

## 生活報告

### 1. 課程

研究生會被歸類在 Exchange Level 5，跟當地的研究生一起上課。

#### (1) 選課：

大約六月底會寄信提醒要記得選課，然後進入他們的課程系統 RISE（一個在上面包含你所有關於課程資料的系統）選課。Level 5 的話我記得會有十個左右的 module 讓你選，然後每個再從 module 裡面有開的課進行選課，雷恩商學院有規定必修的最低修課學分是 15ects，Level 5 的一門課是 6 ects，所以代表至少要選三堂課。以我的例子來說，我的 module 是選擇 Luxury Marketing and Brand Management，而這個 module 下開了五門課：Contemporary Trends in the Luxury Industry、Luxury Marketing Strategy、Development and Marketing of New Products in a Sustainable Environment、Brand Management、Consumer Behavior in a Sustainable Environment，我最後選擇的是 Contemporary Trends in the Luxury Industry、Luxury Marketing Strategy、Development and Marketing of New Products in a Sustainable Environment 這三門課。

另外也有法文課和法國文化的課程可以選，但這就是選修的部分，可修可不修。

#### (2) 課程介紹：

- Contemporary Trends in the Luxury Industry：這堂課的老師有自己創立品牌，然後課程主要是介紹各個精品的歷史、元素、故事等等，也是我修的三堂課之中最輕鬆的課，只有一個期末報告（小組一起在課堂上完成交給老師不用上台報告）和期末考。
- Luxury Marketing Strategy：這堂課也是會介紹精品的定義、跟 FMCG 行銷方式有什麼不同、精品購買的趨勢、各個精品近期的行銷趨勢、未來發展，甚至也有介紹到香水，內容很豐富，是我三堂課裡面最喜歡的課程，不過這堂課的 loading 蠻重的，有兩個小組報告（而且可以做的時間都只有一星期），幾乎每堂課都有小組討論，然後會立刻做出成果抽幾組上台報告，最後有個期末考。
- Development and Marketing of New Products in a Sustainable Environment：這堂課的老師是個台灣人，其實當初選這堂課是因為看到有 Sustainable 才選的，本來預期會學到一些 ESG 或 CSR 相關的東西，結果課程內容就是新產品從想法產生開始到商品賣出的步驟和行銷方式。這堂

課有兩個小報告，一個期末報告一個期末考，每堂課會有小組討論會需要討論出答案交給老師。

但法國商學院的課有個部分是不太習慣的，就是每堂課不會有固定的上課時間和教室，有時候這堂課在禮拜五上課，有時候在禮拜四，而且我修到的課常常會一次上一整天(6小時)，但通常學期一開始會可以看到一整個學期的課表，你就可以先知道哪堂課在什麼時候上課，可是老師在學期中途如果有事的話還會再更動課程時間，像我在十月初的時候看到十月底有個很長的空擋就安排去挪威玩五天，結果老師十月中突然說要把期末報告的時間移到我挪威的其中一天，但我什麼票都訂完了，老師也有過說期末報告一定要出席，我只好硬著頭皮去跟老師講這件事，後來折衷的辦法是扣一點我期末報告的分數來解決這件事，所以如果有要安排出去玩的話要特別小心這個情況。

## 2. 校園：

雷恩商學院長得很不像一般大學的樣子，沒有操場沒有草皮(但有養羊)，小小一個，主要是由三個 building 組成，圖書館在校園外面。

另外學餐真的不好吃，而且很貴，如果只點主食的話是 4.25 歐，沙拉/甜點每加一樣要再加 1 歐，所以蠻多人會去雷恩二大吃的，比較好吃也比較便宜，也離學校不遠，一份主餐+沙拉+甜點總共才 3 歐，選擇也比較多。



### 3. 交通：

月卡的話 18-26 歲一個月 25.2 歐，可以無限次坐公車和地鐵，如果買單次的話是一次 1.5 歐，90 分鐘內可以都可以使用公車和地鐵，可以上車買票。雷恩總共有兩條地鐵線，但如果要去學校的話坐公車走的路比較少。

### 4. 住宿：電子報二有詳細提到

### 5. 電信：電子報一有詳細提到

### 6. 設施：

- 亞超：離學校比較近也比較大家的有 Grand Lotus、Belasie，如果你住市中心的話，市中心有一家小亞超 Supermarché Asiatique
- 購物中心：Alma(雷恩最大的購物中心，裡面還有一家大家的家樂福)、La Visitation (在 Sainte-Anne 附近)
- 逛街區域：Republic 一直到 Sainte-Anne 整區都是購物區，有很多像是 Zara、H&M、Bershka、Pull&Bear 等的店
- 超市：Carrefour、Intermarché、U express、Monoprix、Lidl、Grand Frais (離學校比較近，但賣的東西比較不一樣可以去看看)
- 買電器：Fnac
- 夜店：1998 Live Club、L' Espace
- 早市：只有在星期六早上有，地圖上搜尋 Marché des Lices

### 7. 推薦帶的東西

網路上應該有很多清單了，但我要推薦我這次交換回來覺得沒帶到很懊悔跟我覺得我帶了很棒的東西。

食物	剝皮辣椒	沒看到亞超有賣，如果想要自己煮剝皮辣加雞湯很讚
	有附醬包的 那種乾麵	吃太多泡麵吃到很罪惡的時候可以吃一下，亞超沒賣台灣的乾麵
	拌麵的醬	亞超都是東南亞的醬居多，沒吃過不敢亂嘗試，阿但記得看一下有沒有肉，有肉的話不要帶過海關會有麻煩
	鹹酥雞椒鹽 /各種椒鹽	台灣的還是比較好吃撒什麼都很讚！
用品	夜用衛生棉	雖然大家都說超市衛生棉很多，但超市賣的夜用衛生棉都好短好薄根本都會外漏，所以夜用衛生棉可以帶一下，日用的話超市就有了可以不用特別扛一堆來
	橡皮筋	綁沒吃完的食物很好用而且也不太佔空間

電器 (電器多半可以在 Fnac 買到)	小電鍋	想吃米的真的可以帶一下，交換結束後不想帶回家可以再賣別人
藥品	止咳藥	咳嗽超難好，我在國外確診後咳了兩個月都還沒好，止咳藥全部吃完，還要去各國蒐集當地止咳藥 (川貝枇杷膏亞超有賣)
其他	行李壓縮袋	超好用，有時候坐廉航沒加行李只能帶小後背包的時候超省行李空間
	手機掛繩	一開始是因為怕被偷才帶的，但發現冬天的時候尤其去下雪的地方會穿超多還戴手套，拿手機拍照就會變超麻煩，掛在身上超方便也不怕被風吹走或在橋上拍一拍掉下去
	野餐墊	在歐洲好多時候會用到例如野餐或是去海邊的時候
	撲克牌	一定要打一下牌的吧
	購物袋	衣服店很多提袋現在都要加錢

## 8. 實用社團、App

### FB 社團

- 「歐洲交換學生」、「台灣歐洲交換學生」，可以在上面徵旅伴、或是想省住宿錢可以試試 couchsurfing，在上面徵沙發、地板

### APP

- Star:bus,metro à Rennes:雷恩的公車 APP，可以在上面看公車時刻
- Too good to go:可以在裡面用很便宜的價格買到餐廳、麵包店、超市當天賣不完的剩食，但要下載這個 APP 時，手機上的帳號需要更換國家
- Skyscanner：比價便宜機票的好地方
- SNCF connect：在上面購買法國火車票
- Flix bus、BlablaCar bus 的 App：買便宜的巴士票
- Omio：各種歐洲交通工具的比價 APP
- 小紅書：原本沒有在使用的習慣，但歐洲旅遊真的蠻好用的，上面有大量的美食、景點、伴手禮推薦，有時候也會有整理好的罷工資訊

## 9. 其他注意事項

- 法國真的很容易遇到罷工，不要以為可以輕易躲過，記得每次出遊前要看一下你的交通工具有沒有因為罷工取消，記得要收信 (我有一次就是去里昂沒有注意到我火車被取消，結果被迫多滯留里昂一天)
- 如果要坐 Flixbus 的話 App 裡面說的站牌位置很多都是錯的，會找不到站牌，建議直接在 google map 搜尋「Flixbus」去找站牌的位置