

Heilbronn University 德國海爾布隆大學 交換心得分享

112 學年度第一學期交換生

東吳大學 企業管理學系



班級：企四 C

學號：09153319

姓名：林依穎

目錄：

- 海爾布隆大學介紹
- 行前準備
 - 獎學金申請
 - 限制提領帳戶
 - 簽證
 - 寄國際包裹
- 抵達德國
 - 入境後交通
- 生活及住宿環境
 - 申請宿舍環境
 - 宿舍環境
 - 宿舍附近
- 海爾布隆大學輔導機制（國際處）
 - 行前
 - 入籍
 - 學期票
 - Buddy Program
- 修讀課程內容
 - German Intensive Course 德文密集班【5 ECTS】
 - International Finance 國際財務【5 ECTS】
 - Deutsches A1.1 德文 A1.1【8 ECTS】
- 活動
 - 紅酒節
 - 聖誕市集
 - 歐洲旅行
 - 自己煮飯
- 綜合感想



● 海爾布隆、海爾布隆大學介紹

Heilbronn 隸屬於德國巴登符騰堡邦(Baden-Württemberg)北部的一個城市，這裡雖然不如德國其他主要大城市那麼有名，但我認為更能貼近德國當地的生活，這裡的購物商圈、銀行等都環繞在市政廳，足以滿足日常所需。

交通方面，Heilbronn 整個城市內的交通以公車為主，也有 S-Bahn(路上電車)、火車(但是只有慢車，要搭快車需要轉車)、FlixBus 巴士的選擇，可以通往其他城市。所以交通都算蠻方便的。【P.S. 距離法蘭克福機場大概需要 3 小時的車程。海德堡、斯圖加特約需要 1~2 小時的車程。】



Heilbronn University 總共分為兩個校區：Sontheim Campus 和 Building Campus。我這次交換的商管學院和國際處都是在 Building Campus，距離市區也只需要步行 15 分鐘。而 Sontheim Campus 主要是給理工學院的學生就讀，距離市區有一段距離，離宿舍卻只要步行 10 分鐘。我都會搭公車上學，一般來說 20 分鐘左右會有一班車。

● 行前準備

■ 獎學金申請

首先，要先感謝戴氏基金會的獎學金，讓我在交會的旅程上多了一筆資助。東吳國際處在推薦名單出來後，會陸續通知可以申請的獎學金補助，可以依照自身情況去選擇要申請哪一種獎學金，當初有申請學海飛颺、戴氏基金會兩個獎學金，但因為交換人數蠻多的，所以會依每個同學的狀況領到的金額有所不同，但建議在符合資格的情況下，可以都申請看看。

■ 限制提領帳戶

德國政府規定，我們這樣的國際生需要準備一個限制提領帳戶(每月 934 歐)、保險，以確保抵達德國境內不會有生活費不足的問題，並且這是申請簽證時需要提供的證明之一。而我在網路上有看到 Expatrio 及 Fintiba 兩種限制提領帳戶的組合包(包含限制提領帳戶、保險)，我選擇的是 Fintiba，就按照網路教學步驟開戶，陸續上傳需要的文件，過程大約耗時 1 週。

■ 簽證

強烈建議，預約簽證日期要趁早，因為它們一天只受理一定數量的學生簽證，所以名額滿了，就沒有了，當然還是有其他人臨時取消，可以每天刷網站撿漏。我自己的經驗是，連續一周早上六點就準時刷新德國在台協會的簽證預約網站，才好不容易搶到一個時段。當然前提是要確保去申請簽證當天前，你的財力證明、保險等申請資料都準備好了，否則可能會被退件不受理，不只白白佔用了一個名額，還要再重新搶一次預約簽證的時間，會超級麻煩。另外，想分享的一個關於護照外借特別的注意事項，因為簽證作業時間大約會耗時 2 週的時間，所以如果你在申辦簽證後的兩週內會出國，就要注意申請簽證時間上面的安排。護照外借會需要一些流程，然後外借護照後，必須只能用郵寄的方式寄回德國在台協會，親自去歸還是不被受理的！！

■ 寄國際包裹

我的身型比較小隻，所以沒辦法一口氣拖得動兩個大行李箱（怕把自己給累死），所以我就在離開台灣的那天早上，去郵局寄了一些東西去德國。我建議可以買郵局的紙箱，這樣只需要注意重量根內容物符合規定就好，費用如何計價可以去郵局網站上查。

我大約抵達德國後的一兩週收到包裹的（時間上可能會因為海關的關係而有所不同），想知道包裹的配送進度，可以去在郵局(台灣)和 DHL(德國)的國際包裹追蹤網站上查詢。如果包裹到貨的時候人不在住處也沒關係，包裹會送到離住處最近的郵局，再拿護照去領取就可以了。

● 抵達德國

■ 入境後交通

我從出發前就先在德鐵的 APP (DB)上買好去海爾布隆的車票，然後請一定要選擇在法蘭克福機場火車站，它跟法蘭克福中央火車站是不一樣的！我當時就是以為機場沒有火車(對我超級蠢)，出了海關轉接駁巴士，再轉地鐵，才到了法蘭克福中央火車站，真的累得夠嗆，所以真的真的真的(重要的話說三遍)要看清楚再買票！

還有，除了發現機場有火車這件事之外，我到海爾布隆後才意識到一件很幸運的事情，我沒有被查票(雖然我有買票)，但感覺就很酷！德國跟台灣不一樣的是，車站到進入月台是不會有閘門的，不需要刷卡驗票，但是在車子上可能會遇到查票員，會要求要驗票，如果發現逃票或買慢車搭快車的情況，會被罰款至少 60 歐，所以在搭車前記得還是乖乖買票。

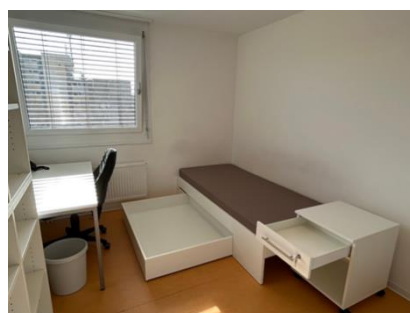
Tip: 總結我長期觀察，通常在火車上比較容易被查票，快車幾乎是一定會查，慢車、電車、地鐵、公車看情況，罷工時快車也不怎麼查票（因為搭車人太多查不了，也可能查票員也去罷工了???) 但還是建議大家搭車要買票，畢竟使用者付費，當場被罰款也是真的很尷尬又丟臉。

● 生活及住宿環境

■ 申請宿舍環境

在收到入取通知後，當地國際處會 email 詢問要不要申請宿舍，但提出需要不代表一定會有宿舍（但不填一定沒有），通常在出發前一個月才會知道是否有宿舍。在德國，宿舍的管理機構通常不隸屬於大學，而是另外專門有管理學生宿舍的機構。所以當確定有宿舍後，會收到來自機構負責人的 email，會有合約及相關需要辦理的資訊。

建議要保存這份合約，並在出發前印下來，過海關可能會需要用到（雖然我沒用到，但有準備比較保險）



■ 宿舍環境

通常不會有男女混宿的狀況，但室友跟房型無法自行決定。我分配到的是雙人共享的公寓（一個月租金 342 歐，包水電瓦斯），就是有自己的臥室，廚房跟浴室和室友共用。房間內部可以直接上宿舍網站上看。

洗衣服的部分，宿舍地下室有洗衣間，有洗衣機跟烘衣機，都要額外刷卡付費，洗衣機是 1.7 歐/次，烘衣機是 1 歐/次。垃圾場在宿舍旁邊，需要分類回收，相關垃圾分類的規定，入住時都會有資料給新生。



■ 宿舍附近



我覺得宿舍附近真的很方便，因為是住宅區，離市區需要搭 10 分鐘的公車，但如果只是生活的日常用品和食材的採購，完全不需要擔心，超市有三家（Lidl、EDEKA、Penny）、一家藥妝（DM）。

● 海爾布隆大學國際處

■ 行前

整個交換計畫，最密切也最可靠的就是學校的國際處，從我們出發前的住宿、銀行開戶、保險等等，都會透過 email 詢問需不需要幫助，有任何問題都可以隨時寫信詢問，通常在一天之內都會有人回復。

■ 入籍

在入境德國後，會舉辦新生說明會，會有國際處的老師跟自願的同學們來協助大家辦理入籍、銀行開戶、保險等等行政手續。我只能說這一系列的專人協助真的太太太貼心，因為對於我初來乍到不會講德文的小白，原本還很擔心這些行政事務會需要研究很久，遇到問題都還有國際處這邊跟辦事人員溝通 (因為德國不是所有人英文都很好)，而且也不用自己去預約時間，真的省下了不少麻煩。

■ 學期票

當成功辦理好入籍，當地市政廳還會送一份新生大禮包，裡面最實用的就是學期票，它可以免費搭乘在巴登符騰堡邦內，所有的慢車、公車、電車和地鐵，這對於去附近的城市玩(海德堡、司徒加特...)，是一個快樂的大優惠。

【P.S.學生票要注意的一點是，查票員會驗證身分，所以學生證或學生簽證最好要戴在身上，或者要手機掃描下來，方便檢查。】

■ Buddy Program

出發前會收到 email，詢問有沒有參加 Buddy Program 的意願。開學後，會有國際生歡迎會，大家會受邀，並鼓勵帶自己國家的特色美食去分享交流，然後國際處也會準備一些德國的小點心跟飲料，大家會在當場跟學伴相認 (我的學伴在我到的國不久就用 email 聯絡過了)，通常是一位德國學生配兩個國際生。

我的學伴是一個超級可愛的德國女生，歡迎會後，她私底下還約我和另一個來自約旦的學伴，去參觀了她居住的城鎮，再去她家作客吃晚飯，我原本以為會點外送披薩之類的招待我們，結果我的學伴廚藝優秀，煮了德國的傳統食物當晚餐，真的超級窩心~



● 修讀課程內容

■ German Intensive Course 德文密集班【5 ECTS】

這個課程算是在開學前，為期三週，專門給國際生的暑期德文課，會以小班制上課。因為這是需要額外付費(350 歐)，所以會有參加意願調查，不過我覺得這門課對於德文零基礎的同學很有幫助(當然會德文的也可以考慮參加，因為開課前有分級考試，不會的也不用考直接報名基礎班)，而且趁開學前可以提前適應德國生活，認識一些國際生也很不錯。

密集班就是天天都上德文課，早上上課，下午會有輔導課，都不會太困難，卻很充實，就像小時候會參加的美語班，老師會用比較活潑的方式教學，但即為要求大家的發音，很紮實的為德文基礎打底。而且我的德文老師是一個親切和藹的德國女士，她還邀請我們去海爾布隆附近的葡萄園，跟她的拉不拉多一起散步，再去餐廳用餐。

每週六還有戶外教學，雖然都是去鄰近的一些城市，施韋比施哈爾 (Schwäbisch Hall)、海德堡、司圖加特，但交通就有國際處那邊安排，都會安排城市導覽員，會介紹歷史和一些建築的由來，是自己去旅遊都不見得會聽到的，同時也會給一些自由時間去各處晃晃。其中最印象深刻的還是海德堡的城堡、司徒加特賓士博物館的各個模型。



整體來說，我蠻推薦要來海爾布隆的同學參加這個密集班課程的！

■ International Finance 國際財務【5 ECTS】

這堂課老師會有剪報講義，上課方式就是老師講課，然後會有關於課程內容要分組報告，要準備 PPT 講課給大家聽，老師會再來做一些補充，偶爾會有回家作業，都是關於計算相關的題目，最後有期末考。有關於課程內容，就是關於國際相關的投資、融資、現金流、外匯等財務活動。

■ Deutsches A1.1 德文 A1.1【8 ECTS】

我最喜歡的一堂課，是一位年輕熱情的女老師，在密集班是教比教高階的班級，就聽說是很好的老師，所以開學前選課時剛好有 A1.1 的課馬上就選了！



上課模式比密集班的那位老師更活潑一點，然後每堂課會分組進行遊戲競賽，都是上一堂課教學的內容，單字認讀、句子、文法...。這堂課會使用到線上的德文練習系統，沒有紙本作業，固定去線上系統像玩遊戲的方式寫作業。

課本不需要購買，可以去圖書館借閱，老師除了課本內容，更多時候會補充很多課外的德文單字，分享一些生活日常用語，以及在德國一些文化跟習慣。所以只要有自己做好筆記，跟同學共用課本也是沒關係的。

另外，老師也特別喜歡組織一些活動，包括：聖誕聚會、交換禮物、一起約去逛市區的市集...，最後大家在課程結束還有一起去聚餐。這堂課上，比起其他課程，我覺得我交到了更多的國際生朋友，也跟它們有很多文化交流。



● 活動

■ 紅酒節

Heilbronn 以盛產葡萄酒出名，有「葡萄酒之城」的美稱，在每年九月中旬都會在市政廳廣場舉辦為期一到兩週的紅酒節。來自德國各地的酒商會來擺攤，各攤紅酒風味都會有所不同，紅酒、白酒、玫瑰酒...，超級多種選擇，還可以試喝在學定要哪一種，通常一杯紅酒的價格包含高腳杯+酒，喝完的酒杯可以帶回家作紀念，也可以退回換押金，學校也有葡萄酒管理的相關科系，在特定的幾天還有給海爾布隆學生的優惠價。



我本身是不太能喝酒的體質，原本以為這樣的節日跟我無緣，但後來得知有無酒精的選擇，甚至也有賣葡萄汁，所以我就也跟著朋友們端著裝葡萄汁的高腳杯在市集裡，假裝自己也可以喝酒(哈哈)。

當然也有德國香腸、熱狗堡、薯條、麵包等，當作配酒的食物，所以有幾天我的晚餐都在市集跟朋友一起分食，雖然常常吃到後面都覺得食物太鹹，卻也相當的難忘。



■ 聖誕市集

聖誕節的歐洲是我整個交換中最最最期待的環節，從 11 月初就開始有個城市的聖誕市集營業日期公告大部分在德國的聖誕市集營業的日期，都是 11 月底到 12/24 當天下午。其他國家有一些會到 12 月底都還有聖誕市集，但詳細情況要看每個城市的公告。



總結，我去了十多個聖誕市集的體驗：每個城市都會有自己的風格，很傳統的、很商業化的、中古世紀風格的、美食居多的...，都有各自的特色，真的很值得體驗。

■ 歐洲旅行

交換生怎麼可以不好好利用申根公約去其他歐洲國家走走呢！我很幸運，和系上幾個朋友一起同期出來交換，雖然不再同一個學校，卻還是一起規劃了好幾個說走就走的小旅行，行前挑選適合的日期，一起討論交通住宿，還有旅行景點內容，有很多小細節的行程都需要提前規劃，當然我們也常常在路上



才在找比較細節的行程，可以說是相當佛系。因為這樣還是有吃過幾次沒有注意細節就碰壁的虧，比如博物館需要事前預約時間，所以沒辦法進去參觀、天氣不佳卻沒有雨天備案等等。但大家一起在異國他鄉一起旅遊的感覺，真的很不可思議，尤其在陌生的城市再見到台灣的朋友，都莫名的好激動。



我超級推薦要多去參觀博物館、美術館或教堂這種地方，有很多都是有給學生優惠甚至是免費的，難得有增廣見聞的機會，而且還可以省錢，就算真的看不懂藝術或建築，也可以去感受裡面的氛圍，我甚至在有的博物館看到，有些人會拿著素描本在雕像或畫作面前開始臨摹，整個就很放鬆。

■ 自己煮飯



歐洲餐廳的價格通常都令人卻步，所以除了出去旅行、特別的節日，基本上我都在宿舍自己煮飯，而且認真來說，外面賣的食物真的不合我的胃口。相對超市原食物的價格，甚至比台灣更親民，所以我在德國的這段時間可以說是廚藝進步神速，甚至在一定程度上，還因為分享食物交到了一些朋友(幸好沒吃出問題)。

冬至時，和來海爾布隆找我玩的朋友，在宿舍一起搓了湯圓；過年除夕，我也和朋友一起作了一桌年夜飯，我很慚愧的只做了幾道素菜，葷菜都交由其他人包辦(我竟然還有糖醋排骨和炒龍蝦的口福)，好溫馨，也著實令人感動。



● 綜合感想與建議

我很感謝有學校提供機會和家人的支持，讓我能有超級不可思議又夢幻的半年，嘗試了好多以前都沒做過的事情，學習到了不同的生活型態、對待事情的心態。

人生第一次外宿就是在德國，室友是一位超級友善又熱情的印度女孩，雖然生活習慣上會有一些差異，但是我們都能夠互相尊重包容。我初來乍到時，問她為甚麼我沒有窗簾？以及我能不能拆掉床邊的鐵片？這兩個問題讓我印度室友極度震驚跟驚恐，急忙跟我說如何使用調降窗外的百葉窗，鐵片絕對不能拆因為是暖氣片



(：D)，得到答案時，真的覺得自己蠢到很好笑，也可能因為這樣的初次見面，讓她覺得我是需要關懷的小可憐，還關心的問要不要她陪我一起去超市購物。後來，我發現她不知道保鮮膜可以隔絕食物長時間暴露在空氣底下，並教她如何使用保鮮膜，也是一種我想都想不到的情況。我要回家的時候，我的室友還幫我拉行李，陪我一起去車站搭車，或許她不是最合得來的室友，但她一定是最特別的。

我的口語在台灣就不是特別的好，但是到了歐洲中文是絕對行不通的，所以逼著就要開口講，一開始我甚至會先用 google 翻譯把想問的問題打一遍，確定不會有不禮貌的用詞，在鼓起勇氣去詢問。但我後來發現，其實不需要擔心對方會覺得自己不禮貌，因為不是只有語言能表達善意，而是表情、行為都可以讓自己看

起來友善，而且有些德國人的英文程度也不是很好，所以也會緊張自己聽不懂我問的問題，但又很想幫忙((總是遇到好人 QWQ))。到最後我更能勇敢表達自己，把自己想表達的盡量說出來，不要怕會講錯出醜。



心態上進步的地方，應該就是我懂得放慢步調，享受生活，並且不隨波逐流，一開始會因為別人已經開啟歐洲各地的小旅行，而覺得自己是不是動作太慢，會跟不上其他人積極的腳步，也會在別人邀約我一起去其他城市旅行的時候，猶豫不決、不知道要不要答應，又擔心自己會因此亂花錢。後來，我發現要先有自己的一些願望清單，因為時間有限，魚與熊掌不可兼得，要按照自己習慣的節奏，去安排旅行的計畫，才能真正去體驗到各個地方的文化跟美景。在調

適好心態，與自己頻率和的夥伴們就會慢慢聚在一起，在決定一些事情上面，也會比較不容易產生紛爭。

交換生活在社交平台上都是光鮮亮麗，但背後一定有很多小小的困難不適應，只是這一些問題在獨立解決之後，但克服困難的成就感是會超過疲憊的，也將會成為日後生活的養分，感覺自己是有所成長，了解自己所追求的目標、需要再努力的不足之處，都是這趟旅程可貴之處。

