

## (1) 交換學校介紹及課程等學術方面資訊

### - 學校

華沙經濟大學 (SGH Warsaw School of Economics) 創立於 1906 年，是波蘭歷史最悠久、最具聲望的頂級商學院，更是培育東歐商管菁英與政治領袖的超級搖籃。

學校坐落於波蘭首都華沙的市中心，交通極為便利，Building G 門口就有 Metro 站。身為歐洲頂尖商學院聯盟 (CEMS) 在波蘭的唯一成員，SGH 擁有極高的國際化程度，每年吸引無數來自全球的交換學生與優秀學者前來交流，學校提供許多英文課程，且以我的經驗多數教授的英文都沒有口音。

在學術能力上，SGH 的管理學與財務金融專業在國際 QS 排名中名列前茅。學校的課程設計高度與產業實務接軌。波蘭各大企業的高階主管、政府經濟顧問與財政部要員，幾乎全出身於這所名校。不論是想扎實體驗歐洲高端的商管教育，還是想在充滿活力的國際環境中拓展人脈，華沙經濟大學都是東歐最具代表性的知識殿堂。

另外，提醒大家 SGH Building G 時常舉辦職涯活動，很推薦去互動順便拿禮物。

### 課程

- Analysis and Design of Information Systems I
  - 分數: 5/5
  - 評分: 五次小考+期末考
  - 心得: 內容偏重背誦，主要介紹資訊系統不同階段與各種方法，老師指引清楚，基本上可線上上課，考試不難、有讀就能寫。
- Business Informatics I
  - 分數: 4.5/5
  - 評分: 一次團體報告+期末考
  - 心得: 可視為前者的簡易版，內容大約重疊二成，去上課收穫不大，後來多是自行讀簡報，期末考僅十六題選擇題，難度不高。
- Database Systems I
  - 分數: 5/5
  - 評分: 點名+課堂回答問題+期末考
  - 心得: 這是教授 Oracle SQL 的實作課，因屬 lab 性質每週點名，老師會示範語法讓學生跟著練習；正式考試為二十題選擇題，期中考則是三題開放式手寫 SQL 題目，對 SQL 有興趣的人能在這門課獲得不少練習機會。
- Poland in the European Union (e-learning)
  - 分數: 3.5/5
  - 評分: 每周線上作業+期末考
  - 心得: 當初是想更了解波蘭這個國家才選這堂課，結果發現課程內容都跟歷史、議程有關，雖然盡力準備考試了但因為只有一次考試很難抓到老師的考點，身邊朋友也都覺得很困難。
- Pricing and Distribution Strategies
  - 分數: 5/5
  - 評分: 課堂團體作業+期末個人書面報告
  - 心得: 每週都需出席，課堂活動計分方式多元，課外僅需完成一份期末個人報告，整體負擔輕、也能學到新知識。
- Quality Management

- 分數: 3.5/5
- 評分: 團體作業+期末考
- 心得: 這堂課老師說話很不清楚, 考試跟成績規則也不清楚, 期末考題中考了很多日文專有名詞是甚麼意思, 也是有盡力準備但抓不到老師考點的一堂課。
- Spreadsheet Simulation
  - 分數: 5/5
  - 評分: 三次團體書面報告+期末口頭報告
  - 心得: 以 Excel 進行財務模擬分析, 屬於實作型課程, 前兩次報告題目由老師指定, 最後一次則需自行發想題目。跟其他課程相比loading稍重, 每份報告約 15-20頁, 且需要附上excel檔案。
- 總結: 因為我對SGH的課程很有興趣, 因此都挑有興趣的內容上而不是以前學長姊上過的, 也因此踩了一些雷 :(  
我個人覺得想拿高分的話建議選學長姐拿過高分的課, 同時因為SGH多數課程只有一次期末考, 沒有期中考, lecture類型的課程比較難掌握教授的考點, 我上過的專案類型的課程給分都蠻大方的。

## 考試

- 考試安排上, 開學初可主動詢問老師能否提前參加 0-term 考試, 因為正式考試 (official term) 的確切日期須到六月初才會公布。雖然不少老師會婉拒, 但據朋友經驗, 只要說明有提早返國的需求, 即使沒有附上證明, 也常能爭取到彈性, 建議大家多方嘗試。

## (2) 生活及文化交流

ESN 活動種類繁多, 但實際參加後建議不要抱太高期待, 因為活動籌備常不夠細緻, 後來我更傾向與宿舍朋友自行安排活動。

華沙交通方面, App 購票後第一次搭車須掃描車上 QR code 才算啟用, 這點與柏林、布拉格、維也納「設定時間即啟用」的方式不同, 需特別留意。長期學生交通票的設定流程為: 領取學生證後, 至 Metro 站內紅色售票機購票, 感應學生證後選擇 long-term ticket、reduced 並付款, 再感應一次同樣路徑即可查看已購買的車票; 九十天票價約為 140 PLN。

周邊超市方面, 家樂福 Express 較接近便利商店性質, 主要販售簡單飲料, 週日通常仍營業; 但大型賣場與百貨公司多在週日休息, 生鮮品項也會較少。Auchan裡的一般米飯和壽司米口感很像, 價錢上便宜很多, 推薦給大家。另外, Lidl和瓢蟲超市也不錯, 我個人最喜歡Lidl。記得要把Apple帳號切換地區才能下載Lidl APP並註冊會員, 不定時有許多優惠。此外, Arkadia百貨公司內的家樂福大概是周六下午時肉品會有特價, 推測可能是因為週日不營業所以提前出清。

健身部分, 由於平時有固定運動習慣, 抵達華沙後便在 Zdrofit 簽約, 月費約 260 PLN, 可使用全華沙分店, 性質類似台灣的健身工廠或 World Gym。Sabinki 宿舍地下室雖也有健身房, 但器材數量少且多已生鏽。超市則有多種高蛋白優格飲可作為蛋白質補充來源, 也有販售乳清蛋白粉, 但我因不想額外購買搖搖杯而作罷。

行前準備的部分, 如果平常會煮飯, 建議帶習慣用的調味料, 因為華沙的亞洲超市規模比較小, 比較難買到和臺灣一模一樣的調味料。同時, 可以多帶夏天的衣服, 因為在宿舍比較悶熱, 即使是冬天在宿舍內也會穿到短袖。

氣候方面，我本身非常怕冷且未曾去過會下雪的地方，剛抵達歐洲時在布拉格被凍到一次後才逐漸添齊裝備：外層搭配厚羽絨外套，中層依溫度選擇輕羽絨外套、fleece 毛絨外套或一般針織衫，內層則穿 Uniqlo 超極暖發熱衣或極暖喀什米爾混紡發熱衣，並加一件磨毛背心；褲子以磨毛外褲搭配 Uniqlo 極暖發熱褲為主（附註：華沙當地 Uniqlo 也有發熱衣系列，價格與台灣原價相近）。視天氣狀況會加戴毛帽與圍巾，襪子則是在歐洲市集購入的羊毛襪，三雙約 15 歐元，相當划算。雖未特別添購靴子，但路上多數歐洲人幾乎都穿靴；我自己是穿 Nike GTX 搭配羊毛襪，長時間待在戶外腳趾仍會感到冷，但尚可忍受。四五月開始能穿短袖，約六月起氣溫明顯回升，熱浪來襲時可達三十幾度、與台北夏天相近，但因宿舍無風扇與冷氣，常因悶熱而影響睡眠品質。

### (3) 交換需注意之事項:500 字

金融方面，我並未申辦父母的附卡，而是自行申請 Wise debit card：

出國前先在台灣開戶並將歐元匯入，再透過 Wise 兌換為波蘭幣 (PLN)，之後需要加錢可以透過臺灣信用卡或簽帳卡儲值，不過會扣手續費；抵達宿舍取得住宿許可文件後，需將 Wise 帳戶地址由台灣改為波蘭（因波蘭當地無法直接申辦 Wise 卡）。最一開始開 wise 帳戶需要匯錢進去，有遇到一些困難，當時是找已經有 wise 帳戶的朋友匯錢給我，有需要的話可以跟我說～

住宿流程方面，2/15(日)入住宿舍當天於櫃檯領取鑰匙、床單與枕頭；2/16(一)前往辦公室與 Anna 完成簽約，了解繳費方式並領取住宿卡，同日再攜帶護照前往與 SGH 合作的 Santander 銀行（位於 Building G 大門右轉處）開立波蘭帳戶。開戶當下不需 PESEL 碼，但建議後續仍申請，因為看診時會用到。

退宿時只需歸還入住當天領取的物品（床單、枕頭、棉被）、房間鑰匙和 sabinki 卡即可；若自備枕頭套，可於某次更換床單時直接告知不需要枕頭套，工作人員會於單據上註記。辦理入住時會拿到物品清單，如果弄丟了也不用擔心，因為物品清單一式兩份，退宿時櫃台會用留在校方的清單做清點，不需要留在我們這邊的物品清單。不過，房間鑰匙和 sabinki 卡要好好保管！



-  
-