

# 實踐大學赴境外姐妹校交換生心得報告書

交換之姐妹校校名：維也納新城應用科技大學 - 交換於 108 學年度-第一 學期

~寫在前面~

還記得臨出國前對未來的惶恐與期待嗎？直到滿滿地帶了一堆行李與未知出國。  
還記得初到異國的複雜情緒嗎？那種想說、不敢說、也不能說，只有當事人才懂的感覺。  
還記得參加活動的快樂、送別友人後的落寞、買到特價品的喜悅、驚惶時光流逝的感覺嗎？  
還記得返國後，一肚子說也說不完的留學經嗎？  
如果你（妳）已經走過這段路，如果你（妳）願意種下一株小樹苗，  
讓我們一起期待，期待這一株株小樹能茁壯，  
也讓我們攜手讓往後實踐的交換生們能有一個更好的起跑點。

實踐大學國際事務處

填表人：李o	性別 <input checked="" type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	原屬系所：國際企業英語學士學位學程（ETP）
留學校名：新城應用科技大學（FHWN） 研習系所：國際商業諮詢（BCI）	留學時間：自民國 108年 09月 12日 至民國 108年 12月 23日	
居住處 <input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input type="checkbox"/> 校外租賃	住宿費用每(□學期 <input checked="" type="checkbox"/> 月)：NTD 10265元	
搬入時宿舍內已有設備：床、床頭燈、櫃子、衣櫃、書桌、廚房、浴室、廁所、小餐桌、物品貴、冰箱、多台暖氣		
建議另行添購或攜帶物品：各種鍋碗瓢盆、各種餐具器具、清潔用品、個人生活用品		
除繳交實踐全額學雜費，在留學學校額外繳交之費用名稱及金額：(如食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列)		
1. 名稱：宿舍期末清潔費	金額：NTD 3400	元/次(學期)
2. 名稱：學生會費	金額：NTD 500	元/月(學期)
3. 名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
4. 名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
5. 名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
6. 名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
7. 名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
8. 名稱：	金額：NTD	元/月(學期)
每月基本生活費預估： <不含娛樂及文教費用，僅最低生活必需 > 細項(以月為單位)	有無取得獎助學金補助 <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 獎助學金名稱與獲補助金額 名稱： 金額：NTD	
伙食費：NTD 5000 元		
交通費：NTD 1000 元		
宿舍費：NTD 10265 元		
水電及電信等雜費：NTD 1000 元		
教材書籍費用：NTD _ 元		
其他：NTD 元		
建議第一次入國所需攜帶金額：NTD 30,000~50,000 元		

# 實踐大學赴境外姐妹校交換生心得報告書

機場至學校之交通方式

校方派員至機場接機

自行前往至某處會合(請詳述車種方式,並註明金額及在何處搭乘)

方式: \_\_\_\_\_

出發前所買之海外旅遊平安保險(種類、公司、金額、期限等)

: 申根旅遊平安險

保險: 赴姐妹校後校方協助辦理 (國民健康保險; 學生平安保險; 其他保險)

金額:

簽證: 辦理簽證所需天數、金額、及特別注意事項

: 簽證最好辦到回國後的天數, 奧地利簽證金額約5000元

其他校方提供使用服務: 網路、洗/烘衣機

是否有直接網路連線 (宿舍 圖書館 電腦室)

是否有安排輔導人員 (輔導老師 義工同學)

有無使用行動電話? 公司與費率方案為何? 電信公司: DREI

租用方案: 歐洲地區每月18g網路以及2000分鐘國際通話, 價錢30歐±最初10歐開卡費

學校週邊生活機能, 是否有下列設施:

1. 書店: 無 ; 有, 簡述: 基本用書圖書館可找到
2. 超級市場: 無 ; 有, 簡述: 宿舍最近超市走路需約15分鐘
3. 百貨商圈: 無 ; 有, 簡述: 走路、騎車、公車可到達
4. 24H 便利商店: 無 ; 有, 簡述: 全歐洲基本上很少
5. 醫院: 無 ; 有, 簡述: 市區校園旁邊就是醫院
6. 地鐵車站: 無 ; 有, 簡述: 走路、騎車、公車可到達
7. 公園: 無 ; 有, 簡述: 走路、騎車、公車可到達
8. 電影院: 無 ; 有, 簡述: \_\_\_\_\_
9. 體育場: 無 ; 有, 簡述: \_\_\_\_\_
10. 社區文化中心 無 ; 有, 簡述: \_\_\_\_\_
11. 其他: \_\_\_\_\_

你(妳)可以留下給學弟妹助於生活方面之電話<例如: 學校、宿舍、駐外單位等...>校區有分新舊校區, 基本上課都是在新校區, 宿舍在舊校區旁邊, 新校區搭公車約10分鐘抵達(車站在舊校區外), 走路需30~40分鐘, 當地有類似ubike的租用腳踏車, 宿舍外就有站, 最近的超市走路約15~20分鐘。

你(妳)交換的姐妹校在你心中的印象(簡述 100字以上、300字以內):

剛開始以為上課地點會在學校旁邊的舊校區, 走路約10分鐘就會到, 但只有第一個禮拜跟最初介紹時在舊校區內, 其他正常上課教室都在位於新城市中心的新校區, 一開始學校就安排了兩位當地學生替我們解決事情以及辦理所需要的證件跟事項還有帶我們去參觀其它城市, 授課老師每位的英文

課程比較辛苦，我們不懂德文是一點原因，但老師大部分都是用德文上課，讓我們這些完全沒學過的人，會有點不知所措，學校的國際處也幫了很多忙，帶我們辦理居留證、交通卡，所以這間學校基本上是很ok的，如果在那邊生活如果有困難學校基本上都會幫忙你。

# 實踐大學赴境外姐妹校交換生心得報告書

留學心得感言 2000 字：

（例如：出發前，抵達後一個月...回國後的感想---歡迎貼上個人留學代表照片若干；另歡迎提供留學國的作法、經驗，以利國內之參考）

出發前：

在出發前我其實交換的意願不是很大，是同學與家人建議我必須要有一次這個經驗，出去看看世界，開闊自己的眼界，所以我在跟老師溝通討論過後，在報名截止前幾天才正式將我的資料送出去做審核，雖然很趕，但感謝老師與同學的幫助，每份資料都順利的繳交了，我認為如果是那些真的有在考慮要不要交換或已經有60~70%決定要去但猶豫不決的人，就去吧！真的很值得，看看風景人物跟美食，絕對都是你在台灣這個小國家看不到的，肯定是一輩子的回憶。出國前的行李、資料準備其實不用太快整理，大約2個禮拜前再整理就好，除了保險或兵役、信用卡（一定要辦簡訊或gmail收刷卡認證碼的服務！）、護照以及簽證這類需要事先處理好的之外，所有家當都不需要太早整理。對於當時我交換來說，正式西裝是不太需要的，只需要帶一些稍微能在報告時乾淨整齊的衣服就好，如果是上學期交換的，也就是winter semester，基本上短袖還是要帶的，因為9月10月都還不會太冷，像我們那時候到了10月底都還是會有偏熱的天氣，白天均溫約10~15度，如果有陽光會覺得熱，晚上則有可能0~10度都有可能，別忘了奧地利是一個會下雪的國家。需要帶的除了基本冬天衣服，如果有預計去其他國家建議帶厚一點的外套，學校宿舍是一個偏空曠的地方，周圍沒有高大建築物所以風時常很大，而且很多國家到時候都有機會到均溫0度絕對受不了的狀況。吃飯或煮菜的用具會建議到當地再購買，帶基本的餐具就好，必須帶一台筆電，會很需要，並且先買一張一個禮拜的歐洲網卡，到達後馬上需要聯絡學校或叫車用。

抵達後：

要到這間學校的降落機場是維也納國際機場，學校會特別依照到達的時段安排專車，所以不用擔心怎麼到學校，但怎麼跟司機見面是需要看個人狀況，司機不一定很準時在約定地點集合，或早或晚都有可能。新城位於維也納下方開車約40分鐘的距離，上面有說宿舍與舊校區位於一個偏空曠的地方附近沒有高樓大廈，所以時常會有濃霧跟大風。抵達宿舍後，宿舍管理員會迎接你要求你填資料，跟你講房間號碼給你鑰匙，然後帶你檢查一下大概狀況，也會一併給你網路登入資料，以及基本的物品損壞檢查表，要如實寫上，到了某個日期好像會叫人來修理。行李放下後建議稍作休息但不要補眠，東西放一放趁白天出門看看附近超市如何走，最近的餐廳在哪裡。公車、火車票卡這些學校到時候會帶你去辦學生票價的東西（建議火車要辦，因為花一次錢之後搭車都是以半價購買車票，而且會時常搭火車，公車就因人而異）。宿舍附近有一家油炸類（grill work）跟一家泰式（Pinto Thai）跟一家麥當勞，建議可以先填飽肚子再出門購物。宿舍外有類似ubike租車站，需下載app（NEXTBIKE）綁定手機跟信用卡才可租用，一開始可用當地計程車app(free now)叫車前往大商場

（FISCHPARK or MERKUR markt），建議來這邊因為可以辦當地sim卡（通訊行叫DREI），第一次購物會花很多錢，把必須品跟晚餐都買齊再叫車回宿舍休息。基本上第一個禮拜會很不習慣這種冷又乾燥的天氣，之後就會沒問題了，然後奧地利的水龍頭可直接喝，但熱水當地人就不建議直接喝。學校會帶你去辦居留證跟火車公車票卡然後小逛一下新城，最好是請當地同學陪你們去辦一張歐洲金融卡，把帶來的80%錢都存進去以免丟錢，需要再領。在宿舍旁邊5~10分鐘距離就有一個火車站

（Wiener Neustadt civitas nova）這個站名要記起來，因為從維也納市中心來回都是從這個車站就可以到了，必須下載火車app（OBB）可知道跟訂大部分歐洲火車班次時刻表，從宿舍車站到維也納有分快速車跟區間車，單程需要分別半小時跟一小時車程，如果剛好沒車到宿舍站也可到（Wiener neustadt Hbf）是新城火車總站，維也納的火車會查票，別心存僥倖因為罰金超貴，請乖乖買票。

學校與出國：

選擇的課程千萬別太多，因為維也納很多課程是密集式，一次通通來會沒辦法消化，也要注意整學期有沒有衝堂的可能，然後不會有例如：每個禮拜一上國文這樣的固定課表，時間跟日期都很不一，但通常時間不會更改，建議選個德文課但要選最初階的，不然老師德文課用德文教你也不知道在學什麼，懂一些德文對於當地生活非常方便，回來也可以炫耀一下哈哈，建議分組時一定要多講話，不然其實還是會有輕微歧視的感覺。如果有辦活動，不管是學校、當地生、交換生舉辦的都必須去，不要悶在房間裡，不僅可以認識不同國家的人，你有難時也可以輕易找到幫助，不要只跟亞洲人混，歐美國家的交換生反而也會覺得你們在排擠他們，所以一定要去認識不同國家的人！因為學校的課程時間是偏固定的，然後奧地利又在歐洲中心很方便，所以如果想去其他國家遊玩，提早規劃是非常重要的，不只機票住宿便宜，到時候也不會在宿舍沒事做浪費時間跟假日，但也可以預留一些沒課的日期，可以跟新認識的朋友一起去玩。維也納國際機場雖然是中歐大機場，但廉價航空沒有到很多，所以要自己斟酌，可以搭乘公車或火車到其他鄰近國家例如德國或捷克，各種節慶也是必須要參加，特別是德國在10月才有的啤酒節，歐洲國家幾乎每個節慶都過而且都盛大舉辦，所以要多出去走走，多吃當地特色菜，像我本人這次交換去了將近10個我沒去過的歐洲國家，體驗了很多奇奇怪怪的食物，每一個國家的景色、食物截然不同，如果有哪些聽過很知名的地方，那你就絕對要去不能錯過，但因為畢竟是歐洲，價位大約是台幣的2~4倍。

交通：（走路也很健康）

維也納方面：

這邊說的是維也納，當地交通非常方便，地鐵、火車、電車、租用腳踏車、租用電動滑板或腳踏車都很多，從宿舍車站到維也納總車站的價錢單趟約4.5歐（以學生半價票來算），維也納市區的交通都是搭地鐵或地面電車，基本上當地人都不會買票，查票很少也很不固定，我這半年都沒遇過查票。

新城方面：

新城沒有地面電車，只有公車、腳踏車，公車不管到哪一趟是0.8歐（學生價），但因為新城不算很大，從宿舍騎腳踏車的話，30分鐘左右基本都到得了。

購物店家（新城）：

如果要買食材：Lidl、Hofer、Spar/Eurospar、Penny

廚具：Kika

大型超市（新城）：

Merkur markt (東)、Fischpark (西)

回國後：

回國後其實適應的蠻快的，跟剛抵達一樣有嚴重時差，蠻想念那邊的朋友跟學校生活時光，以及各個去過或沒去過的國家，還有他們的食物，有些當地食物甚至跟台灣一樣便宜，甚至連課程都很想念，因為很多機會跟當地學生聊天，知道很多我們外國人不會知道的奧地利大小事，出國交換念書真的是一個不可或缺的經驗，對於某些人或許就是唯一一次到歐洲這麼遠的國家，所以真的不要錯過了。



# 實踐大學赴境外姐妹校交換生心得報告書

## 留學期間生活照片紀實與分享

※請確實依照格式分享照片及加以簡述。

※除了提供生活紀實照片外，另請提供教室照片、宿舍環境照片、相關辦公室照片、參與交換姐妹校舉辦活動之照片數張。



(範例：請以5cm x7cm 格式附上照片)

(範例)

拍攝日期：2013年3月27日(三)

拍攝地點：實踐大學國際事務處

照片描述：此為國際事務處海外參訪團宣傳海報，此海報目的為吸引實踐大學北高兩校區之全體師生報名參加，所使用的圖片素材皆以此次參訪地點所觸及景色為主.....。



日期：2019/09/18

地點：新城應用科技大學-新校區

描述：此為第一次全體各國交換生與老師的合照。



日期：2019/09/19

地點：維也納市區

描述：與亞洲國家的同學一起在市區逛街閒晃。



日期：2019/12/13

地點：宿舍共用廚房

描述：交換生各自料理各國美食，再一起分享佳餚。

# 實踐大學赴境外姐妹校交換生心得報告



日期：2019/10/31

地點：宿舍

描述：萬聖節交換生互相幫忙上妝，一起歡慶這個節日。



日期：2019/12/03

地點：新城應用科技大學-新校區

描述：各國交換生最後一次聚會，分享每個人的大學後的最後一次合影。

※心得報告書及所提供之照片將做為國際事務處上傳至網路提供學弟妹分享資料以及作為國際事務處各項行政業務之素材，請同學勿提供不宜及不雅照片。