

生活報告

資管四 黃榕坤

聯絡：dnnny60@gmail.com

學校介紹



學校美到爆炸！！！！

Universidade NOVA de Lisboa（簡稱 NOVA）是葡萄牙最具現代化與國際化視野的大學之一，成立於 1973 年，致力於推動創新教學、跨學科研究與社會影響。作為一所年輕的大學，NOVA 在短短數十年間迅速崛起，現已成為葡萄牙及歐洲最有聲望的高等學府之一。NOVA 包含多個學院，其中最為國際矚目的之一便是其商學院：NOVA School of Business and Economics（NOVA SBE）。

NOVA SBE 成立於 1978 年，是葡萄牙商業、經濟與金融領域的領導學院，也是該國第一所獲得「三重認證」（Triple Crown，即 EQUIS、AACSB、AMBA）榮譽的商學院，這使得它躋身於全球頂尖前 1% 的商學院之列。根據《金融時報》（Financial Times）排行榜，NOVA SBE 在歐洲商學院中名列前茅，尤其在管理、金融與經濟學科領域具有極高的國際聲譽。

自 2018 年起，NOVA SBE 遷至嶄新的 Carcavelos 校區，位於里斯本西郊，面向大西洋海岸，距離市中心約 30 分鐘車程。這個新校區象徵著 NOVA SBE 跨入全球一流商學院的新紀元。



Carcavelos 校園佔地超過 9 萬平方公尺，坐落於葡萄牙最受歡迎的海濱之一，學生每天可以享受陽光、大海與現代化學習空間結合的生活。這不僅提升了學術環境的吸引力，也加深了學院對「學習、生活與自然和諧共存」的承諾。

Carcavelos 社區是一個融合自然與城市生活的理想地點。校園外即是著名的 **Carcavelos** 海灘，學生可在課後衝浪、散步或享受咖啡。周邊亦有許多生活機能便利的商店、超市與住宿設施，且治安良好，十分適合國際學生居住。

NOVA SBE 的校園設計融合功能性與開放性，並強調可持續發展與數位創新。以下是校園內的一些主要設施：

- 知識中心（**The Library and Learning Hub**）：配備先進的電子資源、自習室與討論空間，是學生進行研究與課業的核心場所。
- 卡克韋羅斯食堂與咖啡廳（**Food Court and Campus Cafés**）：提供多樣化且價格合理的餐飲，滿足學生全天需求。
- 數據實驗室與創業中心（**Nova SBE Haddad Entrepreneurship Institute**）：支援學生創業與資料分析訓練，並與業界與投資人建立連結。
- 體育與健身設施：包括室內外健身區、球場、瑜伽空間等，鼓勵學生維持健康生活方式。
- 戶外學習與活動空間：開放式草地、海景觀台、戶外教學區提供自然與學習的融合體驗。
- 此外，整個校園採用智慧化設計，並實行綠色建築標準，是歐洲最具可持續發展理念的校園之一。

此外，NOVA SBE 致力於打造開放的學術社區，不僅學生與教授關係密切，學校也常舉辦開放式論壇、TEDx、創業競賽與社會創新活動，使學生能在學術與社會實踐之間取得平衡。

NOVA SBE 的學生來自全球各地，形成多元文化的學習社群。學院提供多種英語授課的學位課程，包括：本科課程（如：Economics、Management）、碩士課程（如：Finance、Business Analytics、International Development and Public Policy）、MBA 與行政碩士課程及博士課程。

除了學術訓練，NOVA SBE 非常重視學生的職涯發展。學院設有專屬的 Career Services Office，提供模擬面試、企業實習、職涯諮詢與求職支援，並與如 McKinsey、Google、BCG、PwC 等國際企業有密切合作。

生活分享及文化交流

今年春季，我前往葡萄牙的 NOVA School of Business and Economics（NOVA SBE）進行為期一學期的交換學習。學校在二月開學，我提前兩週抵達當地，提早適應新環境，也幸運參加了許多由當地學生組織 Erasmus Student Network（ESN）所舉辦的迎新活動。

這段時間，ESN 安排了多場導覽活動（walk tours），帶領我們走遍里斯本的著名景點。對於第一次踏上葡萄牙土地的我來說，這些活動不僅幫助我迅速熟悉城市，也讓我認識了來自世界各地的新朋友。

跳出舒適圈，鍛鍊英文與交友能力

在 NOVA SBE 就讀的經驗是非常寶貴的。相較於其他歐洲國家的大學，這裡的亞洲學生較少，因此若想擴展社交圈，就必須主動與來自不同背景的同學互動，這促使我走出自己的舒適圈，大膽開口講英文，也在無形中大幅提升了我的口語能力。

學生們普遍都非常友善與熱情。我還記得在台灣參加交換生分享會時，認識了一位曾經從 NOVA SBE 來政大交換的葡萄牙同學。在我準備前往葡萄牙之前，她主動提供幫助，協助我解決租屋、交通等問題。等我抵達後，她甚至還親自帶我熟悉校園，讓我快速融入新環境，真的非常感謝她的照顧。

多元文化的校園生活

NOVA SBE 是個國際化程度極高的商學院，除了葡萄牙本地學生，還有許多來自德國、法國、義大利等地的學生。尤其是德國學生很多，如果你想找人一起喝啤酒、聊生活，他們是非常好的選擇。

葡萄牙的氣候與生活節奏

春季的葡萄牙天氣相較台灣涼爽，雖然偶爾下雨，但雨量並不算多。到了夏天，天氣變得乾爽舒適，每天幾乎都有陽光。雖然氣溫可能會超過 30 度，但因為濕度低且風大，即使室內沒有冷氣也不會感到悶熱。反而在陰涼處還需要穿上外套，非常神奇。

陽光充沛的夏季也是戶外活動的旺季。葡萄牙人非常熱愛戶外生活，無論是海邊日光浴、海灘排球、還是衝浪運動，都充滿當地人的身影。對我來說，最期待的就是去海灘衝浪。參加 ESN 組織的滑浪課程不僅能享受專業教練指導，還能以半價優惠參加（只需 15 歐元，而市價通常為 30 至 40 歐元），性價比非常高。

生活成本與消費習慣

葡萄牙的生活物價在歐洲算是相對低廉。超市的價格以及計程車費用和台灣差不多，但如果是在外面餐廳用餐，價格會偏高，特別是在觀光區域。不過如果懂得自己下廚，控制預算並不困難。

交換需注意之事項



簽證要在澳門辦理，在拿到 **acceptance letter** 後要馬上寫 **email** 給葡萄牙駐澳門領事館預約辦理簽證，準備資料如下：

1. 申請表（在領館網上下載）
2. 護照（要影印一份彩色）
3. 澳門逗留小條（在入境澳門時，海關會給你一張小小的紙條）
4. 來回飛機票（把行程單列印出來，回程機票只要離開葡萄牙就好了）
5. 葡萄牙住宿證明（有事先租房子就拿合約，沒有就先預訂兩個禮拜的飯店）
6. 授權葡萄牙移民局（**AIMA**）查核歐洲無犯罪聲明書（領館員工應該會幫你寫，但我覺得可以先用 **AI** 幫你寫一下）
7. 無犯罪證明（要在台灣找律師做法院認證，然後拿到外交部再做一次認證）
8. 錄取證明
9. 大學在學證明
10. 簽證目的說明書（領館員工應該會幫你寫，但我覺得可以先用 **AI** 幫你寫一下，內容大概是本人 **XXX** 前往葡萄牙的目的是學習，就這樣）
11. 出生證明（要在台灣找律師做法院認證，然後拿到外交部再做一次認證）
12. 父母工作證明（英文）
13. 父母的銀行流水帳（英文，沒有就列出來再手動標註）

選課方面很簡單，我留在電子報講。