

學號：100102045

姓名：曾意晴

生活報告

交換學校介紹

學校介紹

新里斯本大學Nova SBE是政大商學院2015年才新簽約的學校，我是第二位申請交換的學生，建議大家可以參考葡萄牙另一所簽約學校葡萄牙天主教大學交換生的心得，也同樣很有幫助。

Nova School of Business and Management (Nova SBE) 是新里斯本大學 Universidade Nova de Lisboa (UNL) 的商管學院，是當地人公認最好的公立大學商管學院，尤其是在國際發展方面，他們非常注重與國際接軌和交流，所以許多課程都均以英語授課，校內也有很多交換學生，師資也是來自世界各地，擁有多項的國際學術認證，在2004年獲得全國首座國際頂尖認證EQUIS，其後並陸續取得AACSB及AMBA等認證，為當地第一個同時取得三大國際認證殊榮的商學院。

新里斯本大學有兩個校區，分別屬於不同領域，商館學院校區鄰近地鐵São Sebastião站，如果想要學習葡萄牙語課需要到另一個校區Faculty of Social Sciences (FCSH)，兩個校區走路約十五分鐘，並不是很遠，比起搭乘地鐵走路比較方便，因為地鐵是在不同的線上，但要注意的是若非歐盟交換生Erasmus，申請課程需要付大約450歐才能申請，所以對來自亞洲的學生來說非常昂貴，不過學校有提供語言交換，可申請葡萄牙語更進一步認識當地文化。Nova SBE最近在準備新的大校區，臨近海邊，聽說可以招收更多的學生和開更多衝浪的課程。

課程相關資訊

非常重要的一是到了當地要和Nova的International Office聯絡，International Office在學校門口進去後右轉 Room 106，要注意平日只有9:30 am – 12:30 / 2:30 pm – 4:30 pm 才會有人在，進去後請找Graça小姐詢問相關資訊，包括學生卡或是課程任何問題，報導的時候請記好自己的學號，護照號碼以及英文地址，記得要簽兩份學校的同意合約。

在交換前學校會寄相關交換手冊，請仔細研讀手冊，還有學校會寄信通知學校帳號及密碼，學校帳號及學號是不一樣的，但兩者非常像，我有很多朋友不小心搞錯，這時候考試或是辦事情就會很嚴重，四位數的是學號，五位數的是帳號。在這裡稍微簡介一下學校系統，主要有兩個線上平台moodle和netpa，這兩個平台的帳號密碼一樣，也就是上述那封信提到的學校會寄信告知。moodle的功用就像政大的moodle一樣，有上課程相關資訊、課程連結、ppt、閱讀資料，或是繳交作業報告的地方，也可查看成績，登入後選my course下的 interational office，裡面有很多行事曆和課程介紹，；netpa是選課專用的，學校信箱的登入方式是到gmail的登入網頁，在帳號的地方輸入帳號後，再加上@novasbe.pt，學校信箱要記得經常查看，是主要跟學校的聯絡方式。

這邊的選課方式跟政大不一樣，採先搶先贏制的電腦線上選課，上面標的選課時間是葡萄牙時間，所以要注意好換算成台灣時間。在選課前可以先上moodle，my course下的 interational office查看課程要求和教學大綱，裡面也有說明選課步驟，照著上面的步驟做就可以了，但記得因為選課是用nepta，而它只能適用chrome或是firefox，IE用起來很容易盪，非常的不穩定，我的電腦是蘋果系統，不知道為什麼當時我用chrome到最後確認的時候用不了，所以我**極力建議請先在選課前先試用**，蘋果的safari有時候反而比較穩，反正先多多嘗試，免得選不到課。

交換生能選擇的課有一定範圍，但這邊的課程比起政大的重非常多，尤其是會計或是財管方面，所以建議選課前請先看過教學大綱及課程要求。他們上課很注重與學生的互動，非常喜歡丟問題要學生回答，每週除了正課Theoretical class外，大部份的

課都還會有Practical class，通常每科會有不同時段的TA課，4ETC的課就沒有TA課，7.5ETC的課就會有，上課時間均為1.5小時，選課時只會顯示正課的時間，助教課的時段則是選課結束後電腦才會去排，之後才會公佈，所以就算是選一樣的課拿到的課表也不一定相同。開學一週內會有一天是人工加退選，但只有一天，所以要好好把握，而且時間是到中午為止，如果有政客和助教課衝堂時，可以到拿到interational office處理（我朋友就有遇到這種情形）。排課時如果怕選不到喜歡的課，可以先把選課上限32ECTS選滿，等到結果出來後，再加退選那天再把課退掉。

學期末有一個期末考月和一週的resit exams，在第一次期末考成績出來後，發現有沒及格的可以線上登記要補考的考試，只有沒有及格的同學才能登記，最重要的是不管是一般期末考或是補考，全部都要在Nova SBE裡面完成，絕對不能拖到回國後才發現沒及格要求補考，學校在這方面要求非常嚴格，因為過去有很多案例是機票已經開了，但是最後發現期末考不及格，期末考佔總成績的比數非常重，這是學校規定的，不管哪一科都一樣，規定是40分以上，所以期末考非常重要。

生活及文化交流

在Nova很特別的是他有和銀行Novo Banco合作，學生卡和銀行卡結合，是同一張，一到當地最重要的是趕緊把錢存到銀行裡，也有的人是採取直接匯過去的，但是會收取不少的手續費，我當初是直接先帶大概兩千歐元在身上，大部份換成最大面額五十歐元，到當地趕快存進去。到學校報到的時候可以順便去申請銀行卡，學校有專門的銀行員在學校，但是他只有週三下午和週四早上會在學校，其他日子他會在學校附近的銀行，組過去大概二十分左右，如果不再也可以直接去找他，他在學校的服務處是在學校門口進去後左轉，再上一層樓，銀行卡非常的方便，提領錢都不需要手續費，要記得試辦卡的時候資料要帶齊，護照和大頭貼照片要記得帶，還有學校的Acceptance letter，辦好後他會通知去拿，也可以選擇寄到鄰近的分行，在這期間可以

申請temporary card，可以使用到正卡拿到後，辦卡後至少要放兩百五十歐在裡面，申請temporary card 也要錢，所以辦卡的時候要多帶一些錢。

平常除了去上課外，最重要的是文化交流，參加學生組織ELL和ESN是很重要的管道，像是可以參加照顧流浪漢或動物的愛心服務，還有一些例如International dinner或是spelling test的活動，spelling test是他們會將來自不同國家的人打散，分到不同的組別，任務是每場會給一句英文和每一組一包紙條，紙條是將那英文句子用不同語言寫成的單字，每組的任務是把所有不同語言的句子重新排正確，不僅比正確度還要要比速度，目的是各國的人可以互相發揮作用，並彼此合作，但是亞洲人很吃虧，因為語言主要都是歐語系語言—法語 德語 土語 荷蘭文 義大利文 西班牙文 葡萄牙文，我只精通一點葡萄牙語而已，但是大家彼此合作交流，可以認識不同國家的語言，非常的有趣。他們也常會舉辦各種不同的派對像是boat party，在學期初和末還分別有welcome farewell party，還會舉辦野餐活動，可以多多參加認識朋友。

Nova校內的Student Union(SU)和Surfing Club大概是最常和交換生互動的社團了，SU常常會舉辦交換生和本地生交流的活動，或是專為交換生舉辦活動，像是fado音樂會或是Portuguese cooking workshop，fado是葡萄牙特有的音樂風格，不管是了解音樂還是和本地人一起煮特色美食，都非常有助於深入當地文化。因為衝浪是葡萄牙很有名的大眾運動，surfing club會將旅遊和衝浪結合，會去許多知名的地點衝浪。學校與學校間也會有合作的活動，像是我參加過Nova和天主教大學舉辦的running dinner，兩人一組，選擇自己要準備前菜主餐還是甜點，然後主辦單位會發訊息，通知你前往哪一個人的家，在那個人的家裡和其他兩組享用前菜，之後通知另一地點前往享用主餐，接著甜點，每次的成員都不同，只有兩人一組的夥伴會一直在一起。

交換注意事項

交換的一開始會有點不習慣，畢竟就像是將整個人連跟拔起，種到另一個異地，完全陌生的文化，交友圈也全部要重新來過，這時候最重要的是就要拋開保守的亞洲人性個，大膽的去認識新朋友，並要保持著積極樂觀的態度，不要等別人開口找你聊

天，主動開口介紹自己，接近人群，擁抱多元文化，讓自己習慣不同的價值觀，才能融入，這是我自己一開始交換前就保持的信念，如果一味只跟同一種或是同一國家的人在一起，就失去交換的目的。我有認識一些朋友，他們有都跟自己國家的人混在一起，當然用英語交談當然不比使用母語來的方便，但是就失去了認識新文化和價值觀的機會，當然一開始並不容易，有很多人也就此放棄，但是我逼迫自己走出舒適圈，結果認識了很多很珍貴的朋友，而且都是在普通不過的場合，所以不放棄任何機會，才會有意想不到的驚喜。

當初文化衝突也是很明顯的，但是趁機了解不同的文化，吸收並融入自己的文化，可是更有趣的，像是南歐這裡的生活步調比較慢，性格也比較樂觀開朗，很愛開玩笑，喜歡到大自然活動，這些都是很特別的生活體驗，所以隨時保持樂觀開朗的精神我非常重要的，因為剛開始認識的時候，如果只是微笑不開口，對方很容易認為你並不是非常想交談，不容易有更深一步的接觸，所以不要害怕語言障礙多多開口才是交友的好辦法。

另外關於延簽的部分，我自己是沒有辦，但聽說如果是在德國或是英國非申根國家轉機的話就要多多注意，煙味台灣的觀光千雖有一個月，但是當初入境是採用學生簽證，學生簽證轉成觀光簽證每個國家的看法不同，我自己是在伊斯坦堡轉機所以沒有問題，但聽說有人在法蘭克福轉機就被說非法入境，但因為辦一次延簽就要多花五千多臺幣，而且我的學生簽證只有過期十天左右，所以覺得沒有辦的必要。但是如果辦延簽的話，建議一到當地就去預約，因為很容易預約不到，我當初一月底預約，就要等到五月，而且兩個預約的地方只有比較遠的那邊還有，所以如果不確定要不要延簽，最好還是去預約，到時候再去取消就好。