

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	簡汝均	學號 Student ID	611137004
所屬系所 Home Department	運籌管理研究所		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫，非必要) Contact Email (Optional)	611137004@gms.ndhu.edu.tw		
前往國家 Exchange Country	波蘭 Poland		
前往學校 Host University	Opole University		
交換系所 Host Department	Economics and Finance		
交換交流期間 Exchange Period	自 From _2023_年 year / __10__月 month 至 To _2024_年 year / __03__月 month		
交換學校申請資訊 Application Info.			
申請時間 Application Period	2023/03/01		
獲錄取通知時間 Acceptance Letter	校內：2023/04/20 姊妹校：2023/08/14		
申請所需資料清單 Required Documents	校內：家長&教授同意書、讀書計畫、任務計畫書 姊妹校：簽證、英文推薦信、大頭照檔案、英文證明/面試		
簽證資訊 Visa Info.			
簽證費用 Visa Fee	\$2548 新台幣		
申請/核發簽證單位 Visa Issuing Office	波蘭臺北辦事處		
申請文件 Required Documents	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 簽證申請表 ✓ 效期內護照正本 ✓ 6個月內證件照 ✓ 申根醫療保險證明 ✓ 機票訂位紀錄 ✓ 在學證明/繳費證明 ✓ 財力證明(有本人姓名的歐盟國家之銀行存款或信用卡額度證明超過 2.5 萬以上) 		
申請時程 Application Timeline	大約 2-4 週(辦事處效率高，但資料要備妥，補件完成才會開始作業)		
課程資訊 Course Info.			
選課方式 Course Selection	<input checked="" type="checkbox"/> 線上選課 Online System <input type="checkbox"/> 紙本選課 Paperwork		

Method	<input type="checkbox"/> 其他 Others:
選修學分數限制(上限/下限) Limit of Credits (Max/Min)	依校內規定，至少 2-3 門課
是否可以跨系選課 Any major restriction for course selection?	<input type="checkbox"/> 是 Yes <input type="checkbox"/> 否 No <input checked="" type="checkbox"/> 其他 Others: 可以，但需要自己在選課期間寄信詢問系所意願
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 checked="" type="checkbox"/> 學校宿舍 Campus Dormitory <input type="checkbox"/> 學校配合之校外租屋公司 Off-campus Housing Agency in Cooperation with Host University <input 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 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)	約 4,700-5,000 台幣(3 人房 610 zl/月)
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	\$30,889
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	\$25,000/月
其他費用(新台幣) Other Cost(NTD)	申根保險 7,602


個人心得分享 Personal Report (1500-2000 字)

因為烏俄戰爭的影響，波蘭通膨的物價有一些上漲，但相對其他歐洲國家來說還是算便宜的。學校也已經恢復實體上課，我很幸運在學生的最後階段還能獲得交換名額，Opole 大學是少數開放給碩士生的學校，到這邊以後上大學部的課程，Opole 大學很認真在舉辦各種活動，如：歡迎夜、博物館參訪或各國文化夜，一開始到的時候就會有很多機會認識從其他國家來的學生，像我們這學期就有西班牙、義大利、土耳其等等，但亞洲學生只有我們 3 個從東華來的，所以會促使自己多用英文溝通，這次交換算是我去第一次文化和語言都不同的國家，讓我的視野開放了許多，看到更多生活的可能性，也開始構想自己追求的生活型態，交換真的是最實惠的體驗機會，推薦在猶豫的同學們多利用學校資源，就大膽一點申請吧！


[申請流程]

在取得校內錄取通知後，就會進入到姊妹校的申請，會遇到蠻多關卡，因為這所學校蠻新的，當初申請時又遇到疫情後的不確定，等待地有點焦慮，所以來分享一下我自己的經歷。從獲得姊妹校通知直到正式的錄取通知書下來的時程會有點長，大約是在 4 月中姊妹校寄信通知英文程度證明，可以上傳 CEFR\TOEFL\ECL\IELTS\Cambridge 線上英文口試的時間和連結，由於學校大部分都是歐洲學生，所以我們的面試時間被安排到 5 月初的當地時間晚上 8 點(GMT,+2)，面試內容就是簡單的自我介紹，然後會有三位老師輪流詢問申請資料裡的個人內容，或為甚麼選擇波蘭和這所學校，主要是確定有基本的對話水平，所以不用太緊張講得不好，稍微提前準備練習一下就好。6 月就可以開始準備註冊，處理國際生事務的老師會寄信，按照信中步驟上傳所需要的資料就好，主要是選課時要特別注意開課時間、開課單位和課程代碼，課表內會有夏季和冬季的課表，USOS 是有點像東華選課的系統，可以在上面取得授課教授的信箱，需要我們一門一門寄信詢問確認有開課，並且老師同意選課後，簽署完學習同意書，才算真的有選到課。不過，實際開學後的整個月都是了解課程內容、各門修課規則的時間，也會有加退選的機制，因此不用太擔心選錯課。而我們收到正式的錄取通知書已經是 8 月中，很接近開學才開始看機票和準備保險、簽證，價格就會比較高一點，建議可以在註冊時就一邊注意機票價格。

Uniwersytet Opolski - Centralny System Uwierzytelniania Nie jesteś zalogowany |  | zaloguj się



Uniwersytet Opolski



[AKTUALNOŚCI](#) **[KATALOG](#)** [MÓJ USOSWEB](#) [DLA STUDENTÓW](#) [DLA PRACOWNIKÓW](#) [DLA WSZYSTKICH](#)

NA SKRÓTY

STUDENCI, PRACOWNICY

JEDNOSTKI ORGANIZACYJNE


PRZEDMIOTY
→ **Polish as a foreign language**

STUDIA

AKADEMIKI

POMOC

Polish as a foreign language [Drukuj sylabus](#) →

Informacje ogólne	
Kod przedmiotu:	KZ-01-00-000001-E
Kod Erasmus / ISCED:	(brak danych) / (brak danych)
Nazwa przedmiotu:	Polish as a foreign language
Jednostka:	Wydział Filologiczny
Grupy:	Katalog przedmiotów dla studiów krótkoterminowych (Erasmus+ lub inne umowy o współpracy) Kursy zmienne ogólnouczelniane humanistyczne Przedmioty ogólnouczelniane do wyboru (studia stacjonarne) Studia stacjonarne
Punkty ECTS i inne:	3.00 
Język prowadzenia:	angielski
Rodzaj przedmiotu:	ogólnouniwersyteckie

[交通]

Opole 在波蘭算小鎮，附近兩個較大的城市有：車程 3 個小時的 Krakow 和車程 1 個小時的 Wroclaw，雖然都有機場但航班比較少，所以後來我們還是選擇在中國轉機後，落地華沙蕭邦機場的航班。波蘭的公車上有些會有購票的機台，可以切換語言，也能刷卡，但要記得如果票上沒有時間的話，要在附近握桿上的機台打卡，不然被查票員檢查到一樣會視為沒買票，會罰票價的好幾倍，所以一定要買票！要買票！買票！很重要一定要記得！真的擔心的話機場出來的公車站旁會看到售票機器，但我們那時候到它剛好壞掉，還好剛好遇到在波蘭讀書的中國學生

協助。基本上 Google Map 上的資訊還算準確，不過只有機場和火車站內有免費網路，不想落地成盒，沒有訊號不知道怎麼到學校原地迷路的話，就要在出國前就買好波蘭的網卡，不算難買，建議可以買 7~10 天的就好，等到學校相認學伴 Buddy 後能請她帶你去辦電話卡。華沙蕭邦機場到 Opole 可以選擇搭 Flixbus 或 [PKP](#) 波蘭國鐵兩個方式，Flixbus 可以在[官網](#)或下載 App 購買，要記得從信件中下載車票 pdf 檔在手機內，方便搭車時出示 QRcode 驗票；火車車次在 Google Map 是找不到的，所以同樣建議從 [PKP 官網](#)或是 App 中購買，在櫃台購買的話，不一定能遇到擅長英文的售票人員。在取得波蘭學生證後搭火車跟公車都有折扣，特別火車是 51% 的超大折扣。

從 Opole 主火車到學校有二十幾分鐘步程，所以剛到大包小包的可以搭 Blot (像 Uber 的計程車)，價格比台灣計程車便宜很多，下載 App 綁定電話跟信用卡就能操作，介面也蠻直覺的，會有價格跟指定車子的定位，比較需要注意的是，預約車子時系統會標記你的大概位置，需要放大確認是否一致，不然可能會遇到司機找不到人的情況。

[生活]

我選擇的電信是 Orange，大概是波蘭蠻大的電信，同樣有 App 可以設定，選擇流量方案，也蠻便宜的，宿舍有提供網路，所以每個月 35zł(不到台幣 300)的方案就蠻足夠的，也有格外贈送歐盟區域的少少流量。經常旅遊的人可以考慮申請 ESN 學生卡，會有 Ryanair 瑞安航空行李扣打和 Flixbus 的 9 折折扣，瑞安航空是廉價航空，所以對於行李有嚴格限制，其他需要注意的地方大概網路上或其他學長姊心得可以找到，如果有需要詢問的可以再寄信給我詢問喔！希望有幫助到即將來 Opole 的同學，這些資訊大概能讓你安全抵達學校，順利開啟交換生活。