

學校介紹

蒙特婁高等商學院(HEC Montréal)是法語學校,有提供英文、法文跟西文的課程供學生選擇。在加拿大是很好的商科,更是加拿大法語大學中是第一志願,在教學認證方面更是北美第一所獲得三項國際認證的學校(AACSB International, EQUIS and AMBA),因此這邊的學生素質都相當不錯也很多元,以我的經驗來說,2022 Winter 交換學生將近200人,來自亞洲、歐洲、北中南美都有!蒙特婁商學院(HEC Montréal)和蒙特婁理工學院(Polytechnique Montréal)皆屬於蒙特婁大學(Université de Montréal, 簡稱 UdeM)的附屬學院。但是就課程與行政作業來說,三所學校在運作上是各自獨立的,只有有些公共設施是三所學院互相共享!

HEC 是沒有campus的,只有兩棟樓 Côte-Sainte-Catherine(簡稱 CSC)和 Decelles,中間相隔一個捷運站,分別在 metro 藍線的 Université de Montréal及 Côte-Des-Neiges,通常學生會搭 51 號公車快速的往返兩棟樓,或是用走路的大約10-15分鐘左右,選課的時候記得注意一下教室位置!Decelles 的教室都比較大;CSC則相對較小。兩棟樓都有很多可以讀書、討論的空間,也有很多討論室可以借,不過圖書館只有在 CSC。另外,兩棟樓也都有 Cafeteria 及 Coop(購買紀念品及書籍的店,學生證也是在這邊領取)。CSC 的Cafeteria 是2021年才重新裝修,食物和空間也比 Decelles 多蠻多!交通方面,Côte-des-Neiges 這區沒有市中心熱鬧,但也不會到太荒涼~兩棟樓前面都有公車站,距離捷運站也很近,所以要去市區相當很方便!

課程資訊

HEC 每學期最低學分為 12 學分(四堂課),最多五堂課,另外,學校還有提語言課,根據我的這個學期是:最少三堂正課加一堂語言課;最多五堂正課加一堂語言課。語言課的部分,學校會提供一個線上的測驗幫學生分級。他們的課程系統為 ZoneCours,就像進階版的Moodle 或 WM5 🤖 每堂課的資訊都會在上面,包括課程大綱及ppt、交作業及參考資料等都可以找到!

詳細的選課細節學校的網站都會寫得很清楚,當時也有另外提供一個excel課程表,裡面有標示授課時間、語言等,只要照著學校的資訊,基本上都不會有問題!另外,規劃選課的時候要特別注意期中跟期末的考試時間,因為HEC 的考試時間及教室都是另外安排,千萬不能撞到考試!差不多11月初開始選課,是先搶先贏制,我自己和其他交換生的經驗來說通常都會選到,只有聽說過 Strategic Management 要排 waiting list,如果對這堂有興趣的可以再留意一下!選課時,我是先選六堂想說可以備用,系統也只能選最多六堂,之後確定有搶到想要的才把不要的課退掉~至於修課心得會放在之後的電子報!

生活及文化交流

[城市氛圍]

蒙特婁是魁北克省的第一大城，為英法雙語城市，很方便又非常令人放鬆的城市！官方語言是法語，但是講英文也完全可以溝通，當地人也不會因為你講英文就對你態度改變！在這邊最常見的打招呼會說「**Bonjour, hi**」根據你的回答是**Bonjour or Hi** 決定接下來的對話是法文或英文，我自己的經驗是在蒙特婁的這四個月只遇到一個公車司機不會講英文，其他時候當地人的英文就跟母語一樣流利～比較需要適應的是「文字」及「捷運」，大約80%的菜單或招牌都會是英法混合，法文字體較大（聽說魁省政府有規定）剩下20%就只有法文菜單，遇到這種狀況可以用google圖片翻譯菜單，不過點餐肯定是可以英文的！另外，蒙特婁的捷運是百分百法文的！從廣播、標示到路線圖都是法文（只有售票機有英文）但是我自己覺得搭捷運流程差不多都一樣👉完全不會有任何問題！有時候metro有緊急狀況的廣播聽不懂就直接問路人發生什麼事，或是看大家怎麼做就怎麼做XD

種族歧視我在交換期間完全沒有遇到，我想是因為加拿大本身就是移民大國，種族非常多元，人們都很友善與包容，加上蒙特婁又是一個非常舒適的城市，感覺路上每個人都很與世無爭～不過人口比例上還是有不一樣的地方，像是溫哥華跟多倫多的亞洲人很多（溫哥華幾乎是會有人直接跟你講中文的程度！！）建築跟人文上就是北美風情，相較起來，魁北克省就是「北美小歐洲」，亞洲人及餐廳還是比較少，亞洲餐廳也還是溫哥華的比較好吃。蒙特婁比較中性一點，在魁北克市（Quebec City）就真的很法，建築也比蒙特婁更歐洲！

[交流]

課堂上，大部分交換生都會選擇英文授課的課程，加上因為我都選擇marketing的課程，有很多小組報告可以和其他國家學生互動交流，也有實際體驗到東西方課堂互動的差異！HEC的學生素質都蠻高的（至少我遇到的啦～）所以不論課堂上或是互相聊天分享自己的文化等，都是蠻好的經驗！當然因為HEC的交換學生真的非常多，都最後還是會看到亞洲人、歐洲人或是講西文的人自己一群，但是多參加活動、聚會還是非常有機會認識到不同的人的！不只是HEChange會舉辦活動（這部分後面電子報會詳細說），也常常會有人在Whatsapp大群組上面揪團一起hangout！

[食物]

蒙特婁的消費稅高達15%，雖然看標價時都有心理準備不是這個價格，但每次結帳都還是會被嚇到哈哈.....再來就是北美的小費文化！根據當地朋友分享，晚餐都是給15%起跳；午餐的話可以給少一點點；如果是高級餐廳他們都會在明細上「建議」18%，也聽過當地學生說如果他真的很不喜歡那個服務生，他還是會給10%！這真的就是他們的文化～所以外食真的很貴，基本上平常都還是自己煮，而且超市的生鮮產品是不用加稅的，就是標價的價格！生活機能是很方便，雖然當然還是比不上台灣什麼時間想吃什麼幾乎都可以買到，不過我自己覺得來交換的這半年讓廚藝大提升也很不錯！因為我的室友是香港人，基本上我們都會一起煮亞洲菜吃～不然天天吃北美的漢堡、義大利麵等等真的會瘋掉：)

[天氣與穿搭]

蒙特婁冬天從十二月開始到四月都還不算結束！當地學生說今年特別冷，我是到今年2月底開始慢慢融雪 **spring break** 完之後會開始看到真正的街道(但還是很冷)，但是整個三月還是很不穩定，三月底還有-11度，要到四月中才會是都維持0度以上！3-4月開始融雪的時候路上會蠻噁心或都是冰，那陣子走路就要小心，因為冰非常滑！還有就是我到4月底都還沒看到花，草大概就是剛長出來這程度～最冷我遇過的溫度是-23度體感-30度，最熱看過19度而已，下學期交換的同學真的要提前做好心理準備！雖然室外很～～冷，但是室內都有暖氣，以及知名的**underground city**，連接各百貨公司跟捷運，讓你完全不用離開室內。

在這邊最重要的衣物:雪衣、手套、雪鞋，缺一都不可！**雪衣**要選超厚、超保暖而且一定要是可以防風防水、有帽子的，有時候明明溫度不算太低但是只要有風就會冷到不行。因為室內很熱，當地人裏面都是穿短袖或是超薄長袖，加上外面套一件雪衣，我自己是0度左右才能這樣穿搭XD 通常-10度以下要待在室外比較久的話，我都是穿發熱衣+毛衣+雪衣(我的雪衣是兩層的那種非常厚)至於**褲子**的部分，因為我的雪衣是半身的蓋不到腿，所以基本上每天都是兩件褲子，只有大約10度以上(也是3月中之後了)才有可能穿一條褲子，不過如果是長版的雪衣說不定就不用這樣了！**手套**是生活必需品，一定要戴而且要夠保暖的～不然-10度以下在外面空手會非常痛！**鞋子**要穿防滑、保暖的鞋，如果有雪鞋最好～我自己帶了一雙雪鞋跟馬丁鞋，基本上一、二月最冷要在戶外待到幾個小時以上還是雪鞋比較夠，馬丁雖然防滑，但保暖程度還是有差；如果是長時間待在室內，那馬丁就ok了，會一直到四月中雪都差不多融完了才有機會穿步鞋出門(雖然我根本沒帶步鞋過去)。我自己是**Spring break** 之後就沒用過圍巾、手套、毛帽跟發熱衣了，但是雪衣跟雪鞋還是必備！最後就是暖暖包真的不用！室外會冷到沒有作用，室內又會熱到你不想用！

[社群資訊]

IG帳號推薦追蹤 [@mtlblog](#) 上面有蒙特婁生活的大小事！以下的FB社團是我在交換期間會特別關注：

- 海外台灣人COVID-19互助會(台灣的防疫資訊等)
- Canada Travel During Covid 🇨🇦(Omicron高峰期時每天都有很多搭機經驗分享，當時覺得很受用！後來入境政策寬鬆許多之後就較沒有人貼文了)
- 我是台灣人，我住加拿大
- TIM - 台灣人在蒙特婁
- 蒙特婁台灣同學會

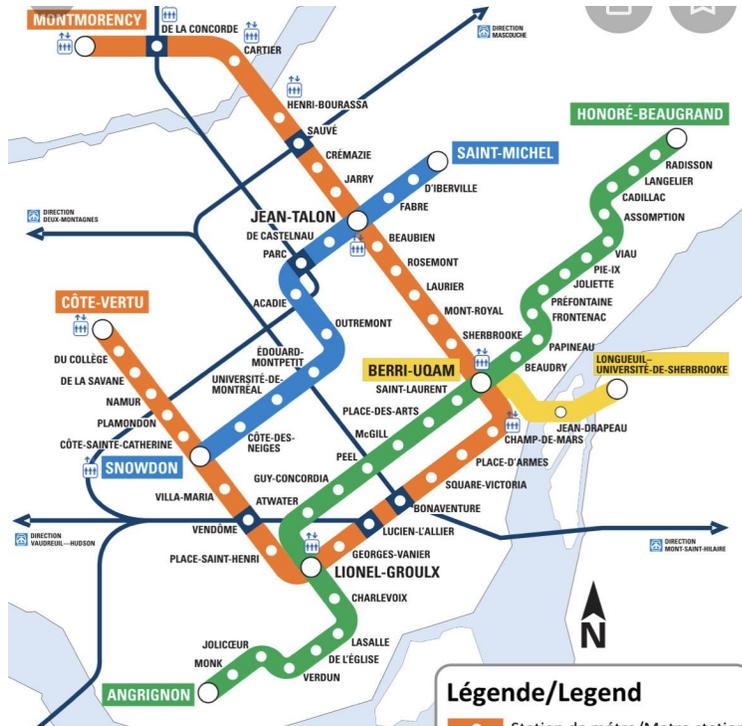
注意事項

基本上Montreal 治安真的很好，我在蒙特婁從來沒有遇過被偷、被搶或是其他危險的情況，但是一個人在外還是要小心一點比較好！捷運站裡會有一些遊民(可能是因為外面太冷了?)，但他們也不會對別人怎麼樣，如果要錢或食物就對他搖頭或說No，他們就會自己走掉了。到了晚上路上都很少人，在Downtown的話燈還算是蠻亮的，其他地方都會比較暗一點。建議可以把護照拍

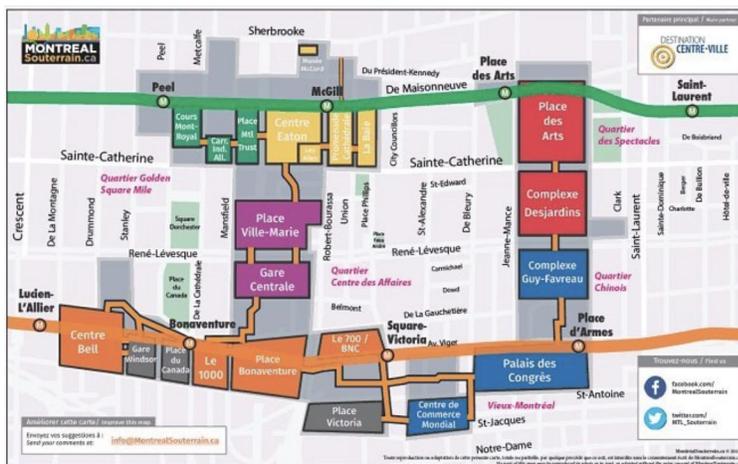
照放在手機裡, 平常基本上很少會需要出示ID, 如果是去Bar 或Club 的話, Photo ID 他們也都會接受, 就不用擔心把護照帶在身上會不見了。

加拿大最新的Covid 政策是完整接種者不用隔離也不用pre-test or arrival test, 不過最新資訊還是要以加拿大政府的網站 (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) 為主! 他們網站寫得很清楚易懂!

希望生活報告和電子報會有幫助~ 如果有問題也可以聯絡我: erica890623@gmail.com



← 捷運路線圖



← Underground City