
那些我在曼海姆的日子

2025 Fall 生活報告

歷史四 110103005 田予虹



第一次踏上曼海姆大學，開啟在曼海姆宮上學的日子

交換學校介紹及課程資訊

交換學校簡介

曼海姆大學位於德國巴登符騰堡邦的曼海姆，主要的校區坐落於曼海姆宮內，其最早的學術歷史可追溯至 1763 年卡爾四世在曼海姆宮內設置的普法爾茲選帝侯經濟學院。於 1967 年才正式改制為大學的曼大是一所相當年輕的大學，以其頂尖的學術研究、高度國際化，以及緊密的產學合作著稱，商學院和社會科學院更在德國名列前茅，被譽為「德國哈佛」。

課程相關資訊

曼海姆大學沒有規定交換生應修的學分門檻，但規定交換生所修的學分中至少 **50%** 的 ECTS credits 要來自所屬的學院，而政大商學院則規定院級交換生至少要修 **20 ECTS**。

曼海姆大學有五個學院，分別為經濟學及法學院 (School of Law and Economics)、商學院 (Business School)、社會科學院 (School of Social Sciences)、人文科學院 (School of Humanities)，以及商管資訊與數學學院 (School of Business Informatics and Mathematics)。除了所屬學院的課程外，交換生也可以自由選修其他學院的整開課，以及專門開給國際生的德國語言與文化課程（每堂課要繳 €20 註冊費）。

另外，曼海姆大學的課程分為每週上課的 Lectures 和集中授課的 Intensive Seminars，Lectures 通常都由教授在台上講課，而 Seminars 則會有更多討論與小組報告。通常 Lectures 除了正課時間之外，還會多開設幫助學生複習與解題的助教課，分為較大班的 Exercises 和小班制的 Tutorials。

最後，曼海姆大學的選課方式跟政大稍微不同，除了德國語言與文化課程要在系統上先搶先贏之外，其他課程不用搶課、也不用排志願，只要在選課期間內登記，等待學校抽籤分發即可。

我這學期總共選了四堂課，兩門德國語言與文化課，以及兩門商學院的大學部課程，每堂課都有註冊考試，最後也都順利過關了～以下將會依序介紹我所修的課程。

- **1114 General German Language Course A1.1 (6 ECTS)**：這堂課是開給零基礎學生的德文入門課，一週上課兩次，我選上的時段是每週二、四下午上課，老師是英文不錯、還會說一點法文的有趣德國人，班上有十四位來自世界各地的同學們。我在台灣有先上過兩個月的德文課，老師上課的進度算是循序漸進，不過完全零基礎的同學有向老師反應，請他教得慢一些。老師有提供教材和課後練習的網站，每週都會出幾題課本上的練習題當作業，期中有一次小考，期末考至少要及格才能獲得學分，另外老師相較其他課堂比較注重出席，但若要請假的話，只要事先寫信給老師就可以了～整體而言算是一堂負擔不會太重，且交換生友善的課程！

交換學校介紹及課程資訊

- **4019 Fit For Germany (4 ECTS)**：這是一堂介紹德國文化的通識課，內容十分廣泛，從不同主題與角度來認識德國，有時老師會帶有趣的案例分析、帶大家討論德國的刻板印象與價值觀、介紹德國歷史、地理與旅遊景點，或者介紹德國的經濟與政治議題等等。來自俄國的老師英文有著很重的口音，剛開學的時候常常聽不懂老師在說什麼，但經過一個學期的聽力訓練後，我已經進步到能掌握 87%，非常佩服自己的努力！這堂課偶爾會有一些課後小作業，期中有一個兩兩一組的口頭報告，而期末考佔總成績的 100%。老師非常仁慈，期末考題都是單選題或複選題，而且老師表示自從她開課以來，從來沒遇過學生考不及格。整體而言，這是一堂輕鬆有趣，又能和來自世界各地同學聊天討論的優質課程，我極度推薦交換生來上！！
- **MAN 301 Strategic and International Management (6 ECTS)**：這堂課是沒有人數上限的超大班 Lecture，好幾百人一起上課真的非常壯觀（不過來上課的同學一週週變少XD），前半學期上 Strategic Management，後半學期則上 International Management。上半學期 Dr. Baris Istipliler 帶的助教課是我上過最優質的助教課！！會透過 Kahoot! 把課程複習、個案講解和問題討論串聯在一起，第一次遇到發揮得如此淋漓盡致、毫無冷場、有趣又有內容的助教課，實在是太用心又太厲害了！但除了前半學期的助教課之外，這堂課是一堂中規中矩的理論課，期末考佔 100%，考題不是死背硬記的名詞解釋，就是要現場發揮的個案分析或申論題。整體而言，對我來說是一堂負擔不算太重，但收穫沒有想像中多的一堂課。
- **OPM 301 Operations Management (6 ECTS)**：這堂課也是沒有人數上限的 Lecture，除了正課之外還有開設 Exercises 和 Tutorials 讓同學自由參加。這堂課是由兩組教授輪流上課，且這學期的課程內容與往年不同，前 9 週是教 Operations management，而後 3 週則是教 Service operations management，期末考是兩個部分各佔 50% 的分數，這堂課不算出席、有自由練習的習題，沒有小組報告，期末考佔總成績的100%，考題出的非常細、題目超多、時間又非常有限... 和我在政大上的營運與供應鏈管理相比，這堂課超級無敵硬... 計算的成分非常高，幾乎整個學期都在學習用不同的模型計算最佳解為何，對數學不是最好的文組生（我）來說，每次上課都有聽沒有懂，非常需要參加每週的 Exercises 和 Tutorials 才能勉強跟上進度。整體而言，雖然過程很艱辛，但這是我收穫最豐富的一堂課，在有理解課程內容的前提下，這堂課其實相當有趣！推薦給對 OPM 有興趣或數學好的同學們～

生活及文化交流

落地後的第一週有許多事項與行政流程要儘速辦理，以下提供我的辦理順序，再依序詳細說明～

- 落地、入住宿舍、架好房間內的路由器
- 花 3-4 天陸續採購生活用品與民生物資
- 到 Studierendenwerk Infothek 辦一張臨時卡 (Mensa Card)
- 購買並開通電話卡
- 視訊開通 Expatrio 的網銀以及 Revolut 的帳號
- 到 K7 入籍、到 RNV 服務處辦 D-Ticket 學生票

交通

曼海姆是一個棋盤式規劃的城市，市中心稱為 Quadrate，Quadrate 內的街道與街區按照 A1 ~ A5 至 L1 ~ L15 整齊排列，在市區內可以用路面電車、公車、腳踏車或走路等方式移動。電車或公車的單程票都是 €3.4，價格不便宜，所以一般人都會買通勤月票。建議一落地辦好電話門號、開通銀行帳戶後，就儘速去 RNV 服務處辦 D-Ticket 學生票，18-27 歲的學生可以購買，2026 年漲價到一個月 €45。（RNV 服務處地圖連結：[rnv Mobilitätszentrale Mannheim](#)）。

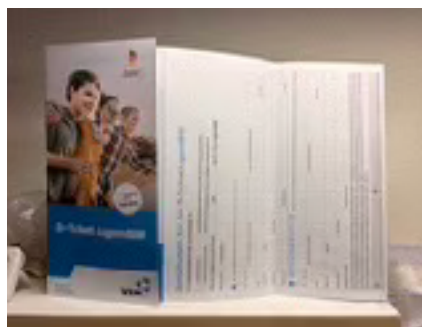
請攜帶曼海姆大學的入學證明去 RNV 服務處，抽號碼牌並填好學生票的申請表後，就可以去櫃檯辦理，告訴他們你要買幾個月的月票，即可獲得一張 D-Ticket 學生票的實體卡，這張卡可以在全德國各地搭電車、公車、地鐵與 DB 慢車等等（ICE 要另外付錢買票）。

德國各地幾乎都沒有閘門、上下車也不用刷卡，但遇到查票員的時候務必出示你的 D-Ticket，若不幸出門忘記帶卡、搭車時又被查票，記得不斷強調自己忘記帶卡狀況，下次再帶著卡去 RNV 服務處證明（補票），這樣只會被罰 €7。

另外分享我慘痛的教訓，剛落地時，我因為銀行還沒開通而申請不了 D-Ticket（他們要求要用德國的銀號帳戶扣款，後來買到電話卡、視訊開通 Expatrio 銀行後才成功辦理），雖然搭車都有買票，然而我卻不知道上車要自己驗票... 第三天在電車上被查票時，因為未驗票即視為逃票，所以當場被開了一張 60 歐的罰單... 真的是錯愕至極又想撞牆，後來去 RNV 服務處用破爛的英文努力解釋，最後他們網開一面只罰我 €40，結論：乖乖買票、記得驗票、注意規則、買月票治百病。



上車時一定要去驗票機壓時間戳章



D-Ticket 學生票的申請表



D-Ticket 學生票實體卡

生活及文化交流

住宿

學校的宿舍是由 Studierendenwerk Mannheim 這個組織負責運作，曼海姆或鄰近地區的學生都能申請（所以不只曼海姆大學的學生住這裡～），非歐盟地區的海外學生有優先權，我認識的所有台灣交換生都有順利申請到宿舍，所以在抽宿舍這方面不用太擔心。

我這一批交換生能申請的宿舍有 Hafenstrafse 和 Ulmenweg，起初考量到 Hafenstrafse 在酒吧區旁會比較吵雜，而且 Ulmenweg 的房租比較便宜，所以我的第一志願排了 Ulmenweg。我申請到的是 Ulmenweg 的 WG，我這個 flat 的人比較多，有六個人（通常都是五人），每個人都有各自的房間，廚房、浴室與兩間廁所是六個人一起共用。Ulmenweg 旁有電車站與公車站，可以搭 4A/4 號電車或 60 號公車，到市區約 20 分鐘，前往學校大概 30 分鐘，對於皮克敏玩家來說，上學和回家的路程都是種花的大好時機！

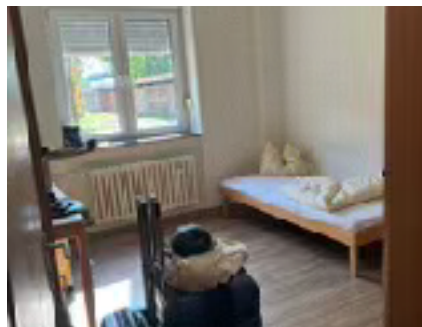
Ulmenweg 雖然是離學校最遠的宿舍，但室內空間寬敞，周圍是安靜的住宅區，宿舍附近還有可愛的在地小公園，可以趁小朋友不在的時候去盪鞦韆哈哈！Ulmenweg 最大的優勢就是附近有好多超市，包括 REWE、Lidl、Netto，以及過天橋能到達的 ALDI SÜD。

在法蘭克福機場落地後，我搭 ICE 到 Mannheim Hbf（曼海姆主火車站），再轉 4A/4 號電車到 Ulmenweg，到 Haus 3 的信箱領鑰匙後，就能開箱宿舍並好好休息啦～宿舍提供了所有家具，連床墊、被子、枕頭一應俱全，建議落地當天先去附近的超市採購一些食物，讓你吃飽好休息後，隔天再前往市區採買吹風機、鍋碗瓢盆等生活用品（詳細的介紹請見電子報一！）。進宿舍檢查家具是否完好後，第一個任務就是要架好房間內的路由器，讓你在房間裡有 wifi 用。

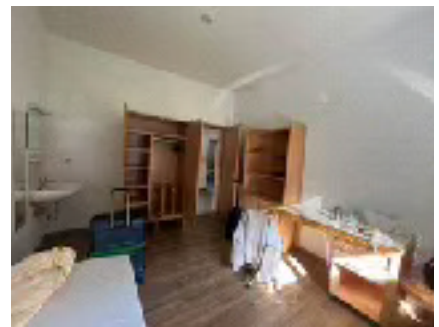
最後，在拿到學生證（ecUM）之前若要洗衣服，可以先申請一張臨時卡（詳細地點與流程請見電子報二的 p.2），Ulmenweg 的 Haus 1 和 Haus 5 地下室設有洗衣間，用臨時卡或 ecUM 扣款就能使用洗衣機與烘衣機～



擔心德鐵會延誤 故選擇以 Key box 領鑰匙



窗戶的採光很好！怕曬也能把鐵捲簾拉下



房間很寬敞！洗手槽實在是超實用的配置

生活及文化交流

電話卡

我落地之後去 Vodafone 實體店 辦不用綁約的預付卡，是一個月 20 GB €14.99 的 Call Ya 方案，店員會現場幫你驗證身份並開通，裝入 sim 卡後就可以馬上用了，每個月會寄簡訊提醒你儲值下一期的電話費，可以直接線上刷卡儲值～

網路上有許多人推薦 Fraenk 和 SIMon 這兩家新興的電信公司，有興趣的同學可以搜尋相關的介紹文章～由於我方案的價格有點貴，我學期中考慮過要攜碼轉換到 SIMon，但當初查到的價格並沒有想像中便宜，攜碼轉換的流程也有點複雜，最後索性就繼續使用 Vodafone 了。

入籍

交換生落地後，要盡快去 K7 的移民局辦理入籍 (Anmeldung) (地圖連結：[Ausländerbehörde](#))，可以事先在網路上預約時段，如果沒有預約的話，可於每週二、三、五的 8:00 a.m. - 12:00 p.m. 前往辦理，只要到現場抽號碼牌即可。記得帶著護照、填好的入籍申請書和房東提供的入住證明，我遇到的承辦人員會說英文，記得要再次確認國籍是登記為 Taiwan (台灣的國際編號為 465)，大約五分鐘就辦好了，非常迅速！回家之後記得在自己的信箱上貼上自己的英文名字，這樣接下來的信件才會順利送到歐～

Study Abroad Fair

開學第三週的時候學校舉辦了 Study Abroad Fair，邀請交換生來介紹自己的國家與學校，是一個讓交換生和在地生交流的博覽會。除了 OIP 提供的文宣和紀念徽章外，我們還有自備一些台灣的零食與糖果，這意外地吸引了不少根本不知道台灣在哪的路過學生哈哈。很感謝凱瑞的學長姐們積極招攬路人來聊天，讓我漸漸學會該如何開啟話題，後來加入的曼海姆在地學生里昂（他去年來政大交換）更是讓我們攤位的顧客絡繹不絕，感謝他向在地生大力推薦政大，政大應該付他獎金！除了學生之外，曼海姆大學國合處的老師也很積極參與，還帶著防曬油來關心大家XD



感謝 OIP 提供的文宣和紀念小物



好多人來攤位詢問與聊天



可愛的政大家人們！

交換需注意之事項

這篇生活報告的尾聲，來和大家分享一些實用的生活小細節～

- 關於儲備糧食與紀念品：非常推薦打包行李的時候多準備一些台灣的零食、拌麵、沖泡式湯包等等，讓你想家的時候有家鄉味可以吃，而且這些東西在亞超都賣得超貴... 也能準備一些台灣糖果分享給同學或朋友，另外我也有買一些明信片與小吊飾等台灣紀念品，學期末和朋友道別的時候送給他們做紀念！
- 關於落地後的行動數據：我有事先買好前三天的 eSIM，這樣至少落地馬上有網路，不驚慌不害怕（但實際上還是抖到不行）。
- 關於現金：有些商店與餐廳只收現金，故記得準備適量的歐元現金，我一開始帶了 €200，學期中再領 €100，到回家前這還算夠用！
- 關於大眾運輸：搭車時注意當地規則，不要貪小便宜而逃票、車票不要買錯、實體票記得驗票。若不小心被罰錢，務必努力爭取自己的權益，即便是不太敢和別人吵架的人，也要好好的把自己的立場與疑問說出來，不能自己默默承受，因為不一定全部都是你的錯！
- 德國萬用三明治溝通法：德文開頭，英文詢問，德文道謝。例句示範：Entschuldigung, Sprechen Sie Englisch?..... Danke schön!（不好意思，請問您會說英文嗎，英文英文英文，非常感謝！）不論對方會不會說英文，我觀察到比起直接問 Do you speak English? 改問 Sprechen Sie Englisch? 會讓對方回話的語氣友善程度 ++
- 隨身帶護照：在德國去哪都要隨身帶護照或其他證件歐，跨越邊境的時候更是！
- 必加入「[當我們同在德國🇩🇪](#)」 **Line** 社群：非常推薦加入這個社群，平時會有很多實用資訊的討論，記事本也有更多珍貴的資訊，例如這份神級的QA整理：[當我們同在德國🇩🇪_常見QA整理](#)



我的糧食櫃 同時也是我的精神支柱



期末盤點紀念小物發放進度



再三提醒務必在這個驗票機打票！