

國立東華大學國際交換學生心得及問卷
National Dong Hwa University International Outbound Exchange Student Report

個人資訊 Personal Info.			
姓名 Name	宋郁庭	學號 Student ID	41103a025
所屬系所 Home Department	觀光暨休閒遊憩學系		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	41103a025@gms.ndhu.edu.tw		
前往國家 Exchange Country	荷蘭		
前往學校 Host University	HZ university of applied sciences		
交換系所 Host Department	Tourism management		
交換交流期間 Exchange Period	自 From <u>2023</u> 年 year / <u>8</u> 月 month 至 To <u>2024</u> 年 year / <u>1</u> 月 month		
交換學校申請資訊 Application Info.			
申請時間 Application Period	2023/4		
獲錄取通知時間 Acceptance Letter	2023/5		
申請所需資料清單 Required Documents	英文成績單 在學證明 多益成績單		
簽證資訊 Visa Info.			
簽證費用 Visa Fee	2500		
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office	荷蘭辦事處		
申請文件 Required Documents	財力證明 護照 mvv 申請表		
申請時程 Application Timeline	1-2 個月		
課程資訊 Course Info.			
選課方式 Course Selection Method	<input type="checkbox"/> 線上選課 Online System <input checked="" type="checkbox"/> 紙本選課 Paperwork <input type="checkbox"/> 其他 Others:		
選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits (Max/Min)			
是否可以跨系選課 Any major restriction for course selection?	<input type="checkbox"/> 是 Yes <input checked="" type="checkbox"/> 否 No <input type="checkbox"/> 其他 Others:		

課程難易度 Course Level	<input type="checkbox"/> 困難 Hard <input checked="" type="checkbox"/> 普通 Normal <input type="checkbox"/> 容易 Easy
住宿資訊 Accommodation Info.	
住宿選項 (可複選) Accommodation Options (multiple)	<input type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input checked="" type="checkbox"/> 學校配合之校外租屋公司 Off-campus Housing Agency in Cooperation with Host University <input checked="" type="checkbox"/> 學校 提供之校外租屋資訊 Off-campus Housing Information Provided by Host University
您選擇的住宿方式 Your Accommodation Choice	<input checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 自行租屋 Off-campus Housing 或其他住宿資訊來源 Other housing sources: <input checked="" type="checkbox"/> 學校 University <input type="checkbox"/> 朋友 Friends <input type="checkbox"/> 網路-網址 Internet-Link :
相關費用 Relevant Costs	
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	90000 NTD
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	46206 NTD
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	160000 NTD
其他費用(新台幣) Other Cost(NTD)	無
個人心得分享 Personal Report (1500-2000 字)	
<p>出國前：</p> <p>出國前需要申請 mvv 簽證，姐妹校會代為申請，等荷蘭當地移民局申請完後姐妹校會發 email 通知，然後就需要前往荷蘭在台辦事處領取簽證。這個流程通常越快去越好，因為荷蘭在台辦事處很難預約。接下來要去戶政事務所申請出生證明，再拿去翻譯和公證，還要拿去荷蘭在台辦事處檢驗，所以可以等出生證明弄好後再去拿簽證，就不用搶兩次時段。同時要注意簽證的照片一定要符合荷蘭的照片尺寸，不然高機率被退件。保險的部分可以用 AON 學生保險，一個月 50 歐，幾乎所有項目都有。</p> <p>食：</p> <p>荷蘭的物價很貴，外食一餐要 20 歐以上，所以我基本上都在家自己煮飯，可以省很多錢。如果喜歡亞洲食物的可以下載一個 app 叫 Ochama，上面有很多亞洲食物可以訂購。</p>	

衣：

我去荷蘭的時候是 8 月，天氣非常好，大概 20 度左右，早上 6:00 天亮，晚上 8:00 天黑。所以還是要帶幾件短袖短褲。到了 11:00 底就非常冷了，寒流來的最低溫會到 -5 度左右，早上 9:00 天亮，下午 4:00 天黑。荷蘭又常常刮大風下暴雨，大風的等級是台灣的中強颱風那種，我宿舍附近的樹都被吹倒了，所以記得多帶幾件保暖的衣服，發熱衣跟發熱褲。

住：

因為當時找不到學生宿舍，聯絡姐妹校後的解決方案是住當地另一間學校的宿舍。我住的地方在另一個城市 Middelburg。我的宿舍是 house，有三層，總共八間房間，每個人都有自己的房間，廁所、廚房、餐廳、客廳是共用的。一個月 426 歐，包水電、暖氣另算。我覺得蠻划算的，而且地理位置在市中心。

行：

荷蘭的交通費非常貴，我每天搭公車從 Middelburg 到 Vlissingen 公車來回要 8 歐，好處是直接到學校門口。當然也可以選擇搭火車，火車單趟 2.5 歐。但火車站離學校很遠，還要再走 15 分鐘才會到學校，而且路上很荒涼，完全沒有房子跟人，只有比人高的雜草，有安全問題。如果不怕冷、想省錢跟熱愛運動可以騎腳踏車，單趟半小時，但荷蘭的風雨非常大而且很冷，建議不要。

課業：

我的系是排好課表的，學習壓力不會很大，有時候課排得滿一天要上 8 小時，沒有考試，只有期末跟口試，英文能力好的話還蠻輕鬆的，老師也會安排很多有趣的活動像是露營跟校外參訪等。我們班上只有我一個亞洲人，做期末報告的時候遇到了不友善的荷蘭人，試圖排擠我們組其他非荷蘭人的同學。我們有向老師反應，但結果還是不太理想。後來溝通後勉強達成共識，這也算是蠻珍貴的經驗，學習和不同文化背景的人溝通合作。

結語：

這次交換是很美好的體驗，歐洲真的很漂亮，我在交換期間去 6 個國家玩，看到了不同的人文風情。感謝學校提供這次機會。