

## 108 學年度 加拿大企業實習－學生實習心得

### 文彩昱

我在 **The Fox hotel and suites** 的房務部門實習，主要的工作內容就是清理房間。這間飯店位於加拿大亞伯達省的班夫小鎮。班夫有著著名的風景，夏天可以 hiking、划船…等等，冬天可以滑雪，因此吸引很多遊客慕名前來。

在班夫小鎮實習，讓我增加很多不一樣的經驗，也交到很多朋友。在工作上有不懂的地方，主管都會很有耐心的指導，甚至會教我工作上的小撇步，讓我可以更有效率地把房間清理乾淨。我去年實習兩、三個月後因為工作表現受到上司的肯定而晉升至 supervisor 一職。

平日主管也會舉辦活動慰勞大家的辛勞。雖然有時候飯店忙的時候，會覺得很辛苦，不過回頭看，自己學到很多。在班夫小鎮實習也會遇到很多不同國家的人，可以互相交流，增進語言能力。我建議學弟妹們在畢業之前把握到國外實習的機會，挑戰看看，豐富自己的人生經驗。



### 陳珮薇

我在班夫 Inns of Banff 實習，我覺得這是我人生中很棒的一段故事！我是在飯店裡做房務，最基本的就是打掃房間、維持飯店整潔，說簡單也不簡單，說難也不會比經濟學還難，每天要做的都大同小異，最興奮的就是看到小費和台灣團帶了什麼令人驚喜的東西來旅遊(解鄉愁)!

在公司裡，我和同事的相處氣氛很融洽，一開始難免有點緊張害怕，但過一陣子之後，和大家都是很好的朋友。

在語言方面，我覺得我進步的地方是在學習和別人聊天的方式，學習到的是更口語、更生活化的溝通技巧，而不是教科書上刻板的對話。

我非常鼓勵學弟妹到海外實習，我認為很值得，真的是很特別的經驗。在讀書時期就可以出國體驗，又可以認識到很多不同國家不同年紀的朋友。未出國前內心感到忐忑、害怕是難免的，但是唯有勇敢跨出去，你才會看到不一樣的自己、

不一樣的世界與生活方式！



### 鍾瓊

到加拿大實習是我上了大學之後對於大學生活的另一種想像，我完全沒有想到在大學期間可以到海外實習，對我而言，這真的是一個很好的海外實習選擇。在這一年的實習中，我雖然有很多需要適應和需要學習的地方，但也確實收穫許多且能親自體驗到加拿大有趣的生活樣貌與文化。

我在 **Moose Hotel & Suites 的 Pacini's Restaurant** 工作，能運用到在大學前三年所學習到的技能，奠定了紮實的基本功，使我在工作中處理很多事情時都能得心應手。

我勇於脫離舒適圈，挑戰自己，趁還年輕的時候遠赴加拿大班夫進行一年的職場體驗，從中累積工作經驗，展開不同的人生視野，為自己未來的求職加分。



### 黃冠瑄

**Banff Caribou Lodge** 是我在加拿大班夫的實習地點，我在飯店擔任房務員，整理飯店各個空間，維持環境整潔並給予顧客舒適的環境空間。

對於想到國外增進語文能力或是增加膽量的人，到加拿大班夫是一個不錯的學習機會。敢踏出一步遠赴班夫，我雖然不敢保證在這裡會一切順遂，但是一定會學到很多在台灣體驗不到的事，例如：對自己盡責（宿舍清潔、休假與薪水管理、出遊的危機處理）、對事物與人際的敏感度（參與活動、人際關係）、國際文化差異及語言等。在語言方面，許多人是學習英文一、兩個月後才開始工作，不過在加拿大班夫，溝通的問題並不大，即便不會英文，比手畫腳也能溝通。

建議學弟妹給自己踏出台灣舒適圈的機會，你會發現這個世界和台灣一樣大，可以感受到不一樣的生活與文化。實習結束後，你將有一本屬於自己的國際通訊錄，記錄著來自不同各地的朋友，一起生活的故事。





### 鄭雲岫

我在 **Chili's restaurant** 實習，這家餐廳主要是供應墨西哥和美式餐點。我剛到這裡的時候，語言和需要學習的工作內容都是很大的挑戰，但我運氣很好遇到從台灣來的同事，從基本的餐點教我，讓我可以更快進入狀況；其他同事和主管人也都非常好。雖然排班比較不固定，但也可以學到更多東西，我覺得在加拿大班夫實習是一個很棒的海外職場體驗。



### 蔡佩芸

我實習的飯店是 **Rocky Mountain Resort**，工作內容包括備料、出餐及基本的統計食材剩餘量。我實習之初正值暑假旺季，廚房相當忙碌，剛開始上班蠻吃力的，但是學習速度會很快。假日時段人潮很多，我們的飯店規模比較小，正職只有我一個人，所以主管對我的期望會比較高，會教我很多事物，例如：食材盤點、食材市場價格和一些專有名詞等等。

在這裡工作能學習到來自不同國家的各式料理，因為在廚房一起工作的前輩大哥們都來自不同的國家，我們用自己國家的美食交流分享。雖然工作的時候要繃緊神經，但是班夫是個很漂亮的地方，休假的時候有很多戶外活動可以讓自己放鬆身心。



### 107 學年度 加拿大企業實習－學生實習心得

**謝沅城**在 **Fox Hotel** 的餐廳 **Chili's** 實習，餐廳偏向於家庭餐廳，餐點主要是漢堡和捲餅，也有提供調酒服務。上班時間固定早上七點，每天工作主要負責備料、切蔬菜水果、製作醬汁，偶爾要輪流洗碗。謝沅城說，剛開始工作非常不上手，英文聽力欠佳、工作速度不夠快，心理備感壓力，加上暑假是旺季，每天都很忙。三個月之後工作情況改善很多，謝沅城非常感謝同事，每逢遇到困難都會毫不吝嗇的幫忙，讓他體驗不一樣的實習。

**彭鏡嘉**則在 **Keg** 餐廳實習，工作項目包括 Line cook、dishwasher、備料，後來主要是早班的 Line cook。工作之初，有時候常因為語言問題而聽不懂，廚房主管人很好，很有耐心的教導，也會教他一些英文，讓他慢慢地上手。主管對餐點的要求很高，嚴格把關所有備的料和呈現的餐點，這充分展現出主管對於食材的講究和對料理的專業與堅持。彭鏡嘉說，學校提供這麼好的機會讓他在加拿大實習與生活，他鼓勵有興趣到加拿大實習體驗的學弟妹要好好把握。



工作照

