

生活報告

交換期間：2017 Fall 交換學校：HEC Montreal

姓名：林姍希（10230564）

（一）交換學校與課程介紹

HEC Montreal 蒙特婁高等商學院，是 University of Montreal 蒙特婁大學附屬的商學院，位於加拿大魁北克省的蒙特婁市（Montreal City），主要以法文為教學語言，但學校中也有不少課程是以英文和西文授課的。HEC 的交換學生數量非常驚人，遍佈二十幾個國家，我在的這學期有三百多名，最多人來自歐洲、其次亞洲。HEC Montreal 有兩棟建築物（一棟的大小約是政大商學院的兩倍大），上課與考試的地點都分佈在這兩棟建築中，分別為 Cote-Sainte-Catherine building（CSC building）還有 Decelles building。這兩棟商院建築裡都有學生餐廳還有 coop（書店），以及很多的討論室跟 study room，如果有討論報告的需求都可以上網登記借討論室；另外商學院的圖書館位於 CSC building 裡面，Decelles 雖然沒有圖書館，但因為座位區很多，讀書起來也很方便。

課程方面，學校會開列一串課程名單給交換學生選課，同時也會註記是法文、英文、還是西文授課，可以依照自己的意願選擇。我這學期修了 **Small business management**，**Managing across borders**，**Conflict management**，**Français des affaires - niveau 1**。總共四堂課（HEC 規定交換學生至少修習四堂課），前三堂都是管理相關課程，其中我比較推薦的是 **Conflict management**，屬於人力資源領域，老師上課很有邏輯，內容很紮實，同時不會深度太困難，所以有興趣的同學可以參考這堂課。**Managing across borders** 的教授人很好，有著豐富的實務經驗，非常照顧交換學生；上課方式除了每週固定的授課主題外，通常會加入一個 case 教學，所以這堂課的課前預習內容相對重。至於 **Small business management** 我個人沒有很推薦，內容較淺白。最後是 **Français des affaires - niveau 1**，這是 Level 1 的法文語言課，整學期的上課內容涵蓋日常問候語、自我介紹、個人喜好等，到教你在咖啡店如何點咖啡，我覺得都是很實用的主題。上課同學基本上清一色都是交換學生，老師很有耐心，不過為了營造全法文環境，老師上課絕不會講英文，頂多偶爾透過助教用英文解釋一些重要事項給我們聽。蒙特婁是一座雙語城市，蠻建議交換學生可以修習學校法文，對日常生活會很有幫助的。

（二）生活與文化交流

在這裡交換了四個月之後，我覺得蒙特婁是一個很適合讀書與生活的城市！在

生活上我個人沒有太多不適應的地方，吃的方面，因為有不少大型超市與亞洲超市，想吃什麼基本上都買得到，如果想念台灣菜的話，在中國城有很多亞洲風味的餐廳或食物。衣服方面，剛開始還沒去加拿大前，自己也很擔心、不知道怎麼準備，如果你跟我一樣是上學期去交換（每年 8 月到 12 月左右），基本上 8 月~9 月都還是涼涼的夏天，氣溫大概二十出頭度，晚上會比較冷只有十幾度，在台灣的夏季衣服就夠了，當然一般的薄外套或防風外套帶著比較好（晚上可以穿）。大概從九月底開始氣溫會慢慢下降，十月的氣溫約等於台灣的冬天（10-12 度左右，晚上氣溫更低）。十一月基本上是零下十度到十度左右，十二月會下雪，會到零下十幾度，這時候我從台灣帶的厚外套完全擋不住，所以有需要的人其實可以不用從台灣帶，十一月在這邊買一件保暖大衣過冬即可。如果你是下學期要去交換的（每年 1 月到 4 月），那時候的蒙特婁非常冷，1 月氣溫零下十幾到二十幾度，一定要從台灣帶一件大衣過去！不然一下飛機的劇烈溫差應該會令人覺得痛苦。在住宿方面，HEC Montreal 有自己的校內宿舍，但因數量極少、且昂貴，通常我們會選擇第二個選項：與學校合作的租房網站，交換學生可依個人預算跟意願選擇去租屋，我自己也是從這些網站中租房間的。第三個是自行在外尋找住處，除非有認識的親戚朋友在當地，或有認識的管道，否則一個人要在異國找房子難度相當大。

（三）交換注意事項

聽聞有些去其他地方交換的朋友常常遇到簽證或準備文件的問題，我很幸運地在準備期間都沒有遭遇到重大問題，HEC Montreal 的文件都是線上繳交、流程簡單不煩瑣，交換學校會一步一步的寄信通知清楚告知下一步驟，只要跟隨指示基本上就沒問題。另外因為加拿大的簽證，只要停留時間小於六個月，只需要上網申請 ETA 簽證，填表申請、不到半天就完成了；如果你是待超過六個月以上，例如交換一年，就要送件申請讀書簽證，手續相對繁瑣很多。

此外交換是一個可以自己安排獨立生活的機會，各位可以依照自己注重的部分多去研究，像我自己認為住宿、交通很重要，所以出發前花了很多時間研究。評估住宿的環境、位處的地點、交通方便性等，還有治安問題，出發前我有詢問過當地的 buddy，交換期間也覺得蒙特婁的治安普遍來說很安全（相對美國），但自己一個人在外還是要有警覺心。

另外在準備交換期間，常充滿許多不確定事項，所以有疑問的話就要想辦法問政大、有經驗的學長姐、交換學校，或其他相對應的窗口，我覺得出發前你瞭解的越多、做得準備越充足，在交換生活中會更得心應手！