教育部獎助國內大專校院選送學生出國研修或國外專業實習
臺灣奧地利高教科研種籽基金獎學金
學生成果報告書

FH Kufstein Tirol
University of Applied Science
學校留學心得

原就讀學校/科系/年級：國立台北科技大學/
資訊與財金管理系/碩士班三年級
獲獎生姓名：張兆宜

研修學校：FH Kufstein Tirol University of Applied Science
研修期程：一學期
獲獎年度：　　（由國際交流組填寫）

目錄

一、 緣起/準備 1

交換生甄選準備 1

出國前準備 3

簽證之辦理 4

行李準備 5

接機 7

二、 研修/交換學校簡介 8

簡介 8

研修學校特色 8

交換系所 9

機場到學校交通 9

三、 國外研修/交換之課程學習 9

選課程序及狀況 9

選修課程上課情形 11

學習成效 13

課程與學分抵免 13

與台灣學習環境之比較 14

四、 國外研修/交換之生活學習 16
參加之社團 16
課餘活動 16
與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗 19
五、 國外研修/交換之日常生活 24
生活環境 25
住宿 25
飲食 31
生活 33
六、 費用 33
七、 此次研修經驗的具體效益 35
八、 感想與建議 35
感想 35
建議 36

一、 緣起/準備

大學就讀於國立臺北科技大學工業工程與管理系，研究所則就讀國立臺北科技大學資訊與財金管理系。大學期間透過系上的宣傳得知了臺灣奧地利高教科研種籽基金獎學金，並為此努力準備多益考試和維持班級成績排名。

雖然因為疫情關係未能在大學時期參與交換，但非常感恩的是，碩士期間仍然成功申請到了這項獎學金。

在選擇交換學校時，詢問了去年前往奧地利庫夫斯坦交換的同學，了解到當時該校是獲得臺奧獎學金的學校中唯一不要求英語B2程度的，而現在該校也開始要求B2程度，希望回台灣後可以考到B2。

讀書時喜歡聽莫札特的音樂，想要遠離城市的喧囂，更愛好大自然，特別是阿爾卑斯山的美景，因此選擇了這所學校進行交換。

此外，庫夫斯坦是一個小城鎮，城鎮中心有一座城堡，每次經過茵河畔搭配城堡美景，讓人心情愉悅。

這裡靠近慕尼黑、因斯布魯克、薩爾斯堡，有直達維也納、布達佩斯、蘇黎世的火車，交通便利，是一個適合放鬆學習的好環境。

有國際交換生學程，所以不用擔心不會德文。

是否有相對應科系：■ 是　　否

(工業工程與管理系與該校INDUSTRIAL ENGINEERING & MANAGEMENT和MARKETING & COMMUNICATION MANAGEMENT有相同之處；

資訊與財金管理系與該校CODING & DIGITAL DESIGN以及INTERNATIONAL BUSINESS STUDIES有相同之處。)

交換生甄選準備

留意交換生資料繳交時間，上下學期統一在12月左右繳交文件。(2022年)

1. 交換申請表
2. 中文成績名次證明書(須含系所名次百分比)
3. 語文能力檢定證明
4. 研修計畫

5. 行政契約書
6. 其他有利申請之文件
7. 中華民國身分證正反面影本
8. 出國交換知情同意書
9. 交excel檔出國研修資料表

盡可能維持平時成績在前三名和把英文成績衝高。

1月校內甄選名單公告後請錄取者於4月30日前繳交以下文件。(2023年)

1. 研修申請表及研修計畫。
2. 行政契約書)。
3. 大學以上全部成績單影本。
4. 歷年名次證明書。
5. 個人傑出表現(獲獎、表揚紀錄)、語言證明等相關經歷資料。
6. 在學證明(中文版)。
7. 研修機構入學許可。

庫夫斯坦入學許可

1. Curriculum vitae
2. Letter of Motivation
3. Passport or identity card
4. Photo
5. Summary Transcript of Records

(注意檔名要純英文和數字不能有特殊符號和中文，我當時3月7日繳交，3月28日詢問對方學校學校告知還沒收到資料，4月4日得知這個錯誤，4月6日收到入學許可。)

何時開始準備入學許可：西元 2024 年 3 月 7 日

何時繳交資料提出申請：西元　2023 年 3 月 15 日

何時獲得錄取通知：西元　2023 年 4 月 6 日

申請所需資料清單(若有網址請提供)：

2023年申請連結

INCOMING STUDENTS資訊連結

以上為2023年資訊

臺灣奧地利高教科研種籽基金獲獎名單大概在2023年底(11月或12月)公告，我在2023年11月22日收到獲獎通知

【業務公告】112學年度臺灣奧地利高教科研種籽基金獎學金核定名單公告暨後續請款事宜

2023年12月26日填寫112-2出國研修繳件資料(2023年12月至2024年4月出發同學)，要在2024年1月12日前完成表單填寫戶頭資訊

2024年1月30日預借經費申請單電子簽名

2024年2月16日郵局收到192500

2024年2月19日飛往慕尼黑

從2022年12月繳交交換生資料，2023年1月校內徵選錄取，2023年4月拿到入學許可，到2023年11月22日得知獲獎名單，2024年2月16日拿到192500，過程中有許多關卡，需要強大的心理素質和耐心，隨時留意信箱動態。

出國前準備

一般需繳文件(所有出國交換生)

1. 「獲准出國交換離校申請表」
2. 申請表內含專業學分、實習學分抵免欄位，請填妥後至相關單位完成核章。
3. 「國外研修機構錄取信影本」
4. 「連帶保證書」
5. 「出國交換知情同意書」（Step1已繳交者無需提供）

6. 「去返程機票掃描檔」(電子機票長甚麼樣子)(若回程機票尚未訂購，請於去程電子機票空白處寫「預計」返國時間)

以上(1)~(3)請依序掃描成一個電子檔(PDF)，壓縮至1MB以下。檔案命名為「2_出國研修離校資料_(姓名)」，與(5)備妥後，上傳至指定連結，紙本請自行留存。

獲補助者額外需繳文件

1. 「出差請示單」（紙本自行留存，需夾帶至返國後獲補助者額外需繳文件中）
2. 「學生證 & 身分證正反面」格式請點我
3. 「帳戶」（請檢附學校登記的帳戶存摺封面）格式請點我
4. 「預借經費申請單」（本單據用途為校內撥款，由國際處印製完成後，另行通知受獎生簽名，出國前2周國際處協助送主計室審查）

* 以上(2)及(3)請依序掃描成一個電子檔(PDF)，壓縮至1MB以下。檔案命名「2_學海/臺奧計畫出國前核銷資料_(姓名)」，與(1)備妥後，上傳至指定連結，紙本自行留存。

簽證之辦理

是否需要申請簽證：■ 是　　否

簽證費用：$5145(新台幣) $150(歐元)

申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：奧地利台北辦事處

申請簽證官方網頁：

預約簽證聯絡方式及連結：

填完信箱過一、兩天辦事處就會打電話給你，一定要預約才會有專人服務

willstudy奧地利學生簽證 VISA D 申請攻略 |文件準備說明、時程規劃分享

申請所需文件(逐一列出)：

填妥申請表格並簽名

(我是先自行列印出來在家填寫後，簽證申請當天再去改)

1張護照規格彩色近照

護照正本和影本，護照效期在簽證過期後至少還要有3個月

身份證影本或是外籍居留證（ARC）

台灣的大學支持信函或學生證影本

奧地利的大學或學校入學許可或語文繳費證明

奧地利的住宿證明

足夠財力證明（例如最近存摺，定期存款證明，薪資證明）

在申根國家適用的旅遊健康保險且包含回程費用, 最低保障台幣1,200,000（歐元30,000）

(我是買富邦保險，奧地利我都買最高，因為奧地利醫療很貴）

機位訂位紀錄

簽證費150歐元,申請時以台幣付現

個人親自送件

其他文件視情況而要求

以上為2023年資訊

親自到台北長庚附近的奧地利台北辦事處，申請簽證過程大概1個小時，從9:30~10:30

申請所需時程：2023/12/28(申請日期)　2024/1/12(取得日期)

如果用一般活期存摺，一個禮拜左右就能下來。我是拿我爸爸的基金證明，至少要20萬（基金存款證明會比現金存款證明晚一週）。另外，還有列印台奧獎學金的得獎證明（學校官網和北科國際事務處人員的得獎通知郵件）

行李準備

23kg+23 公斤半年奧地利交換學生行李			
衣物穿著類	清潔保養/化妝類	電器類	個人藥品類
【衣】長袖上衣*2(大學 T)	旅行式洗澡用品 1 套	萬國轉接頭*2	口內膏*1
【衣】毛衣*2	洗衣球*3 顆	充電線長 TypeC*2	止痛退燒藥*1 包
【衣】短袖上衣*2	梳子	行動電源*2（不可帶上飛機/行李箱）	鼻塞藥*1 罐
【衣】短袖運動衣*1	髮圈*3	小米手環充電線	腸胃藥*1 盒

【衣】薄長運動衣*2	痘痘貼*2 張	雙電壓多功能旅行鍋*1	止咳糖*1 罐
【衣】短袖有領扣子上衣*1	指甲剪*1		暈車藥*1 盒
【衣】長袖有領扣子上衣*1	拋棄式隱眼*15 副		安眠藥*1 盒
【褲】短褲*2	眼鏡*1		萬金油*1 罐
【褲】薄長褲*1	牙刷*1		OK 蹦*1 盒
【褲】運動褲*2	牙膏*1		小護士藥膏*1
【褲】黑褲*1	小毛巾*1		紅藥水*1
【保暖內搭】衛生衣*2	薄浴巾*1		衛生棉*6 包（五個月用量+1 包夜用）
【保暖內搭】衛生褲*1	洗衣網袋*2		口罩*5 片
【貼身衣物】內衣*5	真空收納袋*3		
【貼身衣物】內褲*5			
【襪】厚襪*3			
【襪】襪子*3			
【外套】防風防水登山外套*1			
【外套】防水羽絨外套*1			
【鞋】登山鞋*1			
【配件】手套*1			
【配件】毛帽*1			

23kg+23kg 半年奧地利交換學生行李			
文具類	其他	食品	隨身包包
筆芯（各類*1）	行李秤*1	咖哩塊*2 盒	錢包（卡片、錢、證件、ISIC 國際學生證）
立可帶芯*2	拖鞋*1	配飯素香鬆*2 包	手機
橡皮擦*2	環保袋*1	仙楂糖*2 包	耳機

USB*1	【泳具】泳衣、蛙鏡、泳帽	嗨啾*2 條	水壺
剪刀*1	自拍棒（可伸縮/放行李箱）	乾燥麵*1 包	護照、簽證
美工刀*1	雨傘（可伸縮/放行李箱）	乾燥香菇(不得超過一公斤)	必備文件
釘書機*1	【配件】隨身包*1	乾燥海苔 1 包	鉛筆盒*1
釘書針*1 盒	【配件】城市旅行後背包*1	魚肉罐頭 9 罐	電腦、電腦充電線
透明膠帶*1	【配件】登山包 42L*1(建議別帶)	康寶濃湯湯包*6	sim 卡/網路卡(Three)
豆豆彩貼雙面膠帶*1		醬油 1 罐	餐具
針線盒*1 盒		慈濟香積麵	防盜包（裝錢、護照、重要證件）
橡皮筋*3		甜辣醬	保溫壺
台灣特色明信片*20 張		鹽酥雞粉	

接機

學校沒有安排慕尼黑機場接機，全程靠自己，建議帶一個行李箱就好，因為第2個行李箱很難拖，要寄放在慕尼黑機場行李寄放處24小時後要500台幣，24小時內240台幣。

二、 研修/交換學校簡介

簡介

課程+計畫+出國= FH KUFSTEIN TIROL

是奧地利蒂羅爾州國際知名的應用科技大學。成立於1997年，擁有超過25年的辦學歷史，被譽為娛樂、文化、教育的最佳結合。

提供國際性和創新性的經濟學和工程與工商管理學位，為學生們未來的職業生涯做好準備。其高水準的教學質量贏得了多項獎項，因此學生們即使在畢業前也受到用人單位的高度青睞。

學位課程以實踐導向為主，並提供必修的海外學期，讓學生們拓寬視野。由於課程的實用性，學生們在畢業前就已成為用人單位競相爭取的對象。

庫夫斯坦大學的組織架構穩健，是奧地利蒂羅爾州政府認可的應用科學大學，由FH Kufstein Tirol應用科學大學私人基金會所有和管理。

截至2023年11月共有2200名學生，來自50個國家。

與225所合作大學建立了合作關係，並且有來自32個國家的197名國際新生。

致力於培養具有國際視野和創新思維的專業人才，為他們的職業生涯奠定穩固的基礎。

如果想在FH Kufstein讀全英文碩士有兩門專業可以選擇國際商務研究（International Business Studies）和體育、文化與活動管理（Sports, Culture & Event Management）。

研修學校特色

以獨特的跨學科課程組合聞名，注重小班經營（師生比6:1），並強調教學和研究的實踐性。

庫夫斯坦大學的課程主要以英文授課，全日制學生必須至少在國外度過一個學期，並著重培養學生的社交技能。

組織架構由多家聯合經營的教育公司組成，優化管理並提供服務像是學生宿舍或自助餐廳。

我很喜換學校大面玻璃的設計，因為可以採用自然採光，非常符合綠建築設計。

教職員辦公室幾乎都可以不用開燈，推薦對環境議題有興趣的同學可以來這裡交換。

這裡有超棒的Maker Lab，可以進行3D列印和雷射切割。

庫夫斯坦是度假勝地，夏天能爬山、湖邊游泳，冬天能滑雪。

交換系所

International Program (IP):這是專門為交換生提供的特殊計畫，

學校只提供大學部課程給交換生。

機場到學校交通

德國慕尼黑機場MUC到FH Kufstein交通，可以使用德國月票，搭漢莎Express快捷巴士到慕尼黑火車總站和在到10號月台搭乘RB54地區列車。

使用MVGO申請德國月票D-Ticket學生票只要29歐元，因為學校剛好在德奧邊界，結果我就申請成功。

DB 德鐵 49 歐元月票 |2024 環遊德國最佳幫手 ，2 分鐘快速辦理Deutschland-Ticket

(內附MVGO29歐元學生月票教學，申請MVGO要有銀行ISBN碼，建議先使用Wise錢包，之後來得時候使用Revlot。)

下載德鐵DB App和奧鐵OBB App(奧地利青年優勢卡)。

三、 國外研修/交換之課程學習

FH Kufstein 新生：(課程與學術日曆)

Fh.checkin:

夏季學期課程大綱:課程內容都在Excel裡
選課程序及狀況

有30門課程可以選擇，我很有選課障礙，還不包含其他科系英文課程，選3門Maker課程可以拿到Maker證書。

2024 年 2 月 16 日下午 14:00 開始選課。點擊“課程選擇”，勾選您想參加的課程，然後按下“儲存我的選擇”按鈕，有效期限至 2024 年 2 月 19 日晚上 7:00。

除了德文課固定在星期一早上，其他課程時間安排不向台灣固定在某一天，因此可以把課程集中在期初、期中或期末，也可以把課程打散，要注意課程是否有衝堂，有衝堂要提前2天寄電子郵件告知國際事務辦公室，要寫會缺席的課程名稱、授課教授姓名、重疊的日期。

可以下載學校應用程式，查看所選課程時間、期末成績以及成績單。

課程時間蠻常變動的，必須注意FH APP和Outlook的訊息。

一般情況下，所有課程都要出席。每門課程，學生可以不經請假缺席20%的課程單元，而不會受到任何後果（例如，對於每週有兩個課程單元的課程，學生可以無故缺席六個45分鐘的單元）。如果未經請假的缺席超過20%，該課程將被評為不及格，並被計入通過該課程的有限次數之一。如果學生在大多數課程中未出席或從未出席過，該課程將被評為不及格，不允許重新考試，並將在成績單上以“不及格”顯示。

在國際課程中每門課程只有一次考試機會，如果考試未通過，可以在學期內重考一次。

選修課程上課情形

German Language (Group A: Beginner Level) 最後一堂課老師請大家吃巧克力蛋糕，玩餐廳遊戲學德語。	有8次左右的小考，要手寫德文單字和簡單句子，大概2~3週考一次，可以和很多交換生一起上課，有時候上課最後幾分鐘會玩遊戲，建議可以先自學，上課比較有成就感。 學習德語網站: Deutsch lernen nicos-weg
   Austrian Culture and History(E) 	70歐元搭賓士遊覽車去因斯布魯克和薩爾斯堡，還包含一兩個要付費的景點。 Falco – Rock Me Amadeus Falco是歌手在奧地利很有名。 因斯布魯克黃金屋頂 薩爾斯堡海布倫宮機關噴泉超好玩，要聽得懂指令才不會被水噴
Doing Business in Austria (E)	參觀LKW WALTER Internationale Transportorganisation AG ，他們的員

	工好年輕，和我分享工作經驗的員工高中畢業就出來就業，在這裡10年28歲，大部分員都好年輕，內部裝潢像台灣的高科技公司和Wirtschaftskammer Kufstein發現每個國家都遇到通膨、低薪、高房價問題，連芬蘭同學也覺得自己國家是這樣，土耳其同學說土耳其70%通膨，其他國家只有3~10%。
3D Design (E) 	教你使用Solidwork，如何畫視圖，最有成就感的一門課，每次都有作業，教你畫水管、設計骰子、復活節彩蛋、工業零件、獎盃 Ryan's 10 Tips For Best Performance In SolidWorks
Rapid Prototyping Technologies, 3D- Printing, Origami & Co (E)	前面會介紹很專業的3D列印技術，參觀金屬3D列印實驗室，期末做專題設計家具和居家空間用雷射切割機，要有一件作品使用3D列印和雷射切割組合。
Applied Internet of Things (IoT) - a hands	很輕鬆的一門課，會提早下課，每次上課都會介紹一些IOT設備，帶我們參觀IOT Lab、Maker Lab，讓我們到戶外自己觀察庫夫斯坦公車站，會小組做庫夫斯坦公車

on course （E）	APP，使用IOT裝置
Sponsoring(E)	這門課很硬，英文要很好，最後考試要打英文論述，期末考佔大部分成績，每次上課都有線上測試，主要在教伏擊行銷，北京奧運李寧效應，很常小組討論
Conflict Management and Business Mediation (E)	上課會實際演練，也有很多遊戲互動，很常小組討論。
Blockchain and Crypto Finance (E)	這門課很輕鬆，老師會根據同學報告的PPT即興上課，大家你一言我一句的討論對區塊鏈的想法和認知。

原本只想修七門課，選課時發現修三門創課的課程有證書，所以我就修9門課。

學習成效

課程與學分抵免

選課方式： ■線上選課 □ 紙本選課

選修學分數上限與下限：上限 十門課 下限 七門課

是否可跨系選課： ■ 是 □ 否

課程難易度：□ 困難 ■ 普通 □容易

學分抵免

是否有抵免學分：□ 有 ■ 無(碩士只能修學士課程)

當地研修之課程名稱：

German Language (Group A: Beginner Level) 學分：3ETCS

Austrian Culture and History(E) 學分：3ETCS

Doing Business in Austria (E) 學分：3ETCS

3D Design (E) 學分：3ETCS

Rapid Prototyping Technologies, 3D-Printing, Origami & Co (E) 學分：3ETCS

Applied Internet of Things (IoT) – a hands on course (E) 學分：3ETCS

Blockchain and Crypto Finance (E) 學分：3ETCS

Sponsoring(E)學分：3ETCS

Conflict Management and Business Mediation (E) ：3ETCS

語言學習資源：■有 無（如：語言學習中心）

是否額外收取費用：■ 是 否

請簡單說明學習的語言、方式及申請單位等

固定星期一校內德文課不用額外收費，語言中心有各種語言可以學習，但因為上課地點在因斯布魯克，費用蠻高的，因此我沒有參加。

與台灣學習環境之比較

除了德文課時數不到2小時，其他課程都長達四小時，很像北科大工作坊課程。

課程時間不規律，更有機會安排旅遊。

因為是應用科技大學，很多課程都要小組討論和做期末報告。

經常與其他國家的交換學生協力一起完成專案或作業。

學校的桌子都是2人以上的連桌，沒有台灣一人一格的座椅，很適合進行團體討論。

有很多沙發區讓學生坐下來討論。

學校裡除了大學生外也有小朋友在玩遊樂設施還有旁邊的國際高中部，年齡層很多元。

這裡有躺椅，下課時間可以到校門口散步聊天，看小朋友們玩鬧。

下課休息時間由老師或是同學決定，有時下課一小時，有時十分鐘，有時十五分鐘，沒

有下課鐘聲。

參加這裡的創新競賽，他們除了簡報，還會穿傳統服飾演戲，還會錄Instagram短影片。

四、 國外研修/交換之生活學習

學校系統Weblearn儀表板

參加之社團

可以到IG追蹤esn_kufstein和oeh_fhkufstein

學校沒有收社費的課外社團，但有強制性的學生會費一學期22.70歐元，會寄信到學生Outlook帳號，交換學生有ESN Whatsapp群，oeh有各種運動項目的Whatsapp群(Well-Being, Football,Volleyball,Dodgeball,Rollerblading,Running)。

OH Kufstein SportProgram

OH Kufstein culture program

課餘活動

Orientation Day **2024 年 2 月 15 日（線上迎新）**	

Orientation Day迎新日 **2024 年 2 月 29 日** 開學前一天，所有交換學生將參加開學典禮，參觀校園以及學生會活動介紹，最後還會有大合照。 我注意到之前的台灣學生在大合照中沒有台灣國旗，所以我特意從台灣帶了一面台灣大國旗，並留給學校。 迎新禮袋有一罐玻璃罐的酒，小心別打破。	

巴伐利亞博物館卡一年50歐元，有新天鵝堡、寧芬堡、慕尼黑王宮、50個景點無限次入場	去慕尼黑王宮時可以買。
慕尼黑德意志博物館年票一年24歐元(學生單次8歐)	去慕尼黑德意志博物館Information Cener可以買
庫夫斯坦卡一年66歐元+2歐元押金(68歐元)	去Rathaus辦居民登記的地方可以買。

慕尼黑一歐元星期日票	

<table>
<tr>
<td>慕尼黑召會生活

很感謝召會讓我在歐洲還有同伴，就算從庫夫斯坦到慕尼黑來回要4小時我也願意去，每周五晚上小排在弟兄姊妹加和每周日在會所聚會。

她們會關心我的生活，讓我學到慕尼黑要博士才能生存，可以透過千里馬計畫過來，讓我體驗一次聚會用中文聊天、英文、德文讀聖經和唱詩歌。</td>
<td>
 </td>
</tr>
<tr>
<td>Sega Bar
</td>
<td> </td>
</tr>
</table>

自己獨旅

我覺得自己獨旅超危險，人生地不熟，不瞭解當地交通。

Eurail Pass 歐洲通行證十日。

盧森堡
法國史特拉斯堡
瑞士蘇黎世
列支敦士登 瓦杜茲
從丹麥到德國柏林
瑞典馬爾默
匈牙利布達佩斯

荷蘭阿姆斯特丹

與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗

ESN庫夫斯坦

會有Whatsapp群組

到庫夫斯坦Arena滑冰	
Opening Party	也是到凌晨四點，建議晚上10點到。
Buddy get to gather	學生會主辦的活動，邀請所有交換生及其 Buddy一起來酒吧喝酒聊天進行小遊戲讓彼此更認識。
International Dinner 學生會主辦的活動，邀請所有交換學生煮各國食物來一起享用晚 餐，是個更容易認識別國交換生的好活動。	建議可以帶台灣國旗小公仔或小東西來裝飾，墨西哥同學帶辣椒裝飾，法國同學帶小雨傘，當時沒想到。
Sega Bar	每周二都有拉丁派對，建議晚上10點到，開到隔天凌晨四點，盡可能住在學校宿舍才能與同學有更多交流，如果你想要與外國同學交流又不太會說英文酒吧是個很好的選項。
庫夫斯坦游泳池	

Lake- Thiersee、Stimmersee	
庫夫斯坦城堡舞會 	
Close Party 從晚上10點到凌晨4點	

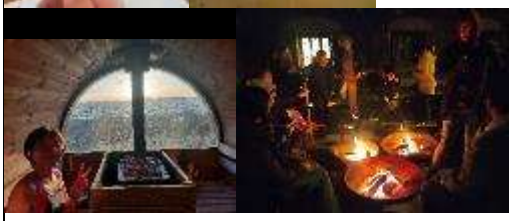
OH庫夫斯坦

BAU 卡拉OK 桌遊		

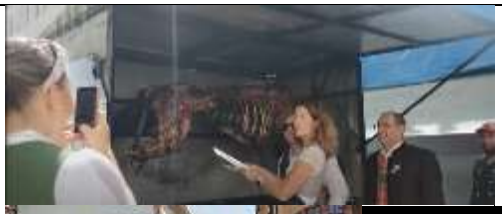
麻布袋畫畫	
蜂蠟布	
極限交友	
和室友美食交流。	
邀請西班牙同學來我家做水餃	

歐洲各地的ESN活動

ESN因斯布魯克 	第一次是去因斯布魯克城市導覽，發現導遊導覽得很好，之後一起去奧地利哈修塔特、維也 納、義大利Verona。

ESN哥本哈根 青年活動中心(島) Ungdomsøen (Middelgrundsfortet) 	  2天只要100克朗
ESN阿姆斯特丹國王節、國王節之夜 建議國王節參加遊輪派對和國王之夜就好，住露營區離火車站好遠，要買交通票，要搭免費渡輪過河，晚上冷到睡不著。	

當地傳統節日

Kaiserfest Kufstein https://www.kufstein.at/en/kufsteiner-kaiserfest-2.html	

Kufstein unlimited 有6個主舞台有各種風格的音樂，也有小型遊樂園設施，有6種街頭藝人。	
Kufstein Knights Festival 有非常專業的火舞表演和騎士決鬥表演，我最喜歡的節日，裡面的食物很有特色又美味。 	

FH庫夫斯坦

庫夫斯坦24 免費體驗各種庫夫斯坦的體育活動 2024年4月19日 - 2024年4月20日 https://www.kufstein24.com/programm	
學校Kubi地區圖書館的language café。	

Gesundheitstag 2024（健康活動）	
Innocamp 2024 他們會穿當地服飾來表演，也有同學錄Instagram短影片。 用雷射雕刻來印產品	

和台灣學生出遊德國Burghausen

和交換生去滑雪

五、 國外研修/交換之日常生活

2024 年夏季學期日期

提名及申請截止日期

2023 年 11 月 30日

迎新日

2024年2月15日（線上）

2024年2月29日（FH Kufstein實體）

第一天抵達日期
要在迎新日之前抵達庫夫施坦！但學校宿舍3/1號開始算，可以住在Hotel Andreas Hofer，我同學都住這或是住在認識的附近同學家。

迎新日會在桌上放學生證，學生證可以免費進庫夫斯坦城堡，30分鐘免費自行車。學校沒有給免費的Sim卡，我是自己到外面買LycaMobile(俗稱萊卡)，印度室友推薦我到Fa.Eutel Handyshop買萊卡(電信只收現金)，可以到萊卡官網儲值自動扣款，我花11.9(2歐元買sim卡+9.9歐元儲值一個月)，這是international plan 的All in One XS 15GB，之前的交換生是到Spar買卡，雖然比較便宜但不確定能不能跨國，在庫夫斯坦主要在租屋處和學校，都不太會用到手機流量。

2024 年夏季學期日期
2024年3月1日 – 2024年7月19日

復活節假期
2024年3月23日 – 2024年4月1日

生活環境

庫夫斯坦（Kufstein）可以分成四個區域(參加Kubi international Café館員瑪麗亞教我的)：

城區（Stadtgebiet）：庫夫斯坦市中心，包含主要的商業區、歷史景點和行政辦公區，FH Kufstein在這區，著名的庫夫斯坦城堡也在這，我也住在這區。

伊瑟勒（Endach-Isel）：這是一個以住宅區為主的區域，擁有寧靜的居住環境和一些當地的小商店和餐廳。

茨林（Zell）：這個區域位於庫夫斯坦的南部，主要是住宅區，也有一些工業區和商業設施，國際學生宿舍（International Student Residence, ISR）也在這。

莫爾斯巴赫（Morsbach）：是庫夫斯坦的一個郊區，環境較為自然，有不少綠地和農田，是一個相對安靜的區域。

住宿

國際學生宿舍(INTERNATIONAL STUDENT RESIDENCE簡稱ISR)位於因河附近，非常安靜，提供高品質生活。只需要步行 10 分鐘就能到達鎮中心，大約 15 分鐘就能到達大學校園。

冬季學期租不到ISR因為太多人來Soll滑雪，夏季學期還有機會。

建議注意註冊宿舍時間，我這次是備取1我非常意外，因為我是在公告時間5分鐘內搶宿舍。

我知道自己是備取1號，所以隔天就在校外找房子。而我的同學是備取13號，竟然還能找到365歐元的宿舍房型。我們是在11月左右登記宿舍的，我一直到1月拿到簽證後才被告知有空房間。要拿到簽證必須要提供庫夫斯坦當地的住宿地址，到期末考才有宿舍房間釋出。

https://www.fh-kufstein.ac.at/eng/Living/international-student-residence

交換學校所提供之住宿選項

■交換學校宿舍

□交換學校配合之校外租屋公司

■交換學校提供之校外租屋資訊

學校是否提供宿舍：■是 □否：

校內宿舍型式包含：■單人房 ■雙人房 □其他：_____人房

您採用的住宿方式：學校宿舍___人房 □寄宿家庭 ■自行租屋 □其他：_

其他住宿資訊來源：■研修學校 □朋友 ■網路-網址：__

住宿費用：

您所住宿的房型費用:

押金49519(406.06*3歐元+家具費250歐元) 讓我財務壓力超大，因為奧地利租約一簽就是三年，只能承接別人的合約，所以不管如何三月開學，房租還是要租2月1~7月31，這邊要三個月押金，等找到下一位用戶和下一位拿押金，或是房東重新簽三年合約，等你退租時再給你押金。

我同學當時因為疫情解封，完全沒有房子只能住飯店600歐元一人(600*3=1800)，但他的飯店有buffet早餐和飯店清潔。

406.06歐元+5歐元能源費=411.06*6個月(2/1-7/31，實際住2/22-7/22)

我是在ÖH FH Kufstein Börse - Only for Students找到房子，剛好上學期有一位開南大學的女生來交換，只能在FB社團找租屋處，又很擔心被騙，很幸運不是詐騙，還沒到奧地利就要先付49,519新台幣，還不知道自己要找下一個租客還是賣掉所有家具，都要和其他室友溝通。這裡離學校走路只要五分鐘，與三層樓住戶共享花園，還有一個停車位。

住宿環境是否有提供無線上網(Wifi)：■ 有　　□無

這次因為住分享公寓，讓我學到非常多的東西，需要非常多的磨合，我和一位印度女生和西班牙女生一起住，我們使用的餐具、習慣差異極大，我們有兩次的一起吃晚餐時間，我們會一起參加活動，一起聊彼此的國家。

因為只住六個月要找下一家，建議大家要先把上家的照片留下來，才不會需要自己打掃乾淨把照片拍得很漂亮，超累。

這次的水管堵塞事件也是極大的考驗，最終還是有驚無險的解決，我花了3個晚上的時間清油垢，原本是要我們三個人付280歐元，最後說是下水道有問題有保險出，我的室友壓力大到叫救護車，這段時間我們在住屋處冷戰。

住共享公寓問題超多，建議愛乾淨的人自己住一間，沒有在家鄉打過的人先學打掃在來住共享公寓。

學校住宿費用(5個月房租加1個月押金一次付清)

打勾是我當時選得結果備取1

A/B 樓

V單人單間公寓（17 平方米）432歐元

單間新樓（20平方公尺）635歐元

單人新大樓小型（17.30 m^2）550歐元

新建築迷你單間公寓（17 平方米）540歐元

新樓豪華單間公寓（32.55 平方公尺）（適合 1-2 人）1.036歐元

V標準雙人單間內的單人房（總面積43平方公尺）326歐元

新大樓標準雙人單人房*（總面積 45 平方公尺）520

C樓

單人工作室（20平方公尺）528歐元

雙人工作室標準單人房（總面積 44 平方米）502歐元

大型雙人工作室中的單人房（總面積 65 平方米）528歐元

D樓

附陽台的單間公寓（20 平方公尺），頂樓 8-11 596

標準雙人工作室中的單人房，附陽台（總面積 40 平方米）555

2人合租公寓的單人房（總面積36平方公尺），每人最多7間有陽台（12平方公尺）547

2人合租公寓的單人房（總面積36平方公尺），Top 7有陽台，每人較小（9平方公尺）492

3人合租公寓中的單人房（總面積55平方公尺），每人最多12間有陽台（13平方公尺）534

3人合租公寓的單人房（總面積55平方公尺），每人最多12間有陽台（10平方公尺）481

V 3人合租公寓中的單人房（總面積55平方公尺），每人最多12名不含陽台（10平方公尺） 427

實際上繳的房租和學校給的DM不一樣。

學校宿舍是否有提供無線上網(Wifi)：■ 有　　□無

當地英語使用普及率：□ 偏高　■ 普通　□ 偏低

我參加非交換生的活動都是使用德文。

當地物價與台北之比較

這裡的莓果類(藍莓)、葡萄、櫻桃、雞肉、牛奶、洗衣精、洗澡用品跟台灣比起來感覺比較便宜。

只要是餐廳或是做好的食物在超市都比較貴。

例如：捷克布拉格 vs.台北為 1.2 比1（即為當地物價比台北貴 20%）

交換學校所在國家城市與比例 奧地利vs.臺北為 1.7：1

生活用品採買地點

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

EUROSPAR（超市):從學校走過去3分鐘左右，我幾乎都在這買

Asia Market(雜貨店) :從學校走過去3分鐘左右，唯一一間當地亞超。

INTERSPAR(超市):可以買枕頭、棉被、吹風機，最大間的超市。從FH Kufstein要從Kufstein Marktgasse搭2號城市公車到Kufstein Riedelstraße，或4026,4055,4902從Kufstein Marktgasse搭區域公車到Kufstein FMZ Salurner Straße，離學校蠻遠的但離學校宿舍比較近。

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

醫院診所與藥局

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

Bezirkskrankenhaus Kufstein(醫院)，搭公車到Kufstein Krankenhaus

最好不要用到，因為自費很貴，建議自己從台灣帶熟悉的藥品。如果在這半工半讀，醫療費是當地企業出，連叫救護車也是雇主出。

這裡的藥局叫apotheke。

DM在EuroSpar上面，我在這裡買旅行用吹風機17歐元。

交通

研修學校是否有提供接機服務：　□是 ■ 否

學校附近工具（距離可以步行距離計算）

火車站名:Kufstein Bahnhof(距學校距離：700公尺):

可以買到29歐元學生月票，上學期的交換生教我的，使用MVGO App。

搭RB54可以從庫夫斯坦到羅森海姆站、慕尼黑東站、慕尼黑火車總站。

搭CJX、REX、EC、RJX火車可以從庫夫斯坦到因斯布魯克，我有買一學期的Tirol Semester Ticket(VVT Semesterticket Tirol (Sommersemester bedienter Verkauf))190.9歐元，有效期間是3月1日00:00到8月31日23:59，在Tirol境內的火車、公車隨便搭，也有前30分鐘自行車免費，如果來交換一年可以買

VVT KlimaTicket Tirol U26有效期限是2024年6月1日至2025年5月31日286.5歐元，在庫夫斯坦火車站櫃台實體填寫資料。

搭公車只要上車跟司機說你要到哪裡司機就會給你票(一趟3歐元)，可以用現金也能刷卡，公車內的機台不會操作也沒關係。

主要都在Kufstein Bahnhof(庫夫斯坦火車站門口搭公車，區域和城市公車都有)，下載SmartRide App可以查詢公車資訊。

■公車站名：Kufstein Bahnhof （距學校距離：700公尺）

■公車站名：Kufstein Marktgasse （距學校距離：400公尺）

■公車站名：Kufstein Oberer Stadtplatz （距學校距離：350公尺）

計費方式： 單程3歐元。

使用庫夫斯坦卡可以用學生價68歐元（66+2押金)一年(記得告訴櫃檯人員你是學生)，City Bus1 2 3 4隨便搭，可惜只營業到晚上6點，要注意時間，太晚沒車，庫夫斯坦卡可以免費參加Kufstein Knights Festival一天11歐元，四天24歐元學生票，免費進入Kufstein Arena冬季溜冰或夏季打沙灘排球或看冰上曲棍球或球賽，不確定租溜冰鞋要不要錢，免費進入Hechtsee湖和搭Kaiserlift登山纜車和Freischwimmbad Kufstein(游泳池)，但沒有提供洗澡換衣服的地方都要回家洗澡。

可以在Stadtamt Kufstein辦完居民登記時買庫夫斯坦卡，他會附給你庫夫斯坦卡資訊，我是在辦完居民登記才知道庫夫斯坦卡，或自行前往Stadtwerke Kufstein GmbH(可以辦庫夫斯坦卡和買Yellow Bag自行租屋要丟塑膠類專用的袋子1捲1歐元有6個)

使用VVT Semesterticket Tirol或VVT KlimaTicket Tirol U26也是Tirol州境內隨便搭。

從學校宿舍ISR(ISR - FHS Kufstein Tirol Bildungs-GmbH)到FH Kufstein騎腳踏車比較快，搭公車去學校要等很久，和走路時間差不多，城市公車只有單向，所以公車會繞一大圈。

自行車

下載 Next bike App用學生證前30分鐘借車免費。

飲食

水龍頭的冷水可以打開直接喝，溫水和熱水不能喝。

校內

■校內餐廳 ■租屋處含廚房設備

校外

請大略分享校外附近用餐地點，並以條列式說明

ESN卡合作夥伴(ESN 卡15 歐元)，買單前要出示ESN卡

酒吧

- Pure

Jumbo Cocktails for 9€ instead of 14€

(Not on Friday and Saturday!)

https://maps.app.goo.gl/wKKxxHtM8SwYpFeh9

- SegaBar Kufstein

Stiegl beer – 1,90€

- BAU!

For every meal your order you can choose between:

1x Housebeer

1x Spritzer (White wine + sparkling water)

1x Softdrink

If you haven't been there before. BAU! is more like a bar, than a restaurant.

https://maps.app.goo.gl/zqmNjiV6wWUUXf1SA

餐廳

- Onnumara Cigköfte Kufstein(素食餐廳)

10% on all dishes

https://maps.app.goo.gl/kscfQvrqy8eBJwaZ7

- Pizzeria Ristorante IL Castello:

10% discount on food (only cash!!!)

It's a nice place for having dinner there, but you can also order a pizza for take-away.

https://maps.app.goo.gl/xLk4nT2rt3smY87Z6

沒有ESN折扣的餐廳

Indisches Restaurant Bombay:燈光美氣氛佳的印度餐廳。

WU Sushi & Bento Bar:懷念可以吃一下中餐館。

Ichiban Tea Kufstein:一級棒珍珠奶茶店，來庫夫斯坦不用怕喝不到手搖杯，只是珍珠比較硬。

其他建議

建議在家自己做三餐，這邊不像台灣外食那麼方便，奧地利餐廳都有一定規格，聽老師說要有相關餐飲證照才能開餐廳，奧地利注重人力，所以價格就會比較高，學校有餐廳但主餐都要7歐以上，加豆子湯要3歐，宿舍沒有學生餐廳，只有提供廚房，連學校附近的Spar買一小盒壽司都要5歐以上，五顆鍋貼也5歐。

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：　　夏天 13°~24°　冬天 2°~(-4°)，在這裡2月還能遇到下雪，第一次下雪我去買庫夫斯坦卡，隔天重感冒。

校園內是否有提供無線上網(Wifi)：■ 有　　□無

六、 費用

當地學校需繳交費用

學費：　0　(新台幣)

北科大學費

學費：　14,076　(新台幣)

其他項目：

當地學生證、學生會費及保險費用： 700(22.7 歐元)(新台幣)

整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：

5,145(簽證)+8,487(保險)+48,235(來回機票)+49,519(押金)-49,519(押金)+

86,603(2/1到7/31房租)+63,190(食物)+ 40,166(觀光)+43,275(交通)+ 21,017（其他)+14,050(行前準備)+14,076= 344,244+49,519-49,519（新台幣)(以 1€換算大概台幣 35元計算，有計算旅遊花費)

七、 此次研修經驗的具體效益

學會操作solidworks，並且有機會可以把東西用3D列印機印出來。

完全用英文表達，有時候大腦要轉換成中文時會覺得有點怪怪的，讓我知道英文要更生活化，只要能表達出意思就好，比手畫腳拿google翻譯也沒關係，能和各國的人討論時事和交流就好。

學到幾句簡單的德語是前往德語地區發展學術專業的敲門磚，德語很嚴謹，而且說德語的地區在科技工程技術方面很發達，經濟方面也有著顯著的影響力和發展。

了解庫夫斯坦和附近地區的文化，上網查資料沒感覺，也很少中文資料。

教授在這裡採用各種不同的教學方法，這擴展了我的視野。不像台灣普遍的統一授課風格，每位教授都有自己的方式，這教導我們並非所有事情都有單一正確的詮釋和教學方式。這種靈活的思維對於有效的管理至關重要。

常常要進行團體討論，讓我聽到各國的各種生活經驗和關注的時事話題和企業，我和歐洲學生想到的內容差很多，大部分都在聆聽。

看到不同國家的學生做不一樣的筆記覺得很有趣，有很多筆記格式和抄寫方式。

八、 感想與建議

感想

113-1有7位從台灣來得交換生，這裡很有伴。

建議自己做三餐，可以省錢和比較符合自己的口味。

建議不必帶太多衣服，宿舍附近的inter SPAR也有便宜的衣物，建議在當地購買衣物比較符合當地穿著，也可以帶回台灣當紀念。

FH Kufstein使用的郵件系統是Outlook，新生們需要熟悉如何使用這個平台，以免錯過重要的訊息，像是Buudy登記、迎新日、課表變更。

如果你有幸獲得了獎學金，建議以感恩的心態來使用它。可以考慮參加一些 Maker 課程或是在奧地利獨有的課程或是你有興趣在台灣本科修不到的課程或是鑽研自己的專業領域，這些都能豐富你的學習經驗，並讓你獲益良多。

建議事先請假或是當堂課跟老師說要提早離開，尤其是在校外教學活動中要事先請假，才不會讓大家打電話給你，會讓大家等你一段時間，等到最後一刻才出發。

遵守學校的規定和時間表，是在交換生活中至關重要的一部分，這不僅是對自己的尊重，也是對對方學校的尊重。

我覺得雖然來交換已經沒有畢業學分問題，但交換名額很少，學校也準備很好的課程，把交換名額留給那些真正願意投入學習和成長的學生，讓台灣學生在國際環境中學習和發展專業技能和跨文化能力。

建議在交換生活中，專注於學習和學術成長，學習為主，旅遊為輔。交換生活是一個難得的機會，可以透過學術課程、文化交流和社交活動來豐富自己的知識和各國文化經驗。

旅遊可以在換工作或上語言學校的安排下進行，現在來交換也只是窮遊，行軍路線很累，搭夜車和 Flixbus 也很累， 吃住條件也沒有很好，也因為窮遊增加很多意外風險。可以多參加歐洲各地 ESN 的活動，除了旅遊更能跟世界各國交換生交流。

我參加了許多 ESN Kufstein、OH Kufstein 以及學校公開的活動，有很多次我是唯一一位交換生。我盡量參加所有可以參加的活動，並且建議學弟妹們也多參與這些活動。這些活動不僅是認識各國文化的絕佳機會，而且不同於僅僅透過旅遊所能獲得的文化體驗。真正深入了解其他文化，往往是透過與身邊的交換生互動和分享的經歷。

建議將純粹旅遊安排放在未來有更多時間和資源的時候，而不是在交換期間。來交換主要應該專注於學業和文化交流，這樣可以充分利用這個寶貴的學習機會，讓人生更上一層樓。

庫夫斯坦本身是度假勝地，鄰國的人冬天會來滑雪，夏天會來爬山和湖邊游泳，都有豐富的文化休閒娛樂，下課可以去湖邊游泳也可以去庫夫斯坦游泳池游泳，有非常多事情可以做。

建議

建議同學申請台奧獎學金要堅持到最後一刻，看到其他同學因為生涯規劃放棄獎學金覺得很可惜，交換快樂得時候很快樂，痛苦得時候很痛苦，但絕對是人生中難忘的回憶。

建議交換4個半月，經濟可以比較省，待太久也會發現出現越來越多問題。

一開始前兩週來會很新鮮，一個月後會出現焦慮、孤單、低潮，這是正常現象。

建議台奧獎學金可以向學海飛颺一樣早一點確定能否拿到獎學金，因為統一在一年後年底公布，獎學金金額很大，在沒有確定獎學金下來時很容易緊張焦慮，影響學業表現，可以提供公文以外的其他資訊讓更多人來申請。

建議可以先在北科大選修德文課，FH Kufstein德文課固定周一早上8:20-9:50和10:00-11:30，可以有更彈性的時間安排出遊還有實際演練德文機會。

學校下限7門課，希望學弟妹尊重學校規定，這是為了確保交換生在學期間能夠充分參與學習和文化交流，目的是希望交換生能夠認真對待學業，而不僅僅是專注在到歐洲附近各地旅遊。

學校安排了這麼多精彩豐富的課程和活動，並在德語區找會說英文的老師來上課，這些課程的設計是為了增強交換生的學術能力和跨文化交流。

拿到台奧獎學金的同學，翹課的行為不僅會影響個人的學習形象，還可能增加取消獎學金的風險。這樣的行為也可能影響到未來其他學弟妹申請這項獎學金的機會，並對整個交換生團體的聲譽造成負面影響。

因此建議拿到獎學金的同學們要高度重視課堂出席和學業成績，遵守學校的規定和時間表。這不僅是對自己學術生涯的負責，也是對贊助單位和交換計畫的尊重。透過認真學習和積極參與，不僅能夠充分利用這次寶貴的交換機會，還能夠為自己和他人建立良好的學術和社會形象。

很多課程都會每次上課點名，建議請假不要翹課。

入境隨俗尊重與包容各國的差異也很重要，準備好正確的心態。

這裡有時候中午12 點的鐘聲像是空襲警報，不要被嚇到。

旅遊方面，我有買YH卡沒有用到，因為沒有比較便宜，有些還要寄Email，而且介面我看不懂，我覺得用Trip.com住青旅就行了。

ESN卡和ISIC卡也有各10趟9折優惠，OBB火車公司也有推出OBB青年優勢卡19歐元一年(地址記得填奧地利住屋處，我的實體卡被寄到台灣我家)，青年優勢卡生日當天可以免費搭一趟我是搭去林茲Lins，查票員給我一張票免費讓我喝一杯咖啡或巧克力，可以體驗隔壁乘客祝你生日快樂，還能在歐洲境內買半價火車票，從庫夫斯坦一定會經過德國羅森海姆到薩爾斯堡，我寄

郵件問OBB客服說沒關係，但不能從維也納到布達佩斯或是庫夫斯坦到蘇黎世。

歐盟國家只要是旅遊天數不超過90天都不用申請簽證，搭火車過境幾乎都不需要出境入境及安檢，但護照必須隨身攜帶，搭飛機比較麻煩需要過安檢及出境入境，歐洲常見的巴士Flixbus，是個跨國旅遊省錢的好選擇，。

獨旅最好不要去扒手多的國家和地方，像是法國巴黎、比利時布魯塞爾火車站、義大利，就算和別人一起去也有機會被偷，護照丟了很麻煩，要等一個月再辦一次護照，我是乾脆不要去風險高的地方，我是和兩位室友去義大利威尼斯。

選擇交換學校前須事先了解國際情勢比較好，盡可能不要去到危險的國家地區，像是戰爭國家附近或是火山爆發。

建議奧地利大學可以讓非歐盟地區的學生優先申請到宿舍，因為沒有當地住宿就算學校入學許可通過也申請不到奧地利D簽證，只能申請奧地利境內住宿。

建議自己帶SD卡和SD卡電腦轉接器就能到學校Kubi圖書館借專業Canon相機，有三種鏡頭和兩種鏡頭。

建議大學時期就去交換，研究所還要經過指導教授同意。

建議來之前可以學習攀岩、跳水、汽車駕照、滑雪、山地腳踏車，可以減少傷害風險又能豐富體驗感受。

※心得報告內容大綱，請就以下主題分享，至少5,000字及6張圖片(含說明)，14號字、行距20pt，並編列目錄(含頁碼)

1.緣起/準備（可就**交換生甄選準備、出國前準備、簽證之辦理、接機**等準備事項進行陳述）

2.研修/交換學校簡介（可就該**研修學校特色**等事項進行陳述）

3.國外研修/交換之課程學習(可就該校**選課程序及狀況、上課情形、學習成效進行**陳述分享）

4.國外研修/交換之生活學習(可就**參加之社團、課餘活動或與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗**進行分享）

5.國外研修/交換之日常生活(請務必就**交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食**等事項進行陳述）

6.費用篇(請就**每月生活支出或研習期間必要支出等費用**進行陳述）

7.此次研修經驗的具體效益(請條列式列舉）

8.感想與建議

注意事項與說明

填寫本報告時，視同您已同意本校蒐集、處理、利用您的個人資料；本表蒐集之個人資料，僅限於特定目的使用，非經當事人同意，絕不轉做其他用途，並遵循本部資料保存與安全控管規定辦理。請由本人書寫，勿呈現個人基本資料（身份證字號、出生年月日、電話、住址等）