

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：113 學年第 1 學期赴捷克 布拉格捷克理工大學
出國報告書

出國期間： 2024 年 09 月 01 日~2025 年 01 月 24 日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學_管理學院_企業管理所

職稱：碩士

姓名：游雅茜

中華民國 114 年 01 月 31 日

中文及英文摘要

參加交換計畫對我來說是一個非常值得的決定。捷克不僅生活成本較低，且其地理位置優越，無論是飛機、火車還是巴士，前往其他歐洲國家都非常便利。在碩二結束後，我有機會在捷克交換一學期，這段不到半年的時間過得既充實又新鮮。我不僅親眼見識了世界各地的名勝，還體驗了與亞洲截然不同的居住環境，並結識了來自不同國家的朋友。除了學術交流，我也增強了不少生活技能，如烹飪。畢業後進入職場，能夠有長時間待在國外的機會會減少，因此這段交換經歷格外珍貴。本文將分享我參加捷克交換計畫的經歷，涵蓋了「目的」、「申請過程」、「研修期間」以及「心得與建議事項」，希望能為即將前往捷克或其他國家的交換生提供一些實用的經驗和建議。

Participating in an exchange program was an incredibly rewarding decision for me. The Czech Republic offers a relatively low cost of living and is conveniently located, making it easy to travel to other European countries by plane, train, or bus.

After completing my second year of my master's program, I had the opportunity to spend a semester in the Czech Republic. In five months, I had an enriching and refreshing experience. I not only visited famous landmarks from around the world, but also lived in an environment completely different from Asia, and made friends from various countries. Beyond academic exchanges, I also improved many life skills, such as cooking. After graduation, opportunities to live abroad for an extended period become much rarer, so this exchange experience is truly invaluable.

In this article, I'll share my experience in the Czech exchange program, covering the "purpose," "application process," "study period," and "reflections and recommendations." I hope it will offer useful insights and advice to future exchange students heading to the Czech Republic or other countries.

目次

中文及英文摘要.....	1
目次.....	2
目的.....	3
申請過程.....	3
研修期間.....	4
心得及建議事項.....	5
附錄.....	7

目的

交換一直是我人生清單中的一項重要目標，想要在進入職場前，利用這段時間在歐洲生活一段日子。參加交換計畫不僅是為了拓展國際視野、提升語言能力與結交來自世界各地的朋友，更是為了親身體驗歐洲的教學與學習模式。捷克布拉格理工大學（CTU）是我理想的交換學習地點，這所學校是歐洲歷史最悠久、規模最大的技術大學之一，也位於捷克的首都布拉格，這座城市不僅擁有豐富的歷史與文化，其地理位置也讓交換生能夠輕鬆前往歐洲各國旅行。此外，學校高度重視國際交流，每年接待大量交換學生，並設有 ESN（Erasmus Student Network）和 Buddy System，協助交換生順利適應當地生活。小班制教學使師生之間的互動更加緊密，營造出合作的學習氛圍。

申請過程

甄選過程

出發前一年就要開始準備交換的甄選，除了英文檢定，書審資料也需要精心準備。此外，可以請老師寫推薦信，這會對甄選有加分效果。別忘了同時申請獎學金，像是校內的跨國雙向獎學金或教育部的學海飛颺獎學金，可以擇一申請。

如果是去捷克交換的同學，也可以同時申請「赴捷克高等教育機構的短期進修/研究獎學金」，申請時間通常在每年過年前後，申請截止時間很快，所以要提前準備好資料。若成功被成大推薦，接下來會由教育部進行書審，書審合格後會進入面試階段，最終會選出前二十名的同學（名額不定，視獲獎人獲得的獎學金月數而定）獲得五個月的獎學金，每月可獲得 12,000 克朗，這對生活費用有很大幫助。

簽證辦理

簽證是最重要的準備工作之一，關於簽證申請所需的文件，網路上以及捷克經濟文化辦事處的官方網站都有詳細說明，這裡不再重複。在拿到入學證明和住宿證明之前，就可以開始準備簽證申請。收到入學證明後，可以立刻聯絡辦事處並預約申請簽證。根據我的經驗，我在一個月內就收到了簽證，但也有些人直到出發前才拿到，因此簽證核准的時間並不固定，最長可能需要三個月。建議大家提前安排，避免因時間緊迫而造成不必要的壓力。

接獲捷克經濟文化辦事處的簽證批准通知後，需先購買捷克當地的醫療保險。我購買的是 PVZP 保險，可以直接在線上購買，或者也可以發信給保險專員詢問價格（學生有時會有折扣活動）。購買保險後，通常會在兩天內收到保險證明，有了證明後才能前往辦事處領取簽證。

抵達交換校前準備

抵達交換學校前的準備，成大國際處會提供一同前往交換學校的同學聯絡方式，讓大家可以提前認識。CTU 的 ESN 會主動發送電子郵件詢問同學是否願

意與學伴配對，抵達捷克前就可以先與學伴聯絡。他們將協助你完成入校手續並提供生活上的幫助。建議可以帶一些具有台灣特色的小物或零食，這不僅能與學伴建立聯繫，也能與其他國際學生交流，進一步增進彼此的友誼。

研修期間

抵達與行政手續

抵達捷克時，簽證規定須至警察局報到，但捷克布拉格理工大學（CTU）學生不需要自行前往，學校會代為辦理。因此，抵達後可以先前往學校領取 ISIC 卡（國際學生證），這張卡片除了能用於學生身份認證，還能用來購買布拉格的交通月票，享受學生優惠。此外，這張卡在歐洲各大景點、搭乘大眾交通時也能獲得學生優惠，使用範圍相當廣泛。

網路的部分，對於短期交換的同學，我很推薦使用網卡。網卡不僅提供上網服務，還附有一個捷克門號。如果加入 CTU 的 ESN，會免費獲得一張 15GB 的網卡，每個月儲值 200 克朗即可再獲得 20GB，搭配宿舍的網路，通常已經足夠使用。很多同學選擇與電信公司綁約，但這常會有合約問題，例如解約不成功，可能會產生額外費用，或是押金退費有困難。擁有捷克門號後，就能加入捷克超市的會員，此外，訂餐廳或訂飯店時，當地號碼也是常常需要的。

住宿

學校提供宿舍，可以事先登記選取宿舍的順序。我沒有抽到最熱門的 Masaryk，而是被分配到 Strahov，不過我們住的第四棟剛翻新，整體環境讓人滿意。宿舍為兩人一房，提供寢具，衛浴為共用，每天都有清潔人員打掃，維持整潔。宿舍旁有小型雜貨店，日常用品都能買到，並且有學餐與酒吧。對於喜愛運動的同學，宿舍對面就有健身房。此外，宿舍距離學校只需搭乘一班車，約 15 分鐘直達，前往機場也相當方便，24 小時都有直達公車。

另外宿舍有會員制度，對於想要 Wi-Fi 的同學，可以加入。Wi-Fi 的費用是每學期 1000 克朗。

飲食

學校與宿舍皆有學餐，提供一日三餐。使用 ISIC 卡儲值可享有學生價，或以現金支付並出示 ISIC 卡，同樣可獲優惠，但若使用信用卡則無法享受折扣。相比外食，學餐價格較為經濟實惠。

若想自行下廚，宿舍備有共用廚房，捷克的超市選擇豐富，主要品牌包括 Tesco、Billa、Albert，建議辦理會員卡，因為會員價與原價可能有較大差異。此外，Tesco 持 ISIC 卡還可享 9 折優惠。各超市每週特價商品不同，貨比三家可節省不少開銷。捷克的食材價格普遍較便宜，尤其是優格、麵包、奶製品等，若自己煮飯，能省下不少生活費。

至於外食，布拉格有許多越南料理、韓式料理，也有亞洲超市，能夠輕鬆找到符合亞洲人口味的食物。

交通

布拉格的公共交通系統相當便利，建議下載 Pid 應用程式，可透過該 App 購買交通票。持 ISIC 卡且年齡未滿 26 歲，可購買學生季票或月票，搭乘所有交通工具（電車、地鐵、公車）。此外，布拉格的公車班次準時，出行便利。

若需前往捷克其他城市（如 Brno、Cesky Krumlov、Plzeň），可搭乘 FlixBus，學生票相對優惠。至於跨國旅行，則可選擇捷克國營的 RegioJet 或捷克國鐵（CD），這些路線對學生來說都有很大的折扣。

娛樂

學校的 ESN 經常舉辦各類活動，例如開學前的 Beer Night，讓新生認識學伴與其他同學，第一週的 Orientation Week 則介紹校園、選課流程與捷克生活，還有團康活動，能夠和同學一起探索布拉格。此外，ESN 也會安排一日遊或多日遊活動，例如近郊健走，參訪捷克的大峽谷與城堡，過程中還能認識來自不同國家的朋友。

課餘時間，除了體驗當地生活，也可規劃前往歐洲其他國家旅行。捷克地理位置優越，交通便利，有很多廉航可以選擇，能夠輕鬆探索歐洲不同文化與風景。

生活費與支付方式

建議不要攜帶過多歐元，而是多準備幾張信用卡即可，因為歐洲各國的行動支付非常普及，捷克也不例外。攜帶過多現金需格外小心，若需要克朗，可在捷克當地兌換。在台灣可先申辦 Revolut 作為備用支付工具，若台灣的信用卡無法刷卡，Revolut 可作為替代方案，與同學之間轉帳也很方便。

另外，建議提前請發卡銀行將刷卡驗證碼改為電子郵件發送，以免在國外線上支付時因無法接收簡訊而無法使用信用卡。

心得及建議事項

對於想來歐洲交換的學弟妹，我非常推薦到捷克交換。相較於其他歐洲國家，捷克的生活成本較低，而且前往其他國家的交通也非常便利，無論是搭飛機、火車還是巴士，都有多種選擇。

對我而言，能夠在碩二結束後來捷克交換一學期，是一個非常值得的決定。短短不到半年，每一天都過得既充實又新鮮，不僅能夠親眼見到世界各地的名勝，還能體驗與亞洲完全不同的居住環境，並認識一群很棒的朋友。除了學術上的交流，交換期間也讓我學會了很多新技能，像是烹飪。畢業後進入職場，能夠有這麼長的時間待在國外的機會會變得比較少，所以這次的交換經歷真的是非常寶貴，值得好好把握。

對於即將前往捷克交換的同學，我建議可以先閱讀《捷克交換學生生存手冊》（hackmd.io/@tchajwan/tchaj-wan-student-survival-guide/），這本手冊內容非常詳盡，幫助大家快速了解捷克的生活。還可以先加入 Facebook 社團「捷

克台灣同學會」或 Line 社群「捷克交換互助分享」，這些平台上學長姐會分享簽證資訊、二手物品買賣及各種生活上的有用訊息，能夠帮助大家更快適應捷克的生活。

附錄



CTU 圖書館



Strahov 宿舍



學生餐廳



宿舍舉辦的啤酒節



ESN 舉辦的團康活動



ESN 舉辦的健行活動



ESN 舉辦的台灣文化週



布拉格國家歌劇院觀賞芭蕾舞



布拉格聖誕市集



布達佩斯旅遊



義大利多洛米蒂旅遊



滑雪體驗