

# **ERASMUS – Erfahrungsbericht September 2016 – April 2017**

## **Vorbereitung**

Bereits nach dem ich in der Schulzeit einen Austausch gemacht hatte, stand für mich fest, dass ich im Studium diese Gelegenheit wieder nutzen möchte. So informierte ich mich frühzeitig bei einer Informationsveranstaltung des Auslandsamtes unserer Uni und entschied für mich, dass das vierte Studienjahr der ideale Zeitpunkt wäre. Nach dem dritten Jahr hat man die wichtigsten Grundlagen gelegt und kann so klinische Erfahrungen im Ausland sammeln.

Der Bewerbungsprozess ist dank des ERASMUS-Programms sehr leicht und so ging er schnell von der Hand, als im Januar die Bewerbungsfristen anstanden. Um bereits jetzt genauere Informationen zu erhalten, konnte man mithilfe von Frau Steinhuisen Kontakt zu den ehemaligen Erasmus-Studenten aufnehmen.

Im Mai kam dann die Zusage der Universität aus Rouen mit einigen auszufüllenden Dokumenten und vielen geforderten Zertifikaten, was einen schon einmal ein wenig auf die französische Bürokratie einstimmte.

Das Learning-Agreement erstellt man am besten mit der Hilfe von den wiederkehrenden Erasmus-Studenten. Diese kennen dann auch die gerade aktuellen Änderungen und können verschiedene Kurse empfehlen.

Ansonsten findet man auch unter <http://medecine-pharmacie.univ-rouen.fr/etudiants-en-medecine-167060.kjsp?RH=1490889236502&RF=1378212073224> eine Übersicht über die Kurse, die im jeweiligen Jahr angeboten werden bzw. wurden, denn die Seite wird leider nicht sehr oft aktualisiert. Sie gibt aber trotzdem einen guten Einblick über die möglichen Kurse. Bei Fragen kann man sich auch immer an Frau Watteel wenden, die zuständige Erasmus-Koordinatorin für die Mediziner. Hier am besten immer zuerst eine Mail schreiben und sich dann nochmal telefonisch melden (oder in Rouen nach der Mail sich einmal persönlich in ihrem Büro melden), dies erhöht die Antwortwahrscheinlichkeit doch sehr stark und meistens ist es dann auch kein Problem, dass das Anliegen gelöst wird. Eine einfache Mail funktioniert teils auch, geht aber auch oft unter.

Einen Sprachkurs habe ich aus zeitlichen Gründen nicht mehr vor meinem Erasmus-Aufenthalt gemacht, sondern nur an dem vor Ort angebotenen Kurs teilgenommen. Ich habe in Frankreich zunächst mit einem Praktikum gestartet, sodass man dort Zeit zum sich einleben und an die Sprache gewöhnen hatte. Andererseits hätte es sicherlich nicht geschadet, vorher an einem Sprachkurs teilzunehmen. Neben der Leibniz Uni, bietet auch das Maison Heinrich Heine im Pariser Internationalen Studenten Dorf Sprachkurse an, teils findet man sogar spezielle Angebote für Mediziner.

## **Unterkunft**

In den Bewerbungsunterlagen erhält man die Möglichkeit sich für einen Platz im Studentenwohnheim zu bewerben, dies habe ich auf Anraten meiner Vorgänger allerdings nicht getan, sondern mich dann später selbst auf die Suche begeben.

Die einfachste Version ist es sicherlich, wenn man diese Option nutzt. Allerdings wohnt man dann in Mont St Aignan, wo sich die Hauptuni befindet und nicht in Rouen, wo die Mediziner

und Juristen ihre Fakultät haben und benötigt über eine halbe Stunde mit dem Bus zur Mediziner-Uni. Mont-St-Aignan liegt nämlich auf einem Berg, sodass man selbst die Sportstudenten meist im Bus traf, wenn man sich auf den Weg dorthin machte. Ich würde, vor allem, da der Abend-/Nachtverkehr auch sehr eingeschränkt ist (teils letzter Bus um vor eins), es nicht empfehlen dort zu wohnen. Andererseits wohnen dort alle anderen Erasmus-Studenten, sodass eine Unterkunft im Panorama-Wohnheim auch eine nette Seite hat, dann muss man allerdings den allmorgendlichen langen Fahrweg in Kauf nehmen.

Ich selbst habe ein Zimmer in einem privaten Studentenwohnheim gefunden, nachdem meine WG-Suche leider erfolglos blieb. Die meisten WG-Anzeigen und auch sonstige Wohnungsanzeigen findet man bei [leboincoin.fr](http://leboincoin.fr), ansonsten ist auch [adele.org](http://adele.org) zu empfehlen, hier findet man eine Übersicht der verschiedenen Studentenwohnheime in Rouen. Da ich mich dann erst im August für ein Zimmer im Studentenwohnheim entschieden habe, war meins dann nicht mehr das Zentralste. Mit 10-15min Fahrradfahrtzeit zur Uni und einer Fußentfernung von 25 min, war ich aber auch in „rive gauche“ gut zufrieden und hatte ein großes Einkaufszentrum mit dem günstigsten Supermarkt von Rouen und eine Metrostation direkt vor meiner Haustür.

Mein Zimmer war ein Studiome, dies bedeutet, dass man sich die Küche mit einer weiteren Person teilt. Das erhoffte WG-Leben ist hier allerdings leider nicht aufgekommen, wobei das sicherlich von den jeweiligen Mitbewohnern abhängig ist.

Der Vorteil eines privaten Wohnheims ist dann natürlich, dass sie sich sehr gut auf die Bedürfnisse der Mieter eingestellt haben und es neben Waschmaschinen, Sport- und Gemeinschaftsräumen auch einen Fahrradraum und ggf. einen Parkplatz gibt. Die vertragliche Abwicklung ging dann auch sehr schnell. Hier sind wie immer in Frankreich viele Dokumente nötig, daher vorher schon mal Bürgen, Bescheinigungen und co suchen. Falls ihr also von einer WG träumt, dann kümmert euch möglichst frühzeitig darum und nicht erst nach den Prüfungen/Tertialende, wo auch schon alle anderen Franzosen auf der Suche nach Zimmern für ihren Semesterstart sind.

Generell kann man sagen, dass die Franzosen sehr viel weniger in WGs leben, daher gibt es viele internationale WGs, was die Multikulturalität während des Erasmus-Aufenthaltes noch weiter verstärkt.

### **Vor Ort**

In Rouen angekommen, sollte es dann gleich direkt nach der ersten Erkundungstour nach Mont St Aignan gehen, wo die Einschreibung stattfindet und man dann auch seinen Studentenausweis beantragt (hinterher unbedingt bei Frau Watteel persönlich nachfragen, ob er angekommen ist, eine Abholungsbenachrichtigung gibt es nicht).

Hier wird man zudem auch von netten Studenten vom ESN Rouen, die viele tolle Veranstaltungen organisieren und gerne viele Fragen beantworten, erwartet.

Nach der Einschreibung in Mont St Aignan geht es dann wieder zurück nach Rouen, wo man mit Frau Watteel noch einmal den Studienablauf bespricht und ggf. notwendige Änderungen am Learning Agreement vornimmt, wenn zum Beispiel Kurse nicht zur vorgesehenen Zeit angeboten werden.

Hier muss auch die Internationale Geburtsurkunde (zuvor beim heimatlichen Standesamt für ca. 10€ beantragen) abgegeben werden und sobald vorhanden ebenfalls die „RIB“. Dies entspricht einem Dokument auf dem euch die Bank eure IBAN und BIC bestätigt (kann man

ihr auch sehr gut per Mail zusenden). Bis man diese Unterlagen von der Bank erhält, dauert es in Frankreich etwas, daher unbedingt direkt am Anfang ein französisches Konto eröffnen. Das Gehalt, das man als Entlohnung für die geleistete Arbeit im Krankenhaus erhält (knapp 100€ plus ggf. Nachtschichten ca. 45€) und ebenso die CAF (französisches Wohngeld) werden nur auf französische Konten überwiesen.

Eine französische Handynummer habe ich mir nicht geholt, da mein Vertrag auch das europäische Ausland miteingeschlossen hat, mit dem Wegfallen der Roaming-Gebühren wird dies in der Zukunft wahrscheinlich nicht mehr so wichtig sein. In der Rue Jeanne d'Arc befinden sich ansonsten mehrere Handyläden.

### **CAF**

Das französische Wohngeld können alle Studenten in Frankreich beantragen, so auch die Internationalen. Die hierfür nötige Internationale Geburtsurkunde, Kopien der Krankenversicherungskarte und des Personalausweises bringt man am besten schon aus Deutschland mit. Allgemein sollte man von allem möglichst mehrere Kopien besitzen und auch viele Passbilder mit nach Frankreich nehmen.

Den Antrag kann man am besten direkt vor Ort in der CAF Stelle im Nordwesten von Rouen machen. Dort gibt es helfende Mitarbeiter, die auf Nachfrage den Antrag mit dir durchklicken. Ansonsten kann man es theoretisch auch alles online machen, benötigt dann aber einen französischen Freund, der bei Verständnisfragen hilft und man muss dann alle Dokumente digital hochladen.

Egal welchen Weg man nutzt, in aller Regel muss man die Dokumente mehrfach einreichen und kann dann Ende des Semesters mit dem Geld rechnen. Dieses wird rückwirkend gezahlt und danach immer im nachfolgendem Monat. Berechtig ist man ab dem Beginn des 2. Monats bis zum vorletzten Monat. Hierbei handelt es sich je nach Preis und Größe der Wohnung um 70-220€.

### **Fortbewegung**

In Rouen ist alles perfekt mit dem Rad erreichbar und man ist sehr flexibel, daher würde ich dieses Verkehrsmittel sehr empfehlen.

Die Metro fährt abends zwischen elf und zwölf das letzte Mal und auch die Nachtbusse haben keine hohe Frequenz und nur wenige Strecken.

In den ersten Monaten habe ich mir noch eine Studenten Monatskarte gekauft, die ca. 26€ kostet. Den Bus habe ich aber eigentlich nur für die Fahrten nach Mont St Aignan genutzt, daher habe ich mir später nur noch 10er Karten für unter 26-Jährige gekauft, womit eine Fahrt nur 0,83€ kostet.

Eine Option sind sicherlich auch die Leihfahrräder, sofern man in der Nähe einer Station wohnt und sich kein eigenes Rad kaufen möchte. Praktischer ist es aber vermutlich mit dem eigenen Rad.

### **Studium an der Gasthochschule**

In Rouen ist das Studienjahr ähnlich wie in Hannover aufgebaut, so lässt sich die Zeit dort in drei Blöcke einteilen, die jeweils aus einem Block Praktikum und einem Block Vorlesung bestehen. Am einfachsten lassen sich hier die Kurse aus unserem vierten Studienjahr wiederfinden, die hier im fünften Studienjahr angeboten werden.

In das neue Studienjahr starten die Franzosen des fünften Jahres mit einem siebenwöchigen Praktikum. Die Studenten der verschiedenen Jahrgänge wechseln sich immer ab mit den Praktika auf den Stationen, sodass die Studenten des vierten Studienjahres beispielsweise erst Vorlesung und dann Praktika haben. Die Prüfungen finden allerdings für alle vor Weihnachten, Ostern und im Sommer statt, sodass sie bei diesen Jahrgängen dann in die Praktikumszeit fallen.

Ich habe als erstes Praktikum „maladies infectieuses et tropicales“ gehabt. Die Station ist für das Einleben und Sprache lernen ganz nett. Die erwarteten tropischen Fälle habe ich allerdings nicht zu sehen bekommen, neben wenigen Fällen von HIV, gab es vor allem Pneumonien, Endokarditiden und Meningitiden zu sehen. Die Arbeitszeiten waren hier allerdings sehr human, wir waren oft bereits sehr früh fertig und konnten dann den Tag für Erkundungen in Rouen nutzen oder vor allem zu Beginn ans Meer fahren, um die letzten Sonnenstrahlen zum Baden gehen zu nutzen.

Da die Franzosen keine richtigen Semesterferien haben, können sie zehn Tage Urlaub vom Praktikum über das Jahr verteilen, dabei maximal fünf Tage pro Praktikum.

So nutze ich am Ende des ersten Praktikums die Urlaubstage um an die Côte d'Azur zu fahren. Während der Vorlesungszeit gibt es im Gegensatz zu Hannover aber auch keine anwesenheitspflichtigen Veranstaltungen, sodass man auch die Zeit zum Reisen zum Beispiel nach London, was mit dem Flix-Bus sehr günstig zu erreichen ist, nutzen kann. Die Vorlesungen sind nicht wie in Deutschland primär zur Einführung in Wissen und Erklärung, sondern es werden normalerweise klinische Fälle bearbeitet, die voraussetzen, dass man sich bereits in das Thema eingearbeitet hat und nun den Fokus auf klinische Fragestellungen legen kann. Dafür bekommt man eine sehr praxisnahe Vermittlung und weiß bereits, was auf einen in der Prüfung zukommt.

Am Anfang ist es recht schwierig den Vorlesungen zu folgen, aber man gewöhnt sich mit der Zeit daran und so hat man auch noch etwas mehr Kontakt zu den französischen Kommilitonen. Diese erstellen meist Zusammenfassungen von den Vorlesungen, die sogenannten „ronéo“, die dann in einer Facebook-Gruppe geteilt werden, zudem gibt es meist eine Facebook-Gruppe für allgemeine Informationen (promo), wie wenn sich mal kurzfristig der Stundenplan, Raum oder ähnliches ändert. Hier am besten die Kommilitonen in der Vorlesung fragen, die fügen einen dann gerne hinzu ;)

Ab November fing bei mir dann der erste Vorlesungsblock an. Hier hatte ich alle Module des fünften Studienjahres gewählt, also die UE 3 „maturation, vulnérabilité, santé mentale, conduites addictives“ und die UE 4 „perception, système nerveux, revêtement cutané“. Das Modul UE 3 entspricht dabei unseren beiden psychischen/psychosomatischen Modulen im vierten Studienjahr. Das Modul UE 4 enthält Neurologie, Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Augenheilkunde, Dermatologie, Rheumatologie und Stomatologie. In diesem Modul habe ich allerdings nur die Vorlesungen besucht und keine Prüfung abgelegt, sondern werde diese in Hannover machen.

Für mein zweites Praktikum hatte ich sehr viel Glück, da wir gegen der bisherigen Praxis erstmals das Praktikum in zwei Abschnitte aufteilen durften und ich so alle Blockpraktika aus dem vierten Studienjahr absolvieren konnte.

Zunächst machte ich ein Praktikum auf der Kinderchirurgie, hierfür wurden mir sowohl das Blockpraktikum Chirurgie als auch Kinderheilkunde anerkannt (Vorsicht, bei Teilung darauf achten, dass die summierte Zeit in diesem Praktikum ausreicht!). Ich bin dabei in der

Urologie gelandet, was ich persönlich nicht ganz so spannend fand. Da wir sehr viele Studenten dort waren, durften sich bei den OPs nicht alle Studenten mit einwaschen, sondern man wechselte sich ab. Die Operationen fanden größtenteils an Kleinkindern statt, sodass man aus der zweiten Reihe aber kaum etwas sehen konnte. Die Konsultationen waren zunächst sehr interessant, allerdings gab es nicht sehr viele verschiedene Krankheitsbilder dort, was der Sprache und dem Verständnis dieser Erkrankungen zwar sehr half, aber nicht sehr abwechslungsreich war.

In diesem Praktikum war man allerdings nicht einer Station, sondern einem Arzt zugeteilt, sodass es sehr große Unterschiede gab. Auf der Traumatologie soll das Praktikum sehr viel interessanter gewesen sein, dafür fängt man dort noch etwas früher an (Frühbesprechung um 7:45) und ist auch nicht vor fünf eher sechs draußen.

Dieses Praktikum absolvierte ich im Januar. Dank der sehr netten Erasmus-Koordinatorin Frau Watteel durften wir erst nach Neujahr in unser Praktikum starten und mussten nicht wie die Franzosen bereits Weihnachten beginnen.

Im Februar habe ich dann noch ein Praktikum in der Gynäkologie gemacht, dieses hat mir sehr gut gefallen und kann ich nur jedem weiterempfehlen. Hier hätte ich gerne noch mehr Zeit verbracht, denn in vielen Bereichen der Gynäkologie sind die Studenten fest miteingeplant und werden auch wirklich benötigt.

So ist man nicht nur in der Notaufnahme für die Aufnahme der Patienten und die Erstuntersuchung zuständig bis man dies mit dem Assistenzarzt bespricht, sondern ist auch im OP direkt mit am Tisch und darf viel machen. So habe ich einige Kaiserschnitte hautnah erlebt, aber auch bei andere (Not-)OPs assistiert. In Frankreich gibt es oft keine weitere OP-Assistenz am Tisch neben einem Oberarzt („chef du service“) und einem Assistenzarzt („interne“), sondern nur den Studenten („externe“) und unsterile Gehilfen.

Wenn man auch Nachtschichten übernimmt, kann man auf jeden Fall auch eine natürliche Geburt sehen, tagsüber ist dies immer etwas schwierig und man muss sich unbedingt mit den Hebammen gut stellen, da diese im „salle de naissance“ das Sagen haben.

Einmal eine Nachtschicht zu machen, kann ich nur sehr empfehlen! Ich habe dies allerdings erst in meinem letzten Praktikum getan, da ich mir sprachlich erst sicher genug sein wollte, die Patienten auch wirklich komplett zu verstehen, wenn man nachts zunächst alleine mit der Krankenschwester in der Notaufnahme ist, bevor man dann den Assistenzarzt weckt bzw. informiert.

Je nachdem auf welcher Station man ist und wie gut die Französischkenntnisse sind, kann man bestimmt auch schon früher sich daran wagen. Die Franzosen sind es gewöhnt, dass sie den Studenten viel erklären müssen. In der Nachtschicht muss man allerdings auch dazu bereit sein, dann Verantwortung für seinen Patienten zu übernehmen.

Meine letzten beiden Monate habe ich damit verbracht das Modul UE 2 „de la conception à la naissance, pathologie de la femme, hérédité, l'enfant“ zu absolvieren. Hierfür konnte ich mir in Deutschland dann Gynäkologie, Kinderheilkunde und Humangenetik anerkennen lassen.

### **Alltag und Freizeit**

In den Praktikumszeiten hat man wie schon beschrieben nicht ganz so viel Freizeit, während der Vorlesungsphase gibt es dafür umso weniger Veranstaltungen, die dann auch noch oft kürzer dauern, als es eigentlich im Stundenplan angegeben ist.

Mit der Lage von Rouen zwischen Paris und dem Meer gibt es kaum eine bessere Ausgangslage für schöne Ausflüge oder auch Reisen.

Nach Paris fährt man mit der schnellsten Zugverbindung nur 1h10 bis direkt mitten in die Innenstadt, etwas günstiger geht es noch mit dem Flix-Bus, wo man schon Tickets ab 5€ bekommt, dafür ist man dann etwas länger unterwegs. Ein Tagesausflug lohnt sicher aber trotzdem an jedem ungenutzten Wochenende.

Die Normandie und insbesondere die Küste hat viele kleine schöne Städtchen, die eine Erkundung wert sind, teils sind sie sogar mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen und ansonsten mal nach Mitfahrgelegenheiten umhorchen, mit dem Auto lässt sich die Normandie nämlich am allerbesten erkunden.

Rouen selbst hat eine wunderschöne Altstadt und im Sommer auch viele Flusskreuzfahrttouristen. Wir hatten das große Glück einer sehr aktiven ESN Gruppe, die nicht nur zu Beginn eine Welcome Week veranstaltet hat, sondern auch das ganze Jahr über mindestens einmal die Woche eine Veranstaltung organisierte und wenn es auch nur ein gemeinsamer Abend in einer Bar war, so hatten wir doch viel Spaß. Neben diesen regelmäßigen Veranstaltungen wurden aber auch etwaige andere Events organisiert, so ging es zusammen nach Versailles, zum Eishockeyspiel oder aber zur legendären ESN Gala. Auch das Ende unserer Welcome Week mit einem Wochenende in Paris lohnt sich für jeden.

Daneben gibt es den Unisport, der größtenteils in Mont St Aignan stattfindet (bis auf einige Ausnahmen) oder auch den Unichor, beides hilft sehr auch mal mit den Franzosen in persönlicheren Kontakt zu kommen und nicht nur unter den Erasmus-Studenten zu bleiben, die eine große Community in Rouen bilden.

### **Fazit**

Für mich ist und bleibt es die beste Entscheidung, die ich in meinem Studium getroffen habe!!

Ich würde es jederzeit sofort wieder tun! Man schließt nicht nur Freundschaften quer durch Europa oder sogar über den ganzen Globus, sondern lernt ein Land genauer kennen und eine weitere Sprache natürlich zu verwenden. Konnte man es sich anfangs noch nicht vorstellen, so spricht man am Ende wirklich ohne darüber nachdenken zu müssen.

Zudem habe ich sehr viele praktische Erfahrungen sammeln dürfen und bin daran herangeführt worden, wie es ist Verantwortung im Klinikalltag zu übernehmen.

Mein schlechtestes Erlebnis war sicherlich die riesige Bürokratie, aber wenn man sich nur oft genug kümmert und dranbleibt, dann bekommt man auch dies hin und freut sich umso mehr über die Einfachheit in Deutschland nach der Rückkehr.

Insgesamt blicke ich auf tolle acht Monate zurück, an die ich mich mein Leben lang zurückerinnern werde. Ich kann es nur noch einmal sagen, nutzt ERASMUS!