

Eine unbeschreibliche Zeit erwartet euch mit Beginn eures ERASMUS Aufenthaltes. Lasst euch verzaubern vom Charme Nordfrankreichs und taucht in eine Parallelwelt ein, die einmalig und unvergesslich wird!

### **Organisation**

Was die Vorbereitung betrifft erhält man alle wesentlichen Informationen bei Frau Bargsten (Bargsten.Ritva@mh-hannover.de). Zunächst sind sämtliche Formulare auszufüllen, doch letztendlich läuft alles sehr organisiert und ohne viel Rennereien.

Erfreulicherweise bleibt dieser positiver Eindruck auch in Frankreich bestehen. Agnès Messiaen (agnes.messiaen@u-picardie.fr) und Mélanie Alves (melanie.alves@u-picardie.fr) sind im ERASMUS-Büro vor Ort die Hauptansprechpartner und haben immer ein offenes Ohr. Letztendlich ist dieser reibungslose Ablauf sicher auch der Tatsache geschuldet, dass ich lediglich mein PJ in Frankreich absolviert habe. Sprich, ein einziger "Kurs" ohne lästige Creditpoint -Rechnereien. Der Koordinator für die ERASMUS-Studenten am CHU Amiens heißt Jean-Luc Schmit (Schmit.Jean-Luc@chu-amiens.fr). Er ist der Leiter der Infektionsabteilung und sitzt im CHU Amiens Nord. Im Grunde hat man nichts mit ihm zu tun und sollte man im Laufe des Aufenthaltes nicht auf die Idee kommen ein ungeplantes, weiteres PJ-Tertial in Amiens zu absolvieren wird dies auch so bleiben. Sollte eine solche Situation jedoch eintreten ist auf Herrn Schmit verlass. Zum Zeitpunkt meiner PJ-Verlängerung war er gerade seit wenigen Tagen neu in seinem Amt und wusste noch nicht einmal von seinem Glück. Dennoch hat er mir unglaublich souverän weiter helfen können, so dass man organisatorisch auf allen Ebenen in Amiens wirklich gut betreut ist.

### **Anreise**

Um nach Amiens zu gelangen gibt es mehrere Möglichkeiten.

Persönlich habe ich mich mit Auto bringen lassen, was von Hannover aus eine Fahrt von ca. 7-8 Stunden entspricht. Zum Einen ist man verhältnismäßig schnell und flexibel, zum Anderen kann man – je nachdem wer einen bringt, die Anreise mit einem Kurzurlaub verbinden und muss keine Rücksicht auf die Gepäckgröße nehmen.

Sollte dies nicht möglich sein gibt es auch preislich attraktive Angebote mit Bus und Bahn.

Mit dem Unternehmen „Eurolines“ (<http://www.eurolines.de/>) kann man vom ZOB Hannover mit dem Nachtbus aus nach Lille oder Paris fahren, um von dort aus den Zug (<http://www.sncf.fr/>) nach Amiens zu nehmen. Die Busfahrt ist ziemlich anstrengend und man findet nur wenig Schlaf, dennoch ist das Angebot Preis-Leistungsmäßig sehr gut.

Etwas mehr Komfort für etwas mehr Geld - je nachdem wie früh man bucht, ist der Nachtzug von Hannover nach Paris. Am besten vergleicht man dabei die Angebote der Bahn mit denen der SNCF. Weitere Möglichkeiten – auch für eventuelle Zwischenbesuche zu Hause sind Flugzeug und Auto-Mitfahrgelegenheiten. Persönlich habe ich nie die Möglichkeit des Flugzeuges gewählt, weshalb ich dazu nichts berichten kann außer das „Last-Minute-Angebote“ überteuert sind. Sollte man rechtzeitig den Weihnachtsurlaub planen, gibt es ggf. aber auch ganz attraktive Angebote. Weitere sehr gute Adressen, um von A nach B zu gelangen und nebenbei einen netten Plausch zu führen sind [www.mitfahrgelegenheiten.de](http://www.mitfahrgelegenheiten.de) und [www.covoiturage.fr](http://www.covoiturage.fr).



## **Wohnungsmarkt**

Auch in Hinblick auf die Unterkunft gibt es mehrere Optionen. Die beiden unter ERASMUSlern am häufigsten Gewählten sind die WG und der Wohnheimplatz.

Persönlich habe ich in einer WG sprich "colocation" gewohnt und kann diese Erfahrung nur weiterempfehlen. Meine Mitbewohner waren super nett und haben mir den Start in Frankreich sehr erleichtert. Über die WG kommt man direkt in Kontakt mit der Sprache, den Leuten und der Lebensweise vor Ort. Der einzige Haken: die Mieten sind wesentlich höher als man es gewohnt ist! Bei +/- 400€ lagen die Mietpreise im Frühjahr 2012.

Ich würde empfehlen sich über den Wohnungsmarkt bei Portalen wie [www.appartager.fr](http://www.appartager.fr) / [www.leboncoin.fr](http://www.leboncoin.fr) /... ein Bild zu machen und dann vor Ort alles weitere zu regeln. Es gibt eine super tolle Couchsurfing-Community in Amiens, bei der man für die ersten Tagen auf jeden Fall ein Dach über den Kopf findet und dann ganz entspannt nach den eignen 4 Wänden Ausschau halten kann. Unter Umständen können die Couchsurfer sogar etwas vermitteln bzw. Tipps geben. Der Aufwand sich eine eigenes Zimmer zu suchen ist meines Erachtens auf jeden Fall der Mühe wert! Daneben gibt es 4 Wohnheime in Amiens, welche von ERASMUSlern bewohnt werden können. Alle Mediziner, die ich während meines Aufenthaltes kennen gelernt haben waren im „Castillon“ untergebracht. Dieses liegt nicht weit von der Innenstadt, ganz in der Nähe vom Stadtpark und das CHU-Amiens Nord ist auch gleich um die Ecke. Demzufolge ist der Wohnheimplatz auch keine wirklich schlecht Wahl, weil die Zimmer obwohl sehr klein, recht modern eingerichtet und preislich einfach unschlagbar sind. Zudem gibt es in den Wohnheimen eine ganz besondere ERASMUS-Kultur. Man knüpft sehr schnell Kontakt mit neuen Leuten, jedoch wird auch wesentlich mehr Englisch untereinander gesprochen.

Die anderen 3 Wohnheime in Amiens heißen „Bailly“, „Thil“ und „St.Leu“. Letzteres liegt zwar im Stadtzentrum ist jedoch ein reines Mädchenwohnheim, bei dem keine männlichen Gäste das Gebäude betreten dürfen und welches hygienisch wohl zu wünschen übrig lässt.

Die anderen beiden Wohnheime liegen in der Südstadt am Hauptcampus, wo sich auch das ERASMUS-Büro befindet. Diese sind vom Standard her gut, jedoch recht weit von der Innenstadt entfernt.

Man sollte sich im Vorherein überlegen worauf es einem ankommt und letztlich wird man die 4 Wände finden, in denen man sich für den ERASMUS-Aufenthalt heimisch fühlt.

## **Studium**

Das Medizinstudium in Frankreich ist nicht mit unserem zu vergleichen. Scheinbar unterscheiden sich sogar die Abläufe in den einzelnen Städten, wobei am Ende des 6.Studienjahres immer eine Abschlussprüfung mit „Concours“ ansteht, welcher entscheidet welche Facharztausbildung die Studenten im Anschluss beginnen dürfen. Somit kann ich dem allgemeinen Eindruck, dass französische Medizinstudenten sehr engagiert und vorbildlich am Lernen sind nicht widersprechen. Innerhalb des Krankenhauses sind sie jedoch sehr aufgeschlossen und das man sich dann doch mal außerhalb des Arbeitslebens trifft und Freundschaften schließen kann ist nicht ausgeschlossen. In Amiens ist man mit Beginn des 4.Studienjahres fest im Krankenhausalltag integriert. Dabei wird der Jahrgang halbiert und alle 2 Monate wechseln sich die Studenten mit Lern- und Praxisphase ab. Lernphase bedeutet seit letztem Jahr, dass die Studenten für 2 Monate frei haben und sich auf ihre Prüfungen vorbereiten OHNE Vorlesungen (Achtung: ERASMUSler machen einfach über die ganze Zeit Praktikum!). Bei Nachfragen gibt es wohl Onlineportale und zum Ende der Lernphase einige Veranstaltungen in denen sie direkt Fragen an Dozenten stellen können. Im praktischen Teil sind die Studenten auf die Fachgebiete aufgeteilt, die sie sich größtenteils selbst aussuchen können. Die Qualität des Praktikums ist davon abhängig, wo und bei wem man landet und natürlich auch wie sehr einen das Fach gefällt.

Berichten kann ich von 2 Famulaturen aus der Dermatologie und Orthopädie und den PJ-Tertialen in der Viszeralchirurgie und Anästhesie/Intensivmedizin.

Dermatologie: Es gibt eine Station, die Tagesklinik und einen Bereich der „Consultation“ heißt, in dem die Patienten mit Ihren Beschwerden wie beim Facharzt betreut werden. Obwohl das CHU Amiens eine Uniklinik ist, fand ich das Patientenspektrum nicht sehr groß. Auf Station sind die Studenten generell mit organisatorischen Tätigkeiten am Vormittag beschäftigt und mit Aufnahmen am Nachmittag. BGA's, Stanzbiopsien etc. werden generell auch immer von den Studenten erledigt. In der Tagesklinik und bei den Konsultationen nahm man vor allem eine observierende Funktion ein und konnte jederzeit Fragen stellen.

Orthopädie: Besteht aus Station, OP und Consultation. Auf Station war ich nie, weshalb ich dazu nichts sagen kann. Der OP bestand aus 3 Sälen, die gegen 8 Uhr mit ihrem Programm begannen und teilweise schon gegen 14Uhr fertig waren. Man konnte sich selbst jeden Tag einen Saal aussuchen und diesen auch im Laufe des Tages wechseln. Bei Nachfrage durfte man immer mit an den Tisch, übernahm dann jedoch vor allem die Haltefunktion für die Extremitäten. Für Fragen waren die Ärzte mehr und weniger offen. In den Consultation sah man wieder eine große Patientenzahl mit ganz unterschiedlichen orthopädischen Problemen. Meist hatten die Ärzte ein Spezialgebiet, so dass man gezielt mitlaufen konnte, je nach eigener Interesse. Zusätzlich gab es noch den Verbandsraum, wo man Gips anlegen, abnehmen, Fäden ziehen etc. durfte.

Viszeralchirurgie: Gleiche Einteilung, wie in der Orthopädie. Es gab 2 Stationen, wobei eine in 2 Sektoren aufgeteilt war. Die 2-Sektoren Station war vor allem für Patienten, die keine lange Liegedauer nach OP hatten, die zweite Station für die mit längerer Aufenthaltsdauer. Wir waren ungefähr immer rund 12 Studenten. Theoretischer so aufgeteilt, dass pro Bereich 2 auf Station blieben, einer im OP war und einer im Urlaub. Letztendlich ging es je nach Studentengruppe jedoch recht chaotisch zu, so dass man am besten Gebrauch von seinem ERASMUS-Status nimmt und seine Einteilung nach eigenem Interesse selbst festlegt. Persönlich habe ich irgendwann das Schema 1Woche Station/1Woche OP im Wechsel verfolgt, womit ich gut gefahren bin. Der Tag beginnt mit einer Schnellvisite seines Bereichs um 07h30 und anschließender Frühbesprechung von 08h bis 09h. Danach ging es für die Ärzte in den OP oder in die Consultation. Der OP besitzt 3 Säle mit geplanten Programm, sprich am Freitag weiß man schon was in der kommenden Woche operiert wird. Demzufolge ist jeder Tag recht übersichtlich und man kommt meistens vor oder um 16h aus dem Krankenhaus raus. Zusätzlich gibt es noch einen Notfall-OP, in den man auch jeder Zeit mit darf. Bei der Operation selbst übernimmt man oftmals nur die Zuschauerrolle. Regelmäßig am Ende darf man die Hautnähte setzen bzw. tackern, gelegentlich mal Kamera halten oder einen Hautschnitt setzen. Die Ärzte sind wieder mal mehr oder weniger offen für Fragen während der OP.

Auf Station ist man nach der Frühbesprechung unter Studenten meist allein. Jeder hat seine 3-4 Patienten, die man täglich untersucht und ein Wort über ihr Befinden in den Papierakten hinterlässt. An bestimmten Tagen gibt es im Verlauf des Vormittags nochmal eine chirurgische oder medizinische Visite. Am Nachmittag ab 15h kommen die OP-Patienten für den darauffolgenden Tag, die man ganz normal mit Anamnese/Untersuchung aufnimmt. Ab 15 Uhr heißt auch mal wesentlich später und laut Chefarzt sollte man immer zumindest bis 17Uhr auf die Patienten warten. Unter uns Studenten haben wir uns meistens abgewechselt, dass zumindest 1er pro Tag bis 17Uhr blieb und die anderen bereits früher nach Hause konnten. Mittagessen ist täglich möglich und kann auch mal eine ganze Stunde dauern. Einmal pro Woche war außerdem Studentenunterricht festgelegt, der jedoch sehr unregelmäßig statt fand.

Persönlich bin ich die gesamten 16Wochen in der Viszeralchirurgie geblieben, man hätte jedoch mit Sicherheit auch wechseln können. Ich hatte anfangs etwas Bange bzgl. der Anerkennung, aber letztendlich ist unter Absprache sicher alles möglich, also macht wonach euch ist!

Anästhesie/Intensivmedizin: Das Praktikum, welches mir persönlich am meisten Spaß gemacht hat, weil alle super aufgeschlossen waren, viel erklärt haben und man unglaublich viel selber machen durfte. Zunächst bin ich in dem viszeralchirurgischen OP geblieben, weil ich das Personal dort schon kannte. Zudem gibt es in diesem Trakt einen sehr freundlichen deutschen Anästhesisten, der für mich ein wenig die Organisation des Tertials übernommen hat, abgestimmt auf meine eigenen Wünsche. Der Tag begann um 8Uhr morgens mit der Narkosevorbereitung des Patienten, die von Materialvorbereitung bis zur Intubation reichte und je nach Größe der OP weitere Schritte

beinhaltete. Nach einigen Malen zugucken, konnte ich unter Kontrolle und Tipps des OP-betreuenden Arztes oder Anästhesie-Assistenten die anfallenden Aufgaben bis zum Ende des Tage fast allesamt eigenständig übernehmen. Feierabend war dann, wenn das Programm des OP-Raumes in welchem man für den Tag eingeteilt war, abgearbeitet wurde. Meistens konnte man sich den Saal selbst aussuchen, je nachdem wie früh man im Vergleich zu den Anästhesie-Assistentenschülern oder anderen Studenten am Morgen erschien. In der Rotation in andere Fachbereiche waren die Anästhesisten genauso aufgeschlossen wie in der Chirurgie, wobei man jedoch immer wieder bei fast Null anfing, weil einen das Team noch nicht kannte. Zweimal pro Woche, abhängig von Abteilung zu Abteilung gab es die Sprechstunde für die Narkosegespräche, der man beisitzen konnte.

Auf der Intensivstation gab es 16 Betten, die in 4 Bereiche à 4 Betten eingeteilt waren. Pro Bereich war ein Assistenzarzt zuständig, mit dem man im Laufe des Tages mitlief und 4 Patienten behandelte, von welchen man über einen einzigen genau Bescheid wissen musste für die tägliche Oberarztvisite und wöchentliche Chefarztvisite. Ab und zu vielen Aufgaben an, wie Drainagen ziehen, Katheter legen etc., welche man im Laufe des Tages gemeinsam mit dem Assistenzarzt erledigt. Generell ist mir der Monat jedoch eher als „Dauervisitelauf“ in Erinnerung geblieben, so dass ich im Anschluss froh war wieder in den OP zu können.

Ebenfalls einmal pro Woche fand ein Studentenunterricht statt und auf Intensivstation auch weitere Fortbildungen für die Assistenzärzte an welchen man teilnehmen konnte.



### Freizeit und Tipps

Amiens ist mit ca. 130.000 Einwohnern eine überschaubare Stadt, in der man trotzdem einiges erleben kann. Es gibt einen sehr schönen Stadtpark namens „Parc St. Pierre“, welcher bei gutem Wetter zum picknicken einlädt. Gleich nebenan befindet sich das Viertel „St. Leu“, welches direkt an der Somme liegt. Sämtliche Cafés und Restaurants sind dort aneinander gereiht und abends ist St. Leu der Ort, wo sich das Nachtleben in Amiens abspielt. Von Tanzbar bis Irish Pub ist alles zu finden. Einziges Manko, die Fensterläden werden schon ab 3 Uhr zugeklappt und danach ist auch nicht mehr viel los. Auf dem Weg von St. Leu in die Innenstadt kommt man an der *Kathedrale* Amiens vorbei, die man von fast jedem Punkt der Stadt aus sehen kann. Sie ist wirklich beeindruckend und einen Besuch wert! Über die Sommermonate, als auch im Dezember gibt es jeden Abend eine ca. halbstündige Beleuchtungsshow „La cathédrale en colour“, die man sich ebenfalls nicht entgehen lassen sollte. Ein Aufstieg auf die Kathedrale ist möglich. Diesen sollte man zur Vollendung der Besichtigung DER Touristenattraktion in Amiens ruhig auch mitmachen. Die Innenstadt von Amiens selbst ist kein Highlight, dennoch findet man auf der „rue 3

cailloux“ alle möglichen Geschäfte, die das Shopping-Herz höher schlagen lassen. Auf ihr zieht sich im Dezember auch der *Weihnachtsmarkt* entlang, welcher die Anlaufstelle Nummer 1 zum flanieren und Glühwein trinken ist. Eine Weihnachtsstimmung, wie in Deutschland entwickelte sich bei mir jedoch nur spärlich, da viele weitere Traditionen, die man bei uns kennt, wie das Plätzchen backen, Schwippbögen aufstellen etc. nicht sehr verbreitet sind. Weiterhin ist zu erwähnen das *Jules Verne* viele Jahre in Amiens verbracht hat und man kann sowohl sein Wohnhaus, als auch sein Grab besichtigen. Außerdem gibt es auch noch einen kleinen *Zoo*, der für einen Halbtagesausflug zum spazieren einlädt, ein *Stadtmuseum* und sehr beeindruckend sind auch noch die „*hortillonnages*“ ! Dies sind kleine schwimmende Gärten, umgeben von Wasserwegen. Sowohl eine geführte Bootstour mit Erklärungen als auch eine Tour, bei welcher man sich selbst, am besten in der Gruppe ein Boot ausleiht sind möglich. Persönlich kann ich die zweite Variante empfehlen. Einmal das Boot ausgeliehen, kann man über den Tag mehrere kleine Inseln abfahren, welche jede für sich eine kleine Überraschung bereit hält!

Sollte es einem irgendwann in Amiens zu langweilig werden gibt es allerhand ringsherum. Gegen einen moderaten Fahrpreis kommt man innerhalb von ca. einer Stunde nach Paris, Lille oder Rouen. Brüssel und Amsterdam liegen auch nicht sehr weit weg und für all diejenigen, die es nicht in Frankreich hält, gibt es die Möglichkeit mit dem Flugzeug von Beauvais aus ins restliche europäische Ausland zu fliegen.

Zum Bahnfahren legt man sich am besten eine „*Carte 12/25*“ zu. Diese ist ab 50€ erhältlich und erlaubt einen zu günstigeren Preisen Zug zu fahren. 5x eine Strecke wie Paris, Lille oder Rouen hin- und zurück und man hat zumindest den Investitionspreis raus.

Um weiter entfernte Strecken Frankreichs mit dem Zug zu bereisen, bietet sich das Interrailticket der Bahn an. Nähe Infos auf: <http://www.bahn.com/i/view/AUT/de/prices/europe/interrail.shtml> . Vorsicht nur bei den TGVs! Diese sind meistens reservierungspflichtig, so dass so pro TGV eine zusätzliche Fahrtgebühr zu dem Interrailticket mitberechnet werden muss.

Weiterhin empfehlen kann ich Ausflüge ans Meer, welches sich nur rund 70km von Amiens entfernt befindet. In der Baie du Somme erwarten euch hübsche Küstenorte wie „*Saint-Valery-sur-Somme*“, die zum flanieren und „*moules et frites*“ essen einladen, als auch Watt-Wandertouren incl. Vogel- oder Seehund-Beobachtung organisiert vom Naturverbund der Picardie. Während nördlich der Somme-Bucht Sandbadestrände in den Küstenorten, wie „*Quend-Plage*“ oder „*Fort-Mahon-Plage*“ zu finden sind, trifft man auf Kiesbadestränden und Steilküsten in den südlichen Abschnitten.

Auch der Radwanderweg, welcher von Amiens aus entlang der Somme bis ans Meer führt, ist sehr malerisch und lädt ein das Umland mit seinen Dörfern kennen zu lernen. Keine Angst vor einen Platten! Die Chancen, dass ihr im nächstgelegenen Dorf Hilfe beim Reifenwechsel bekommt und zusätzlich noch zum Essen&Trinken eingeladen werdet, stehen nicht schlecht.

Generell an ein *Mietfahrrad* kommt ihr über „*VeloVert*“ <http://amiensveloservice.fubicy.org> . Dies ist DER Fahrradverleih von Amiens, bei dem ihr preiswert an ein Drahtesel gelangt. Der Haken liegt nur in der Kautions, die sich mit 150€ gewaschen hat und dem organisatorischen Staffellauf. Ihr könnt die Kautions nur bezahlen mit einem Scheckbuch, welches ihr nur bekommt, wenn ihr ein französisches Konto habt, welches man nur eröffnen kann, wenn man in einer Wohnung gemeldet ist. Also, eines nach dem anderen oder einfach direkt bei [www.leboncoin.fr](http://www.leboncoin.fr) nach einen günstigem Fahrrad Ausschau halten.

Bei welcher Bank ihr ein *Konto* eröffnet, spielt letztendlich keine große Rolle. Durch die Aufschrift „*Étudiant* ici“ am Schaufenster bin ich bei LCL gelandet und kann mich nicht beklagen. Das Konto war kostenlos, bis auf den zu leistenden Betrag von 30Cent im Monat für die „*carte bleu*“, die gleichfalls eine Kreditkarte ist.

Manchmal gibt es Aktionen am Beginn des Studienjahres, dass die Banken mit kleinen Angeboten locken. Da die meisten Banken, gleichzeitig Versicherungsanbieter sind, übernehmen sie die „*Wohnungsversicherung*“, die für die Wohnheime verpflichtend ist und meistens auch beim Vermieter vorgelegt werden muss, wenn ihr das nicht unter der Hand regelt.

Diese Versicherung bekommt ihr sonst auch bei der *SMENO*, welches die günstigste Alternative meines Wissens nach ist.

Um komplett ausgestattet zu sein fehlt noch eine *französische Handynummer!* Prepaid-Karten lohnen sich meiner Meinung nach in Frankreich nicht, da man sein gekauftes Guthaben in einer bestimmten Zeit aufgebraucht haben muss. Für Nutzer mit geringem-moderaten Handykonsum empfiehlt sich der 2€ Vertrag bei [www.free.fr](http://www.free.fr). Dieser variiert ab und zu, grundsätzlich hat man jedoch rund 60-100 SMS und 60-100 Freiminuten mit im Paket. Mindestlaufzeit liegt bei 3 Monaten mit einer Kündigungsfrist von 1 Monat. Die Anmeldung läuft online. Der Nachteil des Onlineanbieters liegt darin, dass man bei anfallenden Problemen nur auf Postweg oder mittels teurer Servicenummer Hilfe findet.



Schlussendlich kann ich euch nur viel Spaß für euer ganz eigenes Abenteuer wünschen! Scheut euch nicht den Kontakt zu Franzosen zu suchen, die euch neben dem ERASMUS Leben noch ganz viele weitere Möglichkeiten eröffnen, angefangen von privaten WG-Parties bis zu Folklore-Tanzabende auf dem Land und dem Vorteil mit dem Auto vor Ort mobil zu sein.