

交換生活報告

112363077 企研三 范仔倫

2026.06

一、交換學校介紹

里昂為法國的第三大城市，僅次於巴黎及馬賽，其地理位置剛好就在法國的中央，位於巴黎跟馬賽的中間（對於出去玩很重要），以豐富的古羅馬歷史遺產與世界級的美食文化聞名。同時里昂也是電影的誕生地，1895 年盧米埃爾兄弟曾在此拍攝下世界第一部電影《工廠大門》（La Sortie de l'usine Lumière à Lyon），有興趣可以去 Musée Lumière 看看。

里昂商學院（emlyon business school）是一所位於法國里昂的商學院，成立於 1872 年，擁有 EQUIS、AMBA、AACSB 三大商學院國際認證，為法國四大商學院之一。學校標語為「early makers 創客先鋒」，剛好也就是學校名稱 em 的縮寫。里昂商學院在全球開設六大校區，包含校本部里昂、分校聖埃蒂安、分校巴黎、分校卡薩布蘭加（摩洛哥）、分校上海（中國）與分校布巴內什瓦爾（印度）等。



二、課程介紹

在里昂商學院，碩士（PGE）的選課方式跟大學部的不一樣，沒有分什麼 major 或 core，可以自由選擇及安排。以 spring 為例，為期四個月的學期會被拆分為一、二月的 Cycle 3 及三、四月的 Cycle 4，每個 cycle 選擇至少一堂課、至多三堂課，每堂課為 5 ECTS。因政大規定要修 20 ECTS，所以我選擇在 C3 選三堂，C4 選一堂，盡量集中課程這樣也比較方便出去玩。

選課前學校會先提供每個 cycle 的開課清單，基本上有行銷、財務、法律、策略、創新、數據分析等各個領域的課程。除了課程領域之外，清單上也會註

明上課語言、上課方式（線上/線下/混合）、上課時段（A1/A2/B1/B2）、課程等級，以及課程的簡介。

Time slots for courses							
		Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
E1	8500-9138	A1	A2	A1	A2	A1	A2
E2	9830-118	A1	A2	A1	A2	A1	A2
E3	11135-12045	PAUSE	PAUSE	PAUSE	C1	PAUSE	PAUSE
E4	12045-14515	B1	B2	B1	Sport & Arts	B2	
E5	14530-16045	B1	B2	B1		B2	
E6	16045-17530	B1	LANGUAGE	C1		B2	
E7	17545-19015	B1	LANGUAGES	C1		B2	
E8	19030-20045						

5AXI29 – Exploring entrepreneurship

- 5 ECTS
- English course
- Level: intermediate
- Instructor: Pia ARENIUS

This course covers the process of starting a new company from the point of view of the entrepreneur or founder. It addresses ongoing challenges facing entrepreneurs, such as developing successful business ideas; building a team; obtaining and using resources such as human capital and funding; entrepreneurial marketing; and managing and growing an entrepreneurial firm. Students will gain practical insights into entrepreneurship, from fundraising to firm growth. Those with prior entrepreneurial experience are encouraged to review the course content to ensure it provides new learning opportunities beyond their existing skills.

學校建議在排選課的志願序時，每個 cycle 的每個時段各排四個志願，但基本上我都第一志願就上了，所以應該都可以選到想上的課程，不用太緊張沒課上，反而比較要擔心如果想上的課程都集中在同時段，這時候排序上就必須要做取捨了。

交換期間，我選的四堂課包含 e-commerce、branding、digital marketing、market studies & marketing decisions，以下將逐一簡單介紹：

（一）e-commerce（by Moritz Joerling）

上課方式主要以實體為主，但有幾堂課為線上。三小時的課程中，前半段為理論介紹，後半段則是線上模擬的實作與討論，線上模擬的成績佔 50%，另外 50%是全選擇的期末考，需要計算機，但不算太難。

線上模擬（simulation game）是讓班上不同小組實際操作經營各自的電商網站，在擁有相同廣告預算、產品單價成本、外在環境因素下彼此競爭，期末再依據獲利排名評分。透過模擬器，從網站設計、產品組合、產品定價到廣告投放等，各小組都可以根據當局的情境規劃最適策略。在這個過程中，不僅可以快速累積實作經驗，同時也可以有機會與不同國家的小組成員交流想法，基本上就像在外商實習一樣，非常推薦給大家。

（二）branding（by Diego Rinallo）

先說結論，四堂課裡面最嚴格、loading 最重，卻也能確保學得很扎實，如果真心想要了解品牌行銷的概念不會後悔，而且老師在上課的時候會大量舉例，並提供相關文獻補充，絕對不水。

老師是義大利人，稍微有點口音（但沒有手勢），加上一直理論輸出，我自己是注意力蠻容易飄掉的。每堂課都是實體三小時的理論，嚴禁遲到，課後都要繳交至少一頁的學習心得（佔 50%），通常需涵蓋三個部分：當天課程的反思、指定閱讀的反思以及課堂中討論的問題，老師會抓有沒有用 AI，建議選了就乖乖寫，因為對學習其實也是真的有幫助。

除此之外，這堂課有跟業界合作的專案（另外的 50%），期中要做

benchmark 的報告，期末則是大概七分鐘左右的 pitch。老師很介意報告表現，例如報告時不能看稿要看臺下，就算要看也只能帶手掌大小的小抄，報告不能看起來像是各報各的，每個人的銜接要流暢，基本上老師期望就是一個真實的商業提案，當然業主也會認真給予回饋，能學到很多。

（三）digital marketing (by Tom Villenet)

老師人很 nice 也很 free，上課基本上也是從數位行銷最基本的概念開始介紹，還有一些比較實用層面的東西，例如 GA4、廣告 ROI 計算、轉換率計算等，通常也會出成課後作業練習。有一堂課是邀請企業來分享案例，可以從頭了解新商品上市時的所有行銷規劃，以及背後的原因和考量，蠻有趣的，而且現場也可以遞履歷爭取實習機會。期末考（50%）有選擇跟簡答題，但可以帶手寫單面 A4 小抄，有計算題要帶計算機。期末小組報告（50%）主題自由，但有一份指定要涵蓋的內容清單，上台報告 15 分鐘，同時需要繳交 10 頁的紙本，最後會有組員互評。

（四）market studies & marketing decisions (by Alisa Jeunemaitre)

顧名思義就是一堂教你做研究的課，質性跟量性都有，老師也會用 excel 一步步帶著做。總共有兩次小考、兩次小組的 case study（需上台簡單報告），期末小組報告是要針對某一類型的網紅（例如運動或政治）自定研究問題做研究。

三、生活及文化交流

• 住宿

春季交換沒有辦法申請 Crous，只能自己租屋。建議可以使用 Livin France 或 Studapart 之類的平台，雖然會被收服務費，但至少比較有保障，而且不用擔心要自己另外找擔保人。記得要避開一些治安比較差的地方：Saxe Gambetta、Guillotière、Duchère。

不確定之後還有沒有 CAF 租屋補助，但我身邊的人（里昂地區）也頂多收到每個月 100 歐上下而已（不管租金高低），就算文件準備再齊全，也是會莫名收不到錢，如果不會說法文，就要跑到辦公室用翻譯軟體跟他溝通。總之，算一算事前準備的花費跟時間，還有到當地之後的各種折磨，整體投資報酬率好像有點低，所以如果真的被取消，好像也可以不用太難過（？

• 交通

學生可以申請 TCL 月票，月票計算方式是從每個月的月初算，一

直到月底，所以記得要在月初申請跟儲值。申請要到 TCL 櫃檯實體辦理，整個申請流程算快，需要準備大頭照、學生證、護照，此外櫃員高機率不會說英文，所以也可以事先準備幾句翻譯。第一次辦卡會收 5 歐的費用，之後每個月儲值是 25 歐，可以無限次搭公車、電車、地鐵、纜車，還有渡船（我沒搭過但感覺很酷），不過機場快線 Rhônexpress 不在 TCL 範圍喔！最後小提醒，里昂的交通其實算便宜，當日又有上限，所以可以算一下自己有沒有需要月票，像是如果你當月幾乎都在國外玩的話，就可以不用儲值，用手機刷卡搭車就好。

- 食物

推薦想找平價的超市可以去 Lidl 或 Auchan，Monoprix 則是容易有些獨家販售的商品（像是 F1 車手 Leclerc 的冰淇淋🍦），所以有找不到的東西可以去看看，此外他的定位算比較中高階的超市，自有品牌的品質也不錯。如果常逛超市其實可以辦超市會員，因為有時候會有一些優惠，也可以累積消費回饋。七區 Guillotière 那邊很多亞超，是亞洲胃的救星，推薦 International Store 跟 Leaf Market，這兩間基本上就可以找到所有的東西，不過有些調味料像是維力炸醬就很多人推薦可以從台灣帶，因為亞超買不到。另外要注意的是那一區是里昂治安最差的地方，記得要在白天的時候去，最好找人結伴同行，天黑之後真的不要自己在那附近晃（就連當地人都這樣說）。

學校附近的 Jean Mace 站有一攤 Taco 餐車，一份七歐就可以吃很飽，如果整天有課中午不能跑太遠的話，可以去外帶買回學校慢慢吃。再來，如果你自認吃東西比較不挑或是預算緊縮的話，也可以吃學餐，一份大概五歐左右，會有主食跟副餐，我覺得大概就是還可以的程度（所謂不期不待不受傷害？）

最後推薦幾家里昂我吃過覺得不錯的餐廳：La Viree Bistrot（需要預約的法餐，好吃 CP 值又高）、Vapo'hero（中規中矩的中餐廳，炒麵不錯）、Cinq Saveurs（超夯的蘭州牛肉麵店，可以加點小籠包讚的）、Resto Halle（Halles de Lyon Paul Bocuse 美食市場裡的好吃法餐）、3 Poivres（當地人推薦的 taco 夯店）、後頭厝（評比所有台灣料理餐廳後的第一名，還原度算很高）



四、交換注意事項

1. 在里昂遇到不會說英文的店員/服務人員其實是常態，就連公家機關也是，蠻多時候還是會很不方便，所以還是建議法文有一定基礎再來，學校提供的法文課也很沒用，不要想著我到這裡學就好。
2. 里昂商學院的學生證就是 ISIC，而且也有電子版，所以不用再另外辦永豐的那張。
3. 里昂治安算好，不用太緊張會被搶或什麼的，但當然還是跟亞洲不一樣，該注意的還是要注意。
4. 現金不用帶太多，歐洲大多可以用手機/信用卡支付，而且找一堆很小的銅板也很麻煩，我個人覺得帶個幾百就夠。
5. 里昂商學院沒有 buddy 喔~ 不過交換生很多，應該蠻容易找到台灣朋友可以彼此互相照應，一起煮菜解鄉愁（我們煮過地瓜球、麻油雞、三杯雞）。
6. 基本打招呼應該也不用多說了，在法國不管是遇到鄰居或是進到店裡一定要說 bonjour/bonsoir 問好，離開時說 au revoir，在這之前也可以

多補一句 *bonne journée/bonne soirée*。總之常說「請、謝謝、再見」！

7. 雖然可能是個案，但還是想分享一下：我租的房間在退房檢查時比入住檢查嚴格超級多，導致最後因為很多本來就存在的痕跡、髒污，甚至是地上的灰塵、頭髮被扣了很多押金(==) 再加上室友在公共區域造成的污漬（不是毀損喔！就是餅乾屑跟污漬^^），總共被扣 96 歐，但當下對方明明說沒什麼問題我才簽名。事後等我寄信反應，對方也都裝死不回了。所以建議入住的時候，自己也要拍照留證，退房簽名前也請對方把他認為不被接受的地方告知你，當下溝通完看完沒問題再簽名。

