

Vorbereitung auf das Erasmus-Programm:

Die Vorbereitungen für mein Erasmus-Programm verliefen stressfrei. An unserer Schule wurde eine Präsentation von der Erasmus-Koordination gehalten, die uns über den Ablauf informierte. Anschließend konnte man sich durch ein Motivationsschreiben und ein Bewerbungsgespräch für das Programm bewerben. Ich war fest entschlossen, nach Frankreich zu gehen, da ich die Sprache verbessern und die französische Kultur erleben wollte.

Nachdem ich ausgewählt wurde, begannen die Bewerbungsphasen für die verschiedenen Krankenhäuser in Frankreich die ich interessant fand. Ich erhielt zwei Zusagen: eine in Saint-Malo und eine in Nancy. Die Entscheidung fiel mir nicht leicht, aber letztlich entschied ich mich für die historische Stadt Nancy.

Leben in Nancy:



Nancy ist eine Stadt im Nordosten Frankreichs, die vor allem durch ihre Architektur und Geschichte geprägt ist. Der berühmte Place Stanislas, ein UNESCO-Weltkulturerbe, ist das Herzstück der Stadt und zieht sowohl Touristen als auch Einheimische an. Die Stadt hat eine lebendige Kulturszene und ist bekannt für ihre Jugendstilarchitektur, die in vielen Gebäuden zu bewundern ist. Nancy ist eine Stadt, in der Tradition und Moderne zusammenfinden.

Unterkunft und Arbeitsweg:

Zu Beginn meines Aufenthalts in Nancy hatte ich ein Air BNB gebucht, in dem ich mich jedoch nicht wohl fühlte. Nach kurzer Zeit entschied ich mich, die Unterkunft zu wechseln, und fand ein Zimmer in der **Résidence L'Escurial**. Diese Unterkunft lag deutlich näher am Krankenhaus, was meinen Alltag erheblich erleichterte.

Die Résidence L'Escurial ist ein modernes Gebäude mit mehreren Etagen und komfortablen Zimmern, die alle als kleine Apartments eingerichtet sind. Mein Apartment verfügte über eine kleine Küche, ein eigenes Badezimmer, einen Schreibtisch und ein Doppelbett. Die Unterkunft bot außerdem einen Waschraum, einen Aufenthaltsraum mit Fernseher und einen Sportraum. Der Weg zum Krankenhaus war ideal: zu Fuß brauchte ich nur 20 Minuten, mit dem Fahrrad bräuchte man 6 Minuten und mit dem Auto 3 Minuten.

Das Krankenhaus: CHRU Brabois in Vandoeuvre



Das CHRU Brabois in Vandoeuvre ist ein altes, historisches Krankenhaus, das als erstes Bauwerk dieser Art in der Region errichtet wurde. Da ich mein Erasmus im Sommer absolvierte, war es in den Gebäuden oft sehr heiß, doch die Patientenzimmer und Stationen waren mit Ventilatoren ausgestattet, um für etwas Abkühlung zu sorgen.

Ich wurde der Abteilung **Chirurgie Digestive et Générale** zugeteilt, die sich auf Verdauungsmedizin spezialisiert. Die Arbeit des Pflegepersonals dort ist nicht mit der in Deutschland vergleichbar, da die Ausbildung zur Pflegefachkraft in Frankreich ein umfassendes Studium ist, was eher auf den medizinischen Aspekten basiert. Die Station, auf der ich arbeitete, hatte 35 Zimmer, die in drei Bereiche unterteilt waren. Jeder Bereich wurde von einer Krankenschwester oder einem Krankenpfleger sowie einer Pflegehelferin oder einem Pflegehelfer betreut.

Aufgaben innerhalb des Krankenhauses

Während meines Aufenthalts hatte ich die Gelegenheit, viele verschiedene Aufgaben zu übernehmen. Die Krankenschwestern waren verantwortlich für:

- Thrombose-Spritzen geben
- Medikamente verteilen
- Infusionen richten
- Blut abnehmen und Blutkulturen entnehmen
- Vigos legen und Ports anstechen
- Transfusionen durchführen
- Blutzucker messen
- Patienten über den weiteren Behandlungsweg informieren und Entlassungen vorbereiten

Die Pflegehelfer unterstützten die Krankenschwestern und kümmerten sich um:

- Vitalzeichen messen und im Computer eintragen
- Essen austeilen
- Patienten waschen und Bettwäsche wechseln

Im Nachtdienst waren nur zwei Krankenschwestern oder Krankenpfleger und jeweils zwei Pflegehelferinnen oder Pflegehelfer im Einsatz.

Tagesablauf und Dienstzeiten

Im Krankenhaus gab es zwei Dienste: den Tagdienst von 7 Uhr bis 19 Uhr und den Nachtdienst von 19 Uhr bis 7 Uhr. Da ich nur im Tagdienst tätig war, konnte ich einen typischen Tagesablauf miterleben:

- **7 Uhr:** Übergabe
- **7:30 Uhr:** Kontrolle des BTM-Schranks und der Tabletten, die in der Nacht gestellt worden sind
- **8 Uhr:** Vitalzeigentour – Überprüfung von Blutdruck, Temperatur, Sauerstoffsättigung, allgemeiner Situation, Schmerzen, Stuhlgang, Drainagen, Katheter, Stoma etc. sowie Bettenmachen und Patientenwaschen
- **Zwischendurch:** Reaktion auf Patientenrufe, wenn Pflegehelfer keine Zeit hatten
- **9:45 Uhr:** Vorbereitung der Entlassungspapiere
- **Nach Bedarf:** Medikamente verabreichen, Pflaster wechseln, Vigos legen, Blut abnehmen, große Arztvisite begleiten



- **11 Uhr:** Frühstückspause
- **12 Uhr:** Wechsel von Infusionen
- **14/15 Uhr:** Kontrolle der Parameter und Vorbereitung weiterer Entlassungen

Die Dienstzeiten waren angenehm aber anstrengend, da die Mitarbeitenden in der Regel nicht mehr als 2-3 Dienste am Stück arbeiteten und danach 2-3 Tage frei hatten, um sich zu erholen.

Erste Eindrücke und Integration



Ich wurde zwei Tage vor Beginn meines Erasmus-Aufenthalts von meiner Mutter nach Nancy gebracht, sodass ich genug Zeit hatte, die Umgebung zu erkunden, eine Busfahrkarte zu besorgen und mich auf der Station vorzustellen. Dadurch wusste ich am ersten Tag sofort, wo ich hinmusste, und fühlte mich gut vorbereitet.

Mein erster Tag begann mit einem Gespräch im **IFSI Nancy** (Institut de Formation en Soins Infirmiers), einer Schule für angehende französische Krankenschwestern. Dort traf ich die Erasmus-Koordinatoren, die mir das Krankenhaus und den Ablauf erklärten. Außerdem erhielt ich eine kleine Führung durch die Schule und bekam zwei Aufgaben, die ich nach meinem Erasmus-Aufenthalt einreichen musste: eine PowerPoint-Präsentation für zukünftige Erasmus-Studierende und eine Situationsanalyse, in der ich eine Herausforderung beschreiben sollte, die ich auf Station erlebt hatte.

Kontakt zu Kolleginnen und Kollegen

Bereits bei meiner Vorstellung auf der Station knüpfte ich erste Kontakte. Eine Kollegin bot mir an, mich morgens abzuholen, als meine Unterkunft noch weiter entfernt war. Obwohl sich das durch meinen Umzug erledigte, blieben wir über WhatsApp in Kontakt. Leider konnten wir uns außerhalb der Arbeit nicht oft treffen, da wir nur zwei Dienste gemeinsam hatten. Trotzdem half sie mir bei meinem Umzug und stand mir bei Fragen immer zur Seite.

Im Allgemeinen verstand ich mich sehr gut mit dem Team. Alle waren hilfsbereit und bemühten sich, mir alles genau zu erklären. Besonders wertschätzte ich, dass sie langsamer sprachen oder etwas wiederholten, wenn ich es nicht sofort verstand.

Freizeitgestaltung



In meiner Freizeit erkundete ich die Stadt Nancy und gewöhnte mich daran, einige Wochen allein in einer fremden Umgebung zu sein. Die Sprache beherrschte ich zwar nicht perfekt, aber ich wollte das Beste aus meiner Zeit machen. Die ersten drei freien Tage nutzte ich, um die Stadt zu erkunden und mir einen Überblick zu verschaffen.

In der zweiten Woche unternahm ich einen Tagesausflug nach Straßburg. Mit dem Zug war ich in etwa 1,5 Stunden dort und verbrachte eine Nacht in einem Hotel nahe dem Bahnhof, um die Stadt zu erkunden. Am nächsten Morgen fuhr ich früh zurück nach Nancy, um den Tag noch sinnvoll nutzen zu können.

Am darauffolgenden Wochenende kam mein Freund zu Besuch. Ihm habe ich die Stadt gezeigt und wir waren an der Mosel etwas essen. Den Ort, den wir erkundet haben hieß Villy-le-sec. Dort gab es ein nettes Restaurant an einem Campingplatz, welches aber auch für Personen von außerhalb frei zugänglich war. Danach konnte man noch etwas spazieren gehen und durch das Gewässer gab es deutlich kühlere Luft. In meiner letzten Woche in Nancy plante ich, Souvenirs zu kaufen, und besuchte die Stadt Metz. Danach begann ich langsam, meinen Koffer für die Abreise zu packen.



Restaurant - Le Panorama



Sehenswürdigkeiten in Nancy

Während meines Aufenthalts besuchte ich einige der wichtigsten Sehenswürdigkeiten von Nancy:



1. **Place Stanislas:** Ein beeindruckender Platz, der besonders abends, wenn er beleuchtet ist, ein beliebter Treffpunkt für Touristen und Einheimische ist.
2. **Parc de la Pépinière:** Ein großer Park mit Streichelzoo, einer Brasserie und Tanzmöglichkeiten.
3. **Nancy Museum Aquarium:** Ein interessantes Museum, das für alle unter 26 Jahren kostenlos ist.
4. **Musée des Beaux-Arts de Nancy:** Ein Kunstmuseum mit einer beeindruckenden Sammlung.
5. **Altstadt von Nancy:** Ein Spaziergang durch die malerischen Gassen der Altstadt mit ihren Kathedralen und gemütlichen Restaurants lohnt sich immer.

Schwierigkeiten und Herausforderungen

Natürlich gab es auch Herausforderungen während meines Erasmus-Aufenthalts. Besonders in den ersten Tagen hatte ich mit Heimweh zu kämpfen und musste mich erst einmal in der neuen Umgebung orientieren. Neue Kontakte zu knüpfen war nicht immer einfach, und ich musste lernen, Probleme in einer fremden Sprache zu lösen und mich kulturell anzupassen. Auch die finanzielle Situation war eine Herausforderung, da das Leben in Frankreich teurer ist als erwartet.

Positive Erlebnisse

Trotz der Herausforderungen gab es viele positive Erlebnisse. Ich knüpfte neue Kontakte, was mir half, interkulturelle Erfahrungen zu sammeln und meine Selbstständigkeit zu erweitern. Auch die Kontakte nach Deutschland konnte ich aufrechterhalten, was mir in schwierigen Momenten viel bedeutet hat. Zudem lernte ich viel über mich selbst, indem ich mich in einer fremden Umgebung behauptete und meinen Horizont erweiterte. Meine Sprachkenntnisse verbesserten sich merklich, und ich lernte viel über die französische Kultur und das Gesundheitswesen.

Tipps für zukünftige Erasmus-Teilnehmer

Abschließend möchte ich einigen Tipps für zukünftige Erasmus-Teilnehmer geben:

- **Vorab gut informieren:** Plane deine Freizeitaktivitäten im Voraus, um das Beste aus deiner Zeit zu machen.
- **Offen und flexibel sein:** Sei bereit, dich auf neue Situationen einzulassen und flexibel zu reagieren.
- **Geduld mit dir selbst haben:** Es braucht Zeit, sich an eine neue Umgebung zu gewöhnen. Gib dir die Zeit, die du brauchst.
- **Tägliche Motivation und Kontaktpflege:** Halte Kontakt zu deinen Lieben zu Hause und motiviere dich jeden Tag neu.

Insgesamt war mein Erasmus-Aufenthalt in Nancy eine bereichernde Erfahrung, die ich nicht missen möchte, auch wenn es an manchen Tagen nicht immer einfach war. Ich habe viel gelernt, gesehen und bin als Person gewachsen!