



生活報告

108363012 企研所 徐舒岑

學校及課程介紹 | 生活與文化交流 | 交換注意事項



Maastricht University

| 馬斯垂克有著大城市的便利、老城市的慢

在這裡交換的158個日子中，馬斯垂克大學的PBL教學會讓人紮紮實實的收穫知識（甚至時刻提防被當掉），城市的生命力也能使人體會生活的美好。如果你想在歐洲、荷蘭交換，非常推薦馬斯垂克大學，絕對會是一段難忘的回憶！

學校簡介

馬斯垂克大學 (Maastricht University, UM) 成立於1976年，位於荷蘭林堡省首府的馬斯垂克市，即荷蘭南方與德國及比利時交界處，為荷蘭的國立研究型大學之一。馬斯垂克大學共設有6個學院，包含自然科學與工程學院、經濟管理學院、藝術與社會科學學院、醫學與生命健康學院、心理學學院及法學院。

而UM經濟管理學院 (SBE) 是荷蘭及歐洲最好的商學院之一，取得了EQUIS、AACSB、AMBA 三項世界頂級認證，聚焦創新、經濟學與公司治理領域，致力於為學生提供高質量的教育並進行出色的研究。

國際化程度高

UM為荷蘭國際化程度較高之學校，國際學生比例占該校總人數約為53%，海外教師的比例亦達40%。多元的學習環境、跨文化學生及教師組成，將能增加與不同背景的人互動及交流機會，累積跨文化溝通經驗。

PBL 教學模式

UM擁有獨特的問題導向學習 (Problem-Based Learning, PBL) 教學方式。藉由問題導向學習與開放性問題的討論分析，將能更深入學習專業知識，啟發創造思考能力，並培養解決問題的能力。且不同於大班制的上課模式，UM採用tutor group進行授課，每個group約10-15位學生，可以充分地與tutor及同學互動，是更開放、彈性的學習方式，而每人也需要輪流擔任課程Facilitator，帶領課程進行。同時課前也會有大量的預習工作，期刊文章與企業個案皆須分配不少時間閱讀。



課程介紹

Strategies and Technologies in the Supply Chain (6.5 ETCs)

課程說明 (實體授課)

此門課程為供應鏈碩士學程課程，課程側重供應鏈策略與科技應用，結合物聯網、區塊鏈、3D列印、機械手臂等技術，同時透過企業內外部供應鏈網絡，了解策略管理，學習整合與優化。並關注不同的供應鏈議題，包含供應鏈內部及外部整合、關係管理、彈性與永續。課程以學術Paper為核心，透過研究之實證分析與系統文獻探討，發展供應鏈解決方案，培養供應鏈管理人才，以因應後疫情時代與地緣政治風險等所帶來的各項挑戰。

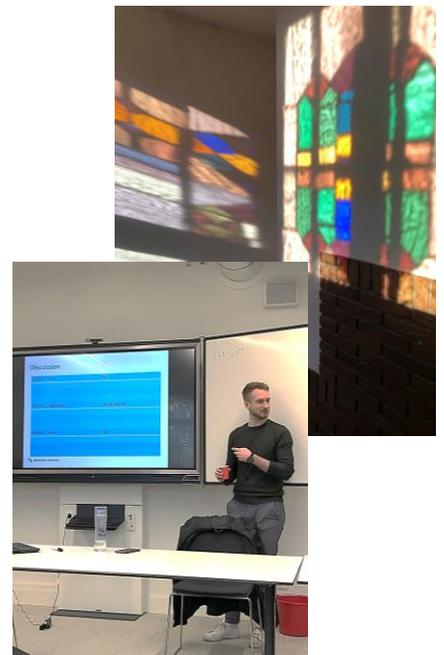
評分方式

這門課程評分主要以Facilitation與期末書面報告為主，參與分數則是以出席率及發言質量為衡量標準，Tutor還特別強調次數並不重要：) 而在Facilitation部分，三人一組，需要擔任兩次Facilitator，主題依每堂課設定之供應鏈議題為主，Facilitation也需要針對該堂課Paper進行討論。而Final paper則是需要依據學習期間所閱讀的期刊論文，針對管理意涵部分提出個人觀察與意見，且相較於其他課程多交給Tutor評分，這門課程期末報告會由教授批閱，也因此字數規定雖然不多，但對於報告整體品質要求會再嚴格一些。

	Length	Weight
Participation	每周兩堂	25%
Facilitation	100分鐘 (2次)	40%
Final Paper	1500 字	35%

修課心得

UM比較特別的一點是選課無法挑選上課時間，即依據被分配的tutor group決定，我修習這門課時就被分配到早八，所以課程的同學跟Tutor早上都會去販賣機買杯咖啡；) 尤其早上的馬斯也會比較冷 (需使用學生證儲值金額，一杯約€1-1.5)。這堂課的tutor Max很會領導討論，對供應鏈可以有進一步的學習與新的理解，課程雖然學術探討比重很大，但因為同學擔任Facilitator時，通常會使用企業案例，所以實務部分也不用太擔心沒有接觸到。另外就是平常不會有其他assignments，因此專心把期刊文章讀完，有好好預習，課堂的發言就不會有太大問題！



課程介紹

Social and Environmental Entrepreneurship (6.5 ETCs)

課程說明 (實體授課)

從實務角度解構社會與環境議題、探討商業永續，並從企業的思考觀點出發，發展理論基礎與整合架構的思考與研究之知能，分析及評估環境與社會中所存在的問題及商機。此門課程每周會安排企業個案、文章探討及Workshop，了解如何以公司的角度解決社會、環境問題，授課主題包括以顧客為中心的社會和環境創業思考設計、策略擬定與規劃等，需於課程結束前產出一份Business plan，並進行Final Pitch，為學習如何應用知識和技能來解決複雜的社會和環境問題的課程。

評分方式

課程評分包含日常上課表現，在課程前須先完成指定內容預習（至少會有一篇哈佛個案及Paper）。並需要由兩人一組擔任一次Facilitator，主題為每周的企業個案。Video Pitch則是針對想要解決的社會與環境議題發想解決方案，以作為期末Group Pitch組隊方向。期末則是由團隊報告及書面報告為評分依據。期末報告主題可自訂，以社會及環境創業為主軸，探討相關議題。

	Length	Weight
Participation	每周兩堂	10%
Facilitation	50 分鐘 (一次)	20%
Video Pitch	90 秒	15%
Group Pitch	8分鐘 Pitch	30%
Final Paper	2500 字	25%

修課心得

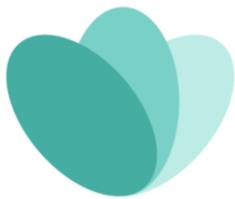
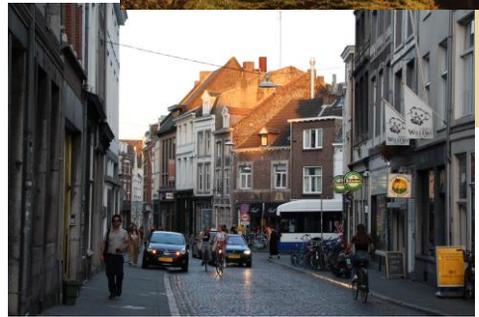
這門課程比較活潑，指定閱讀教材還會包含Ted Talk與其他課程相關的有趣小短片。整體Workload不算太重，而且Facilitation只需50分鐘。個案選擇也很豐富，對於社會與環境永續議題有興趣的話可以考慮。且課程中也包含幾間荷蘭企業的探討，從企業營運的面相認識所生活的國家是不錯的角度！期末報告考量組員組成（兩位來自加拿大、一位比利時、一位台灣），我們組別選擇以加拿大多倫多為背景，推動腳踏車共享方案。在設計解決方案、規劃財務及籌資管道的同時，也能多了解一座新的城市和文化，我認為是馬斯垂克國際學生多元的優點之一。



生活與文化交流

腳踏車上的每一天

做為一個自行車數量比總人口數還要多的國度，腳踏車是荷蘭的一種生活文化與態度。馬斯垂克的街上，騎著單車的人們來來去去，或西裝筆挺、或率性斑斕，形成城市一道特別的風景。而荷蘭的自行車道網絡非常完整，連快速道路上都有自行車道，也因此擁有一台自行車，想要移動到哪裡都不是問題。惟馬斯垂克石子路比較多，也是荷蘭少數地勢比較高的地方，因此上坡路段會辛苦一點，有變速器佳。另外需要留意自行車的失竊問題仍然存在，腳踏車一定要隨時上鎖，之前在路邊停下拍照片刻，經過的路人也馬上提醒我要上鎖。另外騎車滑手機罰款€50-70、夜晚未開車燈罰款€95。除了相關腳踏車規定要注意，自行車可以輕鬆到達馬斯任何地方，推薦騎車到聖彼得山看日落與野餐、或可以騎到比利時的公園！



Too Good To Go



食光光剩食計畫

Too Good To Go是來自丹麥的app，歐洲多國都屬營運範圍，馬斯垂克的商家也有加入！這個應用程式（下載前要先更改地區）串聯店家與消費者，利用商業模式解決剩食問題，也讓消費者以實惠的價格取得食物。店家會將未售出但仍新鮮的食物放上app，從行動裝置介面可以直接預定、下單及付款，在規定時間內前往領取餐點即可。店家的選擇也非常多元，包含餐廳、咖啡廳、超市、麵包店等。使用歐洲的app，吃當地的食物，也是一項不錯的文化體驗！左邊的圖片是我使用app訂購的UM法學院咖啡廳 Magic box (€3.99)，裡面包含蘋果、蘑菇濃湯、兩個迷你火腿起司Baguette、蘋果派與巧克力餅乾。

生活與文化交流

是聖誕月不是聖誕節

在歐洲交換會很明顯感受到聖誕節的來臨，大約11月底各地就已經穿上聖誕服裝，各種燈具及紅綠色的裝飾佈滿大街與小巷，濃厚的聖誕氣氛會一直持續到12月底，馬斯垂克的聖誕裝飾甚至在1月中都還沒有換下XD

| 聖尼可拉斯節 Sinterklaas of Sint-Nicolaas

基督教的聖誕節為每年的12月25日，但荷蘭當地傳統的聖誕節其實在12月6日，也稱為聖尼可拉斯節，這個節日也盛行於比利時、盧森堡與法國東北部。傳說聖尼可拉斯 (Sinterklaas) 是來自古希臘米拉城的大主教，並有一位助手黑彼得 (Zwart Piet) 。而由於這位大主教死後葬身之處在過去為西班牙管轄，因此現代的聖尼古拉斯與黑彼得每年的11月是從西班牙搭船抵達荷蘭港口，通常會舉行盛大的慶祝活動和遊行，以紀念他們的到來，荷蘭孩童們則會在12月5日獲得聖誕禮物，這個聖誕節也有各式特色食物，如：字母巧克力、圓形薑餅乾 (Kruidnoot) 。

| 聖誕市集

想要體驗聖誕氣氛，一定不能錯過聖誕市集！馬斯垂克的市區Vrijthof每年會舉辦聖誕市集，除了攤販們，還會有滑冰場及摩天輪。滑冰場現場可以租借設備，包含門票每人€10，摩天輪則是4圈每人€ 6。時間允許的話也可以去馬斯近郊的Volkenburg，當地有歐洲最大的洞穴市集！

| Secret Santa

聖誕節是歐洲非常重視的節日，即使在荷蘭交換，歐洲的交換學生們也會返家與家人團聚。而在大家返家前，我們guesthouse舉辦了一個secret santa的活動，類似聖誕版的小天使小主人，在指定的日期前準備好禮物。因為知道收禮對象，也會比較方便準備禮物，而由於我有一位樓友經常花2-3個小時做飯，因此當天他收到了一頂廚師帽與鍋鏟，也算是一個可以順便一窺別人眼中的你的活動，相當有趣。



注意事項

行李遺失不緊張

在歐洲交換，任何事都是有可能發生的，尤其當你的螺絲並不是無時無刻都栓的很緊（如我）。分享我搭乘跨境火車遺失行李的經驗，當時我從巴黎乘上Thalys至比利時列日換車回馬斯垂克，下車直接忘記拿行李。這邊先與大家說明若在跨境火車上遺失物品是需要與終點站車站聯絡，而當時我的列車是開往德國Dortmund，因此需要聯絡DB（德國運輸公司），致電後得到一句no English及一連串我至今仍不知其意的德文。最終只得上網填寫失物表單，神奇的是隔日就馬上收到德鐵尋回失物的來信，領取的方式則分為親自領取或郵寄（當時站務人員告知須先匯€50才能協助寄出）。另外，我當時連鑰匙都放在行李袋中，回到Guesthouse後請告知櫃台，會有人給你新鑰匙並將原本的鎖整組換掉（需要繳納€60，尋回鑰匙後可退全額）。

疫情下的自處與共處

歐洲的新冠疫情也是一波未平一波又起，荷蘭在2021年12月又重啟封城政策，作為歐洲少數使用封城手段的國家，只能說狀況還是沒有好太多，確診數仍在飆升。這樣的背景下，抵達荷蘭後，請先確認已擁有CoronaCheck（適用歐盟的Greenpass），餐廳內用、跨國移動都會用到！我剛到的時候由於第一劑是在台灣施打，在馬斯注射二劑後是只能前往烏特勒支辦理，現在台灣的疫苗護照也是歐盟數位新冠證明成員，相信會便利更多！平常在室內空間（超市、大眾運輸等）有戴好口罩、勤洗手及適當消毒，即使身處荷蘭，也不用太過擔心，另外，歐洲人雖然不太喜歡戴口罩，但也不會對配戴口罩的人投以異樣眼光。又荷蘭學生可定期申請免費居家快篩，市區也有免費快篩站可先上網預約，而若不小心感染在家自我隔離待康復後即可。

保持開放與彈性

在歐洲交換時，截然不同的文化與環境可能會比較容易感到不適應，雖然有點老套了，但確實開放的心態可以幫助自己更快在異鄉找到生活的節奏，而且多數的歐洲人都是友善的、也蠻好溝通的，若有遇到任何問題，勇於開口、敢於詢問，生命都會自己找到出口的^^以我在克羅埃西亞旅行為例，當時抵達杜布羅夫尼克，冬天巴士站風大到要被吹走，身上的庫納又不夠搭公車，兌幣所都在2公里外，拖著行李只能嘗試詢問路人是否願意換錢，但跟錢有關，一般人真的會退避三舍怕你是騙子，問到第四個人時，居然用5歐元換到50庫納，到底哪裡有這麼棒的匯率，太感謝當時的好心人。