

瑞士交換——學習報告

1) 交換學校介紹及課程

洛桑離日內瓦機場只要45分鐘車程，而洛桑大學位在日內瓦湖邊，景色優美校園廣大。商院的課主要都在Synathlon、Internef或Anthropole，位在M1 UNIL-Chamberonne站旁或是搭公車至Sports UNIL-EPFL都很方便。校園中間有一個常常有羊的大草坪，旁邊就是圖書館(大家都叫他香蕉Banane)，但我比較喜歡EPFL的Rolex Learning Center (俗稱起司)。運動場館有三棟，可以辦一學期的健身房會員(印象中是60CHF)，也可以報名單次的課程，有瑜珈、舞蹈、各種球類運動。我最喜歡的校園景點是從香蕉出來在Allee de Dorigny公車站旁有一條林蔭大道直通湖邊沙灘的地方，天氣不冷的時候非常適合下課去發呆。

洛桑大學沒有規定交換生至少要修幾門課，也沒有在開學前選課，只要自己看好時間開學第一二週自由旁聽，第三週登記報考哪幾門的期末考即可。Bachelor Level的英語授課課程不多，大四以上的學生可以也修習碩士班的課程，因此大四或碩班學生來交換的話會有較多的選擇。我共修了三門課：

HEC兩門英文授課的學士班課程：

- 1/ B-to-B Marketing (Prof. Markus Christen)
- 2/ Digital Business Processes and Enterprise Systems (Prof. Christine Legner)

還有EFLE外語中心的一堂法文課：

- 3/ Français élémentaire A2 (Mme. Monique Vieira)

更多課程資訊可以在「瑞士交換——課程篇」看。

2)生活及文化交流

住宿

學校宿舍是透過租屋單位 FMEL 去管理的，在你去交換前就會寄信來問你需求，千萬要記得準時填寫因為宿舍超級搶，就算是交換生也不保證可以住到。我看以前學長姊分享說可以自己填志願選宿舍，但我是直接被分配沒有選擇。我住在FMEL Cèdres，很舊很舊的一棟宿舍，離學校大概20分鐘公車。宿舍費用每個月510CHF，必須用瑞士銀行轉帳，或是印Payment Slip去郵局繳現金，我因考量開戶麻煩就每月去郵局現金付款。我住的房型是五人男女混宿，有自己的房間但廁所淋浴和廚房都是共用的。FMEL每月會派人來打掃公共空間，平時室友也把衛生維持得很好，所以我其實住得非常開心，美中不足就是沒有電梯要爬很多樓梯，不過就當成每日運動也好。FMEL Cèdres的Housing Manager基本上不會講英文，當初抵達後的宿舍介紹也是聽他全法文在那邊講，辦公室也只開早上7:00-8:00，有幾天還只開半小時，很奇妙。

交通

因為交通我研究得超有心得，特別寫了一篇「瑞士交換——交通篇」，請同學們再去看這篇！

超市

瑞士有四大超市Migros、Coop、Lidl、Denner

買菜肉起司餅乾或是日常用品我喜歡去Migros，他是平價又很多分店的超市。（買垃圾袋要去結帳櫃檯買）Coop是比較高級一點點的超市，但我也蠻喜歡去買菜或是買飲料麵包的。Lidl & Denner 是很多歐洲國家都有的便宜超市，有很多特價品但我不建議去這裡買食材，可以去買酒或是特價的用品，像我就用179CHF買到一台原價419CHF的義式咖啡機！Migros沒有賣酒所以要喝的話大家都會去Denner買。有一個App叫做Too good to go，它可以讓你超便宜買到附近店家剩的蔬果或麵包，想省錢的同學們可以用。

電信

我個人是用Swisscom電信的 Blue Mobile M 方案，含全歐洲5G網路吃到飽，一個月39.95CHF，對於常常去瑞士外旅遊的我超方便。也很多同學用Swype，瑞士境內網路吃到飽一個月20CHF且首月免費。但我有聽說Swype的網路常常很卡，我自己用Swisscom都從來不卡，去哪國都很順。

交流

洛桑大學在你去之前會問你想不想要buddy，當初第一天抵達瑞士我的buddy有來機場接我，但因為她跟我沒有太多共同話題或興趣，之後只有在吃過一次飯而已。我的buddy是法國人，她其實也對洛桑沒有到很熟，所以這部分實在有點看運氣，要不要申請就看你自己。

應該很多人都知道ESN，歐洲常見的學生社團，他們會辦很多活動，喜歡交朋友的同學們可以去參加他們的活動。

如果想找一些台灣朋友，有幾個臉書社團推薦給你：台灣歐洲交換學生、我們在瑞士法語區講中文、Taiwanese Students/Alumni in Switzerland 瑞士台灣學生/校友社團。我在社團賣了很多當初要離開時還可以用的二手物！

3)交換需注意之事項

FMEL宿舍規定很嚴格，記得退宿日的前兩個月前寫信告知 FMEL。離開的 Cleaning Check 超級無敵嚴格，除了自己房間之外連浴室廚房都要一塵不染。如果被認為打掃得不夠乾淨，管理員會評估這間房間他們還需要再花多少時間清理來罰錢，每一小時是 50 CHF。

在瑞士的交通千萬不要想逃票，一查到是100瑞郎的罰鍰。我身邊有好幾個朋友都被罰過，也記得要把SwissPass實體卡帶著，萬一網路跑不動或手機沒電沒辦法用SBB Mobile。

前面沒有機會提到保險，所以在這裡簡單講一下。瑞士保險規定嚴格，所以就算在台灣有買保險，大概還是要去瑞士再買。我是買Swisscare International Student的保險，印象中每月60幾瑞郎，限用信用卡繳費很方便，保期要從落地到離開瑞士。如果要取消，需要去Service du Population申請Attestation de Départ，即使是電子檔也要收費（很瑞士style），把離境通知書寄給他才能取消，Swisscom要解約也是如此。

其他應該沒有太多問題，瑞士除了店面很早關，週日沒得逛之外，生活還算愉悅，治安也很好。祝福大家有個美好的交換學期！