

國立東華大學
National Dong Hwa University
國際交換交流學生至姐妹校心得報告
International Outbound Exchange Student Report

姓名 Name	林俞妙	學號 School No	41044b021
原系所 Home Department	社會學系		
前往國家 Nationality	德國		
前往學校 Host University	Justus Liebig University Giessen		
交換系所 Host Department	社會科學與文化學系		
交換交流期間 Exchange Period	自 From 2018 年 year /9 月 month 至 To 2019 年 year /2 月 month		
電子信箱(供未來有興趣的同學與你們聯繫·非必要) Contact Email (Optional)	opqrsyz88@gmail.com		
住宿費用(新台幣) Accommodation Cost(NTD)	8700/月(單人房/公用衛浴、廚房)		
機票費用(新台幣) Airplane Cost(NTD)	21000(來回/中國東方航空/上海轉機/兩件 23 公斤行李)		
生活費用(新台幣) Living Cost(NTD)	25200/月(辦簽證時需要的財產證明 720 歐/月,住宿費,保險,平常生活開銷都從中扣款,在德國三餐自己開伙只需約 4500/月)		
其他費用(新台幣)請註明 Other Cost(NTD)	保險費(私保)-1340/月 簽證費 2620 學期費 8500		
<p>出發前準備:</p> <p>簽證: 建議提早跟德國辦事處預約·資料不齊的話有也還有補交的空間(2018 年 5 月需親自補交·無法傳真)</p>			

限制提領帳戶:

要辦簽證需要有財產證明 720 歐/月，我選擇 Fintiba，6 個月使用下來沒有問題哦

保險:

簽證核發過後，辦事處會寄信請你提供保險，Mawista 是私保，透過網頁即可申請，回信也很快，對於簽證來說很方便，有公保需求的可以到德國後再轉也沒問題(私保和公保網路上有很多比較，都可以去參考)

德國台灣同學會:

在這裡面有很多關於簽證、保險相關的問題，很多疑難雜症都可以在這邊找到答案~

行李:

建議:

網路線、轉接頭、充電線(據韓國同學描述，media markt 德國電器行賣 15 歐，建議充電線終結者多帶兩條備用)、ISIC 國際學生證(旅行時巴士、博物館、教堂都有學生票)、到診所開常備藥(有備無患)、隱形眼鏡、發熱衣褲、一些泡麵(剛到時人生地不熟可以先溫飽再去探險)

不建議:

保養品/洗滌用品(德國 dm 開架品牌品質很好且價格便宜，the body shop 也是台灣三分之一價格)、生理期用品(有鍾愛的品牌可以帶，不然衛生棉/棉條/月亮杯都可以在 dm 買到)、鞋子/靴子(outlet 和打折季是你的好朋友)、廚具/床具(IKEA 火車兩站即抵達)、吹風機(media markt 10 歐就有基本款了)

注意事項:千千萬萬不要在假日到達德國，尤其禮拜天，超市和各式各樣的店都沒開，公車班次變少，宿舍管理人員也不在，你會怨恨自己的

到達後:

宿舍(Eichendorffring):

男女合宿，浴室和廁所有分男女但僅一牆之隔，一開始會有些不習慣，可是你會安好的，每層樓會有自己的管理人員，廚房門上有貼他的房號，有任何事情都可以問他，例如你可以用哪個櫥櫃，有哪些廚具是公用的等，遇到室友也可以打招呼聊天，宿舍中有很多國際學生，我住的這層就包含義大利、波蘭、土耳其、印度、俄羅斯、菲律賓，就算完全不會德文也不用害怕，英文很神通廣大

三餐著落:

超市

Eichendorffring 往學校方向步行約 10 中有一間 PENNY(搭 2 號巴士兩站)，走大約 20 分鐘

有 LIDL(DM 就在 LIDL 隔壁)·我自己比較喜歡逛 LIDL·有跟台灣口感相近的高麗菜、鮮奶等·規模也比 Penny 大·其他超市還有 REWE、TEGUT·每間超市能買到的食材、啤酒、零食都不太一樣·逛久了之後就會找出自己的食材路線·知道哪時候要逛哪間超市·以下列出幾個自己的清單·可以大概參考一下:

PENNY-蘋果&橘子(很重·能越快回家越好)、PIZZA(不想開伙時放進烤箱就能解決一餐)、巧克力可頌(LIDL 的不好吃)

LIDL-高麗菜、雞肉、鮭魚、燻鮭魚、白米、義大利麵、鮮奶

REWE-有專門切肉的櫃位?肉類選項比較多

TEGUT-有機的花生醬

基本上 PENNY 和 LIDL 的食材都很平價·三餐自己開伙的話伙食費會比在台灣時還要便宜·外食的話選擇比較少·大部分都速食店、漢堡店、土耳其餐廳·長期吃下來價格不斐且亞洲胃吃不習慣

亞洲超市

可以買到泡麵、一般麵條、各式醬料(醬油、麻油、辣醬·中國醬油有分生抽跟老抽·單純調味買生抽就可以了)、咖哩調理包

吉森有一間亞超·法蘭克福搭到 Konstablerwache 有連鎖店 go asia·火車總站步行約 5 分中有一間富源亞超(覺得普遍價格來說比其他亞超便宜)

Mensa 學生餐廳

在 studentwerk 隔壁·裡面賣的都是很典型的德國食物(只是不好吃·偏鹹)·價格比起外面餐廳便宜很多·肉醬義大利麵是安全牌·冰淇淋很推推

銀行:

Sparkasse

實體帳戶·Eichendorffring 巴士站附近就有一台提款機·在德國普及率也很高·學生免月費·提款免手續費·國外刷卡需手續費·開戶只需護照跟入籍證明(需親自去預約開戶時間)·唯一缺點是 APP 開通上有點問題·需要換密碼·直接去櫃檯請他們幫你設定 APP 會比較快

N26

網路銀行·旅行時很方便·國外刷卡免手續費·五次免費提款·還可以跟同學互相分享連結賺回饋金·需去郵局寄信認證身分·要注意的是台灣新版護照(我拿 2018 年的)·德國郵局認證不過·得跟 N26 聯絡請他們幫你視訊認證·他們會覺得是郵局機器問題請你去不同間郵局再試一次·跟他們誇飾說你試過全吉森郵局都不行·他們就會幫你安排視訊認證時間了~

這兩間銀行對我來說是不同的功用·將 FINTIBA 的錢設定帳戶轉到 Sparkasse·在德國一般花費、保險、住宿費轉帳都很方便·而旅行所需的國外消費或是住宿網路付款則是用 N26·我會覺得兩者缺一不可·若不小心遺失某一張卡·也還有另一張可以刷卡·轉帳

交通:

持吉森學生證，黑森州的所有交通，除了 IC/ICE 都免費，因此對於要去法蘭克福或是機場都很方便，務必記得隨身攜帶，火車查票機率 85%，公車則是很隨機，建議拿到學生證就拍張照備用

2 號巴士

Eichendorffring 是首站

Graudenzer Straße，右手邊就是 Penny，往左邊走進去是 Philosophikum 1、Studentwerk、Mensa

Berliner Platz，市中心站，下車右手邊是 Stadtbüro(入籍)，往麥當勞方向走，面對麥當勞左手邊那條路進去會看到 Sparkasse

Marktplatz，附近有 euro shop，有缺生活小東西可以去看看這邊有沒有，臉盆、提籃等
Oswaldsgarten，下車會看到很大間的百貨公司，裡面有藥局、Media Markt、Tegut，亞超也在這站附近(長得很不起眼，窗檯有擺東方類的擺飾，紅色小門)

Bahnhof，火車站是末站

學生證:

除了交通外，學生證還能儲值，在 Mensa 吃飯，圖書館影印，宿舍洗衣等

電信:

我辦德國 vodafone 預付卡可是不特別推薦，月費 9.99 歐，一個月容量卻只有 1.5G，APP 要設定德國地區才能下載(Iphone 系統)，雖然儲值很方便，在超市跟 DM 都可以買到儲值碼，在歐洲使用上也沒有問題，大家可以自己斟酌~

修課:

吉森這邊沒有特別規定，以東華的至少兩門課為主，雖然學校是跟社會科學與文化學系簽約，但是修課上不會有限制，可以去自己相對應的系所上課，只是要自己去找想上的系上有沒有開英文課程，每堂課有不同的規定有期末考、報告、論文等，老師都會在第一堂課就詳細說明，有任何需求或是問題都可以在特別跟老師提，目前遇到的老師都很能體諒，除了系上的課之外，也有英文和德語的語言課程，在這邊的選課說明時都會介紹，承辦人員很親切!

APP

LEO(德文字典,可翻英/簡中)

DB(德國境內交通)

RYANAIR(廉價航空/不須列印登機證/辦 ESN 卡可打 85 折即送 20kg 行李)

FILXBUS(巴士/包含德國境內和跨國/開通 ISIC 卡有折價券及折扣碼)

GO EURO(包含歐洲各種交通方式)

總結:

很慶幸自己有這個勇氣，和得到那麼多人的幫助才有這半年的生命經驗，不管是出發前的擔心害怕，或是踏上旅程後的不安，跟獨自在異地生活的焦躁，一切都很難能可貴，也是在踏出舒適圈後才更認識自己跟增添這些自我認同感，離家那麼遠，更知道自己想追求的是甚麼，體驗了大家口中無比美好的歐洲生活，了解這其中不只是大家所想的光鮮亮麗，更蘊含不同的文化交織著各式各樣的在地人外地人，吉森絕對是個很適合交換學生的城市，無論是交通位置或是友善的人們，都值得對歐洲生活有嚮往的人親自來體驗看看