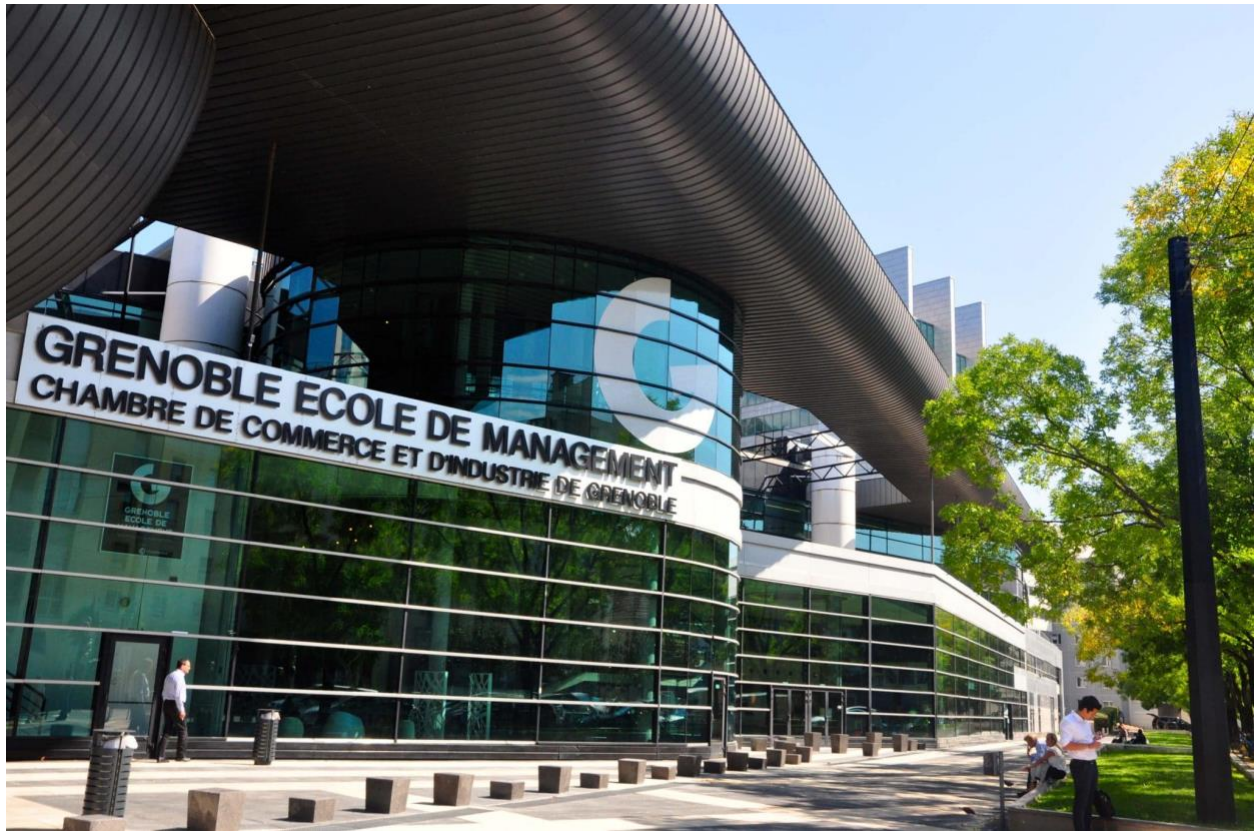


# Grenoble Ecole de Management (GEM)

## 法國格勒諾布爾高等商學院 交換生活報告



### 目錄

- 一、 交換學校介紹 ( p.2 )
- 二、 課程資訊介紹 ( p.3 )
- 三、 生活文化體驗 ( p.4 )
- 四、 特別注意事項 ( p.5 )



交換學生：魏若芸 Carrie Wei

交換學期：2022 Fall (Sep. - Dec.)

交換學程：Graduate Certificate in Global Management

## 一、 交換學校介紹

格勒諾布爾高等商學院 ( Grenoble Ecole de Management , 簡稱 GEM ) 是一所位於法國中南部城市 - 格勒諾布爾 - 的私立商學院。成立於 1984 年，格勒諾布爾高等商學院的使命是通過提供高質量的商業教育和研究，培養具有全球視野和社會責任感的領袖。

格勒諾布爾高等商學院在歐洲商學院中排名領先，是歐洲管理發展基金會 ( EFMD ) 和 AACSB 國際認證的學校之一。它的學位項目包括碩士、博士和 MBA，涵蓋了不同的商業領域，如金融、市場行銷、策略管理和創新管理。

格勒諾布爾高等商學院還與世界各地的商學院建立了眾多的國際合作夥伴關係，為學生提供了豐富多彩的交流和學習機會。此外，學校還積極發展研究項目，與法國及國際公司合作進行產學研究，為商業領域的創新和進步做出貢獻。

作為一所國際化的商學院，格勒諾布爾高等商學院擁有來自世界各地的學生和教師，為學生提供了廣泛的文化背景和全球視野。學校也相當注重為學生提供實戰性的教育體驗，通過課程設計和校外活動等方式，幫助學生在真實的商業環境中發展實戰技能和創新思維能力。

除了高質量的教育和研究，格勒諾布爾高等商學院還注重培養學生的社會責任感和永續發展意識。學校的永續發展中心致力於推廣永續商業實踐和研究，為學生和企業提供永續發展方面的專業知識和支持。

## 二、 課程資訊介紹

- 語言要求

格勒諾布爾高等商學院的國際交換學生課程主要使用英語進行授課，因此英語程度是進入此學校的重要考量。此外，學校還有提供英語強化課程，幫助學生提高英語程度。

- 學位課程

格勒諾布爾高等商學院提供多種國際學位課程，包括碩士、博士和 MBA。這些課程涵蓋了不同的商業領域，如金融、市場行銷、策略管理和創新管理。這些課程的教學內容緊密結合實際商業環境，強調實戰技能和創新思維能力的培養。

- 交換項目

格勒諾布爾高等商學院與世界各地的商學院建立了廣泛的合作夥伴關係，為學生提供了多種交換項目。在交換項目中，學生可以前往不同的國家和地區，與當地的商學院學生交流和學習。這些項目有助於拓展學生的國際視野和文化交流，提高其在全球商業環境中的競爭力。

- 實習和職業發展

格勒諾布爾高等商學院注重為學生提供實戰性的教育訓練。學校有與法國及國際公司合作，為學生提供實習和職涯發展機會。此外，學校還設有職涯發展中心，幫助學生規劃職涯道路、編寫履歷和訓練面試技巧等。

- 多元文化環境

格勒諾布爾高等商學院擁有來自世界各地的學生和教師，創造了多元的文化環境。學生可以與來自不同國家和地區的同儕交流和學習，瞭解不同文化的商業模式和思維方式。此外，學校還定期舉辦國際文化活動和慶祝活動，加強國際交換學生之間的聯繫和瞭解。

### 三、 生活文化體驗

在法國，對生活與文化的差異性感受特別深刻。不像台灣的店家普遍營業時間長，法國的店家通常在下午五、六點就結束營業，並且週末普遍不開店，形成每逢六日宛如空城的奇景，只有旅遊、觀光景點的店家持續營業。法國朋友證實這點，說這是因為週末大家通常待在家裡鮮少出門，反而平日下午是他們最常逛街的時機。此外，法國對於文化藝術的重視可見一斑，特定歲數（通常是 26 歲）以下的族群可免費參觀大部分的展覽、美術館與博物館，或是持有學生證即擁有半價優惠的門票，來到法國的學生一定要好好把握。飲食方面，法國人不怎麼吃辛香料的食物，常見的菜餚是馬鈴薯和起司的搭配，而且法國的馬鈴薯特別好吃，一份肉類主食的配菜就有至少三種不同的馬鈴薯可以選擇。而起司在法國相當普遍，一般超市都可以買到十種以上的起司，而且價格低廉，搭配麵包或紅酒非常美味。紅酒則是法國人佐餐最常見的飲品，餐廳裡一杯紅酒 4 到 7 歐元不等，產地與種類選擇很多，在法國的餐廳用餐一定都會被詢問今天想喝什麼，且任何時段在餐廳飲酒對法國人來說是很稀鬆平常的。

語言方面，除了觀光旅遊勝地的店家，法國人普遍不怎麼講英語，若能看懂常用法文單字和基本日常對話，將對在法國生活有很大幫助。若在法國使用英語溝通，大部分會英語的法國人也都會熱心幫忙，只有遇到少數人相當堅持用法語溝通。生活方面，法國人相當重視生活與工作平衡，甚至太過重視工作品質而不太在意工作效率，這能由我在法國銀行申辦帳戶的經驗來佐證（詳述在以下“特別注意事項”）。但也因為如此，在法國生活能夠感受到真正的「生活」，也許是因為學生身份較無壓力的關係，也或許更多是因為被法國人異常輕鬆的個性所感染，不拘泥於複雜的細節，轉而注重更為感性的層次。此外在法國，學生對於休閒娛樂相當重視。學校的學生組織時常發起校外休閒活動，舉凡包車上山體驗滑雪、週四夜晚俱樂部、前往不同城市旅遊等，對國際學生來說是非常好的機會體驗法國生活不同的樣貌。

若在法國吃不慣當地飲食，可以尋找附近的亞洲超市（簡稱亞超）購買生鮮食材，包括各式各樣的中式調味料、麵類米食、豆腐肉類、水果蔬菜等等，為思鄉的東方人們提供更多飲食選擇。由於在法國餐廳用餐真的不便宜，大部分學生都是在家自行烹煮三餐，這時挑選食材就會是一大重點。基本上法國的蔬菜水果類都能以便宜的價格買到，但蛋豆魚肉類的價格都會偏高，且法國注重食品的有機與否，超市內都會特別標註有機食品，價格也會貴許多。一般食品也會加註歐盟認可的食品營養標籤，由 A 至 E 五個等級代表最營養至最不營養，若以顏色判斷就是綠色端越具營養價值，而紅色端越不具營養價值。人們常會開玩笑說想吃好吃東西的話，直接選 E 等級的就對了。

#### 四、 特別注意事項

若在法國新開銀行帳戶，不論哪家銀行，要特別注意最好提前一週就去開戶，因為法國銀行不像台灣的銀行那麼有效率，從完成開戶到拿到實體卡，會需要至少兩週的時間，並且要確保填寫的實體卡寄送地址無誤，否則卡片寄丟了更是要花上至少一週的時間重新寄送。我的過來人經驗，從完成開戶到收到實體卡，整整過了一個月的時間，期間反覆詢問銀行人員，才發現卡片沒有成功寄送到指定地址，在重新寄送兩次後才成功收到。

在法國生活，建議先了解所交換學校地區的治安問題，因為這關乎到住宿的選擇與在法國的活動範圍。格勒諾布爾高等商學院位於火車站旁，基本上前往學校的交通都還算方便，可以搭乘公車或地上電車 ( Tram )，於是選擇公車或電車站附近的住宿是比較理想的，這樣可以省去下車後步行至住宿的時間，因為這關乎到夜歸時的安全性。就我的經驗，在法國通常晚上 8 點以後就不外出 ( 除非有人陪同 )，一方面大多數法國店家晚上 8 點就已打烊，一方面冬天的法國天黑相當早 ( 最早下午 4、5 點就全黑了 )，天黑後難防在街上遇到一些意圖較複雜的人 ( 尤其身為女性 )，因此除非團體行動，天黑後還是儘量不要在路上閒晃。

罷工在法國是很常見的事。我在格勒諾布爾曾多次遇到電車因罷工活動而停駛，這對晚上有活動的學生族群來說相當不方便，可能要選擇騎乘當地類似 YouBike 的共享單車，而沒有單車駐點的地方甚至只能走路回家 ( 也因此住宿地點的安全性很重要 )。