

一、 學校與課程介紹

阿姆斯特丹大學(Universiteit van Amsterdam · UvA) · 創建於 1632 年 · 具有近 400 年的歷史 · 是歐洲最古老的大學之一。目前該校設有七個學院：人文、社會與行為科學、經濟、法學、科學、醫學與牙醫 · 是一所坐落在荷蘭首都阿姆斯特丹市中心的綜合性研究大學。



荷蘭的學制將每個學期分成上下兩個 BLOCK · 學校會提供交換學生許多英文授課的商學相關課程 · 在每個一個 BLOCK 開始之前 · 負責交換學生的助教會寄信提醒選課的相關訊息 · 遵照 Email 的指示就可以自行上網選課 · 而學分則有 5 和 10 個 credits 的分別 · 如果選的是 5 個 credits · 課程只會上一個 BLOCK · 而 10 credits 則是上一整個學期 · 學校的部分並沒有最低修課學分等限制 · 選課而言相當自由。

由於想要在歐洲旅遊的關係 · 所以我將課程都排在第一個 BLOCK · 現在覺得這樣的安排還不錯 · 因為下學期剛到歐洲的時候天氣還十分的寒冷 · 不太適合旅遊!!XD · 想說也可以先熟悉學校和荷蘭的環境 · 等到課程都結束之後 · 再一次安

排其它較遠國家的旅行 · 心情上也比較輕鬆。



建議學弟妹在選課的時候 · 可以先選多一點學分 · 開學試聽之後不喜歡再退選 · 因為學校並沒有提供加選的功能 · 所以初選過後如果還想要上其它課程的話就必須請任課老師

幫忙，需要老師的同意才可以加入名單當中，但看認識的朋友當中，老師都會很願意讓同學加入，所以真的沒選上也不需要太擔心：)

另外要提醒的是，除了要選想上的課程之外，該門課的考試是必須要另外去登記的，如果上了課卻沒有登記 exam，那會等同於沒有修過這門課!!不過有關於這部分助教在考試前都會再次提醒，只要稍微注意一下就可以了~

課堂上的同學都來自不同的國家，反而荷蘭人並不多，因為學校會開設荷蘭文授課的課程給當地人上，所以一起上課的通常是各地的交換學生。上課的時候就可以很明顯的發現文化上的差異，除了亞洲人之外其他的學生都相當喜歡發言，一想到任何點子就會馬上舉手，也常常喜歡會反駁老師的意見!課堂上也總是引起熱烈的討論和迴響!

在歐洲眾多的大學之中，會選擇荷蘭的原因，莫過於聽聞荷蘭人良好的英文能力，由於沒有太多的時間學習其他語言，所以希望在溝通上不要有太大的問題。選擇阿姆斯特丹的原因，則是想說在大都市交通和生活機能上會比較方便，另外也可以多認識其他來自不同國家的朋友。而在交換學生期間也深刻體會到荷蘭人的英文真的很好!除了與校方行政人員的連絡以外，日常生活中當荷蘭人遇到像我們亞洲臉孔的外國人時也會主動用英文和你說話，老師授課的時候英文也說得相當清楚，不需要擔心語言的問題。

二、 生活及文化交流

來到荷蘭，對於荷蘭的傳統印象莫過於風車、鬱金香、起司和木鞋。但其實除了起司可以常常在超市見到之外，其它都必須要在特定的觀光地區才可以看見。

在阿姆斯特丹的市區裡面隨處可見的則是路邊停滿的腳踏車還有運河!!



食

在荷蘭交換的期間，為了要省錢，吃的部分大多是自己下廚，我最常去的是一間叫做 Albert Heijn 的超市，這間超市在荷蘭可以說是隨處可見，雖然超市的價位上稍微偏高，但是品質也比較有保障，另外有時候也會騎叫踏車去逛逛家裡附近的市集，另外也有比較便宜的超市像是 LIDL 和 ALDI 可以做選擇!如果很懷念家鄉的口味在中國城裡面的中國超市也會賣泡麵醬油等調味品，價格雖然比台灣的貴，但基本上都可以找的到!



衣

由於剛來到荷蘭的時候是一月，所以大衣和雪靴在台灣都已經事先準備好，在室內都有暖氣，出門的時候才需要用到手套圍巾等禦寒衣物，其實在荷蘭一直到六月份要回來的時候天氣都還有點涼，很少真正只穿短袖出門，短袖的衣服我只有再去南歐旅行的時候有穿，其他大多是薄的長袖，如果需要再添購衣物的話這裡也有 H&M 和 ZARA 等品牌，有的時候也都有折扣可以趁機購買。

住

學校方面和租屋公司 DE KEY 合作提供短期的租屋服務，在知道要去荷蘭當交換學生之後租屋公司也會寄信跟我們聯絡，只要照著信件中的指示給予相關的資料及可，不過要注意的是，DE KEY 會詢問你對於房間有沒有特別的要求，一開始的時候我並沒有另外說明我想要的房間，所以他幫我安排的是單人房而且離學校教室有一段距離，單人房一個月要 400 歐對我而言負擔滿大，在知道結果以後我有寄信反應，租屋公司方面也幫我換成了一個月 295 歐的雙人房!我住的是 plantage 區離學校也只要走五分鐘的路就可以到達，相當方便，建議學弟妹在一開始的時候就可以先告知所想要的房間類型，還有大致上可以接受的價位，或者是否想要跟認識的人同住，這樣才不用再做變更。

行

在荷蘭生活，不可或缺的就是一輛腳踏車!交換生大多都是購買二手的車輛，價格在 40 至 60 歐不等，荷蘭人本身騎的車子會比較高而且很多都是腳煞，但感覺滿好騎的，如果騎不習慣的話也有類似台灣一般的腳踏車可以做選擇，我買的

也是車型比較小的車。買車的方式可以透過聯絡在荷蘭要回國的學長姐在網路上事先聯絡購買，也可以經由宿舍中的 RA 幫忙，另外在附近的跳蚤市場也有腳踏車販賣，不過要注意的是不要因為便宜購買偷來的贓車，如果被抓到的話可能要負起相關的法律責任，建議學弟妹如果有自己的腳踏車以後，也要特別留意偷竊的問題，車燈最好買可以拆卸的，小偷們可是連車燈都想要呢！

三、 注意事項

1. 若已經確定錄取交換學生之後，建議學弟妹及可開始注意機票的相關訊息，提早訂的話可以有比較便宜的價格，還有航空公司是否有提供學生相關的優惠，像我訂的是華航的學生機票，在行李方面可以攜帶 30 公斤。另外也可以主動和荷蘭教育中心聯絡，他們會為要去荷蘭的學生舉辦行前說明會，提供學校或是生活方面的諮詢，也可以在出發前多多認識一些學長姐。
2. 荷蘭要申請居留證，有很多學校可能要要求出示良民證和出生證明，我當時再出國前也有花錢去申請，不過其實到後來並沒有派上用場，到荷蘭也不需要親自到市政廳辦理，學校會統一幫忙學生，到了以後只需要去附近的醫院做肺結核的檢查即可，我想學弟妹只要照學校的信件指示就沒問題，雖然荷蘭人的行政效率不是很好，常常會遇到休假，不過也不需要太過於擔心。
3. 到荷蘭以後可以去 ING 辦一個自己的帳戶，之後在超市付錢用 DEBIT CARD 非常的方便，另外 ING 也提供了線上轉帳和查詢餘額以及交易資料的功能，帳戶管理起來十分的清楚也可以順便幫忙記帳，但還是強烈建議學弟妹辦一張信用卡過來歐洲，因為在歐洲去旅遊的話，很多相關的車票和住宿旅館都必須要用到信用卡，如果沒有卡片的話會很不方便。

歡迎學弟妹體驗阿姆斯特丹的生活:)