

Erfahrungsbericht Erasmus in Bordeaux 2017/2018

Studiengang Medizin

Bewerbung und Vorbereitung

Für mich war schon seit Beginn des Studiums klar, dass ich ein Auslandssemester machen möchte. Die Informationsveranstaltungen finden meist im Wintersemester statt, da hier auch die Bewerbungsphase für das kommende akademische Jahr stattfindet. In meinem Fall habe ich also die Infoveranstaltung des Ressorts Forschung und Lehre im WS 2016/2017. Das war mein fünftes Semester, da ich gerne im siebten oder achten Semester ins Ausland gehen wollte, da ich nicht so kurz vor dem Examen weg sein wollte.

Es gibt auch noch Informationsveranstaltungen der Abteilung Internationales, die ich allerdings nicht besucht habe.

Ich habe mich für Frankreich entschieden, da ich 5 Jahre Französisch in der Schule hatte und mir die Sprache sehr viel Spaß gemacht. In dem Land selbst war ich nur einmal eine Woche lang im Rahmen einer Konzertreise des Orchesters, ich kannte also einige Städte, aber nicht wirklich die Kultur. Ich habe mich im Internet über die unterschiedlichen Städte informiert, in denen man von Mainz aus hingehen kann. Die Wahl fiel sehr schnell auf Bordeaux, da mir die Lage in der Nähe des Ozeans und mitten im Weingebiet sehr gefiel und die Stadt in unterschiedlichen Rankings zu Lebensqualität sehr gut abschneidet. Toulouse und Paris wurden Zweit- und Drittwahl.

Das Bewerbungsverfahren ist nicht allzu kompliziert, man muss bestimmte Dokumente (Motivationsschreiben, Physikumszeugnis, Lebenslauf, Sprachzertifikat und evtl. Bescheinigungen für ehrenamtliches Engagement) einreichen und es werden dann nach einem bestimmten System Punkte vergeben.

Die Frist für die Einreichung war Anfang Dezember und in der Woche vor Weihnachten hat man eine Mail erhalten, ob und wo man einen Platz erhalten hat. Diesen musste man dann nur noch bestätigen in einer Mail.

Die ersten Unterlagen und Informationen von der Abteilung Internationales und Erasmus kamen im Februar/März.

Ich habe mich dann um die Fächerwahl und das Learning Agreement gekümmert. Die Frist für das Wintersemester für die Einschreibung an der Partneruni findet man auf den Internetseiten und war in Bordeaux der erste Mai. Dafür musste man ein Online-Formular ausfüllen und auch schon das unterschriebene Learning-Agreement einreichen, daher empfehle ich Euch, euch frühzeitig mit der Fächerwahl auseinanderzusetzen.

Fächerwahl

Ich habe mich beim LPA erkundigt, welche Fächer schon einmal in Bordeaux anerkannt wurden. Man hat grundsätzlich drei Optionen, wie man sein Semester strukturieren kann an der Uni in Bordeaux.

1) Stages libres: man macht unterschiedliche Praktika auf unterschiedlichen Stationen, die jeweils einen Monat dauern. Die Stages der französischen Studenten sind immer vormittags. Nachmittags kann man entweder in die Vorlesung gehen oder die Stadt genießen. Man muss keine Klausur schreiben am Ende für die einzelnen Fächer. In einigen Stages hatte ich so etwas wie mündliche Prüfungen, musste also z.B.: Patienten vorstellen und anhand der Akte ein Krankheitsbild und deren Behandlung erklären.

2) Die Kurse wie die Franzosen: man macht den ganz normalen Zyklus mit. Dabei kommt man meistens ins vierte Jahr und macht also zwei Module pro Semester. Da machen die Franzosen zwei Stages für jeweils elf Wochen, sind also elf Wochen jeweils vormittags immer auf der gleichen Station. Nachmittags sind Vorlesungen und am Ende des Semesters schreibt man zwei Klausuren. Die Franzosen haben alle drei bis vier Wochen eine kleine Zwischenprüfung (sog. Controle continue), die muss man als Erasmusstudent aber nicht mitschreiben.

3) Kombi aus beidem: man kann ein Modul machen und dann nach den elf Wochen noch Stages libres machen. Man hat dann am Ende nur eine Klausur.

Ich hatte das Glück, dass ich jemanden kannte, der im Sommersemester in Bordeaux war und mit mir seine Erfahrungen geteilt hat. Er hat mir die Stages libres empfohlen, da man dabei viele unterschiedliche Stationen hat und ein Monat genug Zeit ist, um ein Bild des Faches zu bekommen. Da man einen Monat jeden Tag auf der Station ist, erreicht man eine relativ hohe Stundenzahl.

Meine Fächer/Stages libres:

Ich bin vor einem Stage immer vorher einmal vorbeigegangen oder habe angerufen, um zu fragen, um welche Uhrzeit ich da sein muss. Die Chefärzte bekommen ein Mail, dass man kommt, aber eigentlich weiß es nie jemand, deswegen bin ich am ersten Tag immer zu Ihnen und habe mich vorgestellt.

1) Stage September Gynecologie obstetrique bei Prof. Sentilhes am Pellegrin

Pellegrin ist das Krankenhaus auf dem Campus Carreire, also dort wo auch Hörsäle und Kursräume sowie Bureau International und Bureau Vie Etudiante sind.

Da das mein erster Monat in einem französischen Krankenhaus war, war ich sehr aufgeregt am Anfang. Ich bin in der Woche vorher einmal bei der Sekretärin des Professors vorbeigegangen, um zu fragen, wann ich wo sein soll. Da auch die Franzosen ihr Stage begonnen haben, gab es eine Infoveranstaltung. Man wurde in Gruppen eingeteilt, die über die unterschiedlichen Stationen rotieren. Ich war zuerst auf der „Grossesses pathologique“, dann auf der „Suite de Couches“ und dann noch im OP. In den Consultations war ich leider nicht, da meine Gruppe dort erst im Oktober eingeteilt war und ich da schon ein anderes Stage libre hatte. Man hat auf den Stationen Patienten zugeteilt bekommen, die man dann untersuchen und eine Anamnese erheben sollte. Außerdem musste man Anrufe erledigen und die Entlasspapiere vorbereiten. Leider gab es keine regelmäßige Visite, in der mal etwas erklärt wurde, sodass ich im Stage selber nicht so viel gelernt habe.

2) Stage Oktober Pädatrie bei Prof. Lamireau und Prof. Fayon (Erasmusbeauftragter) auf der pädiatrischen Pneumologie und Gastroenterologie im Hopital des enfants am Pellegrin

Die Station war wirklich super. Man war in Kleingruppen zu dritt einem Interne (Assistenzarzt) zugeteilt und hatte Patienten, um die man sich mit dem Interne zusammen gekümmert hat und auch selbstständig untersuchen konnte. Bei der Visite mit dem Interne und den Chefs de clinique wurde oft sehr viel erklärt, aber auch abgefragt. Morgens von 8:00 bis 9:00 Uhr gab es einen Kurs zu unterschiedlichen pädiatrischen Fachbereichen und zweimal die Woche mittags einen Kurs von Prof. Lamireau oder Prof. Fayon auf der Station. Man hat durch die Kurse und die Visiten sehr viel gelernt und man wurde super integriert als Erasmusstudent.

3) Stage November Urologie bei Prof. Ferriere im Pellegrin

Dieses Stage war sehr abwechslungsreich, da man viele unterschiedliche Dinge sehen konnte. Man konnte auf die Station gehen, in den OP, einen Arzt in den Consultations begleiten oder den Interne de garde begleiten, der sich um urologische Notfälle im ganzen Krankenhaus kümmert.

Die Franzosen hatten schon einen Plan, da sie schon länger in dem Service waren, als ich Anfang November dazukam, aber ich wurde super integriert in den Plan und konnte eigentlich immer dahingehen, wo ich hinwollte und habe oft die vertreten die in der repos de garde waren (in Frankreich müssen die Studenten eine bestimmte Anzahl Nachtdienste ableisten). Es wurde viel erklärt im OP und in den Consultations, wenn man gefragt hat, allerdings nicht ohne Fragen. Auf der Station war es nicht so spannend, da der Interne für sehr viele Patienten zuständig war und keine Zeit hatte.

Mittwochs und freitags war vor dem Stage noch Kurs, wo Fälle durchgesprochen wurden.

4) Stage Dezember Dermatologie bei Prof. Taieb im Hopital St. Andre

Das Hopital St. Andre ist in der Innenstadt, was für mich sehr praktisch war, da ich in der Nähe gewohnt habe. Die französischen Studenten waren auf unterschiedlichen Stationen eingeteilt. Da niemand mir sagen konnte, wo ich eingeteilt war, bin ich einfach auf die Station mit kanzerologischen und inflammatorischen Erkrankungen gegangen. Ich habe einige Patienten zugeteilt bekommen, die ich täglich untersuchen musste und die Hautläsionen fotografieren musste. Man hat täglich mit den Internes und oft mit Oberärzten Visite gemacht und musste dabei die Patienten vorstellen und teilweise Fragen zu ihren Krankheitsbildern beantworten und manchmal auch zu irgendwelchen anderen dermatologischen Sachen. Dann musste man noch Aufgaben für die Internes erledigen oft Telefonanrufe oder Aktualisierungen der Krankenakte. Dienstags war von 8:00 bis 9:00 ein Kurs zu unterschiedlichen dermatologischen Erkrankungen.

5) Stage Januar Chirurgie thoracique bei Prof. Jougon im Hopital Haut-Leveque

Das Hopital Haut-Leveque ist in Pessac, also ein bisschen weiter draußen, man kommt aber gut mit der Tram B dahin.

Die französischen Studenten waren zu viert auf dieser Station und hatten sich so eingeteilt, dass immer zwei auf der Station sind. Als Erasmus-Student konnte man sich aussuchen, ob man auf die Station oder in den OP gehen wollte. Auf der Station wurde immer Visite gemacht mit dem Interne und einem der Chirurgen. Die waren alle super nett und haben viel erklärt und dadurch hat man sehr viel gelernt. Im OP durfte man sich je nach Chirurg auch steril machen und mit an den Tisch. Ich war eine Woche lang im OP und da nicht alle Internes da waren, war ich alleine mit dem Operateur und der OP-Schwester und durfte Hakenhalten, nähen und so allerlei machen. Das war echt super und hat sehr Spaß gemacht. Und ich habe auch viel praktisches gelernt.

Generell hat mir dieses Stage am besten gefallen, nicht nur weil ich Chirurgie super interessant finde, sondern auch weil alle super nett waren und sich echt bemüht haben, uns etwas beizubringen.

Ich habe mir am Ende eines Stages immer eine Bescheinigung mit der abgeleisteten Stundenzahl unterschreiben lassen, da das die wichtigste Info für das LPA für die Anerkennung ist und nicht mit auf dem Transcript of Records steht.

Notwendige Unterlagen

Man brauchte für die Einschreibung an der Uni in der ersten Woche einige Unterlagen, um die man sich ggf. relativ früh kümmern muss.

Man brauchte eine Bescheinigung, dass man im Ausland krankenversichert und sowohl eine berufliche als auch eine private Haftpflichtversicherung hat.

Außerdem muss man einen Zettel ausfüllen lassen bezüglich der Impfungen und muss einen Tuberkulin-Test machen. Das habe ich ohne Probleme beim Betriebsarzt in Mainz gemacht, man muss sich allerdings relativ früh einen Termin machen.

Außerdem habe ich noch eine Geburtsurkunde beantragt, da man diese manchmal für Kontoeröffnungen oder das Wohngeld benötigt.

Anreise

Ich bin mit dem Zug nach Paris, habe dort mit der Metro den Bahnhof gewechselt und dann mit dem TGV nach Bordeaux. Wenn man das zwei bis drei Monate vorher bucht, ist das noch relativ günstig. Außerdem gibt es die Carte Jeune für 50€, mit der man günstiger fahren kann. (www.sncf.fr) Es gibt außerdem von HOP Direktflüge von Düsseldorf aus, allerdings nicht täglich für 40€ ohne Gepäck.

Falls man die Möglichkeit hat, mit dem Auto zu fahren, ist das natürlich super, da gerade für Ausflüge in die Umgebung ein Auto super nützlich ist.

Ankunft in Bordeaux

Es wurde von der Uni ein Intensivsprachkurs angeboten in der Woche vor dem Semesterbeginn. Dazu hat man nach der Einschreibung im Mai eine Mail bekommen und konnte sich anmelden. Der Kurs hat 30€ gekostet und war ganz sinnvoll. Vor allem hat man dort viele andere Leute kennengelernt, die ebenfalls neu in Bordeaux waren und es wurden eine Stadtführung und ein Ausflug zur Dune du Pilat und nach Arcachon organisiert, wo man noch weitere internationale Studenten kennenlernen konnte. Ich hatte zum Glück schon eine sichere Unterkunft für das halbe Jahr als ich nach Bordeaux kam, sodass ich die Zeit eigentlich direkt genießen konnte. Zu Beginn stehen natürlich noch einige Formalien an, wie Handy, Konto und Inscription an der Uni, aber es ist auf jeden Fall empfehlenswert früh schon nach Unterkünften zu suchen, da es sehr schwierig ist, etwas zu finden.

Ich bin einer Facebook-Gruppe für Erasmus-Studenten in Bordeaux beigetreten, in der viele Aktivitäten abgesprochen wurden, was für den Anfang echt super war, wenn man niemanden kennt. Man kann sich außerdem bei dem Parrainage-System der Uni anmelden. Das ist ein Portal, wo man sich ein Profil erstellt und dann Tutoren finden kann, die einem bei organisatorischem helfen oder mit denen man sich treffen kann. Ich habe auf dieser Plattform drei Leute kennengelernt, mit denen ich mich während meiner Zeit regelmäßig getroffen habe und die zu super Freunden geworden sind. Außerdem gibt es zwei Begrüßungsnachmittage mit allgemeinen Infos zum Leben in Bordeaux und Tipps organisiert vom Bureau Vie Etudiante. Auch die sind sehr sinnvoll, da man Leute kennenlernt, aber auch echt nützliche Infos bekommt.

Sprache

Ich habe mir das Buch „Französisch für Mediziner“ gekauft, geschrieben von Studenten, die auch mit Erasmus in Frankreich waren. Darin ist sowohl das französische System erklärt als auch Vokabeln und geläufige Abkürzungen. Damit habe ich mich vorbereitet.

Außerdem gab es noch einen Sprachkurs von der Uni für Mediziner, in dem man wirklich viel gelernt hat, sowohl Vokabeln als auch in Form von Rollenspielen das Sprechen.

Es gab außerdem die Möglichkeit während des Semesters zu unterschiedlichen Sprachkursen zu gehen, z.B. gab es die Kurse „grammaire“, „oral“, „ecrit“ und jeweils für die unterschiedlichen Sprachlevel. Die Infos kamen alle irgendwann per Mail.

Leben in Bordeaux

Lebenshaltungskosten

Bordeaux ist ziemlich teuer, sowohl Wohnen als auch Lebenshaltungskosten. Es gibt die Möglichkeit, Wohngeld zu beantragen, da kann man je nachdem, wieviel man für sein Zimmer bezahlt bis zu 150€ im Monat bekommen. Man kann online oder persönlich bei einem Termin den Antrag ausfüllen. Es werden auch vom Bureau Vie Etudiante Möglichkeiten angeboten, bei denen die Leute vom CAF an der Uni sind. Dafür braucht man nur ein französisches Konto. Der Prozess kann etwas nervig und langwierig sein.

Unterkunft

Ich habe meine Unterkunft über www.leboncoin.fr gefunden. Es gibt außerdem noch www.appartager.fr und Facebook-Gruppen. Ich habe bereits im Mai angefangen, zu suchen, da es sehr schwierig ist, etwas zu finden, was bezahlbar und nicht super weit außerhalb ist. Findet man nichts, kann man natürlich auch einige Wochen mit AirBnB und Couchsurfen überleben, außerdem hilft einem auch das Bureau Vie Etudiante.

Öffentliche Verkehrsmittel/Rad

Ich habe mir ein gebrauchtes Rad bei ecocycle gekauft, das ist ein Laden in der Nähe vom Pellegrin. Dort konnte ich es auch hinterher wieder verkaufen. Außerdem gibt es das sog. V3, da kann man sich Räder leihen, die Stationen sind in der ganzen Stadt verteilt. Und man kann sich ein Rad beim Maison du Velo leihen, das ist eine Initiative des Bürgermeisters.

Generell ist das Bus- und Tramnetzwerk auch gut ausgebaut, allerdings fahren nachts nicht viele Busse und die Trams maximal bis 1:00.

Studentenleben

Allgemein kann ich sagen, dass ich viel mehr Freizeit als in Mainz hatte. Das war echt schön, denn Bordeaux und die Umgebung sind echt super schön und es wird sehr viel an Programm angeboten. Es werden vom Bureau Vie Etudiante Ausflüge ins Umland und Aktivitäten in Bordeaux organisiert, die Infos erhält man per Mail.

Der Unisport ist echt vielfältig. Man muss sich zu Beginn des Semesters einmal ein Abo kaufen (ich glaube das waren 25€) und dann kann man bis auf einige Ausnahmen alle Kurse mitmachen. Einziger Nachteil ist, dass die Kurse gerade zu Beginn des Semesters sehr voll sind.

Und man kann natürlich selbst organisiert mit anderen Leuten Ausflüge machen. Mit der Carte Jeune des SNCF, Fernbussen oder Mietwagen kommt man recht günstig von A nach B und kann so vieles entdecken. Ich habe mir mit einigen Freunden, Städte in der Umgebung angeschaut und wir waren mehrmals zum Wandern in den Pyrenäen, das war wirklich ein Traum!

Aber auch in Bordeaux kann man viel entdecken, Museen, Parks, Weinbars, Kneipen etc.

Fazit

Ich bin sehr froh, dass ich mich für ein Auslandssemester entscheiden habe. Natürlich hatte man auch mal einzelne Tiefen, aber im Ganzen war es eine super tolle Zeit und ich habe viele tolle Leute kennengelernt und viele neue Freundschaften geschlossen und viele tolle Sachen erlebt. Vielleicht war es vom Erwerb des medizinischen Wissens nicht so effizient, wie es in Mainz gewesen wäre, aber dafür habe ich viele praktische Erfahrungen gesammelt, viele Anamnesen eigenständig gemacht und mein Französisch verbessert.