

交換報告



2021 Spring / University of St. Gallen

106301033 國貿四甲 林品璇

目錄

- 學校介紹
- 選課&課程介紹
- 生活&文化交流
- 交換須注意事項 - 行前準備

- ## 學校介紹

University of St.Gallen-HSG

- #### 簡介

聖加侖大學 (University of St.Gallen) 位於瑞士東北邊，距離德國只需要**40分鐘**的車程，是歐洲名列前茅的商學院之一，尤以金融、保險、管理學最為著名，曾經培養出許多瑞士銀行的高層，每年還會舉辦全球性的商業研討會。

既然以商學院著名，這邊當然也提供許多商業相關的課程，如果學弟妹對於金融、保險、管理這些領域有興趣，可以把聖加侖大學放進你交換的**Top List**。

- #### 地理位置

聖加侖是個山城，學校就跟政大一樣，位於深山中。從火車站走到學校大概需要**20-25分鐘**，中途還需要爬一段山路。如果不想爬山，也可以從火車站搭**5號公車**到**Uni/Dufourstrasse**，打折過後的車資是瑞朗**2.2元** (大約台幣**66塊**)。但是這個公車是市區公車，不像政大提供的 **shuttle bus**會把你送到教室門口。從公車站到教室還是得爬一小段山路，不過沿途的風景很美，天氣好的話可以好好享受，但如果是下雨或下雪天，一定要穿上合適的外套跟鞋子，才不會跌倒或感冒。

- #### 校園

大多數的歐洲校園並不像台灣的大學，把所有建築物放在一個範圍內，而是散落在城市各處。

圖書館、餐廳(Mensa)、商學院的大多數課程皆位在主校區(Main Building)附近；交換辦公室(Student Mobility)、Housing Office則位在火車站附近。

可以在學校的網站上下載到校園地圖，學期開始前學校也會提供這些資訊。一定要好好讀這些資訊，來這邊的生活才不會手忙腳亂。

小提醒：從Main building外面看出去的景色很美(瑞士到處都很美)，但建築物本身很醜，全部都灰色的，裡面的燈光也很暗，相比之下政大真的美麗多了。所以這邊沒有美麗的校園，校園以外的景觀才好看。

● 選課&課程介紹

• 選課

這裡的選課系統是採競標制 (Bidding System)。每位交換生會得到1000點，

選課時就自行分配給想要的課點數，而學士交換生只需要修習16ECTS (大約是四堂課)，因此可以在第一回合就把點數都分完，這樣有比較大的機會選上想要修習的課；而多餘的點數會在每回合結束後退回，讓你能在下一回合繼續選課。

這種選課機制跟台灣非常不同，但學校在選課前會發下很詳細的選課說明，只要仔細閱讀就不會有甚麼問題了。

政大的選課系統有時會當，聖加侖的選課系統更會。當時選課時我還在台灣，因此可以靠著時差優勢在離峰時段享受暢通的選課系統。如果選課時已在瑞士，就要多點耐心。

• 課程介紹-1

這學期我只選了四堂課，分別是Investment、Insurance Operation、European Governance以及German B2。以下是各堂課的簡介及考試方式：

- Investment (教授: Ammann Manuel)

顧名思義，這就是投資學。這學期都是線上授課，老師會在上課前把投影片上傳到Study Net (聖加侖版的WM5)，上課內容就是投影片的內容，因此不需要購買教科書，而且網路上就能找到電子版的書；若是覺得投影片的內容不清楚，可以詢問Google或YouTube；若還是有問題，可以詢問助教，這學期的兩個助教回信都很快，回覆也都很清楚。

這學期的考試方式是線上考試，助教會要求大家登錄Zoom、打開鏡頭，考試時可以自由運用各種資源，唯一不能做的事是跟別人交談。雖然這是open book exam，但是教授考地還蠻細的，因此至少要熟悉各章節的主題，找答案時才不致花太多時間。

- Insurance Operation (教授: Martin Eling)

這堂課雖然是給碩士班的課程，但是內容並不會太難，就算以前沒有修過保險相關的課也能上。唯一困難的部分是關於瑞士保險的章節，當地的學生都對他們的保險系統很熟悉了，但對於我們來說卻是全新的概念，這對交換生來說比較吃虧。

這堂課的考試是實體考試，考試方式就跟在政大考試時一樣。唯一要注意的就是HSG有指定考試時可以使用的計算機，雖然不一定只能用學校規定的型號，考試前還是要向老師確認能不能使用自己原本的計算機。

- **課程介紹-2**

- **European Governance (4ECTS)**

當初是因為對歐盟的運作方式有興趣而選擇這堂課，結果上了之後超級後悔。因為課程內容有很大一部分是理論，且每周都有幾十頁的reading，老師上課時也只是照著投影片唸過去，每次上完課後都覺得沒有收穫。

另外，這堂課的考題皆是申論題，雖然在台灣也考過申論題，不過這堂課的助教跟老師要求很高，只寫到重點還不夠，還必須寫得很完整、很長才能拿到分數。

總而言之，要修這堂課的同學請自行斟酌自己對歐盟體制的熱情是否足夠。

- **Deutsch B1 (4ECTS)**

學校除了在Orientation Week 有提供為期10天的德文密集課程外，學期間也有提供每周四小時的德語課程，等級從A1至C2都有。相較於台灣，這裡的語言課程相當重視口說，反而沒有花太多時間講解文法，我覺得這是一個非常好的練習機會，畢竟在日常生活中聽、說是最實用的。若是不懂文法，可以在YouTube找到許多講解文法的影片補齊課堂中的不足就好。

這學期的考試方式依然是線上，分別有比是跟口試，筆試的考題非常基本，只要有複習都能寫得出來；口試的考法就是「看圖說故事」，每個人都會拿到幾張不同的照片，只要發揮想像力描述圖片就好。

- **線上考試初體驗**

來這邊之前，我從來沒考過線上期中或期末考，但對於其他國家的同學們，早已上手許多。如果學弟妹們前來交換時還是線上考試，建議大家詢問教授是否可以說明如何使用系統、或是讓大家演練一下。我在考試時就因為不熟悉系統浪費的很多時間，只有考德文時沒有發生這個問題，因為老師有事先讓我們練習過。

疫情之下的交換生活及文化交流

● 疫情之下的生活

- 自我保護

相信現在在看報告的你們也在台灣體驗了疫情爆發之後的生活。我原本打算在**2021年2月**到達聖加侖開始交換生活，但那時瑞士的疫情還很嚴重，**Lockdown**的規定也很嚴格，因此我決定先留在台灣上線上課程，直到三月份瑞士疫情比較穩定、解封後，才出發前往聖加侖。

雖然當時確診數字已漸漸下降，但跟當時的台灣比，數字還是高得嚇人所以有時還是會有點害怕，但是久了之後也就漸漸習慣了，也會知道該如何保護自己。

首先，最基本的就是消毒、勤洗手、戴口罩。自從疫情過後幾乎所有店家都會在門口放酒精，看到就記得消毒一下，我也都會順便消毒購物籃。買完東西回家後的第一件事就是洗手、消毒手機、鑰匙、門把、電燈開關，行有餘力的話，也可把買回來的食物洗一洗、包裝消毒一下，這樣做基本上就安全了。

唯一沒有放置酒精的地方是大眾交通工具，因此出門時務必隨身攜帶酒精或乾洗手，並隨時消毒雙手跟手機。

另外，歐洲人只有在被規定要戴口罩的地方才會戴上口罩，而且小孩子也可以不用戴。我在空曠的山上或是路上時也不會戴口罩，但只要在路上沒辦法輕易地與人保持**1.5公尺**的社交距離時，我就會把口罩戴上，畢竟你永遠不知道身邊的人有沒有帶著病毒。

- 防疫資源

從**2021**四月初開始，瑞士政府有免費提供給大家**self-Test**試劑，只要拿著健康保險證明去藥局，每**30**天可以領五份。如果懷疑自己染疫、或是身邊的人有症狀，可以自己測試。如果不想自己測，某些藥局也有提供 **Schnelltest (Fast Test)**，跟**self-test**試劑一樣，拿著健保文件就不用付錢。不過**Self-test**跟**Schnelltest**的準確度都不如**PCR Test**，因此若是檢測結果是陽性，還是要再做**PCR Test**確認。

在瑞士做**PCR Test**的費用大約是台幣**6000**，但如果有症狀的話就不用錢，因此若有**Covid-19**症狀，也可直接去做**PCR Test**。聖加侖火車站前的**Polipraxis**就有提供**PCR Test**了，但切記要先預約。

- 文化交流

- **Buddy System – Buddy Matching, Language tandem**

Buddy System 有點類似政大的Student Ambassadors跟International Youth，負責舉辦交流活動給國際學生。在學期開始前，就會收到Buddy System的E-mail詢問是否想申請學伴跟語言交換，在學期初就會收到你的學伴跟語伴的連絡資訊。

如果有需要幫忙，要自己主動聯絡Buddy，因為大部分的local buddy不會主動聯絡你。而我已經有認識在聖加崙讀書的台灣人了，再加上學期初時我還在台灣，所以也不太需要Buddy的幫忙，因此我從來都沒連繫過我的學伴 (他也從來沒連繫我)。

但就算沒問題、單純想跟Buddy交朋友當然也可以聯絡他們，只是我剛到這邊時還是有點害怕不認真防疫的當地人會帶著病毒，所以都沒連繫他們。

- **Buddy System – 活動**

疫情讓文化交流活動變得相當困難，但Buddy System還是有試著舉辦一些活動讓大家互相交流。在學期開始前及學期初，他們透過ZOOM舉辦了一些活動，活動內容還蠻老套的，例如: 說出關於自己的三件事，其中一件是假的，再讓別人猜哪個是假的，如果猜錯了，就要喝一口啤酒。

學期初時，Buddy System也有發表單詢問大家想去的地方、想進行的活動，並把想從事相同活動的人加到同一個群組，讓大家自行揪團。

等到學期末，疫情趨緩，才開始有實體活動。活動有: Scavenger Hunt (就是跟組員一起在市區內破解任務), Running Drinks(輪流到彼此家喝酒)。

老實說，我覺得這些活動對於讓大家交流沒有太大的幫助，但疫情之下也無法要求太多。希望在看報告的你們來交換時，可以有更正常的交換生活

交換注意事項 - 行前準備

- 申請

收到聖加侖寄的提名通知後，就可以開始填寫資料了。這部分不會有太大的問題，唯一要注意的就是資料填寫及申請住宿的deadline。

- 住宿

聖加侖大學沒有學生宿舍，但是Housing Office有代管一些公寓並提供給學生。我這學期是住在Rosenbergstrasse 55，這一棟的住宿都是studio，每個房間都有自己的廚房跟浴室。

當初會選擇這棟住宿是因為不想在疫情期間跟別人共用廚房跟衛浴，且火車站跟超市就在附近，生活機能很好，但缺點就是無法認識其他學生。

這棟樓有一個Hauswart，類似台灣大樓的工友、管理員，若是房間內的家具、設備有任何問題，Housing Office都會派他來查看。因為我的房間剛開始有些問題，因此認識了這位Hauswart，他是個很可愛而且會講英文的伯伯，知道我從台灣來後，還去看介紹台灣的You Tube，然後跟我說台灣好漂亮；他還因為怕我太矮拿不到櫥櫃上層的東西而多給我一張板凳XD

總而言之，HSG的Housing office的服務真的很優質，有任何問題都可以聯繫他們。

如果需要其他資訊，也可以到Housing Office 的網站查詢
(<https://www.unisg.ch/en/studium/austauschprogramme/housing>)

- 簽證

在填寫完交換生資料後，HSG會把個人資料寄給聖加侖的移民局並幫我們申請Visa Grant(需要自己付96瑞朗的申請費)。拿到Visa grant之後，請儘快聯絡瑞士商務辦事處 (taipei@eda.admin.ch) 預約申請簽證的時間。因為有visa grant，申請程序非常簡單快速，只需要Type D Visa Application Form、護照、身分證、照片以及HSG發的Visa Grant就好，且只要三個工作天。

到達聖加侖之後，要在14天內到市政廳註冊戶籍，註冊完的大約三周後會收到移民局的紙本信(都是德文，可以用google翻譯成英文)，要求你去按指紋跟拍照。完成後的一周內就會收到居留證了。聖加侖州的辦事人員很有效率且友善，在申請各種文件時都蠻順利的。唯一一個小插曲就是他們有時搞不懂Republic of China 跟中國的差別，因此申請居留證時記得向承辦人員說明清楚國籍欄位是“台灣”，如果辦事人員真的不懂，可以給他們看visa Grant上的國籍欄位，他們就會懂了。

- 保險

瑞士政府規定若要在瑞士居留超過90天就必須買健康保險。學校當時有推薦兩家保險公司，分別是Swisscare跟SWICA，這兩間都有提供網路投保，也有人選擇台灣的保險公司，但要確認條款符合瑞士政府的規定。

我當時是選擇Swisscare，購買完後保險公司會寄E-Mail提醒你要提供他們其他資料以申請Exemption form。這個Exemption form 會由州政府審核，以確認我們購買的私人保險條款是否符合瑞士政府規定的最低門檻，符合的話才不需購買瑞士政府的公保

What are exemptions and the exemption procedures?

SWISSCARE Student Switzerland insurance plan covers 100% of the benefits of the mandatory Swiss national health insurance scheme according to KVG-LAMAI (The Swiss Health Insurance Act). The exemption is a "waiver" from the obligation to conclude Swiss state insurance. The waiver is available to a limited group of individuals (e.g. foreign students, interns, or au-pairs) that reside in Switzerland. After filling out this exemption form and sending all documents to SWISSCARE, our team will stamp, sign, and send it directly to the responsible cantonal authorities. Upon reception of the documents, the cantonal authority will verify whether you are well-insured according to the Swiss law KVV-OAMal art. 2.4 - meaning in practice they check if your international private insurance (like Swisscare) provides the same coverage as a Swiss state health insurance provider. This verification process can take weeks or months. Once confirmed, you will receive an approval confirmation letter directly from the cantonal authorities. Please note that Swisscare is not informed about approval or denial by the authorities.

Swisscare當時請我寄資料給他們，他們會再把資料寄給市政廳，市政廳審核後會再寄給我。

但我在市政廳註冊戶籍、申請居留證時，就把保單也給他們看，並跟他們說我要申請 exemption form，市政廳就直接把exemption form發給我了。

建議大家也可以試試這個方法，會比原本的程序快很多。

- 如果對簽證、居留證、保險有任何問題，可以詢問瑞士商務辦事處或是聖加侖的市政廳。

市政廳聯絡資訊 (Stadt St.Gallen, Rathaus)

居留證相關問題：bevoelkerungsdienste@stadt.sg.ch

保險相關問題：bevoelkerungsdienste.zd@stadt.sg.ch

其他：<https://www.stadt.sg.ch/home/verwaltung-politik/verwaltung-dienste/kontakt.html>

如果還有其他問題，也歡迎詢問我：

<https://www.facebook.com/linpinhsuan.149>