

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

交換之姊妹校校名： 福茲堡應用科技大學 - 交換於 109 學年度-第 1 學期

<p>~寫 在 前 面~</p> <p>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。</p> <p style="text-align: right;">實踐大學國際事務處</p>																														
填表人：莊沛珊		性別 <input type="checkbox"/> 男 <input checked="" type="checkbox"/> 女	原屬系所：ETP																											
留學校名：福茲堡應用科技大學 研習系所：Business Administration		留學時間：自民國 110 年 8 月 20 日 至民國 111 年 3 月 14 日																												
居住處： <input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input type="checkbox"/> 校外租賃		住宿費用每(<input type="checkbox"/> 學期 <input checked="" type="checkbox"/> 月)：NTD 8910 元																												
<p>搬入時宿舍內已有設備： 書桌、椅子、床墊、衣櫃、Wifi 機。</p> <p>建議另行添購或攜帶物品： 濾水器、熱水壺、延長線、檯燈、書架、電風扇、掃地組、腳踏墊、收納盒購物袋幾個、文具、垃圾桶、床組（枕頭、棉被、保潔墊、床包）、曬衣架、洗衣籃、廁所清潔、浴簾、廚房用具（鍋子、刀子、粘版、小平底鍋、曬乾碗盤架、碗盤、玻璃杯、剪刀、餐具、保鮮盒、調味料、隔熱墊）</p>																														
<p>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：</p> <p>(如食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列)</p> <table border="0"> <tr> <td>名稱：保險費</td> <td>金額：NTD 3590</td> <td>元/月</td> </tr> <tr> <td>名稱：住宿</td> <td>金額：NTD 53460</td> <td>元/學期</td> </tr> <tr> <td>名稱：網路費</td> <td>金額：NTD 231</td> <td>元/月</td> </tr> <tr> <td>名稱：學生證(交通費)</td> <td>金額：NTD 4980</td> <td>元/學期</td> </tr> <tr> <td>名稱：Radio fee</td> <td>金額：NTD 3635</td> <td>元/學期</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>名稱：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> <tr> <td>其他：</td> <td>金額：NTD</td> <td>元/月(學期)</td> </tr> </table>				名稱：保險費	金額：NTD 3590	元/月	名稱：住宿	金額：NTD 53460	元/學期	名稱：網路費	金額：NTD 231	元/月	名稱：學生證(交通費)	金額：NTD 4980	元/學期	名稱：Radio fee	金額：NTD 3635	元/學期	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	名稱：	金額：NTD	元/月(學期)	其他：	金額：NTD	元/月(學期)
名稱：保險費	金額：NTD 3590	元/月																												
名稱：住宿	金額：NTD 53460	元/學期																												
名稱：網路費	金額：NTD 231	元/月																												
名稱：學生證(交通費)	金額：NTD 4980	元/學期																												
名稱：Radio fee	金額：NTD 3635	元/學期																												
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																												
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																												
名稱：	金額：NTD	元/月(學期)																												
其他：	金額：NTD	元/月(學期)																												
<p>每月基本生活費預估：</p> <p><不含娛樂及文教費用，僅最低生活必需> 細項(以月為單位)</p> <table border="0"> <tr> <td>伙食費</td> <td>NTD</td> <td>9000</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>交通費</td> <td>NTD</td> <td>830</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>宿舍費</td> <td>NTD</td> <td>8910</td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>水電及電信等雜費</td> <td>NTD</td> <td></td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>教材書籍費用</td> <td>NTD</td> <td></td> <td>元</td> </tr> <tr> <td>其他</td> <td>NTD</td> <td></td> <td>元</td> </tr> </table>		伙食費	NTD	9000	元	交通費	NTD	830	元	宿舍費	NTD	8910	元	水電及電信等雜費	NTD		元	教材書籍費用	NTD		元	其他	NTD		元	<p>有無取得獎助學金補助 <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無</p> <p>獎助學金名稱與獲補助金額 名稱： 金額：70000 NTD</p>				
伙食費	NTD	9000	元																											
交通費	NTD	830	元																											
宿舍費	NTD	8910	元																											
水電及電信等雜費	NTD		元																											
教材書籍費用	NTD		元																											
其他	NTD		元																											

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

建議第一次入國所需攜帶金額：

NTD 10000 元

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：火車

出發前所買之海外旅遊平安保險(種類、公司、金額、期限等)

保險：赴姊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)

簽證：

辦理簽證所需天數：大概一個月左右、金額:75 歐、特別注意事項:提前預約，團體送件速度比較快，一個人負責寫 Email 預約即可。

其他校方提供使用服務：

☒ 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？

Aldi Talk: 6.99 euro/month

學校週邊生活機能，是否有下列設施：

書店	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：
超級市場	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：
百貨商圈	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：
24H 便利商店	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：
醫院	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：
地鐵車站	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：
公園	<input type="checkbox"/> 無	<input checked="" type="checkbox"/> 有	簡述：
電影院	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：
體育場	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：
社區文化中心	<input checked="" type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有	簡述：
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...>
學校會分別安排學伴！

你(妳)交換的姊妹校在你心中的印象(簡述 100 字以上、300 字以內)：

福茲堡應用科技大學的校區位於市中心，地理位置非常方便，設備很新，學餐也離主要上課大樓很近，大概步行五分鐘的距離。學校的老師們也都很友善，只要有問題他們都會協助你，唯一可惜的是因為疫情影響，並沒有許多實體授課的機會。

實踐大學赴境外姊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)

出發前需要準備簽證、限制提領帳戶、保險，以及入學申請...等等，需要確認所有事項，但網路上的資料都非常詳細，所以跟著教學做，不會太繁雜。行李準備日常生活用品都可以不用帶，當地的 DM 藥妝店都很便宜，食物亞洲超市也基本上都有，大部分的傢俱、生活必需品(如上述建議另行添購或攜帶物品)可以連絡上一屆去德國交換的同學或是加入 Facebook 社團”Würzburg 烏茲堡台灣同學會”購買，會比全部買新的便宜很多。至於銀行帳戶、手機門號網路都需要到當地後再辦理，我辦的銀行是 N26，需要手機門號才能夠進行視訊開戶，我使用的電信是 Aldi Talk，只要直接到當地的 Aldi 超市直接購買預付卡即可(也需要視訊進行開戶)。另外，因為 Covid 影響，大部分所有餐廳都需要檢查疫苗護照(Covpass)才可以進入，如果沒有 QR code，可以在入籍後直接至藥局拿台灣的小黃本更換。

在抵達德國前，大家可能對德國人的刻板印象就是很冷漠，但其實你有任何問題他們都會很熱心協助你，在抵達德國當天，必須自己一個人提著兩大個重達 40 公斤的行李，從法蘭克福機場搭火車至福茲堡，又尤其第一次自己到歐洲，但路途上問路或是在火車上都幸運地遇到熱心的乘客幫忙搬行李、報路...等。到達德國後，學校也有安排學伴，他們都是自願申請當學伴的，大部分都是之前來過台灣或想去台灣交換的學生，我的學伴幫忙我搬家具以及去 IKEA 採買，他們都很樂於幫助你，不用害羞向他們請求幫助。

剛開始到德國的時候可能有點不習慣，三餐都必須自己打理，文化習慣不同，又或者是德國除了餐廳，所有商店在星期日都不會營業，但大概兩周左右就大概可以適應。福茲堡算是一個大學城，學生及交換生非常多，蠻容易可以認識來自各國的交換生，可以加入 What's App 的 Erasmus 交換生們的群組，有任何問題都可以在上面提問或是一起聚會，WIN (Würzburg International Network)也會舉辦各種活動讓交換生們參加，像是健行、Wine tour、Carneval...等等。當初填了三個宿舍志願選填，結果最後被安排到一個最偏遠的宿舍 Peter-Schneider Strasse，雖然地理位置相比其他宿舍較遠，需要走路 10 分鐘到公車站，再搭 20 分鐘的公車才能到市區，但是宿舍的 Common room 非常棒，每個禮拜似也都會有 Bar night，也在那裡認識了好多好朋友。

在還沒抵達德國前已經在台灣上了半年的網課，所以去到那不會太不適應當地的實體授課，大部分的課程教授都非常注重課堂討論及小組報告，包括經濟和會計也不例外，在課堂上大家也都會非常積極回答及發問問題，至於小組報告，我所遇到的德國組員都偏向超前進度做完報告，唯一正確且印象深刻的刻板印象就是他們很直接，之前有一個約旦組員一直搞失蹤沒準時開會交報告，無庸置疑的，德國組員直接寫信跟教授報告，還有另一次已經上了兩堂課，教授將一個沒分到組別的人分配到我們這組，我的組員直接回答教授，我們已經分配好工作了”We could say no”，和台灣文化相當不同，因為台灣學生可能不會那麼直接的拒絕教授，讓我深深體會到他們直接替自己爭取權益的態度。

實踐大學赴境外姊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、參與交換姊妹校舉辦活動之照片數張。



拍攝日期：2021 年 10 月 6 日

拍攝地點：福茲堡應用科技大學

照片描述：教室



拍攝日期：2021 年 11 月 2 日

拍攝地點：宿舍

照片描述：Common room



拍攝日期：2021 年 10 月 6 日

拍攝地點：宿舍

照片描述：宿舍房間

實踐大學赴境外姊妹校交換生心得報告書

	<p>拍攝日期：2021 年 10 月 6 日 拍攝地點：Konstanz 照片描述：Konstanz 一日遊</p>
	<p>拍攝日期：2021 年 12 月 16 日 拍攝地點：溜冰場 照片描述：和交換生們一起溜冰</p>
	<p>拍攝日期：2022 年 1 月 10 日 拍攝地點：福茲堡 照片描述：Wine Tour</p>

※本報告請於返校後 2 週內繳交—Email 國際事務處作業承辦人

※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。