

國立政治大學交換學生報告表



基本資料

1. 填表日期：20220930
2. 系級：歐德五
3. 學號：106509206
4. 姓名：方岑瑜
5. 交換學校及系所（全名）：Universität Mannheim
6. 交換學期：自 110 學年第 1 學期起至 110 學年第 2 學期

交換報告：

一、行前準備：

大概二月初就要請國台處向曼海姆大學提交提名（nomination），等了大約兩個星期後，曼海姆大學會再寄一個註冊連結過來，學生要自己上去填一些資料，等到資料填完後，曼海姆大學審核完畢（大概四月初）才會正式寄錄取信（the Letters of Acceptance/Admission），同時信裡面也會有相關重要資訊（住宿申請等等），所以這段時間要多看看信箱，不要錯過重要的日程跟手續。

限制提領帳戶以及保險我都是直接選 Expatrio 的 Value Package，他是有包含保險的一個組合，因為我本來就要保公保（有 TK, AOK 等公司可供選擇），所以直接申辦方便許多，限制提領帳戶要按照你待的月份來算，基本上申請學生簽證時，你限制提領帳戶有多少個月，就能給相同效期簽證。

簽證的部分就是到德國在台協會的官網去預約，詳細需要什麼資料在德國在台協會官網上都有寫了，這邊就不贅述。

機票的話有許多航空都會提供學生機票，除了有折扣以外，通常還會有額外的托運行李額度，我那時候是直接買阿聯酋航空的來回票，除了機票打九折外，還另外多給了十公斤的行李額度，個人覺得是個不錯的選擇。

到達當地之前，如果是申請學校宿舍的話，要記得跟宿舍管理員（Hausmeister）先約好要拿鑰匙的時段，盡量避開週末，週末管理員通常都不上班，所以這時候底達就只能先去住別的地方。

二、學業相關資訊：

選課的程序就是到學校的系統（Portal 2）上去登記，登記完後時間到就會知道選課選上了沒。

語言及文化課程則是要到 MyUniMA 系統上去選，由於這類課程都是小班制教學而且非常搶手，通常都是開放登記大概 15 分鐘內就會被選光，因此想要修習語言課程的話最好是早一點登入系統等刷新。

補充說明：

- 如果要參加語言及文化課程，學校會要求你線上做一下能力測試，然後把成績回傳給學校，這樣他們才能在系統上登記你的語言程度，基本上只能修習該程度的課程。
- 語言及文化課程一堂要額外收 15 歐元的費用，選上後要記得繳費，不然資格會被取消。
- 語言課有出席率規定，如果未出席太多次，老師是有可能不讓你參加期末考試的。個人認為曼海姆的語言課程有點參差不齊，完全就是取決於老師，而且選上的課程還很容易因為各種問題（比如找不到老師）而停開，這一點蠻令人無言的。

期末的時候要自己到系統（Portal 2）去登記要期末考，這樣才能去參加考試，當然也有修課程是不考期末考但是要交作業，也有些課程可以只拿部分的學分（比如課程參與學

分/作業學分/考試學分等等)，建議在開學時就像教授問清楚，以免到時候拿不到學分。

三、曼海姆交換優缺點：

優點：

位置與交通：曼海姆算蠻大的城市，交通方便，基本上想去什麼地方都不需要轉太多次車，要搭飛機的話附近也有法蘭克福機場。

城市機能：各式商店林立，有很多地方可以逛；有輕軌，大部分的學生宿舍都在輕軌和巴士站附近。

天氣：曼海姆處於相對南方，因此比較溫暖。

缺點：

學生宿舍：目前曼海姆學生宿舍非常搶手，因此不一定可以排到，如果排不到的話就要自己找房子，不但耗時房租又貴，而且曼海姆大學現在只供交換學生一個學期（上學期 8~12 月/下學期 2~6 月）的住宿合約，不能延長，因此就算是來交換一年，下個學期都要自己再去找房子，不然就是排隊等候補，說實話真的蠻麻煩的，因此要來交換一年的人要有心理準備，可能會遇到要搬家跟找房的困境。

四、小叮嚀：

學校宿舍選擇：

- 上學期時我是住在 Augartenstrasse 區的宿舍，雖然比較新但也比較貴，一個月租金是 424 歐元，但是離市區及火車站都比較近，而且輕軌班次密集，治安也較好；下學期則是住在 Ulmenweg 上的 Ludwig-Frank 區，離市區較遠，但租金較便宜，這邊國際學生也比較多，在挑選學生宿舍時可以思考一下要怎麼取捨（在選宿舍時學生宿舍管理會會讓你填志願序）。
特別要注意的是 Jungbusch 區的治安不太好，如果要選這一區的宿舍的話要多注意人身安全，盡量不要單獨行動跟晚歸。
- 學期票：曼海姆大學的學期註冊費不包含學期票，所以要另外跟 VRN 公司購買學期票，搭乘的範圍每年都不太一樣，可以自己斟酌要不要購買。
- 家庭醫生：建議剛開始到德國後可以找好家庭醫生，不然如果突然生病可能會找不到看病的地方，如果去急診室不但要排隊等待，而且急診醫生如果單方面認定你問題不大，是有可能連處方簽都不開就直接叫你回家或是去找你的家庭醫生，就算你跟他說你沒有家庭醫生也沒用，他會跟你說那就去找一個。
- 保險福利：如果是保 TK 的保險的話，26 歲以下的人可以免費施打子宮頸癌疫苗（HPV，見下圖），可以到家庭醫生或是婦產科，跟他們說你要打子宮頸癌疫苗，他們就會開給你處方簽，帶著處方簽去藥局購買疫苗再帶回診所就可以施打了，要記得把收據留好，才能回傳給 TK 核銷。



五、支出費用

簽證費用：2460 元（75 歐）

每月宿舍費：上學期:424 歐/下學期 280 歐

每月限制提領帳戶：861 歐

每月保險費：111 歐（TK）

每月廣電費：18.36 歐

每月電話費：15 歐

學期註冊費：110.4 歐

學期票：180 歐

機票來回：27000NTD

旅遊及個人額外消費另計。