



斯德哥爾摩大學

交換學生

Jan. 2026–Jun. 2026

洪宜萱

背景照片攝於瑞典觀景台。



行前

01. 校內申請

- 提升語言能力與準備相關資料(以系網資訊為主)
- 校內甄選

02. 錄取SU後

- 隨時注意信箱郵件
 - 宿舍志願、課程選填
- (我當時有三至四次的線上會議)

1. 護照記得親筆簽名

- 我當時因為護照沒有簽名而被退件補件，不僅產生額外費用，更導致整個審核時間大幅延誤。

2. 寄送地址務必確認清楚

- 居留許可相關文件(如 **Decision Letter**) 可能會從海外辦事處郵寄。
- 填寫地址時請務必反覆確認正確無誤。我當時因地址填寫錯誤，文件寄抵臺灣後無法投遞，之後被退回泰國，導致整體流程延誤許久。所幸最後在出發前一天收到文件。

注意

03. 學生居留許可與居留卡申請

- 入學許可

當時 SU 寄來的郵件附件中沒有入學許可文件，聯絡國際協調員後很快就獲得協助。

- 身分驗證 Freja App
- 至瑞典移民局官網申請學生居留許可
- 取得 **Decision Letter**

(我申請當年度的 **Decision Letter** 由瑞典駐泰國相關單位寄送至臺灣；實際承辦單位與流程可能隨年度調整，請以瑞典移民局及學校最新通知為準。)

- 抵達瑞典後再至當地移民局壓指紋並於一週後領取居留卡

(我當時遇到瑞典境內配送問題，和朋友等了兩週仍未收到，最後直接再次前往移民局領取。)



BORDEAUX-MERINAC

行李

經驗分享：

- 充電式暖手器：個人不建議攜帶充電式暖手器，實際在戶外低溫環境下效果有限。帶去後我也只用過一次，沒有到很方便。
- 吹風機：臺灣電壓跟瑞典的電壓不同，當時在當地用臺灣吹風機差點燒起來，所以要帶吹風機的話記得確認電壓或是到當地再買。
- ISIC學生卡：我當時是去學校申請學生證重辦，比去官網申辦便宜！在瑞典用不到，但如果去其他歐洲國家旅遊非常划算。
- SIM：我當時沒有事先在臺灣買，在機場用機場網路，到學校用學校網路！第一天抵達學校有派車接送，抵達學校有發實體SIM卡10GB，但比較晚梯次去的同學沒有拿到，因為發完了。用完實體卡的流量後，我在線上購買Lyca eSIM 99KR 120GB的方案，用到交換結束。（當時比 Comviq 便宜）
- 雪靴：我是到當地才買，當地的價格較划算，款式也比較多。
- 現金：我交換期間造訪的多數地點皆可刷卡，因此沒有實際使用瑞典克朗現金；仍建議準備少量備用金或第二種支付方式。可攜帶少量歐元作為其他歐洲國家旅遊備用，但在瑞典不一定能直接使用。

電器：

- 符合歐洲插座規格的延長線
- 萬國轉接頭*2
- 電腦/平板/手機/相機 充電器
- 磁吸行動電源(大推)
- 筆電滑鼠
- 備用電池

建議選擇附有 USB/USB Type-C 充電孔的延長線，旅行時較方便。



常用藥品、防曬、指甲刀、衣物、食物、文具、洗衣袋、洗衣球（建議在臺灣購買，國外較貴且不易找到），剩下的東西我都是到當地才買



BORDEAUX-MER

選課

第一學期(1~3月)

- **Project Management in IT Consulting (PROMIC):**老師每堂課會邀請瑞典不同公司的業界人士到教室演講。但這堂課蠻硬的每一堂課都要手簽，有出缺勤紀錄。這堂課需要針對外包專案完成小組簡報，每個小組要上台報告兩次。期末為開書考，題型包含複選題，並須說明選擇各選項的理由。
- **Research Methodology in Computer and Systems Sciences (RMCSS):**這堂課需要和兩個同學一組使用**SPSS**並完成兩份研究報告，分別是定量分析和定性分析。期末為閉書考，題型包含選擇題與申論題，具有一定挑戰性。
- **Swedish for International Students and Researchers, Course 1:**這門課程是針對交換生以及對瑞典語有興趣的同學授課的，從 **DSV** 校區前往上課地點約需一小時車程，有時時間衝突來不及趕去上課，但老師都會把資料和上課的錄影上傳到平台，不用擔心跟不上。

第二學期(4~6月)

- **Systems Theory, Organizations and IT (SYSTOIT):**課程採四人一組，老師會提供案例情境，組員需共同完成一份 **VSM** 報告。期末考試也是開書考。
- **Decision Making with Business Intelligence and Data-driven Analysis (DEMBIDA):**課程有許多的研討會及實驗課，老師會口頭點名，並且都有作業必須在上課前完成，實驗課最多四人一組，需使用 **Power BI** 完成老師指定的題目。



BORDEAUX-MER