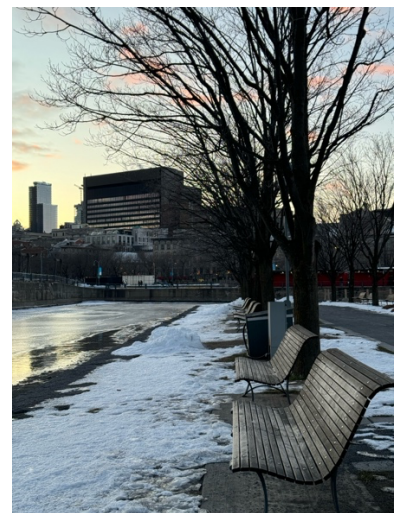


Fall 2024 HEC Montréal 生活報告

葉佐兒 金融三 111302025



Bienvenue à Montréal !

（一）學校介紹

HEC Montréal 位於加拿大魁北克省，是當地數一數二的商學院，以法語授課為主，但同時也提供英語授課課程，讓世界各地的學生都有機會在這裡學習。HEC Montréal 和 Polytechnique Montréal 皆屬於蒙特婁大學 Université de Montréal 開設的附屬學院。

HEC Montréal 本身沒有校區，只有三棟教學樓，分別是 Côte-Sainte-Catherine (CSC), Decelles 以及 Edifice Helene-Desmarais。課程主要集中在前面兩棟大樓，CSC 位於 Metro 藍線的 Université de Montréal，出站往右轉步行五分鐘即可到達。Decelles 位於 Metro 藍線的 Cote-Des-Neiges，出站後步行 10 分鐘即可到達。兩棟大樓之間可以搭 51 公車往返，或是走路 15 分鐘左右。此外，這兩棟大樓都有 cafeteria 和 COOP（書局&紀念品店），但只有 CSC 有圖書館（可辦理學生證），Zone Info 則在 Decelles（繳保險費、計算機認證貼紙）。Edifice Helene-Desmarais 位於市區橘線的 Square Victoria-OACI，之前有路過一次，但沒進去過，目前沒有課在這棟大樓～

（二）課程資訊

> 選課

HEC 對交換生的規定是每學期**最低學分為 12 學分**，也就是 4 門專業課或 3 門專業課 + 1 門語言課，最多可以修到 5 門課！第六門的話只能選擇語言課。我一共選了 3+1 的課（具體上課內容請看電子報三）。這邊選課是用**先搶先贏**的方式，詳細的選課細節可以查閱國際處的寄的教程，只要跟著教程選即可！當初學校有提供一份 excel 清單，裡面有當學期開設的所有課程，同時註明了上課時間和授課語言。建議可以先選 5 門課，若之後不想要上則在加退選前退選就好。語言課部分，學校會在開學前寄信詢問要不要選語言課，若要修的話，記得完成線上測試，完成後會根據程度分級，並自動把課加到你的課表裡，我們是不能自己在系統上選的！以法語課為例，我當初的測試只需要在第一題選擇「完全零基礎」，學校就把我分到初級法語班。課程規劃部分，需要注意上課時間、授課語言、**期中期末考日期**！HEC 的期中期末考是另外安排一週來進行，考試時間和地點都是另外安排的，有時會在週六，千萬不能撞時間！期中期末考日期可以在選課系統查到～

> 上課心得

英語授課的課程交換生佔大多數，本地生基本上都會選法語授課的。這邊的教授很注重課堂參與，會有很多課堂互動，身邊的同學都會積極回答！英語口語不好的同學也不用太擔心，大多數交換生和本地生的母語也不是英語，只要自信地把自己的想法說出來就好，沒有對錯之分。個人經驗是不要和本地生同組，他們超級無敵雷！！

> 常用網站

校內常用的網站主要是 HEC en ligne (inccu)、ZoneCours (Moodle/WM5)、outlook 郵箱。開學前需要在 HEC en ligne 完成個人資料更新，可以下載錄取通知書、選課、查看成績單等等。開學後主要都是用 ZoneCours，裡面有課程大綱、教材、ppt、行事曆等，上傳作業也是用這個網站！郵箱的話都是使用學校的 outlook！除了一開始的信會寄到你政大的 email，之後所有的資訊學校都會寄到 ____@hec.ca

> 校內 wifi

學校 wifi 帳密用 HEC en ligne 登入就好！如果之前有在政大連過 eduroam 的話，在 HEC 也可以直接連 eduroam，非常方便～

（三）生活及文化交流

> 蒙特婁氛圍

蒙特婁是魁北克最大的城市，也是我認為加拿大最漂亮的城市！蒙特婁官方語言是英語和法語，但是不會法語的人也不用擔心，說英語也完全能活哈！當地人打招呼都會以「Bonjour, Hi」開頭，根據你的回答再決定和你說哪種語言。我一開始很喜歡回店員 bonjour，結果對方一頓法語輸出，我一個字也沒聽懂，就和對方說「excuse-moi, je ne parle Français, anglais s'il vous plait」（不好意思，我不會說法文，請說英語好嗎）。在蒙特婁，基本上人均都會英法雙語，日常生活不會有麻煩，我在這邊的四個月只遇到過一個不會說英語的店員，最後是用 google translate 幫忙翻譯的，其他的溝通完全沒問題！

蒙特婁是一個先法語後英語的城市，這邊的所有路牌、指示牌、招牌等等都是法語！餐廳的菜單大多數有法英雙語，但法語文字會比較大，只有少數的餐廳是全法文，可以在出發前先學幾個常用的法文（如：雞肉 poulet，牛肉 boeuf，雞蛋 oeufs 等）！這邊是可以用法語點餐的，若是在麥當勞等快餐店的自助點餐機點餐則自己切換成英語就好，完全不用擔心。比較需要注意的是公共交通，捷運/公車站的路線圖、指示牌和廣播全都是法語（只有售票機有英語選項）！但搭捷運的流程都是一樣的，知道自己要往哪個方向就去哪個月台上車就好。如果遇到緊急或停運狀況，聽不懂廣播就問旁邊的路人發生什麼事情就好。

另外，我覺得蒙特婁人真的真的非常 friendly！司機永遠以行人為先，千萬不要傻傻站在路口等車先過，你只會收穫無數個司機招手讓你先過～還有一次我和朋友在超市研究要買哪個牌子的義大利麵比較便宜，這時路過的阿姨直接和我們說前面有一箱在打折的，可以往前看看！而且在蒙特婁真的很少會遇到亞洲面孔，只有在 McGill 和市區附近才會有比較多中國人，其他地區真的很少很少。相反，溫哥華多倫多就有比較多中國人，溫哥華甚至都能在機場看到中

文標示，走在路上時不時都可以聽到中文。蒙特婁的城市建築也非常歐式，老港區那邊簡直和歐洲一模一樣！魁北克市就更加歐了！我超級喜歡蒙特婁的氛圍，會讓你覺得真正地到國外了，和多倫多/溫哥華完全不一樣！

> 天氣

非常非常推薦秋季來蒙特婁交換！可以體驗好幾個不同的季節氛圍，先經歷 8 & 9 月的溫暖的夏天+涼爽的天氣、再到 10 月楓葉盛開的季節、11 月再慢慢入冬、一直到 12 月初才下初雪！

（沒錯，蒙特婁 2024 的初雪是在 12 月初，我等了好久才能堆雪人 QQ）我八月剛到的第一個禮拜經常下雨，但本地人幾乎都不怎麼撐傘，路上只有我拿著雨傘走哈哈，買了穿防水外套後我的雨傘也很久沒出現過了。10 月氣溫在 10-18 度左右，出門時要注意早晚溫差，10 月末/11 月初就開始穿上 winter jacket！11 月中末就開始出現零度以下的氣溫，12 月初下雪後就真的很冷很冷了。[日常穿搭和衣物準備會在電子報提到！](#)

> 加拿大消費稅及小費文化

在加拿大外食要做好心理準備(錢包也要準備好 XD)，除了要給 15% 稅以外，還要再給 15% 小費… 當然，每個省的稅都不一樣，蒙特婁偏偏是最高的 15%，真的是雪上加霜哈哈！但是，只要你去超市買生鮮產品就不需要給稅，所以我基本上都是自己做飯吃，體驗到時不時都在逛超市的留子生活，交換後廚藝也增進了不少！至於小費的話，多數是 15% 起跳，在結帳時刷卡機會出現四個「建議的 %」，如果不想要給系統建議的 %，可以按下面的「custom/skip」再自己調整就好～若是用現金付款就可以自己算好要給多少小費。我的經驗下來，只有 Chinatown 的中餐廳服務員會[強制要求](#)你給小費，其他的餐廳就算你沒給小費服務員也不會怎麼樣，但是在北美不給小費對他們來說是一件蠻沒禮貌的事情，撇除服務態度不好之類的。

> 社群資訊

IG 我有關注之前學長姐推薦的@mtlblog，上面經常會更新當地的生活資訊。我也有加入幾個 Facebook 社團：

- 我是台灣人，我在加拿大
- TIM-台灣人在蒙特婁：中秋節會有聚會，但我沒參加～
- 康科迪亞大學台灣學生會：是 concordia 大學的學生會，當時有一個新生交流活動所以加入了，後續學生會會長有舉辦秋季踏青和萬聖節活動～
- Aurores du Quebec：魁北克追極光的群，若有極光大爆發時，群裡會有人通知～

(四) 注意事項

> 入學文件

3/25 收到第一封 HEC 的 email，裡面包括錄取通知書和 HEC en ligne 帳密。需要在規定期限內在系統上傳護照和出生證明（英文版）。3/28 收到第二封信關於線上 orientation 說明會。

> 簽證

我是馬來西亞的同學，簽證申請方式與台灣同學有所不同，會在電子報中說明。台灣護照到加拿大可享受免簽計畫，交換一學期只需要上網申請 ETA (CAD \$7) 即可。學期間有計劃到美國旅遊記得也要申請 ESTA，具體的申請過程可以上網搜索或參考其他同學的心得。

> 治安

我覺得蒙特婁算是相對安全的城市，以在蒙特婁生活的四個月的經驗來說，我沒有遇到任何被騷擾或是感覺危險的時候，但出門在外依舊要自己注意安全，晚上也不要一個人在外面走。如果遇到 homeless 乞討，不理會他們就好，可以假裝沒看到或拒絕後快步離開。比較亂的地區基本上都是在 downtown area，像是 Guy-Concordia/Places-des-Arts 那邊。

> 機場 to 市區

我是早上八點落地蒙特婁，因行李較多，所以直接搭 uber 到租屋處，共\$40 含小費。如果有朋友接機/行李少+扛得住的同學可以考慮買一日票\$11 搭 747 公車到市區，再轉地鐵到租屋處，價格會便宜很多，但缺點是需要自己扛行李（公車上有行李架，但有些地鐵站沒有電梯，只有手扶梯）。747-1 公車可以直達市區橘線 Berri-UQAM，747-2 公車可以直達市區綠線/橘線的 Lionel-Groulx 站。747 公車是 24 小時營運的，但地鐵末班車是在晚上 12 點左右。

> 國際駕照

非常建議會開車的同學一定要在台灣換國際駕照，自駕遊真的很方便+省錢！這邊的租車軟件是 Turo，租車時記得要查看 T&C 及買保險。租車時間是以開始時間計算的，比如租一天，從 2/25 11am 開始拿車，可以到隔天 2/26 11am 還車。還車時注意是否要洗車後再還。

> ISIC 國際學生證

出國前我有辦理國際學生證，但在加拿大和美國完全沒用到:< 景點買門票只要出示 HEC 學生證即可。

> 最佳交換季節

就如前面提到的，秋季是最佳的交換季節，除了不用一下飛機就被零下 20 多度的大雪迎接，還可以體驗到北美的萬聖節/聖誕節！小朋友會在萬聖節時穿著不同的裝扮挨家挨戶按門鈴討糖果～聖誕節則整個城市到處都是聖誕裝飾，有些住家也會在門外擺放聖誕老人聖誕樹等等，市區也會有聖誕市集和聖誕遊行，非常有氣氛！如果幸運的話，還會碰上 White Christmas～

(五) 整體心得

Montréal = 聽不懂的法語 + 冬天-20 度是家常便飯 + 在-17 度晚 6.出門考期末 + 道路永遠都在施工 + 15%超高稅率 + 薯條加起司就是一餐 = 依然讓人又愛又恨無法自拔的城市

在 Montréal 的四個月是我人生中最開心、幸福且自由的時候。每一天都是新鮮且充實的，除了上課，就是不停地玩樂，沒有學業壓力，也不用打工實習。週末可以用坐到飽地鐵卡在蒙特婁閒逛，或是躺在皇家山鴨子湖上放空；每個星期都在計劃下一趟的旅行，這週去多倫多、下週去班夫、下個月去溫哥華。有人問我，交換是什麼樣的感覺？我想了很久，發現這問題似乎沒有固定的答案，對我而言，交換是一場注定會醒的夢。每當我翻開相冊，那些鮮活的 live 圖，我總是會想，我曾經在這裡生活過，但又不能永遠地屬於這裡。離開蒙特婁的前幾天，朋友問我，你後悔來交換嗎？我毫不猶豫地回答，不後悔。在這裡，我可以隨心所欲的做自己。Montréal 帶給我的四個月，不僅僅是學習上的收穫和開闊眼界，還認識到了世界各地的朋友，建立了良好的 networking。我也很幸運地遇到幾個讓我會好好珍惜的朋友！感謝當初填志願時，毫不猶豫把 Montréal 作為首選的自己，我在這裡收穫了一段用再多錢也買不了的回憶。如果再給我一次機會，我依然會選擇這個全是聽不懂的法語城市。Merci beaucoup，感謝這趟旅程中所有的遇見。

最後，祝福即將前往加拿大交換的學弟妹都能收穫一段特別難忘的回憶！Bonne chance！

如對加拿大交換有任何疑問或相關問題，歡迎隨時聯繫我～

Email: ycassie0530@gmail.com

Instagram: cassieyapp

Facebook: [Cassie Yap](#)

**如果哀居沒有接受好友請求，再麻煩寄信和我說一聲！