

生活報告

國貿四 林宛螢 103301012

(一) 交換學校介紹及課程等學術方面資訊

University of Exeter 為英國名校羅素集團成員，商學院也是全英前十名，擠身世界前1%的大學。

學校有兩個校區，Streatham主校區，以及醫學院的St. Luke's 校區。除了醫學院以外的科系都在Streatham Campus，商學院也都在Streatham。國際學生佔總學生人數25%，其中30%是中國學生。學校的設備也非常非常新穎！每一堂課學校都會自動錄影錄音，課後都能在系統 (iExeter) 上隨意觀看。



交換生跟本地生一樣，一學期都要修60學分，一門課是15學分，所以修四門課。印象中是不能超修的。（不確定能不能減修，可能要詢問看看商院的Coordinator）我是台灣的下學期去交換，剛好是接上英國的Term 2 跟Term 3（第二跟第三學期）我覺得University of Exeter的行政人員們都有效率，素質很高也非常關心學生，真的很感謝他們各個處室之間合作無間，在我一開始選課遇到困難時受到他們的幫助很多。除了課程以外真心覺得University of Exeter的校園絕美！據說是全英國綠化做得最好的大學，大片大片碧綠的草地，森林、花園遍佈。如果喜歡大自然的人一定會很喜歡這個學校！學校裡還有奔跑的雉雞、野生的兔子等等，可以體會英國西南部的小鎮風情！學校也被泰晤士報評為英國最美的花園式校園。

埃克塞特被評為英國最佳人居城市之一，擁有很高的生活質量和極低的犯罪率。擁有12萬人口的埃克塞特市，是一個學生友好型城市，完美地結合了現代城市的生活與古典城市的格調。咖啡館，餐館，酒吧和現代化商場與歷史建築很好的融合在了一起。城內有Princesshay和Guildhall Shopping Centre等多個大型購物中心。知名的歷史建築包括：大教堂，始建於1133年，並重建於中世紀晚期，於16世紀宗教改革後成為英國國教的教堂；市政廳，是英格蘭歷史最長的市政廳，並且迄今都仍在使用。

整個地區則是戶外運動愛好者的天堂，無論是在追求運動或是休閒。Dartmoor和Exmoor國家公園的自然原始風光為無論是遠足、登山、騎馬、自行車和其他運動的愛好者提供了令人興奮的挑戰。同時，起伏的山巒、河流和極具吸引力的城鎮和鄉村則是完美的休閒聖地。



以下是網路上查到的資料：

起源於1855年的University of Exeter，正式成為現今完整大學結構並成立是在百年後的1955年，時至今日，University of Exeter已是英國最受歡迎的大學之一，並名列英國前10，在綜合排名方面非常傑出的University of Exeter，最有名的系所是商業經濟等商學課程，會計和財務更排名全英第二，國內外皆享負盛譽；然除了商學院外，其他學院的課程也被評價為國際級的水準，顯示出University of Exeter的教育成果豐碩，且不斷地在創新與進步。最

近的一份報導排名甚至已超越多所名校而堂堂坐上全英排名第九的前十大位，再再表現出University of Exeter的卓越教學成果。艾克斯特大學(University of Exeter)於1955年得到英國皇家認證，正式升格成為大學，名列為英國頂尖大學之一，也是有英國長春藤聯盟之稱的羅素大學集團(The Russell Group)的一員。艾克斯特大學美麗的校園位於英國西南部的艾克斯特(Exeter)，這裡的治安良好，充滿英式小鎮風情。在艾克斯特，你可以感受到城市綠化的重要性，光是在艾克斯特大學主校區就擁有超過250英畝的公園，到Exeter市中心僅需10分鐘步行，離倫敦(London)約3至4小時火車車程，生活機能佳。

艾克斯特大學的學習資源豐富，提供學生全面性的協助，對國際學生來說，也提供了一個良好的社交空間。為了協助國際學生盡早適應在英國的求學生活，艾克斯特大學有免費的英文課程輔導，Career Zone 不僅提供學生工作資訊，還教授學生企劃和工作技能訓練，是國際學生理想的英國大學之一。艾克斯特大學培養出許多

世界知名的校友，如哈利波特(Harry Potter)的作者 J•K•羅琳就是在這裡畢業的。

艾克斯特大學(University of Exeter)近年在英國大學排名，以及全球大學排名中攀升速度很快，在 2012 星期日泰晤士報(The Sunday Times)名列第 9 名，同年在泰晤士高等教育世界大學排名(The Times Higher Education World University Ranking)中第 10 名。而在 2013 年，University of Exeter 在衛報(the Guardian)的英國大學排名評鑑(University league table)中是第 10 名。

(二) 生活及文化交流

學生活動 之 一定要喝酒 party 才能融入嗎？

University of Exeter 有類似於政大的 Buddy Program 學伴制度。叫做 Global Chum，在第一週 Orientation 會跟你說要如何報名，只要去報名他就會分配一個 Buddy 給你，（不幸的是我的 buddy 沒有跟我見過面有點被放生但我還是能活得很好哈哈）期初建議大家多跟不同的人交流，可以獲得很多新生活動的資訊，英國人很熱衷 pub quiz 在酒吧裡面玩機智問答，所有人都很認真玩很想要贏

XD 跟台灣的大學生活不太一樣。我平時是一個不太喝酒也不喜歡 party 的人，本來以為一開始來可能會適應不良，但是很幸運地遇到跟我一樣不喝酒不 Party 的室友們。其實不管是怎麼樣的喜好跟習慣到這邊大家都會很尊重你，在英國每一個人都可以很做自己。大家也都會理解與尊重，不一定要跟著其他人硬著頭皮參加你不喜歡的活動喔！（不過還是可以嘗試看看！）

社團活動

他們的大學社團叫做 society，剛開學的時候可以在學校網路上看看有哪些不同的社團，有烘焙社團（Baking society）、創業家社團等等，有非常多不同的選擇，也有很多活動可以參加，甚至也有黑客松。我自己加入了 body society 跟 out of doors society。每個社團的入社費不一樣，半年大約 10 鎊到 15 鎊不等。社費在網站上線上刷卡就可以了，很方便！建議大家剛開學的時候就可以好好看看想要加入哪些社團關注他們期初的活動喔！

*Body Society:

Body Society 像是健身社團，每週會有課表，社員可以以很便宜的金額（1 鎊或 2 鎊）上一小時的課程。我覺得超級划算！！！！我都

自己一個人去上課，常常是唯一一個亞洲人，但是我覺得這種感覺很棒！

Mon 14th	10:00	Core Stability	Lemmy	Steph	Sat 19th	12:00	Zumba	Pieminister	Emma
	11:00	Pilates	Lemmy	Steph		15:00	HIIT	Pieminister	Olivia
	13:00	Zumba	Lemmy	Emma	Sun 20th	11:00	Zumba	Terrace	Kate
	15:30	4x40	Lemmy	Eleanor					
	17:00	LBT	Lemmy	Anna					
Tue 15th	18:00	Zumba	Kate	Terrace					
Wed 16th	18:00	HIIT	Rhianna	Terrace					
Thu 17th	18:00	LBT	Anna	Pieminister					
Fri 18th	17:00	HIIT	Lemmy	Olivia					
	18:00	Yoga	Lemmy	Leah					

This week we have some classes in the Terrace Restaurant and Pieminister. Rather than heading to the cupboard like you normally would, head straight to these locations and we shall meet you there with the money tin and cupboard!



(每週會更新一次的課表)

*Out of Doors Society:

這是一個健走的社團，加入臉書的社團可以不時 follow 他們規劃的週末健走行程！大部分都是一整天，他們健走的速度真的有夠快，我在台灣已經算是一兩個月會跟爸媽去爬山、偶爾有運動，自認體力不會很差，但還是很吃力才跟得上他們。英國的社團跟台灣不一樣，不會特別照顧新來的人，建議大家呼朋引伴一起參加健行，不然一個人去的話跟不上速度被丟包也不是沒有可能。冬天的天氣超級差，又濕又冷風又大，走在泥濘裡面。爬了一次此生最狼狽最難忘的健行。不過很慶幸有去，因此而交到了很好很好的朋友！

聽不懂不代表你英文不夠好

文化方面，我跟其他交換的朋友得出的結論是，越想要融入當地文化你會遇到的阻力越大，而且是超乎想像的難以融入。畢竟每個國家文化基壘出來的厚度，是無法在很短的時間內完全穿透的。我的 flatmates 有五個英國人，另一個是馬來西亞交換生與一個美國交換生。因為我的宿舍英國人比較多，所以相較其他都是國際交換生的宿舍，我可以了解到更多關於英國的各種文化。我後來覺得是很好很好的安排，

雖然都是講英文，但是第一個月去的時候挫折感很重很重。在台灣的時候我已經在美式英文的環境實習了兩年，但我剛去的第一個月我只聽得懂英國人跟我講話，我完全聽不懂英國人彼此在聊什麼，一開始只能尷尬地假裝聽得懂或是做別的事情。後來發現其實可以問他們是什麼意思，他們都會滿樂意解釋給你聽。我的英國室友來自英國各地，英國各地都有自己的腔調，用字也可能不太一樣，一開始要完全適應宿舍生活對我來說難度比較高（上課倒是沒這個困擾，大概上課時國際交換生很多，沒有那麼英式相對而言就很好理

解) 聽不懂真的不代表你英文不夠好，只是你需要多多開口問，真的不用害怕。比如一個在台灣學中文的外國人聽不懂什麼是柯 P，並不代表他中文不好，是一樣的道理。後來也發現真的多虧了我的英國室友們，我比其他國際交換生認識到更多關於英國的一切。融入英國人的交友圈真的有點困難，是一件需要用心經營的事情，第一個月會最難適應，但是過後就一切都好了!!! 英國人跟台灣人很像，不熟的時候很友善很有禮貌，有點距離感，需要自己主動一點。但是一旦熟了就會講會很嘲諷(英式幽默的那種)，我每天都看我的英國室友們互相鬥嘴我覺得也很有娛樂效果哈哈!

旅遊少一點也很好，盡情享受小鎮生活

我覺得交換其實就是換一個地方生活，把旅遊的興奮跟新奇拿掉之後好好地學習如何當一個在地人。本來出發之前想要去好多好多國家玩遍歐洲，後來覺得其實沒有一定要去的地方，也沒有一定不要去的地方。因為旅遊到後來會發現，最想去的地方、報名很貴的行程，帶給你的滿足感可能不會像一開始期待的那麼多，反而跟在咖啡廳遇到的阿姨聊天成為了最難忘的回憶。所以真的不必 follow 那

些必玩必去的地方，一個人在異地能過得舒服自在，不管在哪裡，都已經是一個很不容易的課題。自助旅行可能會遇到很多意想不到的狀況，錯過飛機、意外多出一大筆支出、東西被偷走等等，其實可能有很多突發狀況，所以最好的策略就是 Take it as it comes 然後玩到後面真的是覺得只要人平安，護照手機都還在，錢能解決的真的已經是小事。

一開始到 Exeter 覺得這個小鎮有點偏遠，出國不太方便，但是到後來真的覺得還是很慶幸有來這裡，歐洲也許以後賺了錢還有機會能去旅行，但這是一輩子可能只能來體驗一次的小鎮生活。

(三) 交換須注意事項 500 字

* 行李：

我當時是一月出發，交換半年，帶了三套冬衣三套夏衣，我覺得滿夠用的！其他的都是用具用品類（尤其是調理包類這種去了買不太到的台灣味）交換時真的不要買太多東西到時候要帶回台灣會很辛苦的！如果衣服不夠，Exeter 有一間很大的 Primark 很好買，便宜又好看，比台灣更划算的價格，一件 T shirt 160 台幣。Exeter 這邊

生活機能很健全，想到的都買得到。另外宿舍廚房沒有配備任何用具，房間裡面也沒有寢具，因此我是訂 Click2campus 的 starter pack 裡面包含所有寢具、廚房用具，一整箱直接送到你房間裡，非常方便。（在另一篇電子報裡有更詳細的介紹）另外 Exeter 也有三間亞洲超市，裡面東西很齊全（也不至於到太誇張的貴）我跟香港、新加坡的朋友後來很常去買海底撈鍋底在宿舍自己煮火鍋，一個人只要 4.5 鎊左右（台幣 180）划算又吃飽飽！

* 預算：

在英國如果每一餐都自己煮的話，其實一周 20 鎊（約 800 台幣）就可以吃很好了！我吃很多蔬菜水果所以可能會再貴一點到 25 鎊左右。但是如果是外食（或是跟朋友出遊）一餐大概在台幣 400 上下。英國的外食跟交通相對是比較貴的，費用的話真的很看個人的消費習慣，以及出去旅遊的次數、旅遊的習慣等等。另外建議一定要留一筆“意外支出”因為不管是誰都會有出錯的時候，就算外出時再怎麼小心謹慎一定也會有因為人生地不熟不小心多花錢買錯票之類的情況發生！