

## 輔仁大學學生赴姐妹校交換研修心得報告

|              |  |      |                  |
|--------------|--|------|------------------|
| 姓名           | 孫捷   | 撰寫日期 | 2024 年 07 月 22 日 |
| 院系所          | 外語學院 法文系/所   |      |                  |
| 研修學校         | 中文：里昂天主教大學   |      |                  |
|              | 英文：Lyon Catholic University-ESDES  |      |                  |
| 研修系所<br>(課程) | 系所:Business and management<br>[第一學期]<br>Digital marketing strategy<br>Introduction of marketing<br>Project Management<br>French conversation<br>French language<br>Market research<br>[第二學期]<br>luxury Industry<br>Graphic design<br>Digital marketing project |      |                  |
|              | 自 2023 年 09 月 04 日至 2024 年 04 月 30 日止  |      |                  |

### 一、研修學習概況與心得

#### [關於上課&選課]

我申請的交換計畫是校級一學年的英語課程，所以即使有法文檢定的證明也不能選修法文授課的課。學校商學院的課程還蠻多元的，基本上整個商學院的課都可以選。秋季開學前會在六月底七月左右收到選課的郵件通知，而春季開學則是在秋季學期期末(12月聖誕節假期之前)收到。

法國的選課不會一開始就知道上課時間，都是要到開學第一週教授決定好時間之後才會公布課表(而且時間還不一定準確...)，選課採搶課制度，但在台灣的大學搶課簡單的多，採 Google 表單填表方式選課，而且在開放搶課的五分鐘內幾乎不會有其他人跟你搶，只要看好課表在第一秒點進去就能選到所有想要的課(要注意有沒有衝堂喔!)。

上課時間相對彈性(指的是老師很彈性不是學生很彈性...)，會很常遇到突然調課或放假的情形。有些課會集中在一、兩個月內上完，也有些課每週一節，配合學期

的總上課週數。以下會針對我選的課逐一介紹一下，也讓大家對課程名稱和可能會教的內容有一點概念。

### [關於考試和報告]

基本上每堂課都會有一個期末報告，但只有 4 ETC 的課程會有期末考試(筆試)。期中考試或作業報告的形式每個教授會有不同，如果想要選擇比較輕鬆的課，建議選擇 2 或 3 ETC 的課程就好。報告的難易程度會取決於小組成員和課堂內容，除了口頭報告某些課教授會要求書面報告，筆試大部分是申論題(我自己完全沒遇過申論題以外的就是了)。

### [我修的所有課程]

#### 1.Digital marketing strategy

期末考/筆試+期末書面報告+期末口頭報告

報告題目：法國樂高企業 Playmobil 的數位行銷策畫(pitch)

這門課是一個老老的法籍男教授，教授人很好，但他上課實際教的東西跟他出的報告內容完全無關，內容都是廣告業或是行銷產業偏理想面和創意面的理論，例如他會給我們看很多可口可樂往年的廣告，但不會具體解釋廣告所應用的技術和思考層面，所以報告的方向需要靠自己摸索。

#### 2.Introduction of marketing

期中考/筆試

期末考/筆試+期末口頭報告+期末書面報告

報告題目：為法國市場研發一款從未上市過的飲品(以企業角度)

這門課是一個來自英國的女教授，叫 Katherine Betts，他同時也是 UCLY 國際辦公處的主任，我兩學期都有修到他教的課。這是我上學期修過最忙碌的課(但不是最難的)，作業、考試跟報告多到不行，每週兩小時的課教授已經撥一個小時的時間讓我們討論，但我們小組還是需要每週至少撥兩天去咖啡廳討論。教授對報告要求非常高且非常嚴格，在主題的選擇上非常刁鑽，在數據、產品理念、銷售方案等方面給予很多指導，做完這個報告我都覺得我可以開一家公司了，算是很累但收穫頗多的一門課。但我必須說要忍受這個教授需要有一定的抗壓性，而且上他的課只要遲到一秒就會被鎖在門外(你沒看錯就是一秒)，因為他 9 點 59 分 59 秒就會站在門邊準備鎖門，我有朋友因為遲到變成曠課三次，直接被迫退課，如果開學第一週在課表上看到他名字，慎重考慮一下!

### 3. Market research

期末考/筆試+口頭報告+書面報告

報告題目：自定義一個現在法國校園的問題，用市場分析的角度完成一份分析報告

這門課是法籍女教授，有濃濃法國口音但英文很好。這是我上學期修到最難的課，如果有完全不會用 Excel 做數據分析(尤其樞紐分析)的人千萬不要選。這是他們商管學院三年級的選修課，除了要學市場分析的概論之外還有數據分析的實操，也會需要設計問卷取得第一手資料(所以小組一定要有人會法文)。

### 4. French conversation / French language

這兩門課合併在一起講，基本上法國的語言教學就是快樂學習至上，所以像我這種很需要老師逼我學習的人第二學期就沒有再上法文課了。因為我們學校有設置附屬語言學校，所以兩位老師都是從語言學校過來的，上課真的很輕鬆快樂，每堂課都在玩遊戲跟鼓勵發言，不過語言的課程都是早八，沒有例外! 另外，我有問過我一些法文零基礎的同學，他們說如果完全零基礎不適合選法文課，因為老師是用法文教法文，學校沒有規定一定要選，所以大家自行斟酌囉!

### 5. Project Management

在 UCLY 一年最喜歡的課! 這門課沒有任何作業跟考試，但是選這門課的所有人會一起組織一場 UCLY 的大活動—Global Village 國際文化節。這場活動會邀請在學校的國際學生去介紹自己的國家和文化，而我們就是統籌的角色，喜歡辦活動的人很推薦可以選這門課唷!

### 6. luxury Industry

期末考/期末口頭報告

報告題目：依照奢侈品產業各領域去介紹該領域龍頭企業(EX: 皮件類組別介紹 Hermès)

這堂課的教授非常厲害，是曾任職於 L' oréal 和 LVMH 市場和行銷等部門的業界人士，現職法國區 Dior 行銷總監。課堂大部分是產業的 insight 還有 case study，每堂課會有一個主題，比較像是在聽演講然後討論。奢侈品產業的範圍很廣，所以會橫跨珠寶、美妝、服飾、汽車、葡萄酒等，期末報告的難度適中，教授也蠻細心引導方向，而且因為是現職的業界人士，對於產業變動和現在的市場情況掌

握透徹，課堂上也很常給初一些時事案例，對奢侈品專業有興趣的可以選看看！我有同學有成功跟教授拿到 LinkedIn connection 和推薦信唷！

## 7. Graphic design

期末考/上機操作

考試題目：過去 8 堂課教過的 icon

這堂課教的是 Adobe Illustrator，教授是一個精通各種平面設計的年輕俄羅斯老師，上課非常輕鬆，老師會用大螢幕示範，大家基本上就是無腦跟操作。這個課程只有為期兩個月(大概 8 堂)，所以上完不會變成 AI 高手，但是基本的構圖和簡單圖標 icon 已經沒有問題，我覺得有想要學 AI 的話這堂課是個打基礎不錯的選擇！期末考也不難，而且老師會一直跑下來偷偷教你哈哈哈哈，有認真上課記步驟是沒問題的！

## 8. Digital marketing project

期末考/期末書面報告+期末口頭報告

報告題目：Gap (服飾品牌) 的數位品牌重塑 (Rebranding)

這堂課跟上學期的 Introduction to marketing 的教授是同一位，英國女教授。跟前面提到的那堂課很像，每堂課會有一小時上課，一小時討論，然後每星期要交進度作業(就是做到哪都要有一份書面文檔跟老師報告)。我覺得這種課好玩的地方是發想空間蠻大的，但要結合現實面去做實際考量的時候就會超級困擾，喜歡行銷領域的人可以多選選這種課，會有蠻多模擬實作的機會！

## 二、研修學校 (機構) 概況與心得

### [地理位置]

Tramway T1/T2 : Place des archives (走路一分鐘)

Metro A : Perrache (走路 5-7 分鐘)

UCLY 大概是全里昂最方便的學校了，我們學校就在 Perrache 火車站和輕軌 T1、T2 的正前方 100 公尺，學校門口就是咖啡廳，轉角處有藥局，附近吃得算多，輕軌兩站可以到大型商場(ex:家樂福)和鬧區，Metro A 線直達或轉車都能到里昂各個著名景點或熱鬧的地方，這間學校的地理位置可以說是挑不出毛病。

### [學校生活]

到學校的第一週學校(ESDES)會組織一些活動給交換學生和當年入學的國際學生

參加，他們有一個學生組織 ISC 專門舉辦給國際學生的活動，學期間也會有學校帶領的如酒莊參訪(品酒)、滑雪、與法國家庭吃晚餐等等。

UCLY 超級愛辦活動，我沒有特別問過其他在法國的同學，但每週至少一次派對已經讓我覺得很多了。他們的學生會非常積極在組織活動，學校大廳每週大概會有兩個不同的社團或組織擺攤，遇上學生會選舉的時候整個學校根本就是一個大型遊樂場，連充氣蹦床都搬進學校(對就是遊樂園給小朋友玩的那種超大型蹦床)，然後音響的音樂會放到最大聲，上課會突然有一整群人衝進教室大鬧一場再出去，法國教授們感覺是非常習慣了，除了上課會有點被打擾之外，活動都是非常好玩的! 中午或空堂的時候大家會約一約去吃東西(免費的!)、玩設施，晚上約去 party 等等，可以盡情體驗當地學生生活!

另外就是，UCLY 這間學校總共有 2000 多位國際學生，學校行政對國際學生十分友好，他們有專門處理國際學生的辦公處，重要資訊也都有英文版本，遇到任何法國行政問題(如申請房補、社保、銀行卡等)都可以預約諮詢或尋求幫助。當時我申請社保時遲遲等不到郵件，轟炸他們郵箱五次、打電話也沒人幫我處理(只會告訴我正在處理...)，後來我請辦公室的老師幫我，他們一通電話打過去 30 秒後我就收到郵件了，真的幫了我大忙!

### [關於住宿安排]

老實說學校這邊的安排是不錯的，有很多選擇，但宿舍那邊問題太多了。

我們學校一學年的交換生可以申請學校配合的 Crous，原先我被通知 Crous 已滿額，所以我被安排到里昂八區新建的宿舍，後來在出發前兩天，我突然又被通知要換到 Crous (但不是我申請的那間)，所以我就莫名其妙地住進了 Crous Residence Benjamin Delessert。入住當天挺麻煩的，還蠻多宿舍的報到手續都在這間宿舍辦理，我原先申請的那間也要先到這邊繳費拿鑰匙才能入住，搭電梯要先走大概十階樓梯，扛大型行李真的非常辛苦。

- 房租 (未申請房補前): 406 歐
- 房租 (申請房補後): 220 歐
- 房型 : Studio (獨立衛浴和廚房設備)，6、7 坪左右

整體來說這間宿舍的設備是齊全的，不過很老舊，相比之下我其他同學住到的

Crous 屋況就好很多。大門有兩道門禁，安全方面我是沒遇到甚麼問題，但晚上六點櫃台下班以後幾乎沒什麼人在管，只能靠住戶自己注意是否有陌生人近來。信箱可以收信，但宿舍不代收包裹，櫃檯和宿舍人員九成五不講英文，運氣好的話會遇到能幫忙翻譯的學生或年輕櫃台人員(但機率不大哈哈)。

- 公共設施：

- 1.洗衣房：四台洗衣機/三台烘衣機，洗烘一次都是 3.3 歐(貴死...)，可以刷卡跟行動支付

- 2.自習室和公共空間：樓下有一間自習室和一個娛樂空間，娛樂空間沒有人管理所以基本上已經在養蚊子，自習室蠻多人會在那邊討論報告。

- 3.垃圾場：這邊垃圾集中管理，自己買垃圾袋拿下去丟就行(沒規定垃圾袋)，大型廢棄物還是要分類一下，其他基本不用。

- 宿舍總體評價：

缺點：這間宿舍房間的燈是黃光，而且很弱，不買檯燈的話在書桌看東西是很吃力的，我住的那間(4 樓)和我朋友住的那間(2 樓)廁所長時間有非常奇怪的味道和噪音，而且我到櫃台反映他們也無法處理，這一年我都靠著大量廁所香氛和沖水香氛度過，我想我們應該不是特例，他許多管道是相通的，水槽易堵塞，前期搬進去還會有髒水逆流跑上來。最後，他隔音非常差，而且樓下是酒吧複合式餐飲，每週三、五、六晚上會 party 到至少凌晨一點，我在四樓的房間都能明顯感覺到電音舞曲的震動，淺眠的人真的慎選。

優點：去過學校附近很多朋友的宿舍，這間宿舍的地理位置算很不錯，附近吃的很多，賣場 Auchun 步行十分鐘，輕軌 T2 步行十分鐘，Metro B 線 Place Jean Jaurès 步行五分鐘，公車站也很近，去 Part Dieu 商場或轉搭機場快線、火車都半小時左右而已

- CAF 法國房屋補助

房補有申請有差，千萬不要怕麻煩，申請 Crous 的話每個月直接從宿舍那邊扣，自行租房的話會匯到你的帳戶裡，跟法國行政打交道請秉持永不放棄和死纏爛打的精神，如果有需要房補申請教學的也可以參考我之前整理的攻略，連結我放下面。

[2024 法國房屋補助 CAF 全攻略/](#)

### 三、生活體驗與心得

#### [關於交通]

里昂的公眾交通包含地鐵(Métro)、輕軌(Tramway)和公車，所有的公眾交通由 TCL 這間企業包辦，學生辦 TCL 學生卡每個月 25 歐，可以所有交通工具搭到飽，實在划算到不行。建議到里昂的前幾天就找個工作日去 TCL 的辦事處(Metro A/D 線 Bellcour 站)辦好，每個月到地鐵站或輕軌站的機台加值即可。

#### [里昂機場/市區]

里昂機場到市區除了 Uber、bolt 和機場計程車之外，也有機場快線的選擇。機場快線連接機場 Aéroport de Lyon Saint Exupéry 和里昂主要火車站 La Part Dieu，時間大概 30 分鐘，是很便捷的選擇。但我建議第一天到里昂，如果行李多的人，或是力氣比較小的女生，還是直接叫車最好，到市區大概 40-45 歐左右，因為地鐵電梯或手扶梯時不時在整修，又人生地不熟的話比較危險。

#### [生活體驗和心得]

比較重要的課程、住宿、交通和每日三餐大概是這樣，其他關於旅遊、娛樂和其他生活上的細節，很多網路上的文章都有分享，可以多爬爬文，多出去走走體驗新事物、多參加活動、多交朋友。個人真的蠻推薦小紅書這個平台，先不要對這個社群平台有偏見，我在法國遇到很多困難(ex: 法國行政)或旅遊安排行程時，小紅書真的給予我很大的幫助。

我覺得里昂是個很適合生活的城市，多元化和國際化或許比不上巴黎，但娛樂還是挺多的。天氣好的時候很適合到河邊吹吹風或曬曬太陽，時常會有市集或是藝術節之類的活動，酒吧、餐館也不少，秋季交換的同學可以體驗到每年十月的里昂燈光節。另外，里昂算是台灣人蠻多的城市，有很多凝聚台灣人的組織，這些組織也時常舉辦活動增進台法交流，有機會可以到臉書找找看相關粉絲專頁。

里昂是法國第三大城市，也是大家所說的法國之胃、美食之都(雖然我吃了一年還是沒吃懂)，想要深刻體驗法國生活又重視生活機能的人，這個城市無疑是首選。他的交通狀況相對穩定、市民友好，治安優於巴黎和馬賽，而且物價和租金相對比較低。很多人說法國人不太講英文，里昂人普遍英文還算是可以的，而且他們願意講，但百分之百的人都會先用法文跟你溝通，去公家機關辦事時辦事人員大部分拒絕講英文，所以不會法文可能會有點痛苦，但里昂人普遍很友善的!

很棒的一點是，里昂地理位置位居法國中部，所以去法國的其他城市都不遠，搭 TGV 去巴黎只要兩小時，尼斯 4-5 小時(看有無轉車)，法國有名的小鎮如 Strasbourg、Colmar、Annecy 都搭法國鐵路或巴士(Flixbus)就可以到，瑞士日內瓦搭火車只要一個半小時，完全實現出國一日遊欸! 這麼棒的城市大家還不選嗎 ~~~加上里昂有自己的機場，如果搶到歐洲廉航機票，台幣 600 飛出國都不是問題!

總而言之，出國生活不論時間長短都是一場冒險，只要放開心胸、勇敢迎接挑戰，就會有很多很多收穫的!

#### 四、照片分享

|   |  |
|---|--|
| 學校組織的里昂城市尋寶活動   | 籌辦學校國際文化節 Global Village   |
|   |   |
| 和朋友周末去巴黎玩   | 參加 Erasmus 聖誕小鎮周末遊   |
|  |  |



UCLY 辦的派對



除夕夜與在里昂的台灣人吃年夜飯



與法國家庭吃晚餐



交換學期末的 Farewell party

