

生活報告

- Audencia 及南特介紹

Audencia Business School 法國南特高等商學院創辦於 1900 年，是一所有超過百年歷史的法國頂尖水準高等商學院，同時擁有美國商學院協會(AACSB 國際)、歐洲品質改善系統(EQUIS)和英國工商管理碩士協會(AMBA)三大商科頂級認證的商學院，被譽為三皇冠認證，是世界頂級的商學院。同時，南特高商是法國頂級高商五校聯盟 SAI 一員，也是最富盛名的法國” Grande Ecole” 的成員之一。

法國的學制可以分成一般大學(Universities)和僅有商學院的學校(Grande Ecole)，在法國 Grande Ecole 是比 Universities 還要好的，可以把它想像成菁英學校的概念，當地的法國學生只要能進入 Grande Ecole 都是很優秀的象徵。Audencia 學校規模不大，只有研究所沒有大學部，在法國商學院排名第六，課程分成碩士課程、碩士先修課程。以春季交換來說，碩士課程於一月開課、先修課程則是二月開課，我們這學期的交換行事曆大致如下。

Spring Semester 2023

Orientation Day (mandatory)	Jan. 3
Electives courses	Jan. 4 – 14 Exam on Jan. 16
First day of major courses	Jan. 20
Start of French as a Foreign Language courses	Week of Feb. 13
Winter holiday	Feb. 18 – 26
Easter holiday	Apr. 15 – 23
April 10	Public Holiday
May 1	Public Holiday
May 8	Public Holiday
Final exam week	May 9 - 17

**Calendar subject to change*

在此建議各位學弟妹選擇碩士課程，可以學到比較多東西，同學們程度都蠻不錯的，也可以更融入學校。南特是法國第六大城市，位於法國的西北邊，以前是布列塔尼的首府，但因為布列塔尼的獨立問題，後來把南特劃分出去，現在是羅亞爾河地區的首府。

南特離海邊很近，放假坐車去海邊 Pornic, La rochelle 都算蠻方便的，氣候非常舒適，大蓋三月開始日落時間就會越來越晚，一直到晚上 9-10 點才可能開始日落，若南特下雨，也不太會像台灣那樣會下一整天，大部分都是下 15 分

鐘左右就不再下了。個人覺得很推薦大家在春季來交換，特別是女生，不然晚上一個人走在路上都會覺得怕怕的，春天晚上都還是天亮的狀況，可以玩的時間就比較多。

從南特到巴黎搭巴士大概高雄到台北的感覺，搭 TGV 約莫兩小時，建議大



家有確定時間的時候就趕快訂，有青年卡乘坐 TGV 可以打折到 20-30 歐去巴黎，公車的話差不多是四五個小時，價錢我最便宜有買過十幾歐的，但有時候面臨鐵路罷工或法國國定假日等，巴士也可以到 50-60 歐，聽法國人說上百都是有可能的。還有一些詳細的南特路面電車、交通資料放在電子報一中。

南特本身有一座機場，機場不太忙，但也不算蠻大的，要飛一些地方都還算是方便。若要到巴黎搭飛機可以坐火車、巴士或是共乘。

市中心假日都蠻多人的，有很多餐廳，法國很流行下午就開始坐在露天咖啡廳喝酒，只要有陽光大家都會出門曬太陽，而且南特有很多公園，很適合野餐。這是南特的一個河畔，非常舒服，推薦大家沒事可以去野餐走走。



開學前會有一天是 Orientation Day，這天所有碩士交換生都會參加（二月開學的那批會晚一點再開始），可以認識一些同學，學校也會說明 Tomorrow 系統的用法、請假規則、圖書館使用方法、IC TEAM 學生會的活動、開戶以及

手機門號的辦理建議等。提醒大家 Audencia 上課非常注重出席率、遲到等，幾乎每堂課一定都會點名，超過 3-4 次的出席次數很容易被當，政大商院交換保證金的退還規則是要通過所選的每門課，因此最好都不要缺席。建議大家三不五時上網刷刷 tomorrow，確認上課資訊，我是有把 tomorrow 網址加到蘋果手機裡的日曆，會讓你的交換人生方便很多（方法：到 tomorrow 的 course 裡找到連結之類的地方，複製再加到自己手機裡的行事曆，我記得是有一個特殊的連結，若找不到可在詢問法國朋友之類的）。

- 生活及文化交流

Audencia 的部分有一個組織叫 IC team，專門會處理國際生的事務，大多在裡面的學生人都蠻熱情對待照顧國際生的，如果想要的話也可以私底下和 IC team 的幹部們出去玩。而 IC team 會舉辦不定期的活動，或者是可以透過 erasmus 報名每週末舉辦的出遊活動（要付費），大家如果有去新生訓練、city tour 的話很容易認識到外國學生。依我們的經驗，一開始大多是跟歐洲各國的交換生一起玩，之後在學校會慢慢認識朋友，因為課很多，又每天見到同一群人，就算不主動找別人講話也會有繁多的小組作業讓你有機會和本地生交流，若要認識法國人也蠻簡單的，而且每天有吃飯時間可以跟大家多多認識。

我們班上剛好有一群蠻好客的法國人，覺得自己很幸運在一個很有愛的班級，私下偶爾也會相揪出門，或是一起讀書。但這部分很看同學們的造化，若沒有緣碰到朋友也要保持正向的態度，我認為要在短期間內就交到好朋友不是容易的事，畢竟在短期間和朋友深交要發生在對方也剛好有興趣和你當朋友的情況下。

另外由於我們交換生中有一位從 NOVA 讀研來交換的大陸人，我們後來一些東方的大節日都會和他們一起度過，我理解有些人都會避免和大陸同學一起混，但偶爾春節、元宵等等有他們一大群人 host，覺得很溫暖，希望大家不要帶著先入為主的刻板印象認識新朋友。我們也有 host 台灣食物，互相交流彼此，也是蠻讚的，可以實際更深入認識一下大陸年輕的文化。

住宿的部分我可以說是住在國際之家，大家可以看我的電子報一，遇到很棒的室友，認識到厄瓜多、印度和義大利的文化，而且我的這些男生室友們超愛乾淨，假日會把整個家都大打掃一遍。我們一開始還有舉辦國際晚餐，每週輪流住自己國家的晚餐吃，介紹、分享自己的文化。

食衣住行的詳細部分在電子報二中有包含費用做更詳細介紹。平常的飲食我們都到 Lidl 去買，如果有機會住在那邊的話，我住的地方（詳見電子報）對面就有 Lidl、麥當勞，附近就走得到家樂福，每週二、五還有菜市場。我們大多都在菜市場買蔬果、蔬菜和雞肉，其他東西都會在 Lidl 買，而且 Lidl 的麵包都蠻好吃的（而且很便宜，大家可以去 Lidl 吃爆麵包）。

- 交換需注意之事項

簽證、機票資料可詳見我的電子報二，還有介紹一些當地花費明細。信用卡跟當地電信之類的資料在電子報三。

在這邊推薦大家可以在大概一個月前打開行李箱，想到什麼就把東西放進去，我的行李大致安排是 50%衣服，冬季外套可以帶 3 件左右，因為我覺得那邊的外套不好買，春天的衣服可以帶多一些，大家到各地應該都還會再買一些衣服、25%食物，我帶了很多泡麵，因為我超愛吃，還有一些義美小泡芙、蝦味先等，樂視那些的洋芋片在歐洲也都還買得到，只是亞洲零食只有亞超有，而且可能是 2、3 倍的價錢和 25%的雜物，包含美妝品、一些書等等，護膚品可以在法國買到很多，價錢還比台灣低。

強力建議大家出國前可以去台灣的五金行、十元店逛個幾圈，有些東西意想不到的東西像是鎖頭（青旅住宿必備）、轉接頭、針線、文具（特別是筆記本）、旅行用分裝瓶，這些東西在歐洲買都會非常貴，轉接頭的部分要記得確認自己的電器電壓，若只有充手機的需求，也可以直接到歐洲買一個插數據線的插頭就好，但若有相機、行充、電捲棒這些需求，建議在台灣蝦皮買好轉接頭，另外英國的插頭和歐洲不一樣，有要去英國要再注意一下。旅行用分裝瓶很實用，因為在歐洲很常坐廉航，登機行李只能一個後背包，大部分人也不會在另外購入 check in 行李箱，上機的液體規範就要特別注意。