

茵斯布魯克大學生活報告

I. 交換學校介紹及課程等學術方面資訊

茵斯布魯克

Innsbruck 位於奧地利的西邊，是奧地利的第五大城，提洛爾州(Tyrol)的首府，座落於阿爾卑斯山腳下。距離慕尼黑或是北義，約 2-3 小時的車程，往維也納或瑞士蘇黎世坐火車 4.5 個小時就可以抵達，交通還算方便。

Innsbruck 為阿爾卑斯山環繞，附近有許多山，是著名的滑雪勝地，也是許多喜好健行的人深愛的城市，很多歐洲的交換學生來這裡的原因都是因為想要趁交換期間好好滑雪呢！雖然說是第五大城，但其實 Innsbruck 並不大，以著名地標黃金屋頂為中心走，大概半天就可以逛完了。Innsbruck 不僅有美麗的風景，這裡治安也非常好。

University of Innsbruck

在茵斯布魯克有兩間大學，分別是 Management Center Innsbruck (MCI)，另一間就是茵斯布魯克大學，學校的全名是 Leopold Franzens Universität (LFU)，簡稱 University of Innsbruck (UIBK)。茵斯布魯克大學總分四個學院，分別是 Business、Economics、Politics、Sociology，各個學院分布在城市的不同地方，政大交換的單位是屬商學院 SOWI 距離城鎮主要景點黃金屋頂走路五分鐘的路程，對面是 MCI，另外還有在

Universitätstrasse 上的主校區是大家比較會用到的校區，第一天辦註冊或是之後上德文課都會在這裡。

負責交換生事宜的是 IWW 辦公室的 Christoph，在抵達前 Christoph 會寄 email 告訴我們一些注意事項，務必要依照他的規定準備好該繳交的資料。抵達後也會由 Christoph 向我們解說如何選課，有任何問題都可以問他。

課程相關資訊

SOWI 的選課是以分配點數的方式選課，在 Orientation Day 時，Christoph 會詳細介紹，並帶大家到電腦教室教大家，基本上不會有太大的困難。每個交換生有 2000 點，根據分配的點數多寡決定是否能選到課，比起本地生只有 1000 點，可以不用擔心選不到課。跟課程相關，常用到的有幾個網站

- LFU:online: 選課系統和成績單都是在這裡查詢的，Christoph 在抵達前就會寄信通知帳號，並且要設定一組包含大寫英文和符號的密碼，務必要記得這組帳號密碼，才能登入學校的網站。
- OLAT: 數位學習平台，不是每堂課的老師都會用，有些老師會把課程相關的資料公布在 OLAT 上，也時候也會用來繳交作業。
- Webmail: 學校信箱的網址，由於老師只有我們的學校信箱，所以要記得定時去收信。

II. 生活及文化交流

住宿

我住的宿舍是 Rössel in der Au，管理的單位是 Home4student，位於 Höttinger Au 上，走路三分鐘過橋即可到主校區。宿舍位於河畔，出大門就看的到公車跟電車站，站名是 Fürstenwag，搭公車約 7.8 分鐘可以到火車站，到機場約 10 分鐘，宿舍隔壁就有一間 Spar 超市，對面也有一間亞洲超市 Kim，十分方便。宿舍大門跟房門都是用磁釦開啟，所以一定要記得隨身帶著磁釦，否則門自動上鎖就近不去了。如果被鎖在房門外又找不到室友，可以聯絡宿舍管理員或宿舍內有一個有萬用磁釦的人幫你開門，但要交 10 歐的罰金，另外若遺失信箱鑰匙的話則是 30 歐。每一層樓都有共用的廚房，需要磁釦才能開門，廚房內每個人會有 2 個小櫥櫃跟 4 人共用的冰箱，也都需要磁釦才能開啟。

超市與商店

Innsbruck 有許多超市，如:Spar、Hofer、Mpreis 等等，我自己最常去的是 Spar，Spar 依照規模分成 Interspar、Eurospar、Spar，自有品牌的商品價格實惠。Hofer 的商品相對便宜，快過期的商品會有打折。Merkur 的商品比較齊全，但稍微貴一些，可以向櫃台免費申請 Merkur 的會員卡，常常會有促銷活動。也有很多人會到 Mpreis，品質很 Ok，不時會有折扣，

有時候會比 Hofer 便宜也不一定。另外，火車站和 Rössel in der Au 宿舍對面有亞洲超市可以買到亞洲食材跟食物。

在 Innsbruck，大部分的超市跟商店禮拜一到禮拜五營業時間是到晚上 7 點，禮拜六到晚上 6 點，禮拜日與國定假日大多只有餐廳跟車站附近的超市跟商店有開，所以接近禮拜天的時候，大家都會先買好足夠的東西，以免沒有東西的話就需要跑到車站附近的商店買。

III. 行前準備與其他注意事項

機票

許多人會飛到慕尼黑或法蘭克福等德國大機場後再轉搭巴士、火車或飛機，也有人會選擇直飛到維也納後再搭火車，約 4-5 個小時，或再轉機到 Innsbruck。我自己是選擇經香港飛法蘭克福後再轉機到 Innsbruck。

宿舍申請

宿舍申請與學校是分開的，宿舍的負責單位是 OEAD (<https://housing.oead.at/en/accommodation/innsbruck-en>)，註冊後填宿舍的志願序，然後繳交保證金後，大概 2.3 個禮拜以後宿舍結果就會送達，早點申請宿舍，較容易住到志願序較前面的宿舍。

簽證

一學期的交換學生要申請的簽證是 Visa D(奧地利 D 簽證)，辦事處辦理簽證的時間只有到中午 12 點，遇台灣與奧地利國定假日不上班，送件跟

取件前記得確認下上班時間，簽證辦理出國前兩個月內才能受理，太早送去的話，沒辦法開始程序，基本上，速度很快，大概一周內就能拿到。

申請簽證需要的文件有:

- 申請表格填妥並簽名
- 護照規格近照
- 有效至少 6 個月以上的護照
- 奧地利學校接受信函
- 奧地利住宿證明
- 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)
- 機位訂位紀錄 (如果不是直皆在奧地利境內下飛機，要附上巴士火車或 是其他的交通證明)
- 足夠財力證明 (用自己的帳戶，如果是用父母親的帳戶的話要有身分證明文件)
- 簽證費 100 歐(視當天匯率酌收台幣，僅收現金)

行李

- 建議攜帶一個大旅行箱，一個登機箱或行李袋，和一個小側背包(防搶包)。登機箱相對旅行袋在歐洲旅遊的時候方便，不用提著很重的東西跑來跑去。小側背包是在旅遊時可以把貴重物品藏在外套裡

面，減少被偷的風險。

- 重要文件影本(護照、簽證、住宿證明、照片等)
- 生活用品

前面來交換的學生原則上會留一些鍋碗瓢盆或生活用具，來之前可以詢問一下，減少不必要的行李。其實很多東西可以到這在買，帶約 3-5 天已備應急的基本用品就可，歐美品牌的東西這裡基本上都找的到，但如果是習慣亞洲品牌的人，可能就要自己多準備了，女生也不用擔心生理用品的問題，這裡都買的到。

- 衣服方面，春季的交換生比較辛苦，要準備冬天跟春夏的衣服，建議可以帶些不打算帶回台灣的舊衣服，回去時就不用帶那麼多行李。
- 如果公斤數足夠的話，可以帶些台灣的零食或醬料，有些東西雖然亞洲超市都有，但會貴很多，像是 300mL 的醬油在這裡一瓶要 3 歐，也可以帶些珍珠和茶包，煮珍珠奶茶。
- 信用卡

如果帶台灣的信用卡，可以先設定網路交易自設密碼，因為用網路訂車票刷卡時，會需要用到，如果沒有設定網路交易密碼就需要透過台灣的手機 號碼接收簡訊，比較麻煩。

另外有些國家在刷卡或自動售票機購票時會要求輸入 PIN 碼，

但台灣信用卡目前沒有設置 PIN 碼，有些銀行會用預借現金密碼當作 PIN 碼，建議在台灣先問清楚並設定好。

- 備用手機

在歐洲交換期間一定都會出去旅遊，而在歐洲旅遊一定要小心自己的財物，手機被偷或弄丟、甚至摔壞的事情是很容易發生的，可以帶一隻備用手機，以防手機壞掉或被偷走

- 密碼鎖

除了在住青旅時可以用來鎖櫃子之外，如果後背包不是防盜包的，也可以拿來鎖在拉鍊上，降低被偷的風險。