

國立成功大學  
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：捷克 University of Ostrava 交換心得報告

出國期間：2021/09-2022/02

經費來源：高教深耕計畫

單位：成功大學都市計劃學系

職稱：碩士班學生

姓名：呂政孝

西元 2022 年 02 月 05 日

## 摘要

本文介紹2021秋季前往捷克俄斯特拉發地區交換學生的經驗。透過本校學生較少選擇前往的捷克俄斯特拉發大學進行交換的經驗，紀錄逐漸進入後疫情時代以及面臨疫情回溫與變種病毒襲來的跨國交流情形。內容涵蓋交換行前準備、當地生活交流、心得建議。特別針對疫情影響下的歐洲應對作為以及身為交換學生面對疫情的應對措施有詳實的紀錄。期望透過本文分享為後續有意前往歐洲地區交換的後進提供粗略的建議，並對於現階段前往歐洲的交換學生如何受到疫情的影響進行記錄。

## Abstract

This article aims to outline the experience of the exchange student program in Ostrava, Czech Republic in 2021 Fall. Through the experience of being an exchange student in University of Ostrava, which is a road not taken by students in NCKU, this article records the situation of exchange life in post covid19 era and the time when coronavirus outbreak again in Czechia. The content concludes the experience of packing and insurance for a VISA application, the life experience in Ostrava, and the thoughts and advice for the exchange program. Also, readers can find the record of the exchange student life of mine in the gallery at the last part of this article. This article expresses the detailed information of how students should deal with the tricky regulation and protect themselves under the coronavirus attack, including the health insurance regulation now and how to get the Europe Covid Pass with the vaccine certification which is issued by Taiwan. Although the situation changes rapidly due to the Omicron or any other kind of variant virus, for the one who has an intention of visiting Europe via the exchange program during the pandemic era, this article may offer a basic idea for you.

# 目錄

目的：交換的目的與想像.....	1
過程：交換行前經驗與準備 .....	1
交換校註冊與選課.....	1
注射兩劑疫苗 .....	1
保險購買 .....	2
交通票券 .....	2
行李準備 .....	2
金錢與支付.....	2
金錢準備 .....	3
過程：抵達捷克生活經驗分享.....	4
警察局簽證取得 .....	4
捷克與歐洲交通方面 .....	4
武漢肺炎篩檢經驗分享 .....	4
OSU課程分享 .....	5
建議：心得建議與旅遊體驗 .....	7
心得建議-旅遊體驗與後疫情時代.....	7
心得建議-歐洲交換的收穫.....	7
附錄：交換期間交流照片.....	8

## 目的：交換的目的與想像

對於交換學生，正面的想像總是比負面的意見來得要大。然而，身為一位研究生、身處疫情肆虐與旅遊限制的時代，出國交換帶給我的意義以至於回饋到社會的意義可以是什麼？是我直至出國前都尚未能夠給出一個答案的課題。

在這樣的情況下，我選擇抱持開闊的心胸去面對這一切，有成見就去化解，有衝突就去面對。事後回顧，我從準備期間就開始不停遇到很多善良的人也接受無盡的幫助，同時也遭遇許多無來由的仇視與惡意。這些經驗與反饋，無論善惡都豐富著這一趟交換的經歷。

## 過程：交換行前經驗與準備

容我略過校內申請、簽證申辦，我認為線上資訊對於這些流程更廣泛且詳盡，在網路搜尋最新資訊會更加有效。

本文所指的大學是University of Ostrava，成大之前的學長姊是去另一所學校VŠB交換校註冊與選課

上學期交換的同學會在三月中旬開始與交換校交涉（起初是由成大聯絡，後面自行聯繫），經由對方引導進行資料的線上填寫與註冊。四月初會與交換的科系/部門聯繫，對方會簡單解釋選課規定以及該校能選修的課程。我當時選的課很多寫英語授課但其實是捷克語授課，科系的聯絡人會提醒哪些課不能選，經過幾次交涉就確定初步的課表。而後到了捷克學校要與學院聯絡人報到註冊登入系統，再與科系聯絡人確認課表。可以再和學院聯絡人詢問獎學金事宜，若有住宿的話學期末可以拿到約2000克朗左右（我拿到1813克朗）（過往成大學長姐說的可以拿兩萬三萬克朗是VŠB，並非OSU，希望成大可以把過往心得標題中訛誤的「俄斯特拉發大學」改成「俄斯特拉發科技大學」）

臺灣學生會被認為是Erasmus計畫的一份子，該計畫強烈規定需要修非常高的學分數。因此，我起初不得不選非常多與我專業無關的課程。抵達捷克後我以成功大學與教育部學海飛颺的相關規則與科系聯絡人交涉，並表示我非Erasmus計畫交換學生，老師才接受我提的課程計畫。

## 注射兩劑疫苗

捷克的防疫策略隨時在變動。我入境時，台灣屬於綠色國家卻仍需要有入境前「或是」入境後的抗原檢測或是PCR陰性證明。同時，宿舍入住又規定需要有陰性證明，為了能夠當天入住也只好選擇在布拉格機場進行快篩抗原檢測（台幣約七百）。

## 保險購買

因為疫情，保險的規定不停更新，到我入境後已經強制規定只能選購PVZP並且需要購買到政府指定的方案以上。然而有其他國家的同學沒有更新保險、入境時也沒有被為難。我個人有額外購買台灣的旅行醫療相關保險，花費六千台幣上下，疫情期間停賣其他不便險，所以在海外皆特別注意自己的行李與財物。

## 交通票券

長居在俄斯特拉發必備ODIS交通卡。ODIS卡必須要在「三週前」申辦，我的學伴因為自己不使用大眾運輸而不知道那是什麼、如何申辦（但操作遇到困難時仍然可以請學伴用捷克文寫信或打到公司去問一下）。

總之在ODISKa的網站上點選英文，並且選擇在市區的寄送選項，到俄斯特拉發的三週到一個月「之前」申辦好後，抵達市中心再去取卡即可。

多數沒有申辦ODISKa的人在這之前就都只得用信用卡上車刷卡，價差超級大（每次30-50台幣不等，ODIS月票則是三個月700台幣左右）領到odis卡後買三個月票，到期後學期也差不多結束，其他時間也是出國到處玩，算是蠻剛好的時間。

## 行李準備

請備足冬衣。俄斯特拉發在非常內陸的地區，一週內馬上轉涼，一個月內下探個位數，根本無暇逛街購衣就已經凍死，並且「沒有暖氣！」統一供暖一直到十月初才開始，九月多快凍死了但捷克同學都說現在是秋天不可能有暖氣....台灣人沒冬衣真的會發瘋，韓國同學也表示因為沒準備冬衣而冷到受不了，我們一行亞洲人只好穿著雨衣在街上走逛。

日用品不需帶太多，建議旅行組的盥洗用品帶著前幾天撐著用，之後旅行也可以用，當地藥妝店十分便宜（痘痘貼或痘痘藥也很便宜，根本不用準備）到dm、Rossman、teta都可以當屈臣氏、康是美狂買。

## 金錢與支付

信用卡設定電子郵件收驗證碼，「海外提款」與「預借現金」的pin碼都需要準備好，這個密碼請跟銀行確認，我是到國外才知道我只有一張卡設定成功.....。

在此非常推薦同學們使用行動支付設定，全部綁定apple/google pay出國交換沒煩惱。而且信用卡超級超級重要，交換前及早準備可以在海外接收驗證碼的信用卡（購買火車飛機都需要驗證碼），並注意海外回饋需要夠高以防海外消費手續費。

## 金錢準備

我備用1500歐元現金，實際換成克朗的約500歐。我大部分都用台灣信用卡付款（然後存在捷克銀行用簽帳金融卡消費）。但還是要預計約半年的電信費、住宿費，還有要跟同學分帳、小額消費的現金。此外，疫情期間並非所有的篩檢站都能夠接受信用卡，需要準備數次PCR與快篩用的現金。

旅遊方面，通常到了歐洲才會決定要往何地旅遊，很多地方是不收歐元的（捷克、波蘭、匈牙利、瑞士），來到中歐很高機率會造訪這些地方，如果是帶現金來要做好一直被換匯波動影響的心理準備。

我在這邊開KB的帳戶，一方面是學校有accommodation scholarship，另一方面是學生可以免費開KB捷克克朗帳戶與(歐元或美元)，共兩個帳戶。我在捷克的銀行存好歐元即可以用歐元信用卡在其他地方不扣部分手續費的提款，也可以線上換匯，避開Ostrava的超爛匯率。

## 過程：抵達捷克生活經驗分享

我在台灣衛生所申請接種疫苗證明（中英對照）與小黃卡（中英對照），到俄斯特拉發的醫療院所（或接種站）用google翻譯說明我需要歐盟疫苗證明，護士與醫生雖然有點困惑但最後還是有發給證明。

中間也歷經了堅持英文證明是官方證明以及要求給予數位證明的過程，但耐心的溝通與翻譯最後一定會成功，建議處理官方文件時不要驚慌並保持禮貌與堅定。

### 警察局簽證取得

宿舍以及多數國際學生都會說不需要去警察局處理手續，但我不信邪的去到警察局排隊後，警察在我的護照上蓋章簽字，並用英文告訴我「你現在有長期簽證了」

其他國際學生似乎沒有遇到困擾，宿舍也表示他們已經處理好，但以防萬一還是建議大家來警局一趟，早上開門前半小時抵達不用什麼等待，辦事效率也並非網路上訛傳得那麼慢。

### 捷克與歐洲交通方面

歐洲的交通真的方便卻複雜，明明是同個國家卻又在各個州有不同的交通模式，大致上都是以「車程時間」購票，通常是40-60分鐘一個區段，再來就買全日票、數日票會較划算。

捷克這邊的城際/國際交通以RegioJet服務最佳，ČD的服務範圍最廣，這兩家公司還有跨國的服務，前往其他中歐國家時我也有選用他們的服務。建議前往中歐/捷克的同學熟悉一下這兩家交通公司的APP。（PS學生優惠只接受歐洲的ISIC學生卡並需要<26歲，台灣的ISIC沒用）

### 武漢肺炎篩檢經驗分享

初抵捷克時只要有保險證明就可以有一定額度的篩檢次數，但疫情升溫後補助取消。請注意保險不可以只選擇standard否則篩檢會不斷的破費，更麻煩的是有些篩檢站只能付現金。捷克（或全歐洲吧）不會像台灣一樣匡列或斬斷感染鏈，被通知有接觸也不會強制做篩檢，許多人都自由心證。在這邊真的要注意安全，小心不要接觸確診者，若接觸的話要注意身體健康並詢問學校有沒有合作的快篩/篩檢站，可以提供比較便宜的檢測。

## OSU課程分享

### 地理資訊系統GIS in Human Geography

用最新的系統來學習，圖資也是大放送，對於有興趣的人應該會如獲至寶。我主要也是因為想要取得當地的圖資還有想要持續碰碰GIS才選這門課。如果是都市計劃、地理相關背景的同學可以選這堂，基本上都是已經學過的東西，但老師也會補充一些ArcGIS在操作上遇到的黑盒子，這種討論與台灣著重基礎技能教學比較不一樣，蠻特別的。也因為這堂課與GIS有關，交換生基本上已經都有相關技能不會想選修，捷克的同學又不會想要用英語學GIS，同學如果要修習的話要做好可能只有教授與你乾瞪眼的心理準備。

### 外國人學捷克語1Czech for Foreigners 1

課堂上的捷克語實力落差極大，有自修到可以簡易對話程度的同學，也有對斯拉夫語系駕輕就熟的東歐學生，而更多是零程度的學生與虛應故事的同學們。

老師從學生打算長遠學習的角度在教學，課程內容對日常會話幫助有限。建議後續交換的同學們慎思，如果沒有要長期耕耘捷克語，修此門課程意義何在？

但也因為認真的同學很認真，上課時舉手狂發問，老師也都很願意非常深入探討語言及語用相關的問題，對斯拉夫語系或捷克文有興趣的同學會覺得很有趣！

### 專業應用進階英語5Practical and Specialist English 5

學生都是本科系的捷克人，只有我來自海外。課綱讓人以為是強化專業單字表達與書寫，著重文法句構。沒想到每堂課都是高強度的英語對談，不間斷的英語思辨兩小時。課堂上的捷克同學英文都很好，雖是B2等級但絕對有C1的水準，也因此要用盡畢生絕活來「聊天」。有時甚至沒有主題，本以為會輕鬆度過，沒想到卻是數一數二艱澀的課程，也算是趁機檢視自己英語的文法與字彙能力。

批判思考的主軸很因應時事，老師從開學到最後一堂課都在挑戰學生們「為何要戴口罩」，鼓勵大家不要戴口罩，期中也因為他染疫而停課兩週，回到正常上課時他仍然繼續挑戰我們對政府公共衛生管制的服從心理。班上也有反Covid疫苗的同學、反對封城的同學、反對口罩禁令的同學，我們從口罩禁令、Covid-Pass、到封城都有非常激烈的討論。捷克的疫情升溫迅速，從口罩不用戴、口罩強制戴、PCR等同疫苗護照到不承認PCR強制打疫苗、耶誕市集全面禁止但購物中心繼續群聚，每週都有新的材料可以討論。出身在守規矩顧大局的台灣，我們小小的島上除了大眾總白癡化被媒體帶風向挑疫苗廠牌之外，基本上沒有疫情或是反政府的思辨。這樣的討論為我帶來很大的啟發，究竟政府的決策是為了全民福祉？又或是這只是一個Business？



### 不動產入門（都市棕地再生專題討論） Introduction into real estate development(special offer)

原先去信詢問能否加選不動產相關課程，順道介紹自己的背景，沒想到授課老師以這門課程太過入門不適合我而拒絕，反倒與我談起了來到俄斯特拉發的原因。

最後老師提供special offer，讓我可以透過內容較深的meeting取代每週上課，並以繳交seminar paper來取代考試與檢核。我每週閱讀俄斯特拉發棕地再生的相關paper，並且實地走訪摩拉維亞西里西亞地區的工業歷史襲產，在與老師約時間討論棕地再生（brown field regeneration）議題。

這個特殊的機運給予了我很大的彈性做我有興趣的議題，十分驚喜歐洲的大學可以透過這種特殊管道來讓交換學生更自由地探索有興趣的事物並取得正式學分。很感謝Dr. Nováček給我這個機會讓我可以認識俄斯特拉發！

## 建議：心得建議與旅遊體驗

### 心得建議-旅遊體驗與後疫情時代

俄斯特拉發十分靠近波蘭，捷克與波蘭皆非歐元區，但因為很靠近所以旅遊很方便。我亦是到此地才了解波蘭最受歐洲人喜愛的城市為Krakow而非首都華沙。波蘭的Krakow與Katowice都有機場，比Ostrava的機場（只飛倫敦）更大也飛更多地方。以前在台灣實在殊難想像，假日上火車睡個十分鐘，就可以到鄰國爬兩天山這種休閒娛樂能夠如此普及。

下學期交換的同學有機會在春夏前往巴爾幹等熱門旅遊地區，我是上學期來的，歐洲同學都不建議前往那些夏日才熱鬧的旅遊勝地，我多往匈牙利波蘭以及西歐旅遊。

而在疫情期間不停地住青年旅館真的非常嚇人，群聚的狀況無可避免，我也曾經在青旅接觸感染者。我盡量避免接觸他人，睡覺時也戴著台灣的醫療口罩就寢（平時帶著歐洲的FFP2口罩，捷克買比台灣相對便宜）。然而，也因為疫情的狀況在冬天升溫迅速，鎖國、封城的消息（或謠言）甚囂塵上。作為旅行者需要不斷更新新公布的防疫旅遊資訊，真的非常非常的累人，建議出國的後進們將此考量到出國的成本之中。不過，我相信歐洲已經是相對開放的地區了，其他地區應該無法只靠covid疫苗證明就能夠通行無阻，這樣的開放程度已經是時勢下大程度地妥協了。

### 心得建議-歐洲交換的收穫

因為都市計畫專業、來到地理系交換，我有許多教授與同學引介，向我介紹Ostrava工業相關的遺址與都市計畫，甚至拜訪了來交換的同學絕對不可能計畫的捷克小鎮（只為一探棕地再生的案例），這樣的機會彌足珍貴，若有相關背景的同學來到俄斯特拉發，想必十分有收穫！

原先對於前往歐洲有很多的排斥，無論是對辦事文化、氣候、價值觀，對於歐洲總是充滿正負交雜的刻板印象。然而實際來到這裡，發現各國都不遺餘力的送出學子在宣揚自身的文化、用力地進行交流，我很驕傲我來自台灣、舉著代表台灣的旗子和世界各國的學生們交朋友。在後疫情時代雖然有很多不方便與怨懟，但是能來到歐洲與這裡的一切發生故事並留下些什麼，絕對是我一生難得的體驗！

附錄：交換期間交流照片



捷克 \_ 與教授討論棕地再生議題



捷克 \_ 實地探訪棕地再生基地



捷克 \_ 世界文化遺產Český Krumlov



斯洛伐克 \_ 小法特拉山脈攻頂



波蘭 \_ 海洋之眼Morskie Oko



德國 \_ 世界文化遺產潛力新天鵝堡