

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： 2023/02/19

英文姓名(姓,名): Li-Wen Tseng	臺師大就讀科系所、年級: 生科系 大五
修習國家: 德國	
修習校名: 符茲堡大學	
修習學院: Biology	
修習科系: Biology	
赴外學期別: <u>111</u> 學年(民國年)上學期	
修習期間: 2022年 9 月 ~ 2023年 3 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
德語A1	Veronika Sira		Fall 2022
德語A2	Olha Bychenko	6	Winter 2022/2023
Food History of Germany	Christina Schäfer	2	Winter 2022/2023
Biofabrikation	Tomasz Jüngst	4	Winter 2022/2023
Molekulare Biologie	Tomas Dandekar	3	Winter 2022/2023
Molecular Oncology		2	Winter 2022/2023

(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）

交通：

從台灣來符茲堡的飛機基本是華航的直飛或是阿聯酋及土航的轉機至法蘭克福國際機場，一般會飛抵第2航廈，可乘坐航廈外前往第1航廈的免費接駁公車，以轉乘火車(DB)或是巴士(Flixbus或Blabla Car)至符茲堡火車站。火車是較為舒適快速(1個半小時)的選項，可預先下載DB app並線上購買車票(車種ICE現場買約40歐，提前一個月線上可降至15歐內)，但班次可能取消或延遲；Flixbus亦可通過app購買(12歐左右)，上車點為第1航廈外沿著車道向前約3分鐘的p36停車場，車程2個多小時後便可抵達符茲堡火車站，但要注意若大件行李超過一件的話須加購行李位(無加購默認一件)。

抵達火車站後可通過google map查找前往宿舍的公車路線，公車總站位於火車站外右側，可於一旁的機器或向司機購買單程票(2歐多，司機只收現金)。

Semester ticket就是學生證，拿到後即可用於乘坐公車、電車與周邊鄉鎮的火車，但要記得validate，有些查票員或售票員很嚴格，而且今年開始查票變得比較頻繁，有些司機也會跟著查。

去年年底Bayern的口罩禁令已經解除了，所以在這裡搭大眾運輸或是火車是可以不用戴口罩的，但是跨邦的話還是有些人會選擇戴口罩，但不會強制要求。

住宿：

來這裡最重要的事情就是入籍，可以在來德國之前就先線上預約好時間(通常要1個月)，來了之後拿著地址就可以直接去入籍了，在入籍完後就會收到廣電費的繳費通知。在離開德國前一樣要預約退籍，並且要把之前所有的廣電費都繳完，不然會影響之後簽證的申請。

儘量根據上課地點選擇宿舍，因為公車的班次固定且早晚較少。由於暖氣價格持續上漲，冬季時宿舍可能會漲價(漲幅快70歐)，且不在宿舍時需關暖開窗，以防黴菌過度滋生。宿舍內除桌椅、衣櫃、床墊、冰箱及廚房外無其他小家具，可購買檯燈、床單、棉被等用具，以及廚房用具、餐具。

德國的水可以生飲、硬度較高，純晾乾容易產生水痕，所以可以購買Brita和熱水壺，但是喝起來味道不好，或是可以定期去超市買瓶裝水(要買still的，其他都是有氣泡的)。寶特瓶上的標籤有一個特殊的圖案，當把寶特瓶投入超市裡的機器後可以得到一定金額的折價券，如果撕掉標籤的話機器感應不到就只能丟回收了。在宿舍的公告欄有教怎麼丟回收垃圾，通常在入籍完後可以領一卷回收袋，基本上就是把回收的東西裝在回收袋再丟到特定的垃圾桶裡面就可以了。

手機我是選擇歐洲信號最好的Vodafone，可以去市區H&M旁邊的門市直接辦理預付卡，之後可以通過app隨時加值或改方案。但德國本身的信號就是差，而且方案對網路重度成癮者不友好(宿舍裡面有些有Wi-Fi，有些要自己買機器)，所以也可以選擇改用其他國家的預付卡，然後要定期換(因為長時間沒有待在那個國家的話預付卡會失效)。

學習：

在德國老師其實不那麼看重出席率，甚至有時都不會點名的，在他們的時候申請出來印出才多，課程交流的一場不同但是教授來同時我強

的觀念裡學習要靠自己，比較特別的是考試是需要的登記的，突然後申請的沒那相關學術的，授課的生物相關，授課的英文授課的，老師很願意分享一些學術的，老師就帶我們去參加的，Symposium，主要是辦給博士生們的，但是就算只是旁聽也能學到很多；又或者教授會邀請不同國家的教授來跟我們分享他最新的研究，對未來就學也有不少的幫助。

同時我強烈建議來上德文課！學期開始前有一個月的intensive course，在沒有語言基礎下可以很輕易地在一個月內就達到A1的程度，開學後還可以繼續上持續一整學期的課。比起在外面的語言學校，大學裡面的語言中心老師教學能力不差而且同學基本同樣是在符茲堡大學裡面唸書的學生(外面的學校是以移民和社會人士為主)，而且學習德文後再跟當地人交流的時候幫助很大(講德語的話當地人會變得比較熱心親切，而且這裡人的英文程度一般)。

開銷：

一般在德國餐廳裡面吃的話，主菜差不多都要十幾歐元左右，如果再加一些前菜或是飲品，基本上二十幾歐跑不掉，甚至可能的要到三十歐，所以在德國最方便省錢方法還是自己煮。超市裡面的東西不會太貴，特別是肉類，有時候可以找到一些食品有Angebot(特價)甚至於有半價的。不過在料理習慣上，如果傾向於做中式或是東方料理的話一些調味料會比較貴，因為醬油、沙茶之類的東西都要在亞洲超市才買得到，而且進口貨會比較貴，反過來說如果學習做一些西餐的料理或是調味手法的話就會便宜很多，甚至超市裡面都有一些賣直接調好的義大利麵醬或是料理粉包，可以快速的解決一餐。有德國的超市有很大的肉品和起司區，我通常都會利用買香腸的機會跟店員練習德文，有時候熱心的當地人還會教你怎麼分辨不同香腸、火腿以及一些相關的在地文化。

旅遊：

德國的假期其實不少，特別是冬季學期是10月中才開始，之後還有大大小小很多個連假，以及非常漫長的聖誕假期，這些都是出去玩的好時機。

符茲堡位於德國東南邊拜仁邦，距離紐倫堡火車車程約一個半小時，慕尼黑則是兩個多到三個小時；再往東邊坐差不多一個小時就已經是奧地利的薩爾斯堡了；同樣的，從符茲堡搭Flixbus到捷克的布拉格也只要五個小時，往南邊走的話距離斯洛維尼亞火車也是只要幾個小時就可以了；更不用說往北邊的話同樣也是幾個小時就可以抵達柏林、漢堡這些北方城市。

旅行省錢的第一步就是提前一個月或是更早就預定好車票以及住宿，甚至如果提前預定的話台幣幾百塊就可以買到前往西班牙的機票。通常而言巴士會比火車還要便宜，而飛機最貴，不過北歐地區是例外，如果要玩很多地方的話飛機的票反而會比火車和船票還要便宜很多。其實透過旅遊可以很大程度的提升自身的組織能力，因為要比較時間成本和金錢成本，更不用提住宿、景點的路線規劃，而且也會是認識新朋友的好機會。例如我就在斯洛伐克認識了一個獨自從西班牙來旅遊的人，他和我分享了很多他在世界各國旅遊和

工作、就學的經驗，這對於我對未來的人生規劃提供了很多參考。

四、照片

