

交換學校介紹

ESSEC 是巴黎三大高商(Trois Parisiennes)之一：與 HEC Paris 和 ESCP Business School 並稱為法國商學院中的御三家，同時擁有商管教育界最高榮譽的 AACSB、EQUIS 與 AMBA 三大認證，目前有巴黎 Cergy、巴黎 La Defense、亞太(新加坡)及摩洛哥拉巴四個校區

選課方式：

ESSEC 有規定最少要修 16 ECTS, Spring Semester 的選課周在1/26-30 這五天內選課，期間可以上他們的網站選課，網站會依照志願序前後決定選到哪些課，我自己當初是選了6堂中了4堂，剩下兩堂再加退選週的時候補上

開學第一週是加退選週，但加退選名額釋出的時間並不固定，需要看是否有人退選，並且是先搶先贏制，所以能不能加選上蠻看運氣

課程類別：

- 四學分：每學期十周的授課堂數
- 兩學分：每學期五周的授課堂數，通常於 Spring Break 前結束
- Intensive week: 在 Spring Break 當週密集授課
- Online Course: 非同步遠距課程，會給一個叫做 La Wagoon 的平台，在時間內要完成上面的課程以及 assignments

課程資訊：

Synergies of Success: Exploring Business through Arts&Math (2 ECTS)

教授: Tetiana Suvorova

- 內容 3/5: 主要在講藝術與商業的結合，像是黃金比例是如何應用在商業設計中等等
- 涼 5/5 只有一次分組報告以及一次期末報告
- 甜 4/5
- 綜合推薦程度 4/5 老師蠻活潑也很鼓勵發言，但學不到硬知識

Circular Economy (2 ECTS)

教授: Angela SUTAN

- 內容 3/5 循環經濟的實踐方法與理論
- 涼 5/5 每堂課都需要閱讀 case study 並且回答問題，但在課堂中都可以完成，沒有期末考
- 甜 4/5
- 綜合推薦程度 3/5 內容偏向 common sense，如果對循環經濟沒有熱忱的話應該會覺得無聊

Decision Analytics in AI Era (4 ECTS)

教授: Diego DELLE DONNE / Ivana LJUBIC

- 內容: 用科學的方法和模型來做重大決定，像是面對資源分配、企業對未來的投資等等
- 涼 4/5 兩次分組的專案以及一次期末考，期末考可以帶 A4 的 Cheatsheet
- 甜 4/5
- 綜合推薦程度 4/5 兩位教授都非常有教學熱忱也是很好的老師，只是上課內容稍嫌基礎

Innovation Strategies and New Technologies (4 ECTS)

教授: Philippe Kahn-Salmon

- 內容 2/5: 不同公司在商業場景中的創新應用

- 涼 1/5 每一堂課都會有 case study 需要在上課前回答問題並且做成簡報，老師上課會抽一兩組的人上去報告，並且有兩次隨堂小考，期末也有分組研究一家公司的創新行為並且上台報告，除此之外也要交一個 8 頁的 Essay
- 甜 2/5
- 綜合推薦程度 1/5 老師很古板，loading 非常不友善，上課的語調也很平，課程也學不到什麼內容

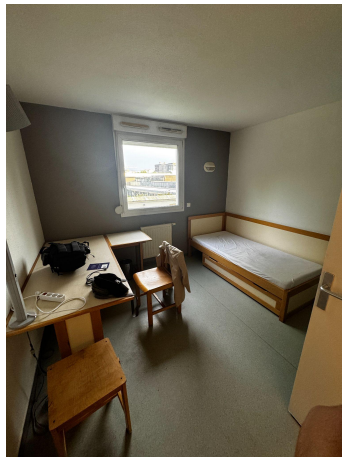
Luxury Brand Management (4 ECTS)

教授: Oscar SAND

- 內容: Essec 在法國奢侈品牌管理領域是蠻知名的商學院，能夠在課堂上學習眾多奢侈品牌的歷史以及管理方式，老師在上課時也會分享以前在業界的經驗，跟學生的互動很多，蠻鼓勵學生分享自己的看法
- 涼 2/5 : 每堂課前半部分老師會介紹奢侈品牌管理的專業知識，例如 Story telling, Brand Prism 等等，後半部分則是小組討論並且在課堂上報告，期末有筆試以及分組 open book 回答問題，整體 loading 偏重
- 甜 3/5
- 綜合推薦程度 5/5 雖然 loading 偏重但是會學到非常多奢侈品牌管理的專業知識以及老師從業界帶來的經驗

住宿資訊:

1. 選擇宿舍: 在 11 月的時候，學校的住宿組 (alegessec) 會發信提醒你上網申請宿舍，通常給交換生的選項有三個 Le Port Residence, Les Linandes Residence, Le Haut Residence, 每一個宿舍都有單人房和雙人房的選項，大部分人都推薦 Le Haut Residence (也是我住的地方)，這也是大部分亞洲人住的宿舍，但我自己觀察下來個人比較喜歡 Le Port，優點有兩個 1. 離學校走路 10-15 分鐘就會到 2. 房間設備比較新，雖然房費貴了約莫 100 歐元，但我總體體驗下來是值得的 (畢竟 Le Haut 也要 729 歐一個月)
2. 宿舍周遭 (Le Haut Residence): Le Haut 位於 RER A 的末站，離學校距離兩站，加上步行時間的話大概上學要提前 40 分鐘出門，周遭有一間小學，算是蠻單純的住宅區，不太需要擔心安全的問題。步行至 Cergy Le Haut 站大約五分鐘，車站附近也算是應有盡有，肉舖、麵包店、超市 (Auchan, G20 等等)
3. 入住: 拿房卡的地方在學校附近的 alegessec 辦公室，我當初是直接從 CDG 坐計程車到他們給的地址後拿完房卡再去 Le Haut。宿舍內部部分五個區域 ABCDH 呈現一個口字型，抵達宿舍之後，先看自己的房卡上的房號，我當初是 HA xxx，代表房間在 A 區，如果是住在 ABCD 區就直接從大廳撞球桌旁的電梯搭到自己的樓層，電梯出來之後直走就會是 A 區，一直往後走就會接續到達 BCD 區。我當初第一次到宿舍的時候花了半個小時才找到自己的房間，因為同一個樓層的有一些區域並不相通，如所以建議到的時候可以先把行李放在大廳，找到路線之後再移動，不然屬實很麻煩。
4. 房間內部: 大致上如下圖，如果有買 welcome kit 的話會直接放在房間內。樓層越低比較容易住到舊的房間，入住後房卡上的 QR code 有房間內部設備的使用介紹，(我自己覺得最反人類的是桌上的燈是要長按才會慢慢變亮)



5. 宿舍公設：撞球桌、桌球桌、自習室、洗衣房（價錢：洗衣服 €3.5（有洗衣精）/ €3（無洗衣精）、烘衣服 €2，手機信用卡插卡付費）、健身房（健身房非常陽春，不要抱太大的期待，估計都是學校健身房淘汰的器材）



交換注意事項：

出發前：

1. 簽證申請：拿到學校的 Acceptance Letter 以及住房證明之後就可以開始申請簽證了，越早越好，申請方法可以參考[這篇](#)，簡單的流程大概是：註冊 Campus France 並填表 > 註冊 France-Visas 並申請 > 法國在台協會面試 > 等通知信，領取簽證，前後花費大約台幣 10000 元。面試到領到簽證大概 2 週 - 一個月不等
2. 申請 Revolut：Revolut 在國外付款（簽帳金融卡）或是互相轉帳都很方便，且申根境內交易皆不需手續費。拿到簽證之後就可以開始申請 Revolut，申請的過程很簡單，要準備的東西只有簽證以及宿舍的住宿證明（證明你在法國有居住地），上傳之後一天之內就會審核通過了

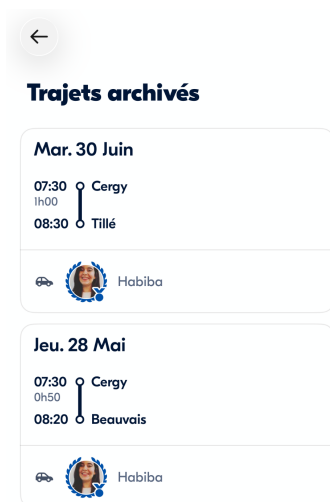
抵達後：

1. 交通月票：載巴黎搭乘地鐵單趟需花費 2.55 歐元，只要起點或是終點是機場還需要付 16 歐的機場線，因此建議直接辦月卡或年卡（如果有認識的人再下學期交換可以合辦一張年卡，攤下來十分划算，但要注意的查票通常會看票上的照片是否為本人，如果不是的話會被罰 70 歐元），巴黎交通月票購買後會在每個月的一號生效，並不是當下購買當下就能夠使用，需要額外注意這點。
2. 電信：通常會聽到三間大的電信：Orange, SFR, Free，這三間地信都各自推出不同的方案，可以上網爬文比較，但依照個人需求需要注意的是在法國外的漫遊流量有多少，由於我在交換期間一半以上的時間都在法國境外，而我的電信方案一個月只有 10G 漫遊流量（我的方案是 student Connect 這家的，不推薦），因此需要額外付費購買其他的 Esim。另外在 Cergy le Haut 部分樓層 Free 的信號十分不好，甚至需要額外付費購買宿舍網路，因此我會推薦可以去 Orange 或是 SFR 門市問問看方案內容，比較之後再下決定。

3. 日常採買: 在 Cergy Prefecture (學校那一站) 附近的 Les 3 Fontaines 商場應有盡有, 裡面甚至有我在法國看到最大間的 Auchan Hypermarche, 食衣住行相關的物品都能夠在裡面用相對便宜的價格買到, 並且超市的規劃非常的直覺, 逛起來非常舒服

生活旅遊小撇步:

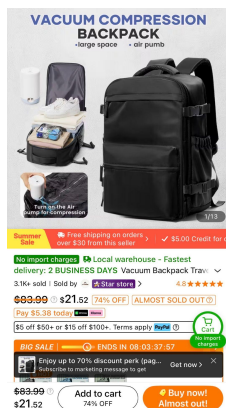
1. 煮飯調味料: 不需要從亞洲帶調味料, 但建議去全聯買一罐維力炸醬麵的醬, 可以吃很久, 也是一個交朋友的好道具, 其他的基本調味料 Auchan 有賣, 如果真的不夠的話巴黎市區也有很多亞超 (eg. Chen's Market)
2. 機場交通選擇: 巴黎有三個機場, CDG, ORY, BVA, 前兩者都有大眾運輸工具直達, 但 BVA 需要到市中心搭乘一個半小時的巴士才能抵達, 從宿舍出發的總交通時常有時候會長達三個小時, 然而 BVA 又是 Ryan Air 的大本營, 有時候被逼無奈會需要選擇從那邊飛, 這時候可以下載一個 app 叫做 Blabla Car 一個汽車共乘的平台, 每週都會有一個女生從 Cergy 開車到 BVA, 單趟只需要 10 歐元左右而且車程只需要一個小時, 省時間又省錢, 但並不是每天都有, 所以建議在出發前一兩周上去看一下有沒有, 我自己搭過兩次他的車。



3. 小紅書買二手物: 在交換前爬文的時候看到有人建議帶大同電鍋, 但礙於行李空間不夠, 當時並沒有帶。我在抵達巴黎後在小紅書上找到有些要回去的留學生, 都會用非常低的價格賣電鍋或是電飯鍋, 我自己就花了 15 歐買了一個高壓電飯鍋, 在歐洲吃到好吃的白飯真的會哭出來, 我在離開的時候也在上面把電鍋賣給下一個人, 因此非常推薦如果有一些電器或是想帶的東西帶不了, 可以上小紅書看看有沒有人出二手物。



4. 旅行必備真空背包: 搭乘廉航的時候都會怕被查行李, 因此我一到就在 Temu 上搜尋: Ryan Air Backpack, 買了一個可以抽真空的背包 (15 歐左右), 我在裡面裝著一個筆電跟五套換洗衣物去了 15 個國家, 搭了 20 幾次聯航都沒有被查過背包大小, 至於送貨地點選擇 Cergy le haut 站附近的取貨櫃, 大約三周後就會送達。推薦如果有大量旅行需求又不想買行李的人可以參考看看。



總結:

平心而論, ESSEC 並不是一個交換活動規劃的特別好的學校, 相比於大部分的歐洲學校, 對於本地生以及交換生活動的安排並不豐富, 而且課程我打聽下來大家的滿意度也不高, 但以距離巴黎市中心車程 50 分鐘的地理位置, 仍然是個體驗歐洲生活的好選項, 住在巴黎之後真的會深深地愛上這個地方, 無論是美食、建築或是文化底蘊, 都是放眼歐洲以至於世界數一數二的城市, 再加上巴黎對於學生身份十分友善, 博物館、景點或是體驗活動都有學生價或是免門票。