

國立成功大學  
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：112學年第1學期赴 丹麥奧爾堡大學 出國報告書

出國期間：2023年09月01日~2024年01月31日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學 電資學院電機所

職稱：碩士

姓名：陳慧慈

中華民國 113 年 2 月 10 日

## 中文及英文摘要(各200-300字)

在此報告中，我將分享在丹麥奧爾堡大學交換的經驗。內容包含交換的動機與目的、交換過程以及心得與建議事項。過程的部分又分為事前(出國前)準備以及抵達丹麥的經驗。交換的動機與目的將說明我選擇丹麥奧爾堡大學的原因；事前準備提醒關於獎學金的申請以及分享申請丹麥簽證的經驗；抵達丹麥的經驗則是從食、衣、住、行、育、樂和花費等面向切入，藉此分享我在丹麥的生活。最後則是一些補充說明，包含醫療保險以及電信的資訊以及個人對於這次的交換心得總結。希望這篇報告書可以幫助到未來也想去歐洲交換的同學們。

In this report, I am going to share my experience of being an exchange student at Aalborg University, Denmark, in the campus of Copenhagen. The content includes my intentionality and goal of applying to the exchange program, my personal experience of being in Europe and my recommendation and thoughts of being an exchange student in Denmark. My personal experience of being in Europe will be separated in to two parts: the preparation before arriving in Denmark and the experience of staying in Denmark. My intentionality and goal would explain why I choose to go to Denmark and study at Aalborg University. The preparation before arriving in Denmark reminds future outgoing students about the application about scholarships and Danish Visa. The experience of staying in Denmark will share my life in Denmark form the perspectives of food habits, clothing, housing, transportation, entertainment, and the total expenses during the exchange program. There is some further information be mentioned in this report, such as the health insurance and the choice about telecommunications in Denmark. Finally, I would also share my personal thoughts about the whole exchange program. I hope this report can help students who want to apply for the exchange program in Europe.

## 目次

交換動機與目的.....	4
過程.....	4
事前準備.....	4
抵達丹麥.....	4
食.....	4
衣.....	4
住.....	5
行.....	5
育.....	5
樂.....	5
費用.....	5
心得與建議事項.....	6

本文：包含「目的」、「過程」、「心得及建議事項」(請分項標示)

## 交換動機與目的

交換學生是我一直以來的夢想。在選擇交換國家時我便鎖定要挑歐洲國家，這是我第一次有機會到歐洲。選擇丹麥主要是考量到英語友善，希望可以降低適應期。

我這次交換選擇的學校為奧爾堡大學(Aalborg University, AAU)。這間大學的教學特色在於以議題為導向(PBL)的教學方式，指得是除了課堂之外，每學期會有 project，藉此學習團隊合作與解決實務的問題，這也是我在北歐國家中最後選擇丹麥的原因。

## 過程

### 事前準備

在校內甄選學校確定之後，學生即要著手準備赴外學校申請，各校申請時程不同這部分同學們再多多留意即可。需要提醒的是通常歐美的學校皆會有英文門檻，這個門檻不一定和校內徵選的門檻一致，故建議要提前確認。另外，這個階段可以同時研究是否有獎學金可以申請，管道除了校內國際處之外，還有一些獎學金資訊會通過學校信箱公告，可以留意一下申請時間。

收到赴外校的錄取通知之後，接下來最重要的兩項便是要申請簽證、找房子。這兩項建議越早開始越好。丹麥的學生簽證申請流程，第一步驟會由學校協助同學申請，完成後會通知學生繼續後續的步驟。申請簽證前會有若干資料需要提前準備，這部分同學們可以上網搜尋更多細節。個人認為準備起來最麻煩的是財力證明，需要請銀行協助開立，具體需要多少錢的證明，可以到丹麥的 SIRI 網站查詢，金額大概是他們預計每個月可以在丹麥丹麥生活的低標(可以會變動)，乘上要待得月份數。我的經驗是待一學期約需台幣20萬的財力證明。會說麻煩是因為以永豐銀行為例，銀行計算財力證明是計算近30天帳戶中的平均存款。故若平時帳戶內沒有放那麼多錢，並非錢一匯入即可馬上開立足夠金額的財力證明。

## 抵達丹麥

### 食

在歐洲各國中，丹麥與其他北歐國家飲食較為相似，主食多以麵包、馬鈴薯為主，多冷食，如開放式三明治、沙拉等。他們有一種特別的黑麥麵包，當地人常用來作為開放式三明治的基底，味道有點微酸，營養價值高。此外，丹麥有名的點心為肉桂捲。丹麥外食貴，餐廳一餐至少100丹麥克朗起跳，若要節省花費建議可以吃學校食堂或是自己煮。

### 衣

哥本哈根夏季氣候宜人，是非常舒服的天氣，穿著大多都是薄長袖早晚搭配外套。冬季由於室內都會開暖氣，建議以洋蔥式穿法。可以穿一件衛生衣搭配一件薄毛衣，外層穿一件羽絨大衣(建議防風防水)，並搭配毛帽、圍巾和手套。手套建議可以在當地購買，個人經驗是台灣帶過去的手套到冬天都不夠暖。

另外，哥本哈根易下雨下雪且風大，若以腳踏車為主要日常交通建議於當地購買雨衣。當地的雨衣、雨褲設計與台灣不同，更加符合自行車騎乘的需求。

除了衣著之外，由於丹麥冬天會下雪，建議可以於當地購買一雙保暖又防水的靴子。防水真的超級重要，丹麥下雨下雪的機率高，一雙防水的鞋子可以確保自己不會在寒冷的冬天

又因為鞋子濕掉覺得更冷。

## 住

由於丹麥在文化上普遍上孩子習慣上大學後即離家在外面住，因此學校大多提供的宿舍量非常有限，特別是在首都哥本哈根，在出國前找到房子會是除了簽證外的一大挑戰。當地有民間提供給學生的租房網站，可以視各自需求的預算、房型、地區進行登記，不過往往排隊時間長，不一定能在出國前排到，但這應該是最多數人找房子的管道。另外，當地也有類似非限定學生的租房網站，同樣也可以視需求進行搜尋，但缺點是通常要與房東聯繫須付費成為會員。

分享一下我找房子遇到的困難。首先由於我是交換生，只待半年，多數的房子都有一定的租要求至少半年或一年，這部分要特別注意。此外，丹麥租房子有一半以上不附家具，也就是只給你一間空房間，床、書桌等皆須自行添購，但這對交換生來說會是額外的負擔，故我在租房時只鎖定有提供家具的房源，這大幅縮小了可選擇的房源。最後，在丹麥在申請簽證時，都會同時要求要辦 CPR 號碼，這是一種類似台灣的身分證號的概念，在丹麥做很多事情都會用到這的號碼，但要申請這個號碼必須要先在丹麥有住的地方。因此在租房時要和房東再三確認是否可以用此地址來申請 CPR 號碼，這中間可能有一些繳稅的問題，並非所有房東皆願意。

我最後是透過 Airbnb 找到房子的。在哥本哈根找房子預算大概抓一個月4000-7000丹麥克朗(DKK)，約台幣20000~35000元一個月。

## 行

哥本哈根大眾運輸方便，幾乎可以透過大眾運輸串聯大哥本哈根地區，主要有地鐵、S-train、公車、區域鐵路等。然大眾運輸價格較高，當地人多數以腳踏車作為主要交通工具。腳踏車的話可以自行評估是否要購買或是租。我是在當地租腳踏車(Swapfiets)，一個月大約184丹麥可朗。哥本哈根自行車道遍布，騎腳踏車的安全性相對台灣高許多。不過需要注意的是在丹麥規定自行車前後皆須安裝車燈，前燈為白色，後燈為紅色。

## 育

在丹麥只要擁有 CPR 號碼，學丹麥語免費。事前會需要先繳交2000丹麥克朗的訂金，通過考試後即全額退費。

稍微介紹一下我這次選擇去交換的學校奧爾堡大學。這所大學是綜合性大學，是一所非常新的大學，其特色為議題導向(PBL)的教學方式，每學期皆會透過分組的方式做 project，以培養學生的實作能力以及團隊合作。我選擇交換的科系為科技人類學(Techno-Anthropology)，這個科系主要是在研究人與科技的互動關係。班上有來自不同專業背景與國家的同學，以我們這組為例，小組成員來自丹麥、波蘭、中國和台灣，分別為科技人類學、營養學、社會科學以及工程背景。除了在課堂上學習科技人類學的知識外，學習如何與不同背景的人合作是我這學期收穫最多的地方。

## 樂

在歐洲我特別印象深刻的娛樂是去看了胡桃鉗的芭蕾舞劇以及在維也納聽了幾場音樂會。印象深刻的不僅僅是因為其水準之高，更是因為在歐洲這些藝術表演彷彿已成為當地人日常的一部份，場次多，觀眾也多。讓人相信在歐洲藝術家是有辦法生存下來的。

## 費用

這整趟出國的費用前後包含出國前辦理丹麥簽證、來回機票、當地的食衣住行育樂以及

幾次長假到周邊國家旅行(包含阿姆斯特丹、奧斯陸、布達佩斯、維也納、波多，共5個城市)總花費大約台幣35萬到40萬元。其中房租佔多數約台幣14萬元、來回機票約5.5萬元、丹麥簽證約2萬多，其他為在丹麥當地的日常開支與旅遊費用。

## 心得與建議事項

丹麥一旦有了 CPR 號碼，儘管他們的醫療體系和台灣不同，看病沒有台灣方便，但在當地看醫生是不用錢的。儘管如此，還是建議可以在台灣時即事先保醫療保險。因為申根地區對入境的旅客似乎有相關醫療保險的規定，我這次在出入境的時候沒有被問到，這部分可以再確認一下。

雖然交換只有短短一學期，但還是會建議擁有一個當地的手機號碼或網卡，除了使用網路之外，許多事情皆會用到電話號碼註冊或驗證，如於 Swapfiets 租腳踏車、學校信箱登入收驗證碼等。丹麥的電信費較台灣便宜，各家電信都會有不同的流量與通話方案，選擇符合自己需求的即可。我是選擇 Lebara，每個月約49丹麥克朗(約台幣250)，包含國內每月20G 以及國外2G。2G 的流量，使我在其他歐洲國家旅遊時也有少量網路可以使用，對我來說很方便。

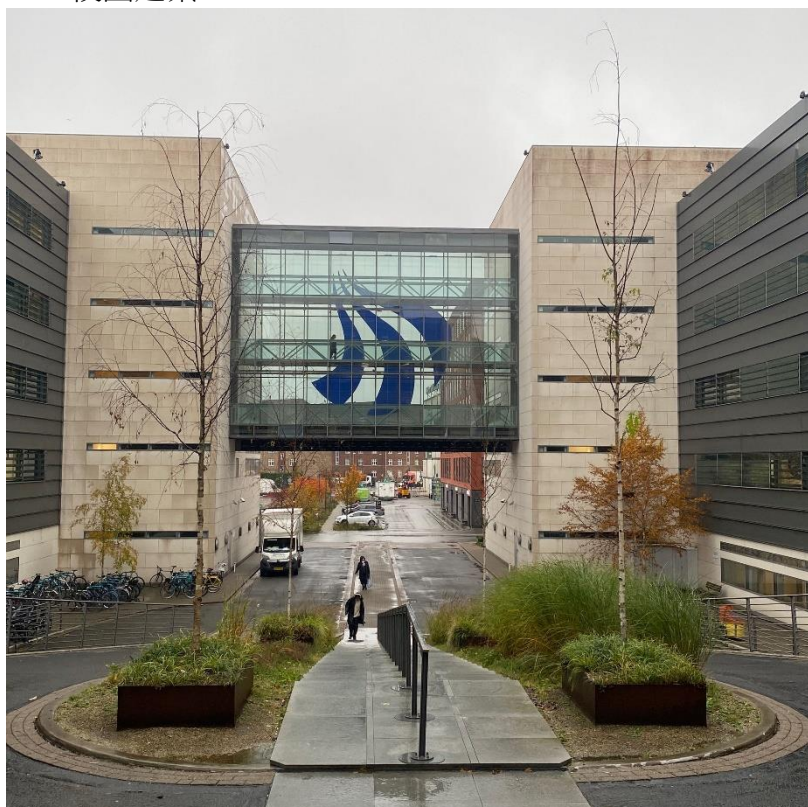
這次的交換很順利的結束了。很開心能獲得此次交換的經驗，透過這次的交換經驗我更了解自己，也發現自己比想像中的更加勇敢，可以一個人完成好多事，把自己照顧好。

附錄(請同學附上5張以上交換學習之照片，相片解析度以低解析度處理為原則。)

AAU 圖書館



AAU 校園建築



與班上同學的合照 1



與班上同學的合照2





丹麥王室交接儀式



AAU 上課場景

