國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

2026
全球移動實踐人才培育獎助計畫



走吧，把想法變成行動

不只是交換，更是一次交流與實踐的機會

Global Mobility & Social Practice Program

出國交換，還可以留下什麼不同的經驗？

國立中山大學 永續發展辦公室 NSYSU Office Of Sustainability

海外交換不只是上課與旅行，更可以是一段發揮興趣、實現想法並付諸行動的學習旅程

發揮興趣與專長

讓原本喜歡或擅長的事，有機會在海外延伸

完成想做的事

透過獎助與老師的支持，嘗試自己實現自己的想法

留下特別的經驗

從自己規劃到實際參與，留下值得回味的成果與回憶。

不只是去過，而是在國外真正參與過

什麼是社會實踐？

國立中山大學 永續發展辦公室 NSYSU Office Of Sustainability

關注真實的社會議題或需求，透過參與、合作與行動，嘗試帶來正向影響

X

你以為的.....

- 只能做志工或公益服務
- 一定要解決很大的社會問題
- 要辦很專業、很大型的活動才有影響

✓

但其實可以.....

- 結合興趣與專長與當地交流
- 從當地生活與文化，找到連結
- 透過實際的互動與合作，累積成果

社會實踐不是要求大家去改變世界，而是從自己關心的事情出發，透過與人的互動和實際行動，讓彼此有機會分享、理解與學習

為什麼要把實踐帶到海外

國立中山大學 永續發展辦公室 NSYSU Office Of Sustainability

不是因為國外比較好，而是不同的環境與交流，能讓想做的事有更多可能

走入異地生活

深入當地生活，觀察不同的文化、需求與做法

創造雙向交流

分享自己的想法與專長，也從當地的人身上學習。

拓展不同視野

接觸不同的觀點與做法，累積在臺灣不容易有的經驗

讓自己的想法走進不同的地方，透過交流與實踐，累積不一樣的經驗

原來，海外實踐可以有不同的樣子

從歷屆成果看見，每個人的行動都可以有自己的起點與樣貌



立陶宛 | 藝術 x 環境

以泥炭地保育為主題，
透過插畫展覽與工作坊
讓藝術成為環境議題的對話方式

用創作，展開環境對話



德國 | 運動 x 文化

從排球興趣出發，
參與當地俱樂部並辦理交流活動，
透過運動促進跨文化互動

從運動，建立跨文化連結



日本 | 地方 x 社區

走進石疊村落，
認識地方文化、
從生活中思考文化與永續。

從地方生活，思考文化與永續

國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

學長姐經驗分享

聽聽他們如何從一個想法出發，在海外一步步付諸行動



國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

你的交換城市，有什麼值得探索?

先看見環境，才更容易找到想做題目



當地有什麼值得關注？

- 文化與生活特色
- 環境與永續議題
- 教育與社區發展



與臺灣有哪些連結？

- 有哪些相似的議題
- 有哪些不同的做法
- 有什麼值得彼此學習



你可以怎麼參與？

- 訪談與交流
- 參與當地活動
- 分享專長或合作創作



一個想法，可以怎麼發展？

國立中山大學 永續發展辦公室 NSYSU Office Of Sustainability

確定主題

選擇自己真正想做的事

交流對象

想想能與誰交流或合作

規劃作法

安排具體可行的活動

先把想做的事、想接觸的人，以及打算怎麼做想清楚，就是計畫的起點

誰可以申請?

國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

中山之本國籍
在學學生

（不含在職專班及博士生）

已錄取本校出國交
換甄選資格

（不含雙聯學位）

參與社會實踐相關課程

或

完成54小時志工服務

從構想到申請，你需要準備什麼?

國立中山大學 永續發展辦公室 NSYSU Office Of Sustainability

清楚說明自己的想法、執行方式與預期成果

STEP 01	參加說明會	帶你認識計畫內容，並引導你思考如何展開屬於自己的實踐行動
STEP 02	確認議題方向	你想關注什麼社會問題？（環境永續、偏鄉教育、地方創生、移工權益等...）
STEP 03	撰寫行動計畫	清楚說明你打算做什麼、具體執行步驟、需要資源以及預期產生的影響
STEP 04	提交申請資料	準備個人履歷、完整計畫書，以及相關推薦信或佐證資料（視各專案需求）

申請截止日期

11/30

準備好你的計畫了嗎?

國立中山大學 永續發展辦公室 NSYSU Office Of Sustainability

計畫重點

計畫內容

可符合社會責任與永續發展之相關議題皆可

執行期程

至少一個月，至多一年，於交換期間內執行完畢

補助內容

來回機票費及計畫執行(在地交通/旅宿/訪談/策展...)所需費用

檢核重點

過程追蹤與紀錄，成果報告，經驗分享

依計畫內容核定，無預算與名額上限

國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

評審視角：我們在看什麼？

問題真實性

議題是否來自真實觀察與在地需求，而非憑空想像或刻板印象。

在地連結

是否有當地夥伴、組織或社群的支持與合作，確保行動落地。

起心動念

為什麼選擇這項議題？它與你本身的背景、專業、與未來的人生職涯有什麼連結？

雙向學習

是否能將海外經驗帶回台灣，產生後續影響力與知識循環。

可執行性

規劃的時間表、所需資源、執行步驟是否具體且合理可行。

實際價值

透過這趟過程，是否能真的為你自己帶來一些收穫或改變。

國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

你可能在想…

- 我沒有很厲害，可以申請嗎?
- 我還不認識當地的人，怎麼辦?
- 我有興趣，但不知道從哪裡開始？

- 不需要很厲害，可以從興趣與專長出發
- 可以先尋找交流對象，逐步建立連結
- 歡迎帶著初步想法，來找我們聊聊

不論什麼科系，都可以從自己的興趣與專長開始

國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

四個不需要 / 四個需要

追求大量曝光或貼文數	有實際交流與參與
舉辦大型活動	符合自己的時間與能力
過度擴大實踐範圍	以交換城市為主，合理規劃
規劃太多不同的活動	把一件事規劃清楚、確實執行

國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

送出計畫前，問問自己.....

實踐目的

「為什麼想做這事？」

是否有自己的興趣、觀察或想法?

在地連結

「主題和當地有什麼關係？」

是否結合當地的文化、生活特色或資源?

實踐收穫

希望從中獲得什麼?

除了完成活動，能留下什麼交流與學習?

不需要完美，但計畫要具體、可行

Q&A

國立中山大學 永續發展辦公室 NSYSU Office Of Sustainability

Q 海外企業實習也可以申請嗎?

Q 可以個人或團隊申請嗎？補助金額會不同嗎?

Q 本計畫有錄取名額限制嗎?

Q 實際支出超過核定金額，可以追加補助嗎?

Q 指導老師如何安排?可以自行尋找嗎?

Q&A

國立中山大學 永續發展辦公室 NSYSU Office Of Sustainability

Q 藝術相關專業可以規劃哪些海外實踐？

Q 獎助金額如核定?申請前需要準備什麼?

Q 申請書需要規劃到多詳細?

Q

歡迎現場提問或洽詢永續發展辦公室



國立中山大學
永續發展辦公室
NSYSU Office Of Sustainability

這個計畫，是將想法轉化為行動的機會

完整申請資訊

我們不是提供經費讓你去旅行，
我們是在找願意把想法變成行動的人
想實踐一件對自己與社會有意義的事情。
如果你有一點想法，現在就是開始的時候。

歷年成果分享