

# 國立臺灣師範大學學生赴國外修習 返國後心得報告書

## 一、學生資料

填寫日期：2026/02/01

英文姓名(姓, 名): LAI, YUN PAN	臺師大就讀科系所、年級: 地理所三年級
修習國家: 德國	
修習校名: 漢堡大學	
修習學院: 數學資訊與自然科學學院	
修習科系: 地理系	
赴外學期別: 114 學年(民國年) <input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間: 114年 10月 ~ 115年 2月	

## 二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
SEMINAR ON PHYSICAL GEOGRAPHY A: Ecozonal Division of the Earth	Dr. Halime Moradi		一學期
Effects of Climate and Land Use Changes on Earth's Ecosystems	Dr. Udo Schickhoff		一學期

(表格不足請自行加頁)

### 三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

#### （一）、簽證準備

德國簽證申請方式每年都會有些許變動，需要注意網路參考資料的年份。在申請過程中參加 willstudy 的德國簽證說明會，裡面會詳細說明申請的流程，也會更新申請資訊，會後也有 QA 可以解惑。多數交換生都會使用 Expatrio 來申請限制提領帳戶、入境保險等，也會一並給予申請簽證需要的文件，要注意檔案名稱，要上傳 for visa 的保險資料。使用 Expatrio 可以跟好友拿邀請碼，之後會有回饋金。

以下是申請時準備的資料，僅供參考。

1. 簽證申請表：2025年改為線上填寫，可以參考網路上的文章，完成申請表格。
2. 護照：有效期需涵蓋在德期間，且至少有兩頁空白頁。
3. 生物辨識照片：符合德國官方規格的護照照片 2 張。
4. 錄取通知書/入學證明：大學錄取通知或語言學校的正式入學證明。
5. 財力證明：最常見是德國凍結帳戶（Blocked Account），2025年標準約為 11,208 歐元/年（每月 934 歐元）。
6. 保險證明
7. 學習計畫或動機信：簡述為什麼要去德國念書、未來規劃。
8. 履歷（CV）：用英文或德文簡單列出個人經歷。

#### （二）、住宿

大約在五、六月時，漢堡地理系辦寄學生會的宿舍申請信給我們，填寫好繳交給系辦，大約到七月就會回復告知宿舍申請結果，而後

需要先簽名確認合同，而後會要求去宿舍網站上傳「在學證明」，然後繳交第一個月的房租和押金給漢堡大學學生會，最後在出發前確認入住時間(可以確認是否會拿到鑰匙跟租約證明)。除了要跟學校確認住宿，也要事先到漢堡市政府網站申請 Anmeldung(入籍)，要提前在台灣預約時段，越快預約越好!預約網站裡的電話可以先填寫台灣的手機，預約完成後會寄信到登信的信箱，到了預約的日期和時間再至預約地點辦理，入籍需要的租約證明可以跟宿舍確認，請他在交鑰匙的時候一起給你。

### (三)、交通

2025年冬季學期的學雜費有包含德國月票，從十月開始生效，可以搭鐵路，但不能搭 ICE(類似高鐵)，以市區、上下學通勤來說已經足夠了。若提早在九月到達德國的話，就要先申請2025年九月的月票。德國月票跟台灣捷運月票不一樣，德國不是每一天都可以買月票，一定要在每個月10號前訂購(大家還是要自己確認一下最新的資訊喔)。月票一定要看好月份再訂下去，像我就不小心訂錯月份(損失58歐元…)，並且要記得退訂閱，避免續訂下個月的月票。

### (四)、選課和校務系統(stine)

Stine 就像師大的 moodle。在申請初期，會先有一組臨時的登入帳號(信箱)、密碼用來申請入學，地址可以先填系辦，填寫完成才可以申請到入學許可。之後這個帳密就會失效，等到大概是八月時，會重新寄信，給學號並要求重新申請 stine，在設定完新的帳密後，要記得去漢堡大學的電子信箱 Surfmail 收信，裡面會有之後登入 stine 要用的 2FA-Code-Liste。成功使用 2FA-Code-Liste 登入後，就可以綁定裝置，用手機解鎖、登入 stine。

在選課的部分，跟師大很不一樣，特定科系只能修特定的課，不是

所有的課都可以上，假如有特別想上的課可以先跟助教溝通看看。

#### (五)、申請學伴

漢堡大學有學伴專區，沒有固定申請的時間，可以提早一點申請學伴，多多少少可以詢問一些問題，比如：哪些學費項目是必須繳交？交通卡該如何申請？之類的。學伴一開始都是用 e-mail 通訊，之後到德國若有電話號碼也可以交換其他聯絡方法。申請網站如下：

<https://www.uni-hamburg.de/en/piasta/welcome-buddy/anmeldeformular.html>

#### (六)、行前準備

建議多看一些旅遊影片和超市開箱，可以預先知道什麼東西買不到，哪些東西德國更便宜。像是 DM 是德國很大的藥妝店，裡面的洗髮精、沐浴乳都很便宜，護手霜、保濕精華也都有賣，可以先去 DM 官網看一下品項和價格，做為收拾行李的參考資料，官網連結：[Bei dm-drogerie markt online einkaufen | dm](#)。日常電器雖然價格比較高，但由於電壓不同、重量又重，個人建議到當地收二手，甚至有時候當地購買還比在台灣買的國際電壓電器還便宜，都可以在網路上比價看看，再決定要帶些什麼。藥品也是很重要的！雖然德國有公保(TK)，但在身體不適的情況下，出門看醫生都真的很不方便，還是要有一些常備藥讓自己舒服一點。寢具的部分，非常建議多帶幾個枕頭套，可以很好的保護臉部皮膚不要過敏，無論是剛到宿舍來不及添購，或是短暫出遊外宿時，有枕頭套會比較安心一點。

#### (七)、計帳上的建議

在預算有限的情況下，記帳尤為重要，但記帳項目又特別繁雜，出發前的簽證費、限制提領帳戶、跨國轉帳手續費、機票、購買行李

等；抵達後，又可以區分歐元花費、信用卡費等。建議可以先區分成在台灣的支出(簽證費、手續費等)、在德國的支出，而後再區分德國交換日常生活支出的各個項目(食、衣、住、保險、電信費)。雖然記帳麻煩，但真的可以好好地控制住預算呢!

#### 四、照片 (如有，請提供)

##### 1. 宿舍照片(每間宿舍不盡相同)



公共空間—廚房



單人房(含被子、被套、枕頭)

## 2. 學餐(素食餐廳真的很好吃)



## 五、影音檔 (如有, 請提供連結)

無

## 六、其他

無