

Auslandsjahr 2023/24 Universität Bordeaux

Studium

Ich habe im Wintersemester 2023/24 die Universität Bordeaux besucht und habe in der Zeit 5 einmonatige Stages/Praktika belegt (Chirurgie vasculaire, Gynécologie medicale, Pédiatrie post-urgences, Urologie, alle 4 im Hôpital Pellegrin und Urgences im Hôpital St. André).

Man konnte vorab im Contrat pédagogique entscheiden, ob man rein praxis-orientierte einmonatige Stages libres belegen möchte oder 11-wöchige Module (modules d'enseignement), welche aus theoriebezogenen Kursen/Vorlesungen (allerdings ohne Anwesenheitspflicht) und integrierten Stages bestehen.

Ich habe mich vorher beim Landesprüfungsamt informiert, dass mir die einmonatigen Stages größtenteils als Kurse vor allem aus dem 9. und 10. Semester anerkannt werden und so entschied ich mich für die Stages libres, da mir dies einen allumfassenden Überblick über verschiedene Fachbereiche der Medizin ermöglichte. Es ist aber auch möglich, Stages und Kurse gemischt zu belegen und man kann aus verschiedenen Studienjahren auswählen, was einem sehr viel Freiheit gibt und man den Stundenplan nach seinen Bedürfnissen legen kann. Darüber hinaus gibt es oft die Möglichkeit, in den Stages das Angebot der „une semaine sur deux“ wahrzunehmen. Dabei hat man nicht 4 Wochen am Stück nur vormittags Stage, sondern man kann in 2 der 4 Wochen vormittags und nachmittags arbeiten und hat somit 2 Wochen zur freien Verfügung, was vor allem bei diversen Urlaubs- und Ausflugsplanungen von Vorteil war.

Zudem wollte ich mich auch in der Zeit sprachlich weiterentwickeln und belegte neben dem für Mediziner:innen verpflichtenden Sprachkurs noch weitere Sprachkurse. Der Fachbereich Santé bietet da wirklich ein sehr diverses und abwechslungsreiches Sprachangebot (sogar auch in vielen anderen Sprachen, zum Beispiel Italienisch, Spanisch, Chinesisch...), unter anderem gab es immer Kurse, um sein geschriebenes und gesprochenes Französisch zu verbessern (immer angepasst an das Sprachlevel, also A2/B1 oder B2/C1) und auch viele kulturelle Sprachkurse zu Themen wie französische Lieder, Gesellschaft oder Geschichte. Unser Sprachlehrer Monsieur Bruno Le Mière war ein super lieber und interessierter Mann, der auch immer mit Rat und Tat zur Seite stand, wenn es mal Probleme im Erasmus-Leben gab, sei es mit der Wohnung, mit der Uni oder auch einfach bei Verständnis-Problemen, Monsieur Le Mière hatte immer ein offenes Ohr für uns. Leider kann man sich als Mediziner:in keine ECTS Punkte auf die Kurse geben lassen, ich habe Teile davon aber trotzdem besucht, weil ich echt gerne dahin gegangen bin und dort auch sehr liebe Menschen mal unabhängig vom Medizin-Studium kennen lernte, wie zum Beispiel aus der Psychologie oder Politikwissenschaften.

Als Erasmusstudierender steht man in Bordeaux mit zwei Hauptverantwortlichen in Kontakt, zum einen ist das Madame Mousset, welche für die Organisation der Rahmenbedingungen im Erasmus verantwortlich ist, wie zum Beispiel das Ausstellen der An- und Abreisebestätigung, die Vergabe der Studierendenausweise oder auch Information zu Kulturveranstaltungen im Fachbereich Santé (die Uni organisiert richtig nice Events, unter anderem war ich bei einem kostenlosen Surfkurs in Carcans, habe einen Spieleabend in einer Bar à Jeux besucht oder war bei einem Zwanziger Jahre-Motto-Party mit sehr vielen leckeren Canapés). Madame Mousset hat früher in Bonn eine deutsche Sprachschule besucht und ist deswegen den deutschen Studierenden echt sehr zugeneigt (auch wenn man manchmal eine gute halbe Stunde nach Terminvereinbarung vor ihrem Büro warten musste, bis sie von der Mittagspause kam.)

Zum anderen gibt es noch Monsieur Sablon, der für die Verteilung der Stages zuständig ist, er kümmert sich um alle französischen und ausländischen Studierenden, weswegen er manchmal ein bisschen beschäftigt ist, aber dennoch schnell und zuverlässig antwortet. Bei ihm konnte ich noch am Anfang meines Semesters ein zusätzliches Stage in den Urgences problemlos anhängen und er versucht wirklich, die besten Stages für euch an Land zu ziehen.

Kurz noch zu den einzelnen Krankenhäusern und der Mensa. Das Leben als Medizinstudierender ist in Frankreich ganz anders als in Deutschland. Die meisten sind morgens im Stage, teilweise bis nachmittags und gehen dann bis spät abends in die Bibliothek, um weiter für die großen Prüfungen am Ende des Halbjahres zu lernen. Deswegen sind viele sehr stark miteinander vernetzt und in der Mittagspause treffen sich meisten und lassen sich das gute Mensaessen schmecken (kein Vergleich zu dem oft eintönigen Mensaessen an der Uniklinik Mainz). Am Hôpital Pellegrin gibt es einmal die Studierendenmensa, das Crous, wo man zwischen 3 Hauptgerichten (mind. eins davon ist vegetarisch) auswählen kann, zusätzlich gibt es alle möglichen Salate, Obst, Desserts, belegte Brötchen und natürlich den guten französischen Käse, das alles für nur 3,30 € (mit Bourse, also zum Beispiel Bafög in Deutschland kann man beantragen, dass man das Mensaessen für 1€ erhält). Zudem gibt es auch eine Personalmensa im Tripode und auch im Hôpital St. André, jedoch kostet es da nur für Erasmusstudierende gleich 5 €, was mir oft zu teuer war, es sei denn man wurde eingeladen von den Ärzt:innen (was echt nicht selten passierte und vor allem hoffe ich, ihr seid Kaffeetrinker:innen, denn der après-déjeuner café ist Alltag unter dem Krankenhauspersonal).

Speaking about Stages: Generell erst mal sollte gesagt sein, dass ihr in eurem Erasmusleben als Medizinstudierender wahrscheinlich mehr praktisch machen dürft als in eurer gesamten Kliniklaufbahn zuvor. Man hat quasi die Stellung eines PJ-Studierenden und darf zum Beispiel in der Aorten-Chirurgie eigenständig nach einer OP zunähen, darf in der Pädiatrie seine eigenen Patient:innen betreuen oder in den Urgences die komplette Anamnese mit Untersuchung und weiterführender Diagnostik wie EKG oder Lumbalpunktion unter Anleitung durchführen. Die Patient:innen sehen einen auch als gleichwertiges Personalmitglied und auch wenn es mit der Anamnese auf französisch nicht direkt auf Anhieb klappt, haben die meisten großes Verständnis und erklären ihr Krankheitsbild nochmal. Ich muss sagen, ich hatte echt Glück mit meiner Wahl, ich habe vor allem in der Urologie und Gynäkologie selbst vieles auf eigene Faust organisiert und durfte in viele Sektionen, wie OP (ambulant oder große OPs mit dem DaVinci-Roboter bei Prostata- oder Gebärmutter-Entfernungen), Sprechstunde, Visite oder auch in der Gynäkologie durfte ich bei Amniozentesen und auch im Kreissaal bei Geburten mit dabei sein. Insgesamt fand ich auch meine Reihenfolge, die ich gewählt habe, ganz passend, da ich zuerst ein chirurgisches Stage gewählt habe und so erst mal im OP ein bisschen reinkommen konnte und meine anfänglichen Sprachkenntnisse nicht direkt bei ausführlichen Anamnesen auf die Probe stellen musste.



Abbildung 1: Advanced Life support im Pädiatrie-Stage mit 10.000€ Puppen



Abbildung 2: Bib Life am Campus La Victoire



Abbildung 3: Mittagspause im Garten des Hôpital St.André



Abbildung 4: Prostatektomie in der Uro mit dem DaVinci Roboter

Wohnen und Soziales

Generell wird von Seiten der Universität und Fachschaft viel mehr für die Erasmus-Leute geplant, es beginnt mit einer kleinen Campus-Tour und einem kleinen Willkommensfrühstück mit Croissants und Chocolatines (in Bordeaux nennt man Pain au chocolat IMMER Chocolatines, man wird komisch von der Seite angeguckt, wenn man es nicht macht und sich als Nicht-Bordelaise outet). Danach folgten mehrere Kennenlern-Events auf dem Campus, unter anderem auch mit DJ-Livemusik, Canapés und Souvenirs der Fakultät. Diese hat auch einen sehr großen Sportbereich, der super viele Angebote bereithält, unter anderem der typische Franzosen-Sport Rugby, Surfkurse, Volleyball, Yoga, Klettern, Leichtathletik, Skikurse im Winter und viele weitere Ballsportarten und Tanzkurse (Infos dazu findet ihr unter u-bordeaux.fr/Campus/Sport). Als Nr.1 der Sportuniversitäten in ganz Frankreich macht sich die Université Bordeaux alle Ehren und organisiert auch regelmäßig sogenannte „Nuits Sportives“, an denen im ganzen Jahr Turniere in den jeweiligen Sportarten des Abends stattfinden. Ich habe mich in der Volleyballmannschaft der Fakultät angemeldet und habe da echt liebe Menschen kennen gelernt, mit denen ich jede Woche trainiert habe und dann auch fast wöchentlich auf Spiele gegen andere Uni-Mannschaften von anderen Fakultäten gefahren bin. Zusätzlich war ich auch Bouldern und Klettern mit der Uni (Bordeaux hat echt gute Kletterhallen, an alle Klettermäuse, vor allem das Arkose und das Climb Up sind Geheimtipps!). Und wer will kann sich zu zahlreichen Lauf-Events anmelden, unter anderem der Halbmarathon im Dezember, bei dem ich teilnehmen durfte, während man die wunderschönen Laufwege an der Garonne entlangläuft und von so vielen Bands am Wegrand angefeuert wird (für die Trink- und Laufbegeisterten gibt es sogar einen Wein-Halbmarathon immer Anfang September im Médoc, einer bekannten Weinregion im Norden von Bordeaux).

Wenn ihr mehr die Sportbeobachter seid, könnt ihr aber auch gut zahlreiche Sportevents in der Umgebung beobachten, unter anderem natürlich Rugby-Games, Icehockey oder Fußball. Solche Abende wurden auch teilweise von dem ESN-Team organisiert, dort könnt ihr euch einfach über deren Instagram-Seite „esnbordeaux“ Tickets organisieren.

Apropos ESN, das ist das Erasmus-Organisation-Netzwerk, bestehend aus Studierenden aus Bordeaux, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, euch während eures Erasmus so viele Events rund um Partys, Ausflüge und sportliche Aktivitäten zu ermöglichen, wie es nur geht. Ich muss sagen, die Sportevents und Teile der kulturellen Angebote, wie ein Wine-Tasting oder ein Karaoke-Abend habe ich gerne mitgenommen, die Parties waren allerdings nicht so mein Fall, da sie meist sehr weit außerhalb vom Zentrum stattfanden und auch nicht so meinen Musikgeschmack trafen. Aber die Verantwortlichen geben sich echt größte Mühe und bieten zum Beispiel auch ein Buddy-Programm an, wodurch man einen Buddy passend zu seiner Person und Interessen zugeteilt bekommt und den man dann bei Fragen nach Rat fragen kann oder einfach mal nen Bier trinken gehen kann (ich habe mit meiner Buddy einen internationalen Kochabend gemacht, wo ich ihr die gute Brezel mit Spundekäse gezeigt habe und wir ihr Quiche-Rezept gekocht haben).

Neben den sportlichen Möglichkeiten gibt es noch zahlreiche kulturelle Angebote, wie Theater, Mal- und Fotografie-Kurse, Orchester und Chöre, von denen man aber auch regelmäßige Updates an seine französische Studierenden-E-Mail bekommt (also regelmäßig reinschauen lohnt sich).

Kurz zum Transport in Bordeaux, es gibt das Tram- und Bus-Netzwerk TBM, bei denen man sich eine Monats- oder Jahreskarte kaufen kann und was sich als Studierender echt lohnt (20-30 € pro Monat je nach Tarif), Tipp: Nicht zur Rush-Hour am Anfang des Monats das Ticket in den Zentralen kaufen, sonst steht ihr da gerne mal 2 h... Ansonsten habe ich mir einfach über leboncoin (eBay in Frankreich) ein gebrauchtes Rennrad für 50€ gekauft und hab das am Ende mehr genutzt als die Tram, weil ich damit viel flexibler und schneller war und die Fahrradrouten in Bordeaux echt gut ausgebaut sind (es gibt in der Umgebung auch echt schöne Strecken für Radtouren, sind einmal bis ans Meer oder nach St.Emilion gefahren). Es gibt auch von der Stadt eine Fahrrad-Vermietung namens MAMMA, bei denen man gegen ein Pfand von ein bisschen Geld ein Fahrrad leihen kann, allerdings waren die

Fahrräder die ersten Wochen sehr schnell weg und man konnte auch teilweise keine Versicherung abschließen.

Wohnen in Bordeaux kann super günstig sein, wenn man zum Beispiel im Crous wohnt (Studierendenwohnheime in Frankreich), da kann man dann je nach Zimmergröße mit 300-350 € rechnen. Ich habe in einer 3er-WG in der Nähe des Place de la Victoire bei einem großen Vermieter namens Pierre Marzat gewohnt, der fast ausschließlich an Erasmus-Studierende vermietet (ist aber von Vorteil, wenn man eine Hausparty veranstaltet und sich die Nachbarn nicht über die Lautstärke beschwerten, sondern direkt mitfeiern). Freunde von mir haben ihre WGs über „La Carte des colocs“ gefunden, was „WG gesucht“ in Deutschland entspricht oder es gibt auch viele ältere Franzosen, die ein Zimmer in ihrem Haus an ausländische Studierende vermieten und man dadurch direkt in die französische Sprache und Kultur eintauchen kann.

Zum Schluss noch ein wenig zum „vie à la bordelaise“, mir wurde mal gesagt, hier hat man die höchste Café-Dichte in ganz Frankreich, ich weiß nicht, ob das stimmt, aber das Stadtbild ist wirklich gezeichnet von so vielen Menschen, die ihren café noisette (Espresso mit ein bisschen Milch) in der Sonne genießen und auch an einem casual Dienstagabend in den zahlreichen Bars bis nach 12 Uhr noch sitzen. Bordeaux ist eine Feinschmecker-Stadt, hier kann man an jeder Ecke jegliche Meeresfrüchte essen (die Austernzucht hat in Arcachon nicht weit von Bordeaux eine große Popularität), kann in vielen Weingütern im Umkreis von 30 km Weinproben der berühmten Rotweine besuchen oder kann die berühmten bordelaisischen Canelés (karamellisierte Gugelhupfe) probieren. Leider ist Frankreich was vegetarische/vegane Alternativen angeht, noch nicht so fortschrittlich, es sei denn man will 4 € für einen Tofu aus dem Reformhaus ausgeben. Generell muss man was Lebensmittel betrifft sagen, dass Frankreich schon teurer ist (aber LIDL und ALDI gibt's da auch und da sind die Preise schon vergleichbar).

Generell kann ich Erasmus in Bordeaux sehr empfehlen, die Stadt bietet einem unglaublich viel und in der Umgebung lassen sich wunderschöne Ausflüge machen, ich war unter anderem Surfen am Atlantischen Ozean, habe Weinproben im süßen Weindorf St. Emilion besucht und habe Paris, Lyon und Toulouse besucht. Man kann auch in 4 Stunden in den Pyrenäen sein und dort wandern oder im Winter Ski fahren gehen. Diese ganzen Ausflüge waren nur ein Teil, denn die Leute, die man dort kennen lernt, machen die Erasmus-Erfahrung erst so wertvoll. Die meisten Leute, die ich dort kennen lernen durfte, sind genauso offen und neugierig und man kann sowohl in der Erasmus Bubble, aber auch außerhalb durch Sprachkurse, im Sport oder im Studium so liebe Menschen finden.



Abbildung 5: Wocheneinkauf auf dem Marché des Capucins



Abbildung 6: Centre-ville von Bordeaux mit zahlreichen Kathedralen und bunten Sträßchen



Abbildung 7: Das große Sport-Angebot in Bordeaux und Umgebung

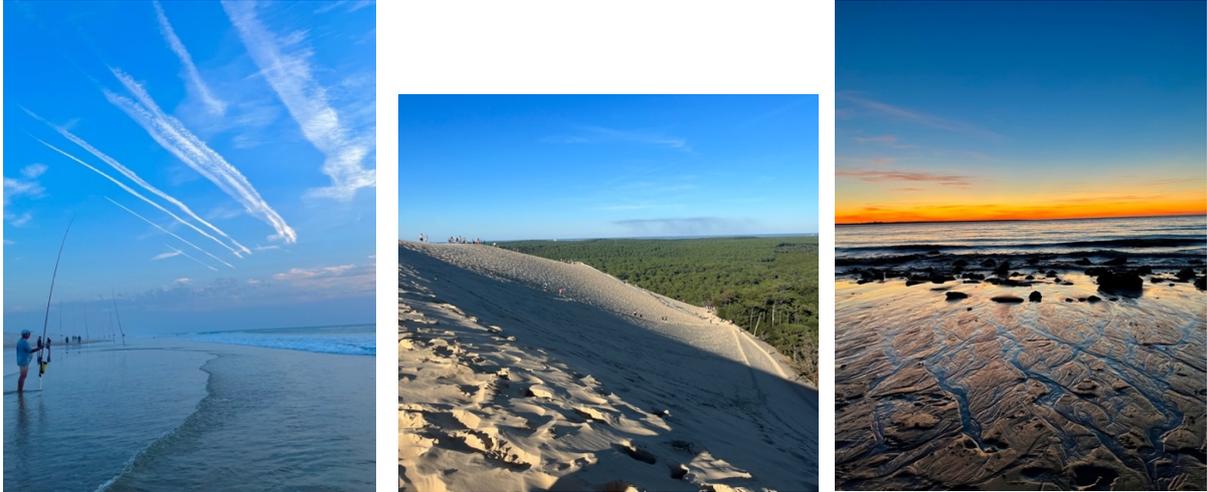


Abbildung 8: Der Atlantik in seiner ganzen Pracht, in der Mitte die Dune du Pilat als höchste Wanderdüne Europas



Abbildung 9: Kulinarik pur mit Austern, Galettes (herzhafte Crêpes), Cidre, Rotwein und sonnigen Picknicks im Jardin publique