NTD	2000 元																											
其他	NTD	元																											
<p>建議第一次入國所需攜帶金額： NTD <u>40000</u> 元</p>																													

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

機場至學校之交通方式

☐ 校方派員至機場接機

☐ 自行前往至某處會合(請詳述車種方式,並註明金額及在何處搭乘)

方式：學校無派任何交通工具及人員接待，一切由學生自行前往住宿後再去學校

出發前所買之海外旅遊平安保險(種類、公司、金額、期限等)

旅遊平安險(南山人壽)，海外旅平險及醫療險，建議保險期限可長一些時間。

保險：赴姊妹校後校方協助辦理 (☐國民健康保險；☐學生平安保險；☐其他保險)

金額：完全沒有

簽證：辦理簽證所需天數、金額、及特別注意事項

為時間充足，簽證建議辦理 180 天；一次簽證 1500 元。須帶齊所有文件並多準備義憤影本，文件皆須待正本。

其他校方提供使用服務：

☐ 是否有直接網路連線 (☐ 宿舍 ☐ 圖書館 ☐ 電腦室)

☐ 是否有安排輔導人員 (☐ 輔導老師 ☐ 義工同學)

完全沒有

有無使用行動電話？公司與費率方案為何？

在當地辦理月付預付卡儲值

學校週邊生活機能，是否有下列設施：

書	店	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所附近約略 3 - 4 間
超 級 市 場		<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：距離系所大概 5 分鐘
百 貨 商 圈		<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：距離系所大概 10 - 15 分鐘的一商城
24H 便利商店		<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：歐洲沒有開 24 小時的店
醫	院	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：附近沒有大醫院
地 鐵 車 站		<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所外面有地鐵、公車、電車(但動線不佳)
公	園	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所走 5 分鐘有公園
電 影 院		<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：百貨商城上有一間電影院
體 育 場		<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所附近有籃球場及健身中心
社區文化中心		<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：系所到住所附近有一社區中心
其	他			

你(妳)可以留下給學弟妹助於生活方面之電話<例如：學校、宿舍、駐外單位等...>

無

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

你（妳）交換的姊妹校在你心中的印象(簡述 100 字以上、300 字以內)：

這間姊妹校是一間充滿許多色彩文化以及歷史悠久的公立大學，也是旅遊觀光勝地，在市中心總是有許多的觀光客來訪，西班牙廣場、弗朗明歌舞、鬥牛場、道地的海鮮料理，好吃的伊比利豬，有著濃厚的西班牙文化歷史古城、遺跡、主教堂、歷史悠久的城橋小河，中世紀的街道小鎮和美麗的藝術紡織品服裝。

留學心得感言 2000 字：

(例如：出發前，抵達後一個月...回國後的感想---歡迎貼上個人留學代表照片若干；另歡迎提供留學國的作法、經驗，以利國內之參考)

這間姊妹校是一間充滿許多色彩文化以及歷史悠久的公立大學，也是旅遊觀光勝地，在市中心總是有許多的觀光客來訪，西班牙廣場、弗朗明歌舞、鬥牛場、道地的海鮮料理，好吃的伊比利豬，有著濃厚的西班牙文化歷史古城、遺跡、主教堂、歷史悠久的城橋小河，中世紀的街道小鎮和美麗的藝術紡織品服裝

這一次的交換計劃前往西班牙賽維亞大學，我差點無法前往該校進行交換，對方學校遲遲未給我入學許可證明，以至於我後續辦簽證也延遲了，自己也跟姊妹校溝通多次，也透過我自身認識的西班牙友人協助不斷聯繫且多次撥打國際付費電話，最終才趕上交換期間，也因此抵達該校時已很晚，能選的課時段也比較少，在該校選課程上也遇上一些問題，西語授課對我們也是挑戰，在選課時我們跟該系的秘書選課上也遇到了一些分歧，沒辦法良好溝，之後也是我自行前往該姊妹校的管院院長室請求協助幫忙以及等上了一月的時間才解決這個問題，在學校註冊上也遇到問題，該姊妹校流程上我們也是被忽略遺忘，系統上也沒有建立我們的學籍檔案資料，也是我親自去該校國際學院詢問才解決這個問題。該姊妹校也很處於很消極被動，沒有給予任何消息，來給予適時協助或是很友善的對待我們這群交換學生。

在課程上面，任課老師都是很友善耐心願意教導我，在課後也願意回覆我課程上的難題，收穫滿滿在課業上。班上同學，也很友善願意幫助我課業上的幫忙，讓我快速融入當地環境語生活圈，在相處上也相當愉快，甚至也一同出遊歐洲旅行。

該地區銀行開戶也是相當的複雜繁瑣，需要備齊文件，也需要話很長的時間等待回應，很緩慢。在住宿找房上，我也遇上了不少麻煩，學校沒有提住宿配合，需要自行網路上找房，這對我當時來說也是相當困難的，只能透過線上共享租房資訊一間間的線上聯絡，還有交換半年期間相當難尋找到租屋，那邊多數都需要租滿一年的期間合約。最後也找到了半年租屋，距離學校十五分鐘的步行時間到達學校，該租屋隱私上也有些不合理，房間門上無法鎖門，牆壁隔音設備不佳，使用電的負荷量也不高，時常跳電，學校地區租屋上的房東也不是相當友善，在我準備離開西班牙租屋最一個月，房東也對我們找麻煩找各種理由扣押我們的一個月租屋押金，責怪我們破壞租屋設備，但主因是他租屋因年老失修，才發生問題，也嚐試與房東溝通但她相當不友善，原本有考慮報警處理租屋糾紛，但因最後各種安全因素考慮之下，選擇妥協，自己認賠了這一些不合理的賠償。房東也曾經未經過允許打開過我個人的房間自由進出，我當時也相當不能接受。

在交換期間，我也遇上了身體不適的狀況，我肩膀不適，也前往當地醫院，掛急診，當下也付了三百歐元的急診費用，很幸運我自己在台灣時有購買旅遊海外平安保險，可以實報實銷看診費用。

該地生活機能，其實有點不便利，住家離超市、醫院、商圈也有一段距離，該城市的交通動線也設計不良，公車也不準時，很容易停駛或延遲。該地區天氣日夜溫差很大、有時也會突然爆風暴雨，濕度偏乾暖活，但建議冬季期間還是穿著薄長袖長褲為主，再加件外套，以免受寒。水質乾淨，開水龍頭即可飲用，唯獨礦物偏多，物價上沒有到很高，但若在市中心相當高，購物方面，有平價的服裝可以購買。

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

食物方面，主食為麵包或麵食，當地相當有名美食為伊比利煙燻豬腿，橄欖(油)、海鮮飯、西班牙烘蛋、各式各樣的醬料，但外食價格上偏高，我的話有空閒時間會自行烹飪主食，也比較省錢，有時也會與朋友們互相文化、美食交流，讓他們認識台灣，也交到了不少有好的朋友，一起創造了不少美好回憶，也經歷了許多事情，有著革命情感。

在西班牙旅遊過程中我曾經遇到扒手，險被打劫，當時我在巴薩隆納觀光景點區，剛出來地鐵站，衣物上被撒了異物醬料，假借好心幫你擦拭，藉此行竊你的財務，我險被偷，很幸運我人平安無事，當下也沒有很驚慌，因為之前有聽過類似的經驗，所以有特別留意，但是還是遇到了，不過有讓自己的損害減少最低，安全離開。所以我個人建議旅遊時請多多留意自身安全與財務，背包盡量背前面，或是鎖上一個簡易的安全密碼鎖，來保護自己，少走暗街小巷，結伴同行。另一個是件事在我在葡萄牙遇到的事件，在客運車上，高速公路上高速行駛上，我座位正下方的輪胎爆胎，當下相當危急，好險大家平安無事，但在高速公路上等待了一小時，客運公司另派車才來接我們，最終很幸運人平安無事，當下真的很惶恐。

順便一提，這一次受武漢疫情的影響，我本來有購買國泰航空的學生來回機票，但因疫情爆發，我準備回程時，會經過香港轉機回國，若照原定計畫會相當危險，因此V只能額外重新購賣阿聯酋航空公司經杜拜轉機回台灣，有些無奈，國泰航空公司退還給我的機票費也是相當的少。

最後我還是要很感謝我的爸媽和老師們的協助以及實踐大學給我這個機會，推薦我並且幫助我去西班牙做交換，從中也獲得很多人生經驗與歷練，從中培養外語能力，自主能力，開闊視野。很順利的出發，平安的歸國。謝謝！若有機會的話未來學弟妹要前往該姊妹校交換，我也會很願意協助他們。

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

留學期間生活照片紀實與分享

※請確實依照格式分享照片及加以簡述。

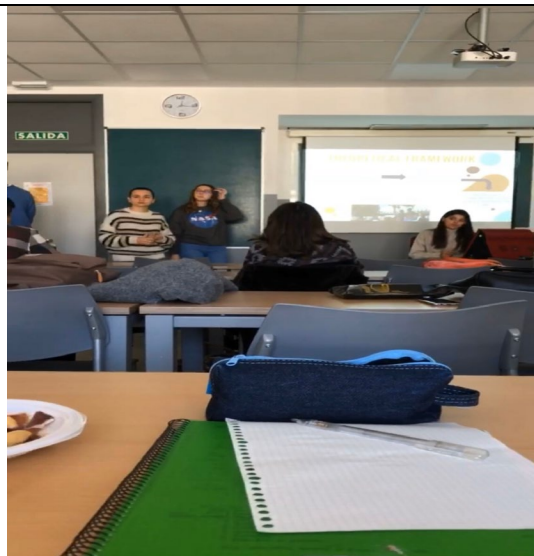
※除了提供生活紀實照片外，另請提供教室照片、宿舍環境照片、相關辦公室照片、參與交換姊妹校舉辦活動之照片數張。



塞維亞鬥牛場

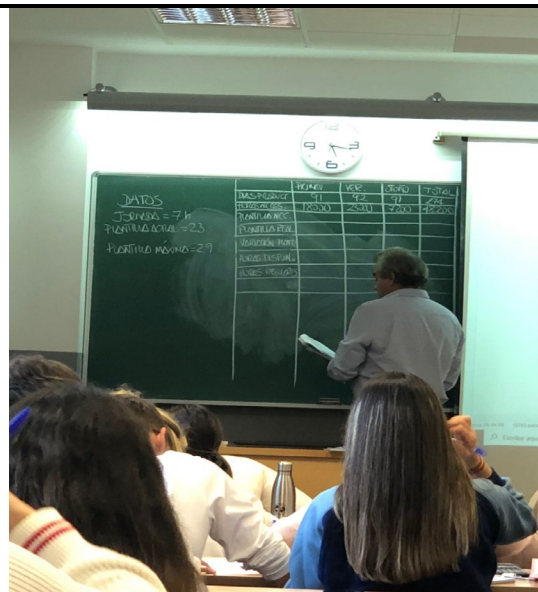


姊妹校旅遊與會計學院正門口



課程團體報告

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書



平日上課方式



西班牙廣場



都市陽傘

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

※本報告請於返校後 2 週內繳交—Email 國際事務處作業承辦人

※心得報告書及所提供之照片將做為國際事務處上傳至網路提供學弟妹分享資料以及作為國際事務處各項行政業務之素材，請同學勿提供不宜及不雅照片。