



首先，就先來說說整個在法國里爾 IESEG 交換的結論。能被分發到這間學校，只能說是非常的幸運。最主要原因有兩個：首先，IESEG 為全英文授課，且有大量的交換學生，因此幾乎所有的課程都開放交換學生選課，很更容易認識各地的學生和交到朋友；第二，里爾位於歐洲的中心地帶，旅遊、交通非常方便，都有便宜的客運、火車票，且車程 1.5 小時的布魯塞爾南機場(CRL)為廉價航空的大本營，距離幾個歐洲大城如布魯塞爾 1 小時客運、巴黎 1 小時火車、倫敦 1.5 小時火車、阿姆斯特丹 3 小時火車。

## ● 交換學校介紹

IESEG 管理學院位於法國，共有兩個校區，分別位在里爾(Lille)和巴黎(Paris)，屬於法國最大的私立大學里爾天主教大學的成員，因此在里爾有眾多學生，同城亦有許多其他大學，我與同期交換的學妹，均選擇里爾校區，在結束政大的推薦流程後，由 IESEG 電子郵件寄發的學生線上系統，可自行決定欲前往的校區，我們同校區有 50 多國的交換學生共約 350 名，其中來自台灣為 14 人。里爾校區目前共有四棟大樓投入使用，散落在市區，其中 Building R 距離較遠，步行距離亦不超過 15 分鐘。課程進行的教室，偶爾會遇到課前 10 分鐘更改的情況，均能隨時藉由「個人線上課程表查詢」，且同一門課不一定每天都在同一棟大樓和同間教室；考試的教室，則會於考試前一天由電子郵件通知。

## ● 課程介紹

依 IESEG 的規定，所有交換學生均須要選滿 20 個 ECTS，除了外文課程，其餘均為英文授課，分為密集課(INTENSIVE)、學期課(EXTENSIVE)和外文課。

- 密集課(INTENSIVE)為一周的課程，一門密集課為 2 個 ECTS，星期一至星期四上課，星期五視各門課的教授是否安排考試，有無考試在選課結束後的「個人線上課程表查詢」就可以知道，可同時查詢包含上課時間和教室；上課時間一天四個半小時，大部分課程由早上八點開始至十二點半，下午的課程一點或兩點開始。
- 學期課(EXTENSIVE)同台灣的授課時程安排習慣，每周都有固定時段授課，期末考時間則會接近期末時另行通知。
- 外文課亦為為 2 個 ECTS 的學期課形式，每周兩堂一個半小時，可選修法文或在選課後去選課辦公室登記成為旁聽生，而不計入學分。會依照學生的法語能力分為四階級後，再進行分班，每班多為 10 人左右，法文課以法文講授，無基礎上起來很像猜猜樂；分級有兩種方式，擇一參加即可，一是抵達法國前，學校會電郵寄出的線上測驗，二為開學周新生訓練時的現場測驗。而第一堂法文課結束後，若發現程度不符的問題，授課教授會直接進行討論，並協助轉班事宜。

正式選課開學周新生訓練時進行，正式的課表也會當場才提供，僅有兩天的時間進行線上選課，採登記制並非先搶先贏，抽籤結果會在公布於學校網站，包含該堂課的登記參與人數，而後續加退選由紙本方式進行，自行選擇志願序。選課公布後會，每位學生均會進行個人面談，面談時間自行去選課辦公室門口登記，可盡早去登記，以免面談時間均被預約滿額。面談時，老師會協助直接退選衝堂的課程，並短暫的聊聊選課計畫，而老師並不鼓勵一周選兩門密集課，但並非強制禁止，亦有許多學生維持一周兩堂密集課的選擇。碩士和學士課程均可選擇，並無身分上的限制；在正式開始上課後，甚至在加退選截止後，亦可能因選課人數過多，而於課程開始前一周被踢出課程，雖然學校會寄信通知可以加選其他課程，但就算未滿規定的 20 個 ECTS 也並非強制加選的樣子。而出國前申請階段的 Learning Agreement 僅為申請用，並非正式選課，亦不影響後續選課，IESEG 也僅提供了前一年的課表參照。

我自己希望在安排旅遊時，單一次能有較長的時間，因此選修了十門密集課(INTENSIVE)，外加登記法文旁聽，其中一周是上下午各一門密集課。每一門密集課需要花費的時間和心力差異甚大，而某些密集課的閱讀和報告份量上，的確不適合一周兩門，可多方參考大家的課程分享後稍做考量，我的兩門密集課剛好都是份量不重的課程；密集課程的另一個好處，是在每周課程分組的時候，可以快速與不同國家和背景的組員合作，且教授也多強制要求不同國家學生共同分

組。

以下是我所修習的課程：

- **NEW PRODUCT CREATION & DIFFUSION :**

十堂課中唯一沒有分組的課程，亦沒有期末考，四天的課程均由教授單獨講授，且禁止學生私下討論，但鼓勵學生發問。講授新產品整體的開發流程，以及產品生命流程和數量的推估，部分內容會發學習單一同操作計算，並收回評分；每日下課均有針對當日授課內容的問答題兩題，且可以用電腦看著教授的 PPT 作答，通常為專有名詞解釋和案例舉例。

- **LEADERSHIP AND CHANGE :**

課程上主要為教授帶領的自我探索和團體合作的小活動，並從活動中檢討而有所啟發，甚至有些活動讓部分同學之間吵起架來。期末作業為課後一個月左右繳交，2 到 6 人為一組回答 9 道問題，問題的內容很空靈，我其實也不記得課程中有提過，我跟組員就分配後上網搜尋後作答。

- **FRENCH CULTURE :**

可以迅速了解法國的文化、歷史、政經和地理，課程皆在輕鬆聊天的氛圍下進行，並且欣賞許多法國影片；加拿大籍的教授也會客觀說明現任總統馬克宏的施政方針，並且非常鼓勵不同國家學生針對相同議題發表看法，讓人特別的印象深刻。分組報告是由組別對法國的主題做 20 分鐘左右的簡報，並會列入期末考題之中，同堂各組的主題有：食物、音樂、流行、旅遊；期末考均為填充題，對非法國學生而言有難度，如全國各省分的地名配對、傳統美食配對、寫出三條法國河流、寫出三位法國演員等，雖然簡報上是都有啦！

- **GLOBAL BRAND MANAGEMENT :**

主要由教授講授簡報內容，基礎的品牌認知和分類，並在課堂中會穿插二到三人的小活動進行討論。每堂課均會指派隔日的團體簡報主題，並在課堂最後約 40 分鐘進行討論，隔日選擇自願的組別上台報告，三天共三份團體簡報機會，基本上每一組都會自願進行報告。期末考分為兩部分，第一部分為多選題，第二部分為填充簡答題，均為教授 PPT 上的內容。

- **CRM :**

課程期間相當忙碌的一門課，教授講課之外分為三部分：課內分組活動、分組期末報告、個人作業。課內分組活動：每堂課內會不定期進行分組簡報製作和上台報告，教授會當場指定的主題或依前日指定閱讀的個案內容，進行 10 到 30 分鐘的資料收集和組員討論，並完成完整的 PPT 進行報告，且單日課程內不只有一份，所以組員相互分工至關重要。分組期末報告：由指定閱讀的個案延伸成完整的 CRM 解決方案企畫，星期四最後一堂課上會公布題目，並在下周二前繳交。個人作業：依教授挑選四篇課程相關的期刊，自行挑選一篇回答教授的提問，於課後隔周二繳交；或是在課堂上針對一篇期刊進行簡報，一篇期刊由三位學生合作一份簡報，此機會先搶先贏。

- **SERVICES MARKETING :**

主要為教授簡報授課，核心觀念為分眾行銷，每堂課均會於課堂進行中穿插分組報告，兩人一組，約有 40 分鐘的討論時間與製作完整簡報繳交，之後讓兩組自願組別上台簡報並接受提問。最後一堂課會公布期末文書報告大綱，以兩人一組為單位約兩周後繳交，需針對一家企業進行分眾行銷上顧客服務的分析，並提出可行的強化方法。

- **CRM IN SMALL BUSINESS :**

課程講述 CRM 的觀念，覺得跟前堂 CRM 的內容差不多，在針對 SMALL BUSINESS 的地方，是教授在以組為單位的期末報告時，會很強調在員工稀少情況下，各組所提出解決方案的可行性，內容是針對一家企業(少於 10 名員工)做分析，在 20 分鐘的簡報時間內，教授期待時間上一半為企業介紹和現行做法，另一半為解決方案提供，且方案不得多於兩案；星期四課堂期末報告完成後，分組可依教授建議進行討論修改，並於隔日繳交 2500 字的文字檔。而課程分組活動亦為三到六人一組，每天教授均會給予不同組別文章或自行蒐集相關文章，進行列點式的歸納，並貼到臉書社團，時間為 15 至 30 分鐘，教授非常注意張貼的時間！隨後每組需要口頭發表歸納的重點。

- **INTERPERSONAL COMMUNICATION APPLIED TO NEGOTIATION :**

台灣教授，聽說很少開課，課程為互動式活動和相關理論講述，並有請外部講師協同教學。星期四為 30 分鐘分組期末報告，其中 15 分鐘為 QA，五人一組，內容為企業變革上的個案分析；兩周後，另需繳交期末報告，兩人一組，內容為團體訓練課程設計。

- **CROSS-CULTURE RELATIONSHIP MARKETING & NEGOTIATION :**

有趣愛碎碎念的教授，可以厲害的叫出學生名子，前三天為輕鬆的上課方式，聊不同文化下互動方式，並講述相關理論和統計數字，每天課堂中均會發一小篇個案，給大家做討論。第四天的為分組期末報告，教授提供四篇文章分配，一組針對其中一篇文章，利用課程內的理論做 30 分鐘簡報，其中包含 10 分鐘的教授 QA。星期五期末考，需要盡可能背起來所有上課簡報，有考名詞解釋和情境應用。分組期末報告佔 40%，個人期末考 60%。

- **CULTURAL NEGOTIATION STRATEGIES :**

笑口常開且很關心學生的墨西哥籍教授，可以從教授的表情和肢體語言感受到她對教授這份工作的喜愛。課程講述不同文化背景下的應對方式，以及談判前的目標設定和準備工作，是所有課程之中我覺得最有趣的一門。四堂課均有一個主要的課程活動，從一對一的談判、二對二的談判、多方談判，每天的組員和談判對象均不同。期末考為一份談判個案，透過教授上課講授的內容進行解答，依不同文化上的分析並提出你的談判方式。

## ● 文化交流

我有接觸到的文化交流活動，全部都是由 IESEG 國際學生會所主辦的，完全沒有參與到學校方舉行的相關活動，原先預期有擺攤介紹政大和介紹台灣的活動也沒有接受過相關資訊。而 IESEG 國際學生會所主辦的活動，可自行自由選擇參加，全部資訊包含時間和價錢會在新生訓練給予的手冊中獲得，國際學生會也會在新生訓練中說明如何報名和繳費，以下是我有記得和有參加的一些活動，基本上開學周每天都有活動，且每個月都會有一些趴踢和小活動：



### Wine & Cheese Night (2019.08.22 20:00)

5 歐，喝紅白酒，吃起司和法棍，然後大量跟各種人聊天。

### Hawaiian Pubcrawl (2019.08.23 21:00-24:00)

15 歐，分組去四家酒吧各包含一杯酒。

### Sharkayak BBQ (2019.08.25 13:00-19:00)

12 歐，跑去布魯日玩了而沒參加，聽說是烤肉趴加上有划船活動。

### L'Arriere Pays (2019.08.26 20:00-23:00)

12 歐，里爾當地的傳統晚餐，含一份個人餐點 Tartine 和啤酒一杯。

### Treasury Hunt in Lille (2019.08.27 14:30)

免費，分組在里爾市區晃，國際學生會的同學會介紹一下生活資訊和景點。

### Olympics (2019.08.29 15:00-18:00)

免費，分組的團康和運動活動。

### Tour

2019 秋季一共舉辦了四場，可上網搜尋後決定是否參加，但新生訓練周就需要報名購票，好處是交通會有專車，通常是半夜的客運從學校出發，回到里爾的時間為星期一凌晨，且不須自己訂住宿，但抵達當地後就是自行在目的地逛，還是需要自己找一下景點和該怎麼逛，且不包含午晚餐，早餐是可頌。

- 德國啤酒節 Oktoberfest (2019.09.21-22) 沒參加，依參與的同學資訊，學生會並沒有預定喝酒的帳篷，所以要自己去找沒人的空位，住宿是百人通鋪的帳篷，且需要自備睡袋。同學他們啤酒節兩天結束後直接前往新天鵝堡和奧地利繼續旅遊，放棄原有的回程車票。
- 聖米歇爾聖山 Mont Saint Michel in Brittany (2019.10.05-06) 我唯一參加的 Tour，價格 120 歐，含聖米歇爾聖山頂修道院的入場門票，另外有安排焦糖工廠、蘋果酒工廠參訪，以及另一個城市 Saint Malo 和住宿的城市

Rennes，整體覺得蠻值得的。

- 盧森堡 Luxembourg (2019.11.16) 沒參加，我和同學是自行前往，從布魯塞爾搭客運過去三小時，但盧森堡下車處在城市外圍，需要再轉公車進市區，整體來說算方便的，盧森堡我認為住一晚比較充足。
- 史特拉斯堡聖誕市集 Xmas Market in Strasbourg (2019.11.30-12.01) 沒參加，我和同學自行搭火車前往，車票和住宿都要盡早安排，住宿不好訂且價格會漲價，但自己去整體來說頗方便的，也可以再搭火車順道逛逛附近的城市-柯爾瑪。

### Buddy Program

自行決定是否加入，加入就會有一位法國 Buddy，於 9 月初舉辦一個讓雙方認識的見面會，之後就可以再私下約啦。我們此次的申請方式，是在抵達法國前，國際學生會有寄一封說明的 email，然後附上申請連結，內容有收集一些個人興趣，期望多久能見一次面、有趣的心理測驗等等的問題，再由他們整理後分配通知雙方誰是 Buddy。

### Farewell Party (2019.12.04 21:00-03:00)

在家趕作業，沒去參加。

## ● 交換注意事項

### 帳戶

#### - 當地銀行 BNP

學校會在新生開學周安排法國當地的銀行 BNP 到學校，協助學生處理開戶事宜。開戶時需要攜帶以下證件，有效證件(護照、簽證)、租房合約、水電費帳單(跟房東索取)、在學證明。接下來就到學校去填表銀行的表格，都會有人從旁協助，這部分效率還蠻高的，所以不太建議自行找其他銀行或先行去開戶，因為開戶需要事前預約不是隨時可以處理，和大多銀行和行員不熟悉短期學生開戶流程，反而後續需要等待更久或補件，以及行員們的英文溝通上是有困難的，表格與合約也都是法文。

學校填寫完開戶文件後，就是回住處等三封實體信，應該分別是 APP 登入帳號、APP 登入密碼、提款密碼，總之三封信收到且登入 APP 後，可以在 APP 和信中確認開戶的分行為哪間，我們這期一共有三間分行協處理，然後就可以去該開戶的分行領取提款卡，我自己三封信等了一個半月。

開戶一樣必須到開戶的分行，攜帶提款卡、護照，直接跟行員說你要開戶，對方就會給你一張開戶申明書，填寫完成後就會連同提款卡一起收走，前後十分鐘左右且不需預約；若要將餘額轉到其他帳戶，就需要該帳戶的影本帳戶資訊，所以我是將餘額紙鈔的部分全數在 ATM 領完，不能領的金額去隔壁的家樂福盡量湊完，零頭就送給銀行了。

## - 網路銀行 Revolut

這家網路銀行基本上跟 BNP 功能完全無差別，好處是效率高，實體卡寄送快，完全透過 APP 線上申請和認證，消費金額即時顯示在 APP，我後來有朋友因為遲遲等不到歐洲銀行的情況下，趕緊先用這轉房租給房東；最主要可以在線上換取多歐元以外的外幣，且透過當地合作銀行的 ATM 直接提領免手續費的現金(可以在官網找到列表)，省去攜帶大筆歐元前往旅行，以及當地直接換匯匯率很差和收取手續費的風險；而這張網路銀行的錢，可以用刷卡刷進去，或用銀行轉進去。簽證效期三個月以上，就符合辦理資格，然後利用優惠連結申辦可以有免費實體卡寄送或歐元回饋。

## 電話網路

推薦 Free Mobile，一個月 19.99 歐，網路法國國內一個月 100G，歐洲他國 25G，幾乎包含全歐洲的國家，我只有去波士尼亞與赫塞哥維納(Bosnia and Herzegovina)是沒有包含的；不過在法國國內的網路不算好，離開法國會接到當地國家的電信商，反而非常好。另外有 9.99 歐的方案，差別在流量較少，包含的國家較少，記得交換生常去但不包含的有英國和瑞士。

## 交通月票

如果住宿較遠或上下課需要搭乘地鐵和公車的同學，可以考慮辦理月票，26 歲以下為 29.5 歐一個月，以上則為 59 歐一個月；地鐵和公車單次票 1.65 歐、地鐵票三站以內 1.05 歐、十次票 14.5 歐，不記名票卡需要加 0.2 歐，票卡可再次到捷運站充值月票之外的其他票種，公車上僅可購買單次票，但無法充值。月票辦理需要到 Gare de Lille Flandres 捷運站的服務處記名申辦，因為需要證明有在當地居住，要攜帶以下資料：有效證件(護照、簽證)、租房合約、水電費帳單(跟房東索取)、在學證明、大頭貼一張，辦理完畢會取得一張另付費 5 歐的記名卡，而之後充值下個月的月票和所有票種，都可以使用這張卡到機器充值；機器充值月票，會從充值日當天開始計算天數。而開學的前後幾周，因為申辦人數眾多，所以都要等蠻久的，我自己等了約 1 小時左右，等待時會有服務人員協助填寫申請表格。