

生活報告

基本資料

1. 系級：統計系碩士班 105 學年入學
2. 姓名：楊佩雯
3. 交換學校及系所 (全名)：BI 挪威商學院
4. 交換學期：107 學年第 1 學期

交換學校介紹

BI Norwegian Business School 中文名為 BI 挪威商學院，有拿到 EQUIS、AACSB、AMBA 三大國際認證，很多資訊說這所學校是挪威第一大、歐洲第二大商學院，BI 是挪威最好的私立學校，據當地人表示，會在這裡唸書的挪威人大多都是有錢人，挪威人本來就各個高挑穿名牌，亞洲人個頭又比較嬌小，會懷疑身邊的人是不是都模特兒 XD 不過對學校最印象深刻的還是建築物，第一眼不覺得他是學校而是什麼科技公司，玻璃帷幕、旋轉樓梯、到處都是可以討論的開放空間，非常高級且科技化。內部設施應有盡有，健身房、便利商店、餐廳、影印室、書店都有，缺點就是都沒有比較便宜 XD 一樓也有微波爐提供學生用餐加熱用。課程的部分因為我的學分都修完了，只選了兩門課程

- Data Analysis in Python

如果有學過其他程式語言的話，這堂課算是滿簡單的，老師非常用心上課，但不知道是內容太簡單還是學生太強，學生上課時的提問常常問倒老師，除了平常上課成績之外，學期末有個合作 project，原本以為是使用 python 分析資料，題目自訂，應該可以跟組員激動一些想法火花，結果最後題目是已經定好，問我們如何使用 python 處理這份資料，沒有什麼討論與發揮空間，如果想要學習分析技巧、增進國際交流的話，可以不用修這堂課，想爽爽過的話可以修 XD

- Causal Infer. With Big Data

這堂課比較多理論的部分，教學方式就是很基本的投影片講解，但老師為挪威人，可以感受到他滿盡力教學的，最後有個佔期末分數 70% 的團體報告，報告 Case study，我們這組是報告 Uber 如何使用他們的資料去決定定價，是滿有趣的題目。

生活與文化交流

- 食物

在挪威外食是非常誇張貴，一碗魚湯 150 克朗，相當於 600 多台幣，窮學

生們都練就煮一桌五菜一湯的技能，強烈建議在台灣的時候就可以練習幾道菜，交換生們常常在 Dinner Party 上煮自己國家的菜跟大家分享，像我們做過滷肉、煮火鍋、包水餃...基本上能嘗試的都嘗試了(不過都是到挪威才自己研究，所以都是我流台灣菜 XD)，廚房是跟大家交流的好地方～如果要從台灣帶糧食的話，可以帶解嘴饞的小點心餅單，泡麵的話不用帶太多，我最常吃泡麵的時候是出去玩，基本上在奧斯陸都自己煮即可，省錢又可以交流！



頭尖尖的高麗菜

需要特別提醒，Greenland 中東超市裡面會賣各式各樣蔬果，如果想要炒富有台灣味的脆脆高麗菜、或想包水餃的話，要買圖片這種頭尖尖的高麗菜！一開始沒人告訴我們，自己各種嘗試買「長得像高麗菜」的蔬菜，發現根本煮不爛...超難吃嚙不下去...至今我還是不知道

那些「長得像高麗菜」的東西要怎麼處理才能吃。

- 語言

北歐五國都有自己的語言，挪威人使用挪威語，但大部分挪威人英文都很好，甚至年紀稍長得老人英文應達也都沒問題，不過若對語言有興趣的話學習挪威語還是很多優勢的，像是挪威人可能因為民族性(?)的關係，比較不容易熟，這時後就可以用語言來開話題，也可以當作語言交換，認識幾個交換生就是透過語言交換交到很好的挪威朋友。BI 的挪威語課程需要自費，不過 UiO 就免費，看你選不選得上課程。

- 宿舍

宿舍有兩種選擇，一種是 BI 提供的 BSN，非常貴且搶手，另一種為 SiO，是奧斯陸的學生福利組織，會提供奧斯陸五所大學的學生住宿，意味著你可以跟不同學校的人交流。SiO 會在某個時間點提供大家去申請宿舍志願序，我自己的志願序是 Kringsjå → Sogn → Bjerke，全部都是申請 Single Furnished Room，最後被分配到 Sogn，公布後需繳交 1.5 個月的押金。時間來到 2018/8/1 下飛機來到奧斯陸時，要先去 Blindern 的 SiO 拿鑰匙，櫃檯人員會先問你是否有什麼要求，像是想住哪層樓、價位落在多少區間、公共空間等等要求，我那時候只有要求最便宜、在二樓，最後被分配到一個月 3600 挪威克朗的房間，5 人共用 1 個 Flat 的衛浴、廚房和客廳，跟朋友的 4000 挪威克朗的房間比起來是沒有差很多，但我們的公共空間非常小！而且公共空間光線差很多，如果可以重選，我也會想選 4000 克朗的區域 QQ 如果是對於房間內陽光有要求的話，不用擔心，房間內都有一片超大窗戶非常有北歐風格，SiO 似乎也有分配過，每個房間都會有陽光照進來的時間，天氣好的時候我的房間一到下午陽光就非常刺眼強烈，在房間就享受著冬天暖暖的太陽非常享受。

- 日常購物

奧斯陸作為挪威首都，購物非常方便，不過價錢都是台灣價錢三倍起跳 XD 在奧斯陸窮學生的好朋友就是 ikea 了，若需要買傢俱，在 ikea 買最便宜的應急即可。女生長頭髮的話需要歐規的吹風機，ikea 旁邊有一間專賣 3C 的賣場，我在那邊買到大概 300 挪威克朗的吹風機，但不太方便攜帶（不過旅行時青旅大部分都會提供啦，只是通常需要跟櫃台借，不會擺著讓你隨便拿）台灣吹風機因為電壓不同，帶來這裡會燒壞，切記！如果在台灣買比較便宜的話可以斟酌是否在台灣就買好歐規吹風機。

交換注意事項

- 氣候

我在挪威那年的第一場大雪在十月初，第一場大雪完隔天就是白雪世界，強烈建議可以買個登山鞋，可以當作雪靴穿不會滑倒，登山鞋通常都滿防水的，踩在雪上也不會濕，之後出去玩爬山也可以穿，一鞋多用，我是在台灣買迪卡儂大概三千元的鞋子，也可以到奧斯陸再來買，特價時價錢不會差太多。因為我只待到一月中，最冷只遇到-7 度，加上挪威到處都有暖氣，而且偏乾冷，並沒有想像中那麼冷，基本上我就是一件發熱衣、一件毛衣加上厚外套，最重要的就是**毛帽**、**圍**



極度療癒的積雪照

巾、手套，三者不能缺一，有這些就可以度過挪威的冬天了～！冬天的 Sognsvann 會結冰，一定要去踩在結冰的湖上看看，很難得的體驗，不過還是要小心要等湖的冰很厚時才能笑去，讓當地挪威人帶比較放心。

- 治安

北歐治安非常好，完全不用怕被偷，有人說比較需要注意安全的地方是移民區 Greenland 那區，但那裡其實也只是不一樣顏色的人種比較多而已，不需要用不一樣的眼光去看他們，我們覺得他們是壞人，他們和挪威人也覺得亞洲人士書呆子（？）不需要這樣用刻板印象去定義人種，每個人種都有好人和壞人。雖然北歐治安非常好，但還是要自己小心，畢竟之後還是要去北歐以外的歐洲國家旅遊，還是要養成習慣比較好。

- 幣別與信用卡

挪威使用挪威克朗，台灣的銀行是換不到的，需要到當地的銀行用歐元換成挪威克朗，只是這樣會被吃第二層匯差(台幣->歐元、歐元->挪威克朗)以我這次的經驗來說，在挪威絕大部分地區都可以刷信用卡(但我自己還是有換一點挪威克朗以防萬一啦)因為只待半年，就沒有選擇去開戶，帶滿多歐元現金，除了其他歐洲國家用歐元外，也有很多東歐國家使用自己的幣別，且當地買小吃只能使用現金交易，像是匈牙利、斯洛伐克，這樣的話也是到當地使用歐元換當地幣別，缺點是會緊張兮兮每次，離開宿舍一定確認房間門有鎖才出門 XD

- 旅遊

我是秋季來交換的(八月~隔年二月)挪威國內旅遊季節是春夏，許多景點 10 月後就會關閉，如果想去爬挪威三座奇石的交換生要把握時間，聽說在歐洲極光最多的時期是三月跟十月，因為歐洲的冬天很容易天氣不好，就看不到極光，三月與十月是天氣相對穩定的時候。

歐洲旅遊的話會碰到聖誕假期，要有心理準備聖誕假期時旅人是最寂寞沒有事情做的 QQ 聖誕假期從 24 晚上開始，大部分店家都會關門閉店直到 26 號(甚至更久)晚餐一定要先買好!因為連便利商店都不會開，26 號後，交通才會陸續恢復，在安排旅遊時一定要注意!上面有提到在北歐治安很好，但其他國家旅遊時要小心，這邊提供我防盜的方法，錢包我不會放太多錢，而且只放 1 張主力信用卡，並跟手機一起掛在脖子上，剩下現金與信用卡我會放在內袋，這樣萬一錢包被偷時，才不會突然一無所有。



秋天的 Sognsvann



冬天結冰的 Sognsvann