

## Rennes School of Business – Autumn Exchange

107302049 金融五洪浣文

### 一、交換學校介紹及課程等學術方面資訊

學校：

- 雷恩位於法國西北部，為布列塔尼大區的首府，從巴黎搭乘 TGV 僅需兩小時，除了在發源地雷恩以外，布列塔尼大區的許多城市皆可看到可麗餅店（crepe / galette），而著名的聖米歇爾山也是許多人會經由雷恩造訪的旅遊景點。
- 雷恩高等商學院（Rennes School of Business）是一所國際化的商學院，提供大學與研究所兩類的高等教育，該學校以英語作為主要授課方式，有大量的英語課程供世界各地的學生修習，該校位於雷恩西北方，可經由巴士與地鐵到達。
- 交換生一般是屬於 Level 3 / 4 / 5，分別為大三、大四跟研究所，因為我是大五上去交換，上的是 Level 5 的 Supply Chain Management 學程

課程：

- 選課分兩階段，一開始會有學程讓你排序，總共有八大學程共五大領域（Finance / Marketing / Human Resource Management / Innovation Management / Supply Chain Management），按經驗通常都可以分到第一志願，第二階段則是選擇課程，學校會提供該學程的所有科目給你選，但資訊只有課程名稱跟學分數（ect），通常就是看感覺選...
- 我選的三堂為 Introduction of Supply Chain / Coordination of Supply Chain / Procurement & Inventory Management，皆為 3 ect，雖然三堂看看似很少，但因為可能一週同堂課上兩次，再加上每週課表都不同（些許機率會變動），所以有長假的時間也不太一定

Course	Content
Introduction of Supply Chain	由教授 Ramzi HAMMAMI 授課，教學方式重視與學生互動，老師不會直接告訴我們名詞的定義，而是會用引導的方式去讓學生思考並講出答案，教學目的是讓學生對於供應鏈管理有基礎認識，其中對

	於 MRP(Material Requirement Planning) 跟 MPS(Master Production Schedule) 講解的尤其仔細，且也提出很多假設下 MRP / MSP 該如何因應，整體來說內容不會太難，只有涉及簡單數學計算跟概念理解。
Coordination of Supply Chain	由教授 Oncu HAZIR 授課，主要在介紹存貨、成本、不確定性在供應鏈中的定義，並學習如何在考量信賴區間、價格、成本下，計算出目前或安全存貨水平，整體來說，老師偏向單向教學、偶有學生會提出疑問與老師討論，內容牽涉些許常態分佈但計算不會到太過困難
Procurement & Inventory Management	跟 Coordination of Supply Chain 同教授，內容也極為相似，淡著重較多在 Cost 跟 ROP 上，統計方法的使用也較為複雜，整體來說是我認為比較難的科目，但因為老師人很好、題目都不會出很難，所以也不是需要避免選擇的科目

- 結論來說，這三堂課的 loading 不算太重，Introduction of SC 只有期末考跟期末報告兩個評分內容，而 Coordination of SC 跟 Procurement & Inventory Management 有小考、期末報告跟期末考，對於想同時兼顧課業跟拓展視野的人，應該算是不錯的選擇，個人比較推 Introduction of SC，對於國外教學環境會有更深刻的體驗，而其他沒提到的像是永續跟數位化那兩堂課似乎要寫程式（同班研究生說的），如果跟我一樣不擅長程式的可能要稍微避開了。
- 不同學程 loading 也會有所不同，供應鏈管理學程相對來說是作業較少、重視筆試，但像行銷領域就可能因為要和課堂同學合作專案，所以作業跟報告會比較多，交換生人數的話，一樣是財務、行銷人比較多，供應鏈學程的交換生似乎只有三位，其他都是研究所的學位生，相較之下壓力比較大一點，但這屆我們學程的中國學生大概也有十人吧，如果是語言方面還是不用擔心都是歐洲學生的，給大家參考一下。

## 二、生活及文化交流

### 食

- 學餐：
  - Rsb 有自己的學餐，一份好像 5 歐左右，根據你主菜、配菜、甜點這幾個的組合，會有不同的價錢，我只有吃過一次的經驗，但覺得性價比不高且不太好吃，有興趣的人可以多嘗試，也是有很多喜歡學餐的人啦，畢竟每次中午學餐都大排長龍...
  - 另外我常去的是位於雷恩二大附近的 Crous 學餐，一個主餐加配菜跟甜點還有小麵包只要 3.3 歐，性價比相較 Rsb 優質許多，我覺得菜色也挺好吃的，很多人會下課坐公車或地鐵去雷恩二大（地鐵站是 Villejean - Universite / 公車站是 Universite），但因為 Rsb 下課較雷恩二大早，所以下課過去人會少很多，到十二點就會排到發瘋
- 超市
  - 法國很棒的地方就在於超市品牌非常多！而且遍佈很廣，大概可以分成
    - 平價：Carrefour（平價小資採買好去處）、LIDL（整間都很便宜但超市較髒亂、產品陳設比較隨和，但要購買平價蔬果還是可去）
    - 中價：Intermarche（小而美的個人最愛超市）、U Express、Super U（這兩間我比較少去）
    - 高價：Monoprix（逛起來很舒服的超市、大推貴桑桑的 Monoprix 松露洋芋片）、Grand Frais（商品種類最豐富的大超市！裡面的蔬果種類巨多、餅乾飲料的牌子也都跟一般超市不同，唯一可惜的是離市區較遠）
    - 亞洲超市：BelasieB（較大間、有較多種類的亞洲食品）、Grand Lotus（小間但以中國產品為主）
- 可麗餅餐廳：
  - Bretonne - 作為可麗餅的發源地，雷恩自然而然有很多可麗餅店可供選擇，其中我最喜歡的是這間，口味多/價格合理，從最基本的到特殊口味都有，但因為是當地人很常光顧的店，建議要去之前要訂位（薯條很普不要點）
- 亞洲餐廳：
  - Al Saj - 黎巴嫩餐廳，我很喜歡雞肉起司三明治，特別的是他們三明治餅皮是薄脆的口感，跟我們常看到用吐司做得不一樣，而且裡面會包薯條跟蒜味美

乃滋，真的值得一試，唯一可惜的是菜單在黑板上/字很小/又是法文，可能第一次去會看不太懂

- KHMER THAI Restaurant - 好吃的泰式餐廳、味道非常夠，而且他蝦餅（不是月亮蝦餅那種、是安平蝦餅那種哈哈）可以免費續
- Les Sakura - 台灣學生很愛的一間日式家庭餐廳，我覺得分量跟食物還不錯，作為思念日本食物的解饞還算 ok!
- Pho Anh Em - 好吃的越南河粉，一樣是在雷恩的台灣學生很愛
- 歐洲餐廳
  - Royal Kebab - Crous Saint Helier 樓下，如果住在那間 Crous 宿舍，一下樓左轉就到了，最推薦的是他的薯條，我心目中的第一名，主餐的話推薦 Chicken Curry，適合想平價/快速解決一餐的時候
  - Le Globe - 當天點的紅酒燉牛頰非常好吃，其他朋友點的餐就似乎還好，想吃紅酒燉牛肉可去
- 麵包店/甜點店
  - Boulangerie Patisserie Maison Coupel - 我心目中可頌第一名，外皮超酥裡面超有彈性，回訪無限次，建議有到火車站附近可以走去買！
  - Maison Bouvier Patisserie - 提供很多選擇的馬卡龍、甜點、麵包，其中我吃過玫瑰味的馬卡龍甜度剛好、玫瑰香氣很夠，價格比巴黎知名品牌 Pierre、Laduree 便宜約 1 歐多，個人是比較愛不甜版本（但 Pierre 還是可以去吃啦）

## 衣

- 歐洲兩大打折季分別是黑色星期五跟聖誕檔期，一個在十月、一個在十二月至一月，打折幅度有些會到 50%，如果要買 Veja 可以等到黑五打折，Scott Premium 黑五的時候買第二雙有半價，算是買 Veja 很好的時機，其他店應該也有但我只有在這間買過，其他知名的 Sephora / H&M / Zara / Lacoste 等到時候都有折扣。

## 行

- 雷恩的市內交通是由 STAR 公司運營，如果頻繁搭乘，可以到 STAR 的服務處購買實體卡片，之後就能到各地鐵站自行儲值一日票、月票或年票，該票卡可以用來搭乘雷恩的地鐵跟公車，以價格來說算是蠻實惠的。
- 如果是常旅行的人，建議可以購買法國國鐵 TGV 的青年卡，價格約 49 歐一年，黑五或特殊節日可以用半價買到青年卡，因為 TGV 票價並不是說特別便宜，但有了這張青年卡基本上你不管要坐去法國哪裡，都可以買到打折的票，仔細算一下應該 49 歐很容易就被分攤掉的，而且因為是住在雷恩，你出國要坐飛機通常就是去雷恩機場（航點不多）、南特機場或是巴黎的戴高樂、奧利或波費機場都需要坐 TGV，結論是強力推薦購買！

### 三、交換需注意之事項

- 機票：如果是買阿聯酋航空去巴黎，在訂機票的時候要記得在折扣碼的部分填 STUDENT，這樣行李才會變成 40 公斤！如果是一般來說應該是 30 幾公斤而已，回台灣的時候一定會感謝自己有加到 40 公斤因為行李真的會超級多！另外，如果在歐洲買機票可以注意該航空公司有無青年票的優惠，我當初訂 SAS 航空的瑞典機票，後來才發現原來訂的時候可以選擇身份為青年（他不會主動問你！），機票會變成半價，只能說該做的功課還是要做...
- 簽證：
  - 上 Etudes en France 註冊帳號
  - 遞交申請文件（可能會遇到文件檔案太大的問題）
  - 審核成功後，會請你選擇面試日期並繳費
  - 上另一個網站 France-visa 註冊帳號
  - 填寫完資料後，會生成一份簽證申請的文件
  - 面試當天攜帶線上遞交的文件以及 France-Visa 那份文件，面試官會分別用中文、英文問問題，基本的有準備應該沒問題
  - 大概面試一個月後會收到領取簽證通知
- 電信：

- 法國有很多家電信可以選，像是 Orange、Free、Bouygues、SFR，我是選 Free 電信，他在地鐵 Republique 站就有店面，而且不需要歐洲信用卡就能買預付卡，對沒有辦法國銀行帳戶的人來說，算是便宜好用的選擇，其他間聽說要有信用卡才能辦
- 以訊號來說，之前常聽到有人說 Free 訊號很差，實際上我覺得網速中等，只不過到太荒郊野外的地方會沒訊號，像國王湖似乎 Free 就沒訊號，但我去瑞典 Tyresta 國家公園的時候就訊號蠻強的，所以 Free 的國外訊號，可能還是要看當地跟 Free 合作的電信公司訊號好壞，只能說時好時壞，但個人認為如果出國旅遊都有朋友一起，風險較低，但如果常要個人出遊建議還是選擇網速較為穩定的電信（但就要辦法國銀行卡...）
- 以方案來說，電信卡分三種方案，依法國網路 / 法國外網路 GB 量分為 2 歐 / 14.99 歐 / 19.99 歐，我個人是保險算一天用 1 GB，但不常用網路或社交媒體的話，應該是用不到那麼多，所以通常我們如果是待在法國、出國時間一週多的話，會選擇 14.99 歐的方案就很夠，但如果頻繁出國的話、或是要到瑞士的話，就需要選擇 19.99 歐的方案，這樣法國外網路的部分才會涵蓋瑞士，當初就是用 14.99 歐的方案在瑞士開網路，沒用幾分鐘就被收了 60 歐，真的是花錢買教訓
- 付款方式也分兩種：
  - 一種是一次性扣一個月，等於你花錢買的是一個月的電信卡，但如果每個月都重買一次會很貴，因為卡本身要另外收錢，所以會是 Sim 卡工本費 + 電信費，但有一個小撇步是，購買 Free 電信卡後他都會寄網路帳戶的帳密給你，你可以到 Free 官網登入去將 Sim 卡延長一個月或兩個月的期限（應該無延期次數上限），就上網刷信用卡即可，就不用重複購買 Sim 卡，唯一缺點是，如果你忘記在到期日前延長，這張 Sim 卡的號碼關閉後就無效了，等於要再花錢買一張 Sim 卡，好處是到時候要離開法國不用寄紙本信到巴黎取消電信卡扣款，整個方便很多
  - 另一種方案是信用卡自動扣款，一樣是要付 Sim 卡費跟電信費，但因為是自動扣款所以 Sim 卡工本費只要繳一次，每個月會在你當初購買

那天扣款，好處是方便，不會忘記要上網延期，壞處是到時候關 Sim 卡時，要到門市取一張解除 Sim 卡自動扣款通知信，他會要你自己寫完寄到巴黎的某個地方（不能拿到 Free 門市給他們就好、超怪），那邊收到信的十天後會將你的帳戶關掉，在計算天數的時候可能就要很準確，並且也要你剛好人在法國，不然到其他國家或回台灣再寄就會耗時較長、也較麻煩，所以個人較推第一個方案，但就比較不適合懶人。