

Erfahrungsbericht Rouen 2015/2016

(im 5. Studienjahr, zwei Semester)

Vorbereitung

Im Prinzip stand für mich von Beginn meines Studiums an fest, dass ich irgendwann für einige Zeit irgendwo Erasmus machen würde.

Letztendlich habe ich mein Erasmusjahr während des 5. Studienjahres gemacht. Wer sich möglichst viele Fächer anrechnen lassen möchte, sollte besser während des 4. Jahres gehen, da gibt es viele „kleine“ Fächer, die es auf jeden Fall auch an anderen Unis gibt und dich sich gut anerkennen lassen. Aber wie gesagt, auch während des 5. Jahres ist es möglich und ich bereue es bisher keine Sekunde.

Ich habe mich für ein ganzes Jahr in Rouen entschieden, da ich durch die Schule schon einigermaßen gut Französisch sprach und man sich so viel schneller mit den „Einheimischen“ unterhalten und sich integrieren kann. Allerdings hab ich dadurch auch keine neue Sprache dazugelernt, was natürlich auch viele Vorteile hat.

Als die Entscheidung dann gefallen war, war die Bewerbung beim Auslandsamt ganz leicht. Die darauf folgende Erstellung des Learning Agreements war dagegen schon etwas schwieriger, da in Rouen zwischen Ende Juni und Anfang September niemand zu erreichen ist und somit keine Fragen beantwortet konnten. Auf <http://medecine-pharmacie.univ-rouen.fr/etudiant-en-medecine-167060.kjsp?RH=1378374034848> findet ihr viele Infos zu den aktuellen Fächern (falls der Link irgendwann nicht mehr klappt, löscht das Ende weg und klickt euch durch). Im Zweifelsfall ist es aber auch kein großer Aufwand, die Kurse vor Ort zu wechseln. Es gibt auch einen Plan mit einer Übersicht über alle Fächer vom 4. bis 6. Jahr („Programme du deuxième cycle des études médicales, Rouen“), den hab ich allerdings nicht im Internet gefunden – fragt einfach Mme Watteel.

Ich habe zur Vorbereitung den Kurs „Französisch zur Vorbereitung auf einen Auslandsaufenthalt“ am Fachsprachenzentrum der Leibnizuni gemacht und fand den ziemlich gut, da die Themen „realitätsnah“ waren (WG-Suche, Sprichwörter, Arztbesuch etc.) und mir das v.a. am Anfang in Rouen viel weitergeholfen hat. Außerdem sind meistens mehrere Studis in dem Kurs, die später nach Rouen gehen.

Unterkunft

Ich selber habe mir relativ früh eine WG gesucht und war mit dieser Entscheidung sehr zufrieden. Es gibt deutlich weniger WGs als in Deutschland, aber dadurch auch kaum Zweck-WGs und meistens ist man mit seinen Mitbewohner*innen gut befreundet. Auf www.leboncoin.fr, www.appartager.fr oder www.lacartedescolocs.fr findet man z.B. Inserate.

Ansonsten gibt es die Möglichkeit, sich für Studiwohnheime zu bewerben. Da sollet ihr aber „aufpassen“, keins in Mont Saint Aignan zu nehmen. Das ist eine kleine Stadt direkt neben Rouen (in Hannover wär's eher ein Stadtteil), aber zur medizinischen Fakultät fährt man über eine halbe Stunde Bus, abends ist einfach nichts los in Mont Saint-Aignan und ab 1h fahren kaum mehr Busse...

Wer lieber mehr seinen eigenen Freiraum für sich hat, kann sich auch ein „Studio“ mieten, also eine Einzimmerwohnungen mit meist um die 20qm.

Ihr könnt als Studis auch APL (aide personnalisée au logement) bei der CAF (caisse d'allocations familiales) beantragen. Der Antrag ist ziemlich kompliziert, lasst euch da am besten von Franzosen helfen. Es lohnt sich dann aber, da man ca. die Hälfte der Miete bezahlt bekommt und inzwischen wird es auch nicht mehr aufs Bafög angerechnet

Studium an der Gasthochschule

Das Studium an der „fac de médecine“ beginnt um den 15. September und ist ähnlich wie in Hannover in Tertiale unterteilt und vom 4. bis zum 6. Jahr ist man die Hälfte der Zeit im Praktikum im Krankenhaus und hat 50% Vorlesungen (die nicht anwesenheitspflichtig sind). Man sollte ca. eine Woche vorher für die ganzen Vorbereitungen da sein.

Die Jahrgangsbezeichnungen sind etwas verwirrend, da das System vor einiger Zeit geändert wurde und die Franzosen immer noch umgangssprachlich die alten Bezeichnungen verwenden. Deswegen hier eine kurze Übersicht:

1. Jahr = DFGSM 1 = umgangssprachlich P1
2. Jahr = DFGSM 2 = P2
3. Jahr DFGSM 3 = D1
4. Jahr = DFASM 1 = D2
5. Jahr = DFASM2 = D3
6. Jahr = DFASM 3 = D4

Ich habe mit Vorlesungen angefangen und hatte im ersten Tertial „UE 8b Métabolismes“ (mit den D2), „Radiations ionisantes“ (mit den P2) und „UE10 Le bon usage des médicaments“ (mit den D4) gemacht. UE steht für Unité d'enseignement und ist die Bezeichnung des Moduls mit einer Nummer. Ich habe die Fächer gewählt, um mir Strahlentherapie und Klinische Pharma anrechnen zu lassen, kann es aber an sich nicht empfehlen, so viele Fächer aus unterschiedlichen Jahrgängen zu wählen. In diesem Fall ging es allerdings, da ich außer für Métabolismes nicht sehr viele Vorlesungen hatte. Der Vorteil war, dass ich so Leute aus verschiedenen Jahrgängen kennen gelernt habe.

In den Vorlesungen wird ab dem 4. Jahr wenig erklärt, sondern man diskutiert Fallbeispiele anhand von MC-Fragen. Das war manchmal etwas unangenehm, wenn das Mikro durch die Reihen gegeben wurde und man auf eine MC-Frage antworten musste, aber war ich trotzdem ganz gerne in den Vorlesungen, da man so zum einen die Leute aus dem Semester kennen gelernt hat und zum anderen durch die Diskussion der Fragen auch viel gelernt hat.

Danach war ich dann im Praktikum („en stage“) auf der chirurgischen ITS („Réanimation chirurgicale“), was ein echt gut organisiertes Praktikum mit einem netten Team war. Dadurch, dass immer Studis auf Station sind, hat man insgesamt festere Aufgaben als es z.B. während der Famulaturen ist. Auf der „Réa chir“ haben wir Studis die Aufnahmen der Patient*innen gemacht und diese dann am nächsten Tag bei der Übergabe vorgestellt. Außerdem war man immer für 2-3 Patient*innen zuständig und hat z.B. die tägliche körperliche Untersuchung durchgeführt, einen Überblick über die Laborparameter gehabt und die Anträge für die Geräteuntersuchungen gemacht. Immer alles in Absprache mit den „Internes“ (= Assistenzärzten), sodass ihr keine Angst haben müsst, alleine gelassen zu werden ;)

Auch als Erasmus-Studis können wir Wochenend- und Nachtdienste („gardes“) übernehmen, wenn wir wollen. Gerade im ersten Tertial sollte ihr für euch selber entscheiden, ob ihr das machen wollt

oder lieber noch nicht. Ich hab's gemacht und war echt froh darüber. Man hat mehr Kontakt mit den Assistenzärzten als tagsüber und fühlt sich nicht „anders behandelt“ als die Franzosen (muss aber halt auch mal ,nen Samstag im Krankenhaus verbringen ;)).

Im zweiten Tertial hatte ich die Fächer „UE6 Maladies infectieuses“, „UE7 Immunologie, Poumon, sang“, „UE1 Santé public, médecine légale“ (mit den D1, sowas wie Public Health und Rechtsmedizin...allerdings nicht sehr spannend und für den deutschen Alltag wenig hilfreich, aber ich fand's interessant, die Gesundheitssysteme zu vergleichen) und die Fortsetzung von „Le bon usage des médicaments“. Maladies infectieuses hat echt Spaß gemacht und ich habe endlich mal die Antibiotika richtig gelernt. In Kombi mit Immunologie etc. war es zwar recht viel, aber machbar.

Insgesamt ist die Erasmus-Zuständige, Mme Watteel, aber sehr kooperativ und man konnte sich auch einen Tag vor der Prüfung noch an- oder abmelden. Solange ich alles vorbereitet hatte und sie z.B. Fächerwechsel nur noch „abnicken“ musste, hatte ich nie Probleme, allerdings kann man bei der Erstellung eben dieser Wechsel nicht unbedingt auf ihre Hilfe hoffen und fragt ab besten andere Studis.

Mein zweites Praktikum habe ich in der Dermatologie gemacht. Das war etwas weniger gut organisiert als die Réa chir, aber trotzdem sehr interessant, ich habe viele Krankheitsbilder mal klinisch gesehen und man kam meist etwas früher aus dem Krankenhaus (auf der Réa chir war es oft 18h, in der Derma eher 16h/17h).

Das nächste Praktikum in der Notaufnahme habe ich direkt angeschlossen, was zwar ziemlich anstrengend war (immer von 8h30 – 18h30 Dienst), aber auch sehr spannend und auch das kann ich nur empfehlen. Man hat alle paar Tage einen „jour off“, an dem man nicht arbeiten muss als Ausgleich, sodass es wieder geht.

Im dritten Tertial habe ich „UE11a Urgences“ gemacht und die Fortsetzung von „Santé public, médecine légale“. Das waren wenig Vorlesungen, aber fürs Ende des Erasmus auch ganz entspannt.

Alltag und Freizeit

Außerhalb der Uni verbringen französische Medis viel Zeit in der Bibliothek oder am Schreibtisch zu Hause. In der Bib mit den anderen zu sitzen und zwischendurch zig Kaffeepausen zu machen, schweiß zusammen, aber man sollte sich auch einen anderen Freundeskreis zulegen, da die Medis einfach nicht so viel Zeit haben. An jedem ersten Donnerstag im Monat gibt es in der Bar Saxo den „Apéro de Jean-Mi“, einen Mediziner-Abend, wo man gut andere Medis bei einem Bierchen kennen lernen kann.

Franzosen gehen ziemlich viel in Bars, sodass ich selber dort auch viele Abende verbracht habe. Oft gibt's auch kleine sehr nette Konzerte (z.B. im Saxo, 3 Pièces, O'Shahmeran oder die „106 Experience“ im Konzertsaal 106). Am Anfang gibt es einige Erasmus-Parties und das ist eine gute Gelegenheit, um die anderen Erasmus-Leute kennen zu lernen.

In der ersten Woche gibt es in Mont Saint Aignan auch eine Woche lange Stände mit Infos zu Sport an der Uni, Versicherungen, Studi-Vereinen etc.. Unter www.modulo.univ-rouen.de findet ihr die Daten wann und wo das ist.

Ich habe in meiner Freizeit in einer Musikgruppe gespielt, war mit Freunden schwimmen, habe einen Pilates-Kurs vom SUAPS (Unisport) gemacht (da solltet ihr euch frühzeitig anmelden, sonst sind die Kurse voll), war in den Studi-Gärten (Jardins étudiants), hab mich beim „Collectif contre le sexisme dans les études de santé“ engagiert und habe manchmal in der „La Cantine“ des „Faites-le vous mêmes“ mitgemacht (eine Art Vereins-Restaurant, wo man morgens kochen helfen kann und dann mittags ist oder man geht einfach nur essen – ist recht günstig und sehr lecker ;)). Am Wochenende ging's oft ans Meer und in den Februarferien habe ich eine große Rundreise mit Bus und Bahn durch Frankreich gemacht.

Rouen ist zwar nicht besonders groß, aber es gibt trotzdem einiges zu machen – keine Sorge :)

Good to know

internationale Geburtsurkunde: solltet ihr aus Deutschland mitbringen, denn die braucht ihr fürs Krankenhaus. Gibt's beim Standesamt eurer Geburtsstadt für 10€

französisches Bankkonto: braucht ihr, damit ihr vom Krankenhaus bezahlt werden könnt. Damit ihr die ganzen Orga-Sachen am Krankenhaus möglichst bald durch habt, solltet ihr das Konto möglichst bald gründen, da das ein bisschen dauert, bis der Prozess durch ist.

Wohnungslage: Das Leben spielt sich eher „Rive droite“ (rechte Seite der Seine) ab und wer nicht ständig einen kleinen Berg erklimmen will, sollte nicht in die „Hauts de Rouen“ ziehen. Fragt am besten nach, ob es zu der Wohnung/dem Haus stark ansteigt, wenn ihr wie ich zu den faulen Radfahrern gehört ;)

Transport: mit dem Rad ist alles zu erreichen und Räder findet ihr entweder auf leboncoin.fr oder bei der Guidoline, einer Do-it-yourself –Fahrradwerkstatt, die auch Räder verkauft. Wer Bus fährt und ein Monatsticket hat, kann ich sich davon die Hälfte vom Krankenhaus erstatten lassen (weil ihr als PraktikantInnen Angestellte seid). Was den Transport über Rouen hinweg betrifft, sind z.Z. Fernbusse noch sehr günstig (auf busradar.fr findet ihr Vergleiche).

Kleidung etc. fürs Krankenhaus: müsst ihr nicht extra mitbringen, man hat einfach seine normale Straßenkleidung an und zieht dann einen Kittel drüber. Die könnt ihr euch einen in der Wäscherei ausleihen (im Hauptgebäude bei den Fahrstühlen vor der Réanimation chirurgicale). Stethoskop, Reflexhammer etc. müsst ihr aber selber mitbringen.

Carte d'externe: ist so etwas wie euer Angestellten-Ausweis. Damit könnt ihr recht günstig im CHRU, der Kantine des Krankenhauses essen. Ihr bekommt sie soviel ich weiß entweder bei den Affaires Médicales oder bei den Ressources Humaines (in dem runden Gebäude auf der anderen Straßenseite des Haupteingangs).

Versicherungen: Ich habe mir eine Auslandskrankenversicherung bei der mawista zugelegt, die meine paar Arztbesuche und Medikamente auch sehr gut erstattet hat. Da ihr im Krankenhaus angestellt seid, habt ihr aber auch ein Recht auf die Sécurité sociale, die französische Krankenversicherung. Die erstatten grundsätzlich 70% aller Kosten, aber ein Hausarztbesuch kostet dann z.B. 23€

Telefonieren: in der Rue Jeanne d'Arc sind mehrere Handyläden direkt nebeneinander. Da könnt ihr euch einfach informieren und den besten Vertrag auswählen. Ich empfehle euch auf jeden Fall was mit SMS-Flatrate, da Franzosen viel mehr SMS als z.B. WhatsApp etc. nutzen. Für Anrufe nach

Deutschland habe ich ein Auslands-Abo über skype gehabt, das kostet 50ct im Monat für 120min Gespräch.

Ronéos: in den Vorlesungen schreiben immer zwei Leute mit und laden ihre Notizen in Facebook-Gruppen mit (die Mitschriften nennen sie ronéos). Fragt einfach eure KommilitonInnen, dass sie euch zu den Gruppen hinzufügen.

Carte culture: im Maison del'Univeristé in Mont Saint Aignan könnt ihr die carte culture bekommen. Das sind insgesamt 9 Gutscheine à 5€ für Theater, Kinos etc. in Rouen. Und über einen Mailverteiler werdet ihr sogar über aktuelle Veranstaltungen informiert.

MultiPass: Ihr bekommt irgendwann Zugangsdaten für Multipass zugeteilt und diese braucht ihr z.B. für euren StudMail-Zugang oder um euch zu den Prüfungen (die auf I-Pads geschrieben werden) einzuloggen (also bloß nicht Nutzernamen und Passwort vergessen).

UniversiTice: Plattform, wo die Dozierenden z.T. Vorlesungsfolien hochladen. Zugangsdaten sind die gleichen wie für MultiPass und ihr müsst euch bei Mme Watteel melden, um für die jeweiligen Kurse freigeschaltet zu werden.

Leo carte: die Leo carte ist euer Studi-Ausweis, mit dem ihr auch in der Bib Bücher ausleihen könnt. Ihr bekommt die Karte entweder beim International Office in Mont Saint Aignan oder bei Mme Watteel. Bücher könnt ihr aber ggf. auch schon ohne Ausweis und nur mit einer Imma-Bescheinigung ausleihen. Ihr könnt auch Geld auf die Leo carte laden und damit in der Cafeteria bezahlen.

Drucken/kopieren an der Uni: an der Uni kann man in der Bib für 2ct drucken und kopieren. Dafür muss man über irgendeine weitere Plattform Geld aufladen – wie das funktioniert ist neben dem Drucker erklärt. Ansonsten könnt ihr am Anfang ggf. bei der Corpo (sowas wie der Fachschaft) die nette Dame fragen, ob ihr dort kopieren könnt (ist hilfreich für die ganzen Dokumente am Anfang).

Fazit

Die Entscheidung, ein Erasmus-Jahr zu machen, war so ziemlich die beste, die ich in den letzten Jahren getroffen habe. Sowohl medizinisch, als auch sprachlich und einfach menschlich habe ich viel dazu gelernt und die vielen „stages“ (Praktika) haben mir immer Spaß gemacht (oder fast...man verbringt dadurch doch ganz schön viel Zeit im Krankenhaus ;)). Überall wurde ich von den Franzosen herzlich aufgenommen und es war selten schwierig, ein Gespräch anzufangen. Die französische Bürokratie treibt einen am Anfang in den Wahnsinn, aber bleibt einfach immer ruhig – das wird schon.

Also: ob nach Frankreich oder sonstwohin, nutzt die tolle Möglichkeit, die das Erasmus-Programm bietet und macht euch auf andere Weise auf in die große weite Welt. Selbst wenn ihr das Jahr komplett in Hannover wiederholt es ist auf keinen Fall „verlorene Zeit“, sondern ihr werdet viel lernen und ziemlich sicher Freundschaften fürs Leben schließen.