

交換生活報告

國貿四 吳斯琪

①交換學校介紹及課程：

ESADE 為西班牙商法學院名校，我交換的商學院分校在 zone 2 的 Sant Cugat，離巴塞隆納市區有段距離，需要搭乘 FCG 小火車去上學。

雖然 Sant Cugat 是個有點偏遠的有錢郊區，但是生活機能完整，學校甚至還有自己的健身房「Corner 4」（除了沒泳池以外，其他設施、課程都很高級好用，我買了 4 個月的會員，114 歐，比外面健身房便宜許多）。如果你的選修課程很多，對市區娛樂也不是很在意，又想要在學校密集健身的話，可以考慮學校單人間高級宿舍（一個月 800 多歐含水電，有人管理）。

至於交換課程，我除了參加兩個禮拜的密集西語課(共 40hr, 2ects)，還選修了五堂課，以下分別介紹：

(1) Change Management for Service Excellence(4ects)

這堂變革管理共分成 10 堂課，共兩個教授授課。前五堂課的教授在業界專精於醫療健保的領域，上課可以聽到很多醫療相關領域的案例；後五堂的教授喜歡用個案來討論變革管理。整體來說，這門課聽授課比例比較高，但也算注重發言、小組討論。沒記錯的話，整堂課無考試，共有兩個小組上台報告，兩份個人 essay，還有上課時的個案討論（課前需閱讀 essay）。難度不會太高，給分算甜，整體來說還不錯，可以學到蠻多理論和但又有個案可練習。

(2) International Economics (5ects)

這堂課出席不佔成績，50%期末考，50%一次團體上台報告；上課方式為聽教授講課。私心認為，如果修過經濟學和其他金融相關課程可以不用修這堂，因為教授講的比較基礎/理論，很多台下同學都學過，跟教授互動少，做自己事的人和翹課的人很多...。好處是這堂課很涼又不點名，而且教授人很親切認真，如果能把經濟學/金融觀念再複習一遍，可以考慮。

(3) Español II (4ects)

雖然正規西語課每週上課兩次(共 6hr)，還有作業，才 4ects，聽起來好像不太划算，但我個人十分推薦上 ESADE 的西語課！我的西語老師，很幸運的是人氣教師 Alex。ESADE 的西語課，我覺得比台灣補習班好的是一直逼你開口講西語。十幾個人的小班制，半年練習下來會話能力會進步許多！另外，我覺得比較可惜的是，我是下學期去交換，這段期間 ESADE 沒開 Español III（程度約等

於 B1)，但我在台灣已經學完 DELE A2，來到 ESADE 無法跳級上 Español IV（程度約等於 B1-B2），只好繼續上 II（程度約等於 A2 前半段）。

(4) Art and Culture in Spain: 2000 years of beauty (5sects)

這堂課是人氣教師 Alex 的熱門課程，我覺得是我交換以來修過最有趣，loading 又不重的好課！透過這堂課可以學習到很多西班牙與加泰隆尼亞的文化知識(例如深入認識藝術家 Picasso、Joan Miro 等)，老師每堂課也提供西班牙時下的吃喝玩樂節慶。比較需要注意的是，這堂課不能缺席超過兩次，有旅行計劃的人要多注意。

(5) Spain and Catalunya Today: Recent History, Current Affairs (5sects)

我覺得這是 Alex 三門選修課裡面比較嚴肅、認真的一堂，推薦給對加泰隆尼亞獨立議題和西班牙時事感興趣的人。這堂課包括從西班牙近代史、內戰、到佛朗哥獨裁、加泰獨立議題、鬥牛爭議，是門扎實卻不失趣味的好課！選修 Alex 的課的好處之一就是，老師會在假日舉行好玩的活動，例如我這屆就跟 Alex 一起去烤大蔥、吃加泰隆尼亞風味大餐！然後這門課缺席也不得超過兩次。

②生活及文化交流：

食：西班牙超市價格實惠，硬要挑缺點的話，我覺得一般超市的蔬菜種類太少。想買亞洲食材的話，可以去 Plaça Catalunya 的東方、八方超市，或是凱旋門站的新陽光超市。煮米的話不一定要用電鍋，用鍋子煮也蠻方便的（作法請參考網路，米水比例可依個人喜好調整）。另外，我認為巴塞隆納實在太多好餐廳，我整理了一份推薦餐廳列表，詳見生活報告 1-3。

衣：歐洲衣服折扣季為一月和七月，我覺得不用帶太多衣服佔行李空間。以下為我個人推薦購物好去處：

☞主流平價服飾品牌：metro Catalunya/Universitat 一帶很好逛。

☞精品/名牌：Passeig de Gràcia, L'exiample 區。

☞文藝/質感小店: Barrio Gótico (含 El Born) , metro Fontana 站附近。

☞Outlet: La Roca Village, 大型 outlet, 私心覺得大品牌鞋子比衣服更好買，但不在市區有點遠（有好幾種交通方式，其中一種是 outlet 經營的直達巴士。詳細請參考網路）

住：很多 ESADE 交換學生住在治安良好、有許多好餐廳、小店的 Gràcia &

L'Exiample 區。然而我住在離機場、車站比較近的 Hospitalet 區：壞處是這區離 ESADE 比較遠（上學單程通勤大約要 1.5 小時）。然後這區是移民區，治安、位置沒有以上兩區好但也還可以（只是偶爾太晚回家會看到有人在吸大麻...）。住這裡好處是：生活機能仍完善，很多中東人/南美洲人開的雜貨小店，通常營業到比較晚；而且房租整體比較便宜。關於在外租房子，強烈建議到當地先看房子再決定要不要簽約，然後交屋前把合約看清楚（房東修繕義務、房租繳交方式/期限/有無罰款、押金），交屋前把屋況都拍下來，一定告知哪裡需要修理+保障自己權益。

行：巴塞隆納交通很方便！像台北一樣，大眾交通運輸很發達（地鐵也營運到很晚，有特殊節日可能還會加開）。至於上學通勤，由於學校在遙遠的 Sant Cugat，建議至少前三個月買 142 歐的 T-joven 三個月票，可以無限搭乘地鐵、公車、FCG 小火車、往來機場等。另外，計程車推薦 Cabify、My Taxi、Uber 等叫車 app，會比直接攔車便宜/有保障；叫計程車都可以刷卡（請檢舉強迫收現、亂抬價的黃牛司機），只是注意，進出機場、有大型行李跟深夜叫車會有附加費用。然後搭完車也記得要收據，以免日後有糾紛無證據討回。

育：ESADE 有自己的圖書館（不用刷卡），有些社區(ex.Gracia)有自己的大眾圖書館，建議不妨查查這些免費的資源。或者請參考我的電子報告，找間安靜有網路的咖啡廳讀書。

樂：巴塞隆納有太多好玩的娛樂場所了！首先，如果你是愛夜店、酒吧的人，不妨加入 Barcelona 在 FB 好幾個在地社團，裡面會有蠻多當日/當周夜店免費入場/伙食的資訊，或者也可以加夜店公關的 FB 好友，會優先獲得很多好康資訊（這些夜店公關通常會主動搜尋 ESADE 臉書社團來加你好友，所以也不必花太多心力找他們）。其次，如果想要以便以的價格參加近郊一日遊(ex. Girona)，你也可以考慮加 Erasmus 的臉書社團，他們常常舉辦一些便宜的一日遊/多日遊活動。其次，如果你是熱愛節慶的人，西班牙全國上下常常有好玩的慶典，可以修 Alex 的課，他都會提供資訊，或是參考我的電子報 4；再者，建議可以學習做一些台灣的經典料理 Ex.珍珠奶茶、包水餃...etc，這樣邀請各國朋友開派對時很有面子 XD

然後，以下是玩樂景點懶人包整理：

1. 建築類：

(附註：每個月的第一個星期天，有很多景點可以免費參觀；Gaudí 景點：記得網路買比較便宜)

☞ La Sagrada Família 聖家堂：必去景點，旁邊有兩個小公園可以拍整個建築。記得網路預約進入/上塔時段。

☞ Casa Batlló 巴特婁之家：門票不便宜但包含優質語音導覽（甚至有 AR）。網路購票比現場買便宜。旁邊的兩棟建築也是大師級作品。

☞ Casa Milà 米拉之家

☞ Parc Güell 奎爾公園

☞ Paula Güell 奎爾宮：跟前面四個 Gaudí 色彩繽紛的夢幻風格不同，奎爾宮比較低調奢華。

☞ Casa Vicens 文森之家：Gaudí 早期作品，（似乎是）私人才財產不開放入內，但可以在外面路過參觀。

☞ Palau de la Música 加泰隆尼亞音樂宮

☞ Hospital de la Santa Creu i Sant Pau 聖保羅十字醫院：現代主義建築大師 Lluís Domènech i Montaner 的作品，個人十分推薦這個前身為醫院，現為博物館的景點。

☞ Catedral Basílica de Barcelona 巴塞隆納主教座堂：BCN 最重要的教堂之一，可以付費登頂看風景，周遭有很多街頭表演和店家，有時還有古董市集，在哥德區。

☞ Gótico District 哥德區：巴塞隆納最古老的建築區，小巷弄蜿蜒複雜，很多有趣店家和裝置藝術，想深入了解歷史故事的話可以參加 free walking tour。

☞ 蒙特會區的 Plaça Espanya 西班牙廣場：旁邊有鬥牛場改建的 shopping mall，還有加泰隆尼亞國家藝術館，晚上還有免費的魔幻噴泉秀可以看！（我個人超推薦這個噴泉秀，時間詳情請洽官網）。

☞ 還有太多我忘記名字/建築師是誰的偉大建築了，建議走 Passeig de Gràcia（格拉西亞大道）散步，一路上有許多 Modernism 的建築。

2. 美術館/博物館：

☞ Picasso Museum: 學生免費

☞ Fundació Joan Miro 米羅美術館

☞ Museu Nacional d'Art de Catalunya 加泰隆尼亞國家藝術博物館

☞ MACBA 巴塞隆納當代美術館

☞ CCCB Centre de Cultura Contemporània de Barcelona 巴塞隆納當代文化中心：就在 MACBA 旁邊，規模較小，兩個美術館座落在 El Raval 區（都更過），附近

很多質感文藝的店。

☞Teatro-Museo Dalí 達利戲劇博物館:在遙遠的 Figueres。

3.近郊/非主流景點：

☞Girona: 權力遊戲 Game of Thrones 的拍攝地點，離巴塞隆納有點距離（得搭火車），悠閒漂亮的古老小鎮。

☞Figueres: Dalí 故鄉：比 Girona 更遠，也得搭火車（已靠近國界）。全鎮只有 Dalí 博物館可看，但博物館十分獵奇有趣，有時間的話蠻推薦。

☞Montserrat 聖山：爬山踏青好去處，個人很喜歡它造型獨特的山，步道有分四種，難度/時間不一。如果時間夠的話很推這個近郊景點！

☞Laberint d'Horta Park：這個公園有大迷宮，我沒去到。

☞Sitges：臨海漂亮小鎮，有年度嘉年華會，我沒去到。

☞Tibidabo: 在山上，有纜車、遊樂園和聖心教堂，天氣好時從高處看市景超棒！

4.其他/夜景：

☞Mercat de la Boqueria:很觀光化的的市場，西班牙傳統市場都蠻好拍照，因為蔬果陳列顏色、配置都很用心。如果想去比較道地、沒觀光客的市場，Mercat de Collblanc 也是一個選擇。

☞Monjütic Magic Fountain:魔幻噴泉秀，依季節表演時間不同，個人非常推薦這景點！

☞Barceloneta 海邊：離市區很近，有很多有趣的裝置藝術。

☞Bunkers del Carmel:熱門夜景景點。

☞Monjütic 蒙特會區:Plaça Espanya 階梯上看夜景/市景很推薦，往上爬有米羅美術館、植物園；對面的圓型百貨公司是由鬥牛場改建的，很有特色，也可以看夜景。

☞Estadi Olímpic Lluís Companys 奧林匹克運動場:附近夜景很漂亮（較不主流）。

③交換需注意事項：

(1)簽證：私心認為西班牙駐台北辦事處還蠻有效率，辦簽證前詳閱官網，把文件備妥就大致沒問題。

(2)開戶：推薦 ESADE 附近的 Banc Sabadell（地址：Rambla de Ribatallada, 8, 08172 Sant Cugat del Vallès, Barcelona，分行代號 3310），這家開戶不需要 NIE，辦事效率與英語能力都不錯。

(3)網路與門號：我是選擇 Vodafone 的網路預付卡。Vodafone 每個月的促銷方案都不太一樣，要參考當月 plan。跟這家電信買方案要注意的事是，我覺得每家分店服務品質/英文能力/誠信度落差很大（我個人和朋友發生過類似被騙錢的事件），記得去辦理的時候，一定要選擇評價好的分店。

(4)個人認為西班牙比較難買到的東西為：特殊亞洲香料（ex.我買不到八角來做滷味 XD）、日韓系化妝保養品、零食（抹茶），夜用衛生棉（但棉條卻很好買）、隱形眼鏡/備用眼鏡、藥（特別是有抗生素成分的！！！西班牙成藥含有抗生素的需要處方籤，蠻麻煩的）。另外可以帶備用手機玻璃保護貼，然後歐洲買電子產品，因為稅的關係，比亞洲貴很多，沒必要的話不建議在歐洲買。

(5)保險：我是買 Swisscare 的線上保險，好處是便宜又快速（網上申請大概 10 分鐘以內搞定），但這家的保障福利似乎沒特別好。如果比較擔心的話，可以注意醫療險這部分，看看你保的醫療險有沒有包括哪些診所、醫院的服務，畢竟在國外生病代價可不便宜！

如果有其他問題，可以用臉書聯絡我！☺