

International Exchange Program

UQAM

魁北克大學蒙特婁分校管理學院(ESG UQAM)



系級：會計四

姓名：郭立平

學號：104303003

生活報告

學校介紹

加拿大魁北克大學是由魁北克政府成立於 1969 年，為加拿大著名的國立大學之一，該校目前共有 7 個校區，其中蒙特婁分校為最大的校區，位於蒙特婁市中心，是當地蒙特婁唯二的法語大學。除了法語之外，為致力國際化發展，亦提供學生多堂英文授課課程以供選擇，並為國際學生開設法語學習課程，幫助非法語系國家學生更加融入當地生活。

蒙特婁校區分布於市中心的 3 站地鐵之間，理科位於地鐵 Place-des-arts 站，而文科以及與政大商學院締約的 ESG UQAM 則位在地鐵 Berri UQAM 站。



課程資訊

ESG UQAM 規定交換生修課的下限是 12 學分，也就是四門課，在學校官網上有英文的課程總攬，可以先看好有什麼感興趣的課。雖然因為它是法語學校，英文授課的課程不算特別多，大概就像商院的整開課程，但從中選個三、四門課應該還是綽綽有餘。我是選了三門商科的課，及一門基礎法語課程。

另外，我們在事前選課的時候是不會知道時間表的，要等到學校寄 email 通知才會知道自己的課表長怎樣、或有沒有衝堂，有任何問題盡早反映，他們都會很樂意幫助交換生的。

除了課程本身，修課的同學也是可以注意的一點。因為蒙特婁是法語區，UQAM 的交換學生大概有七、八成都是法國人，分組時會不會剛好遇到口音很重的那一位就要看自己的運氣，或分組前多觀察一下了。

- International management and cultures

我修的是 Cristina Butnaru 老師開的課，課程剛開始的時候老師會講滿多跨國經營的例子，但中後期的重點都放在理論和模型，課堂上的個案討論和期中、期末考也都如此，不如一開始想像的有趣。有個人書面報告和期末小組發表，且每週都有小組個案討論，如果組員不雷的話，我覺得課程負擔算適中。另外，這位老師的英文雖然沒口音但有卡頓，不是特別流利。

- Strategic Management

這堂課的老師是 Jacques Vanier。課業負擔稍重，總共有四次小考、兩次小組書面報告和期中、期末考，平常上課偶爾會有個案分析的加分作業，但比較讓我意外的是寫課堂作業有時會佔上課時間的一半，繳交後學生就可以自行離開。上課內容也多以理論、模型為主，不過老師的講義寫得滿詳細的，不會太難理解。

- Financial Analysis and Evaluation of Firms

這堂課是由 Ivan Stetsyuk 老師所開，內容基本上就跟政大的財務管理差不多，上課內容主要是講解模型和公式，幾乎每堂課都會帶練習題，對計算公式不陌生的人來說，這堂課還算滿簡單的，期中、期末考只要公式記熟就不難拿分，而整學期也只會有一份小組報告。雖然上課大多都在帶公式，不是非常有趣，但如果是不想花太多時間、心力的同學很適合修這門課。

- French

法文課有分初級班和進階班，我修的是 Marie-Isabelle Baez 老師的初級班。初級班真的是從零開始教起，完全沒法文基礎的人來修也不會有壓力，雖然老師除了宣布重要事項會說英文外，其他時間都是全法語教學，對我們亞洲學生來說有些困難，但老師人很親切，上課時每個主題也會給學生很多時間和機會練習，好好準備的話考試的分數不會太難拿，除了考試也會有好幾次個人小作業，份量也都不多。法文課是我修得最愉快的課，十分推薦。

生活及文化交流

- 住宿

學校有分東宿舍和西宿舍，東宿舍離學校比較近，西宿舍走出來就有地鐵，離學校兩站或走路約十分鐘的距離，但生活機能比東宿舍好，附近就有購物中心和營業至十二點的超市，離中國城也比較近。

我住的是西宿舍四人家庭式，廚房、客廳和浴室共用，個人房間略小，唯一比較大的缺點是隔音滿差的，客廳的聲音都聽得很清楚，如果預算夠又怕吵的人建議選雙人或單人房。抵達時會先在櫃台辦理入住，他會解釋很多規定並協助填寫書面資料，因為資料也都是法文，最好在他解釋時就都搞清楚，省下麻煩。

- 語言

雖然說蒙特婁是法語區，但其實不會說法文也不用緊張，當地人大部分英文也都很流利，遇到看不懂的善用 Google 翻譯就沒什麼問題了，而且加拿大人真的很友善，只要敢問他們都會很樂意回答、幫助我們。而我主要有遇過的問題是去速食店點餐時，大多都沒有英文菜單，有時講英文店員會聽不太懂，不過一般餐廳就沒有遇過這種問題。另外，學校有時會有一些紙本公文，一樣是沒有英文，翻譯上就稍微麻煩一點，但都不至於有什麼太大影響。

- 日常採購

前述提到的西宿舍周邊有兩家超市，一家是營業至零點的 Provigo，另一家則是分布範圍較廣的 IGA，IGA 比 Provigo 要來的貴一點，但東西比較多。我自己比較喜歡去 Provigo，他的烘焙品常常有即期打折，可以去挖寶。蔬菜水果和米的話建議去中國城買比較便宜，有一家叫家樂福的超市在地下一樓，很多亞洲食品供選擇，要注意的是他不給刷卡，要去採購的話記得帶足現金。

另外，西宿舍附近的購物中心 Complex Desjardins，裡面有一間叫 Dollarama 的銅板商店，凡日常用品幾乎都可以找得到，價錢也十分實惠。

- 飲食

蒙特婁外食不便宜，除了要加大約 15% 的稅外，他們也有小費文化。相較之下，自己開伙真的便宜很多，超市的價格也跟台灣差不多。建議可以跟室友合買油和調味料等，只待一學期的話一個人真的用不完。

另外，加拿大是直接裝水龍頭當飲用水，但我自己都會先煮沸過再喝，或是宿舍一樓和學校有飲水機可以裝，嫌麻煩的話建議可以到當地再買濾水壺，或直接買瓶裝水。

- 旅遊

從蒙特婁可以去的周邊城市有魁北克、渥太華和多倫多，以及美東各城市，這些地點都有長途巴士可以搭，最常搭的兩種分別是 Greyhound 和 Megabus。美加的長途巴士和火車都是越早買越便宜，前後價差可以很大，建議有出遊規劃的同學早早確定車票。

二月底的時候學校放了約一個禮拜的春假，那時我和朋友搭冰島的廉價航空，飛行時間約六小時，剛好趕上極光季節的尾聲。因為冰島的景點距離都很遠，如果不自駕的話，可以在網路上找 tour，我們使用的網站是 [Guide to Iceland](#)，供參考。除了美加地區，冰島也是一個很值得利用地利之便去一趟的地方。

注意事項

- 醫療及保養品

這邊醫療費用非常的昂貴，醫院、診所也不多，建議身體容易有狀況的同學常備藥一定要帶好，雖然學校有強制保醫療保險，但看病總是非常麻煩，小心照顧好身體才是上策。

要注意的是，加拿大這邊是不能自行購買隱形眼鏡的，要醫生開立處方籤才能購買，建議有習慣帶隱眼的同學備足數量。另外，這邊的氣候很乾燥，乳液和護手霜建議都要帶，尤其嘴唇也很容易龜裂，護唇膏一定要放在隨身包包裡備用。

- 治安

蒙特婁的治安很好，晚上是可以安心出門的，也有過幾次和朋友凌晨夜歸，一路上都很安全。而地鐵站常常會有街友出沒，其實

也不用太擔心，他們雖然有時會站在路中央乞討，但都不會做出什麼妨害到路人的舉動。

蒙特婁另一個特殊的地方是，因為這裡是大麻合法區，在路上很常會聞到大麻的煙味，不是正在抽就是剛抽完，對於不喜歡煙味的人來說會有點不舒服，但並不會因為如此就在街上遇到吸 high 的人，大麻大概就像香菸一樣的東西，不用太在意。

雖然加拿大治安很好，但還是要時時謹慎小心，不要因為大意而發生危險喔！

- 生活態度

蒙特婁真的是一個很悠閒的地方，尤其到了春天街上會有很多佈置，可以感受到加拿大人享受生活的態度。對我而言，在蒙特婁交換的這幾個月是我洗滌心靈、調整自我的寶貴時光，希望之後也要去蒙特婁的同學可以好好融入當地的氛圍，放慢步調的同時，過著心靈充實的每一天！