

## 赫爾辛基 Aalto University 生活報

### I. 交換學校及課程學術資訊

#### 1. Aalto University

Aalto University 的芬蘭文為 Aalto-yliopisto，是一所主要位於芬蘭大赫爾辛基地區的大學，其由在各自領域內頂級的三所大學——赫爾辛基理工大學（1849 年成立）、赫爾辛基經濟學院（1904 年成立）和赫爾辛基藝術設計大學（1871 年成立）合併而成，並於 2010 年 1 月 1 日開始運行。

Aalto University 商學院是芬蘭最大且最領先的商學院，它提供商業領域內的世界級的學習及研究環境。經濟學院現擁有全球三大企管教育之同時認證，分別是英國頒發的 AMBA (Association of MBAs)、歐洲的 EQUIS (The European Quality Improvement System)，以及美國的 AACSB，現今世界同時得此三大認證的大學不過 35 所。

另外 Aalto University 的設計學院也非常出名，其前身為成立於 1871 年的赫爾辛基藝術設計大學，是北歐五國最大的藝術設計類大學，目前是一個致力於設計、視聽傳播，藝術教育的國際性學院。它提供藝術、設計、新媒體、藝術教育、視覺文化、電影、動畫及產品設計在內的多學科、多領域的學士、碩士及博士課程，其中更有高達 16% 比例為國際學生，在全球深具競爭力。

#### 2. 課程資訊及選課

在正式交換之前，會收到 Aalto 跟大家聯絡的各種 email，其中有一封是每個人的 IT 資訊，其中的密碼便是用來登入選課系統及教學平台網站。Aalto 使用的選課系統叫 WebOodi，大致上的操作都還滿容易了解的，在 Aalto 的交換生網頁上也都可以找到英文授課的課程列表，只要在 WebOodi 中輸入課程代號或是課程名稱，很輕易就可以找到課程並登記自己想要選擇的時段或老師。比較複雜的是 Aalto 的一個學期中分成三個 period，選課也是在每個 period 前分別選課，所以在排課表的時候要看清楚哪些課開在哪個 period，有些課指會開一個 period；有些可能會開兩個，所以有衝堂的話可以把兩堂課排在不同的 period。

另外在選課的時候也要注意課程開課的校區，我交換的校區是在離市中心比較遠的 Otaniemi 校區，是商學院的大學部所在，但有些課會到 Töölö 校區上課。除了選課之外，還要記得在考試前一週要再上一次登記考試，如果忘記登記或是錯過登記的時間，就算你有去現場考試，成績也是不算的！還有有些課可能有開兩個 period，如果第一次上課的考試成績不理想，可以在下個 period 只登記那堂課的考試，成績就會以下一次的考試為準，有點像是補考。

我在選課時的參考資訊就是問學長姐修過什麼課，然後參考系統中列的授課資訊、課程大綱，還有每個老師通常會列各項作業的準備時間，如：團體報告 25 小時、案例自學 30 小時等等，也可以讓比較不喜歡或不擅長特定項目的同學做參考。

## II. 生活及文化交流

### 1. 氣候

赫爾辛基屬於寒帶氣候，但是相較於台灣的冬天，是比較乾冷的氣候，加上冬天室內都會 24 小時開著暖氣，所以空氣更乾燥。我剛到的前幾個禮拜滿不能適應的，常常嘴唇乾裂或是一覺起來鼻子跟喉嚨都乾到不行，去之前一定要記得帶護唇膏還有保濕的東西。

我在 1/3 抵達赫爾辛基，隔天氣溫驟降，連續一個禮拜的低氣溫，最冷時大概有零下 25 度，連當地學生也說是滿不平常的低溫。這個時候就絕對需要一件保暖的外套。平常在室內都有暖氣，而且吹不到風，所以不太會冷，但也不會熱到可以只穿一件短袖，所以我通常是穿一件發熱衣，外面罩一件毛衣或是帽 T，最後穿上保暖的大衣就頗足夠，下半身的話我會穿一件發熱褲在平常的褲子裡，然後大衣盡量挑長一點的大衣增加保暖，還有最冷的時候我通常會穿兩雙襪子，才足夠保暖。鞋子的話一定要穿可以防水的鞋子，冬天常下雪如果鞋子不防水走在室外很快就會濕了！我看了之前交換生的生活報推薦買了 Palladium 的防水靴，下雪的冬天幾乎每天都穿著他，滿適合走路的，但他的缺點就是他不像雪靴那樣溫暖，所以要常要穿著兩層襪子出門。

### 2. 交通、電信

交通卡跟手機電信基本上會由 tutor 在 Orientation Day 的時候直接帶大家去買，所以不太用擔心，但我還是簡單介紹一下我在芬蘭使用的幾種方案。

交通的話赫爾辛基被分成不同的區域，所以在買交通卡之前要知道自己會需要用到哪幾區的交通，再選擇需要的區域夠買交通卡。交通卡的使用方法分成三種，一種是單人使用的月票、一種是多人使用的月票、另一種是單次計價的儲值票。通常 Buddy 會建議購買單人月票，就是每個月花固定的金額可以無限次在區域內搭乘大眾運輸工具，如果一次購買多月的話還有一點點小折扣。另外單次計價的儲值票就是像悠遊卡的使用方式，在交通卡裡儲值後，每次上車刷卡並在刷卡機器上按下所搭乘的區域，便會扣除相應的金額。這兩種方案不會互相衝突，所以有些地方可能不常去，月票就不用買那一區，只要在卡裡儲值一點錢，有需要去的時候再花單程票的錢扣款即可。

電信方面，當時 tutor 是帶我們到 kiosk( 相當於芬蘭的便利商店 )購買，店裡有不同電信公司的不同方案的預付卡，可以依自己的需求選擇，我使用的是每個月 20 歐可以無限撥打電話及無線上網的方案。

### 3. 文化交流

Aalto 的商學院學生會就會將交換生分組並且每組分配兩個 tutor，還在台灣時 tutor 就會聯絡組員，有任何問題也可以直接請教他們，學生會也會安排當地學生接機、各項旅遊、party 等活動，有很多機會可以認識當地學生或是來自各地的學生，甚至是課程中的分組報告也有很多機會認識不同文化背景的同學們，大家都很友善也都很健談，很好交朋友。

## III. 交換需注意之事項

出發芬蘭前的準備事項滿簡單的，只要把課選好、填好 Aalto 要求的線上資料、聯絡好當地學生的接機時間就可以安心出發了！因為我們有歐盟的 90 天免簽，加上台灣沒有芬蘭的辦事處（最近的在香港），所以我這屆的交換生都是到了當地才去警察局辦居留證的。

申請居留證的過程比較麻煩一點，需要準備：入學證明、有效期限的護照、保險證明、財力證明及大頭照，申請手續首先要先上移民署的網站

( <https://enterfinland.fi/eServices/info/studypermit> )申請帳號填寫線上資料，在每一次離開網頁的時候系統都會把你的填寫紀錄存起來，所以不用急著一次填完，可以一直上去修改，重點是在按下送出資料按鍵的兩個月內要到警察局或辦事處申請居留證，所以送出資料前要算好時間，超過兩個月沒有到現場辦理資料就會失效囉！

線上資料是在移民署的網頁上填寫，但是卻是要到有辦理居留證業務的警察

局申請居留證，所以要事先預約警察局時段，如果在不是預約的時間過去是無法辦理的！預約警察局這項程序可以早一點進行，當時想說一月初到芬蘭在預約就好，結果一月的時段全部額滿，只能申請到二月中中的時段了！網路上應該有更詳細的居留證申請教學，有些對於保險的建議等等，可以上網看過一次會更清楚！