

一、學校及學生事務

(一) SSE 官網：顧名思義可以在上面找到任何與學校相關的資訊，關於交換生能夠選擇的課程與宿舍簡介在上面都找得到。

(二) SSE Portal：提供學生在學務方面很多的服務，但基本上交換生只會用到其中的Courses和Canvas的功能，而Canvas有應用程式可以單獨下載，故此處只介紹Courses的介面。在My courses上會顯示已選上的課程；My exams上則會顯示課程期末考資訊，請務必要在開放註冊的時間註冊考試，系統不會自動幫你註冊，而在考試當天才會看到考場教室和座位編號，考試時也請一定要記得帶身份證明文件（護照、居留證），其他考試相關規定請參考學校網站。My results可以看到修課成績；My certificates則可以下載一學期的成績單，而在My upcoming courses可以看到下一個學期也就是兩個Periods的課程；Grade statistics可以看到整學期各個課程的成績分配，All courses可以看到其他不同期間開給學碩士生的所有課程。

(三) Canvas：可以想像成政大的Moodle，會自動匯入課表及上課地址，在各課程裡面也有查看公告、繳交作業、查看成績、在討論區發佈或回答問題等功能，如果課程有分組的話也可以在各個組別的頁面發佈公告或使用討論區，比較需要注意的地方是有些老師會設定作業繳交次數和方式，繳交前請檢查。

(四) Orbi：這個軟體主要是用來報名學生會舉辦的一些活動，然而大部分的活動都可以透過學生會官方社群上張貼的Google表單報名，再加上我自己也從來沒用過這軟體報名，建議是可以不用特別下載。

(五) ISIC：因為是線上申請，所以到當地再申請也沒關係，建議是申請交換學校的，雖然很多歐盟國家的博物館只有針對歐盟公民有優惠，但歐盟學校的學生證明在歐盟境內一定是比非歐盟學校好用很多。若交換至瑞典學校的話，推薦地區可以選擇瑞典，在瑞典申請只要100SEK，而且匯率不太有可能超過1：4，和台灣400TWD的申請費比較一定是比較便宜，如果交換至其他國家則需自行比價。因為可以選擇申請國外學校的學生證，因此不用擔心要用某幣別付款的話一定要選某國家的學校。

(六) Mecenat：可視為瑞典在地的電子學生證軟體，學生會會主動告知對方全體交換生的相關資料，因此迎新前不用做任何事，只需要等待學生會發信告知後續軟體帳號密碼時再下載即可。雖然我在瑞典買學生票的時候都會出示這個軟體，但我覺得如果只有ISIC應該也還是可以。

二、交通

(一) SL：斯德哥爾摩交通公司的軟體，基本上覆蓋市區內全部的大眾交通工具，包括公車、地鐵、路面電車、通勤火車、渡輪，目前只沒有去皇后島或是外海群島的渡輪航線。軟體裡面也有不同票種可以選擇，也有提供學生族群優待票的優惠，建議長久居住的話可以買較划算的90天票或月票。

(二) SJ：瑞典國鐵的軟體，大部分瑞典城市間的火車都可以在上面買到票，若火車有部分區段跨國的話只會顯示瑞典這邊的車站名稱和預計抵達時間。

(三) Arlanda：機場快線的軟體，除了可以在月臺購買外也可以在軟體上買票，全票是340SEK但他們有提供給學生折扣，26歲以下學生票只要160SEK，唯一的小缺點是學生的來回票就沒有再提供折扣了。列車固定會在斯德哥爾摩中央車站的第一或第二月臺發車，然而進入月臺後都需要經過休息站區域才能上車，我很常會拖著行李在月臺衝刺趕火車，畢竟下一班車通常都還要再等十幾分鐘，應用程式內可以看到今天和未來的時刻表，購買機票時可以順便查。火車上有置放行李的區域，也有販賣餐點的車廂，座位旁有插頭讓乘客充電，甚至提供免費Wifi，旅遊旺季（六月中至八月）的時候乘客不少，有時甚至還沒有位置坐，建議春季學期交換結束時回國時間不要拉到太晚，六月初人都還不是很多，而且雖然旅遊旺季票價有優惠，但在優惠期間開始前合法居留期間早就已經到期了。機場分為兩站，分別是第二、三、四航廈站及第五航廈站，大部分的班機都在第五航廈站，但芬蘭航空和少部分飛巴黎、英國的班機會在第二航廈，坐錯站也沒有關係，往返兩個航廈火車站是免費的，但只要一離開第二、三、四航廈站就會有服勤人員來查票，這時要出示車票上的QR code。

(四) Vy flygbussarna：往返瑞典各機場和城市間的巴士公司軟體。

(五) Flixbus：另一家巴士公司的軟體，提供往返機場和城市間載客服務。

(四) SAS：北歐航空的軟體，跟其他航空公司軟體一樣可以辦理check-in、列印登機證，偶爾也有優惠活動可以買到便宜機票，更是有青年票優惠。

(五) Norwegian：挪威航空的軟體，跟其他航空公司軟體一樣可以辦理check-in、列印登機證，太晚訂票的話青年票會賣完，建議提早訂票。

(六) Skånetrafiken：瑞典Skåne省的交通運輸軟體，在Malmö、Lund、Helsingborg城市內皆可使用。

三、金融服務

(一) WISE：可以視為國際間的電子銀行帳戶，但比較特別的是臺灣在地區上和瑞典克朗各自都有部分的功能受限，因此建議地區方面選擇瑞典，而美國的規定較為特殊，故強烈建議不要匯入美元，而是先從本地銀行電匯歐元至Wise帳戶再換成瑞典克朗。如果已經有地區設為臺灣的Wise帳戶，請務必不要依照指示提交資料再請求更改地區，而是直接結清臺灣帳戶再重新創建國外帳戶，可以節省很多時間。

以瑞典為例，要進行匯款時，請先在臺灣的銀行將新臺幣換匯成歐元並電匯至Wise的歐元帳戶，如果到達一定金額以上中轉行會加收20歐元手續費，故建議匯入大筆金額扣一次手續費就好，當錢進入歐元帳戶時再依照需求換匯成瑞典克朗。只要地區設在瑞典，歐元和瑞典克朗都支援投資的功能，因此何時換匯完全取決於每個人對於匯率的預期，如果沒有太多時間研究的話建議是要用再換就好，只是換匯金額需加上些許手續費用。此外，雖然也是可以用信用卡加值歐元或瑞典克朗帳戶，然而費用是依照%數計算，在押金與數個月的房租總和金額下還是會推薦電匯。

地區方面，臺灣用戶目前不支援金融卡（debit card）的功能，而且因為Wise在臺灣沒有取得金融牌照，故無法使用投資功能，也不會取得利息，目前只開放歐洲經濟區、英國、新加坡、瑞士、澳洲等地的用戶使用投資功能，金融卡則是大部分國家的用戶皆能申請。我們能以支援的功能將用戶地區簡單分為三類，包含英國、歐洲經濟區、新加坡等地為全功能地區，能使用全部功能；而像澳洲、紐西蘭、日本、加拿大、馬來西亞、菲律賓等地區則只有金融卡但不能投資；臺灣則屬於功能最受限的地區，沒有卡片也不能投資。

貨幣方面，Wise不支援新臺幣的使用，因此有關新臺幣的存放與換匯事項最好皆在熟悉的臺灣本地銀行處理，而瑞典克朗則是不開放別人匯入，現階段只有美元、歐元、英鎊、澳幣、紐幣、加幣、新幣、匈牙利福林等貨幣支援「獨立收款帳號」功能，如果電匯瑞典克朗至Wise帳戶會被退匯。簡而言之，我們可以將貨幣在Wise內的功能區分為三類，功能最齊全的貨幣就是前文所述的美元、歐元、英鎊等貨幣；功能受限的貨幣就是許多國際流通性良好的貨幣，例如：瑞典克朗、日圓、港幣、瑞士克朗等貨幣，無法從他國電匯該貨幣至帳戶內，但可以在帳戶內持有；而新臺幣則屬於不支援的貨幣，不能匯入也不能持有，只可以從Wise將外幣結售為新臺幣並匯至臺灣本地銀行帳戶。

綜上所述，如果交換至歐元區國家則建議將地區設為該國並使用歐元，英國和澳洲則以此類推，非歐元區的歐洲經濟區國家則將地區設為該地並先匯入歐元再換匯，其他國家與幣別則依照公民身份與幣別自行判斷，美國的規定與功能較為特殊，使用前請先詳閱相關資訊。除此之外，以上關於Wise的功能與規定可能因各地法令或公司規定更新而有所不同，使用金融服務前煩請再去官網或可信的資料來源查證最新規範。

備註：我的邀請碼是<https://wise.com/invite/ahpc/youchenc11>，如果使用邀請碼註冊可享第一次匯款的手續費優惠，建議一次匯出大筆省手續費。

（二）Revolut：全面性的金融軟體，可以進行跨國匯款、刷卡，甚至可以投資理財，但我只有開戶卻沒有實際使用，就不討論和WISE的比較與細節。

四、其他

（一）WhatsApp：在瑞典大部分交換生都是用WhatsApp交流，無論是宿舍同層樓室友或是學校小組作業組員之間的溝通都會。

（二）Comviq：電信公司的軟體，買卡匯入之後可以隨時在上面購買網路方案，依照是否需要撥號的功能選擇方案，續租時方案可能會有所變動。

（三）Aptus home：若覺得每次輸入洗衣房預約的網址很麻煩，可以下載這個軟體，帳號密碼為領取鑰匙時藍色盒子側邊的資訊，登入後在book裡面可以看到可預約的洗衣房和時段，有時洗衣時段很熱門，建議提早預約。

（四）順譯：可以翻譯螢幕和照片的軟體，因為Comviq沒辦法更換成英文介面，因此可以搭配使用，除了瑞典文也支援其他語言，去其他國家也可使用。

（五）Too Good To Go：著名的惜食軟體，可以在上面用便宜的價格買到即期食物，只是不能選擇商品內容，價格也多半在50SEK以上，自己煮反而比較便宜也比較好吃。