

Erfahrungsbericht Lyon Erasmus

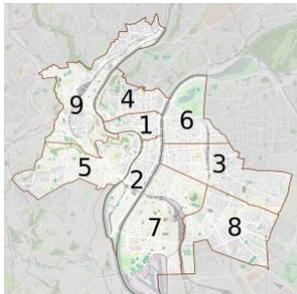
Université Claude Bernard Lyon1 – Faculté de Lyon Est

September 2022 – Juli 2023

Coucou ☀️,

Ich freue mich dir auf den folgenden Seiten von meinen Erfahrungen während meines 1-jährigen Erasmusaufenthalts in Lyon zu berichten und einige wertvolle Ratschläge für deinen Auslandsaufenthalt mitzugeben. Ich habe von September 2022 bis Juli 2023 in Lyon studiert und kann es jedem nur ans Herz legen auch für 1 ganzes Jahr ins Ausland zu gehen. Die Auslandsplanung erfordert viel Zeit und Organisation im Voraus und auch das Zurechtfinden in der Stadt dauert einige Monate. Ich habe mich im Januar 2023 erst richtig zuhause gefühlt und hätte es sehr schade gefunden, hätte ich dann schon wieder abreisen müssen. Nach einem halben Jahr findet man sich in der Stadt zurecht und kennt die unterschiedlichen Viertel und coolen Ecken, hat bereits viele Freundschaften geschlossen, weiß wie das Uni-Leben abläuft und man kann sich bereits sprachlich viel besser als zu Beginn verständigen. Nach einem Semester beginnt also das richtige Genießen erst. Es wäre viel zu schade drum, dann abzureisen, wenn man grade beginnt sich zurechtzufinden. Egal ob du 1 oder 2 Semester ins Ausland gehst, ich freue mich für dich, dass du dich für Lyon entschieden hast. So oder so hast du die richtige Wahl getroffen und du wirst ganz bestimmt eine wunderbare Zeit haben!

Empfehlung der gut bewohnbaren „Arrondissements“



Ich habe das Jahr über in einer 5-er WG mit 4 Franzosen im 6. Arrondissement direkt neben dem wunderschönen „Parc de la tête d’or“ gewohnt. Lyon ist als 3. größte Stadt Frankreichs genau so wie die beiden größten Städte Marseille und Paris in Arrondissements aufgeteilt. Insgesamt hat Lyon 9 Arrondissements. Wenn du dich auf die Wohnungssuche begibst, empfehle ich dir wärmstens das 6. Arrondissement. Das Viertel gehört zu den wohlhabendsten Vierteln Lyons, ist direkt neben dem größten Park Lyons plaziert, überlaufen mit tollen Bars und leckeren Restaurants, Märkten und kleinen Shops. Hier fühlt man sich sehr sicher und kann abends ohne Sorge nach Hause kommen. Jeden Mittwoch und Samstag ist in meinem Viertel „Broutteaux“ der Wochenmarkt, wo du alle möglichen Leckereien findest und nach einigen Wochen von jedem Standbesitzer persönlich begrüßt wirst. Eine tolle Atmosphäre!

Neben dem 6. Arrondissement würde ich das 3. Arrondissement zum Wohnen empfehlen. Die Universitätsgelände von der Medizinischen Fakultät von Lyon Est (Campus Rockefeller) befindet sich im östlichen Teil des 3. Arrondissements. Viele französische Medizinstudenten wohnen in direkter Nähe zu dem Universitätsgelände. Die „Cours Albert Thomas“ ist eine

große Straße, die direkt zum Universitätsgelände führt und voller kleiner Bars und Imbisse. Ansonsten würde ich eher empfehlen weiter westlich näher zur Rhône im 3. Arrondissement zu wohnen. Dort sind die Viertel „Saxe Gambetta“ und „Guillotière“ situiert.

Wenn du eine Wohnung in Saxe Gambetta findest, wohnst du sehr zentral im Herzen toller Bars, Imbisse und Restaurants. In Saxe Gambetta sind meine Lieblingscafés „La Parfumerie“ und „Anahera“. Ausserdem sind dort tolle Bars wie „Hopper“, „L’Atenium“, „Le Sempel“ und viele mehr. Ausserdem ist das Viertel für seine vielen Second Hand Shops bekannt. Das 3. Arrondissement grenzt direkt an die Rhône-Promenade, wo sich die ganzen „Péniches“ befinden. Péniche ist französisch für Hausboot. Im Sommer ist dort eine aussergewöhnliche Atmosphäre und du kannst den ganzen Tag über in den Hausbooten Café trinken, ab 17 Uhr ist Happy Hour für alkoholische Getränke. Ausserdem befindet sich an der Rhône das meines Wissens nach einzige Freibad Lyons. Dort kannst du in der einen Hälfte auch im Winter schwimmen gehen, im Sommer ist die andere Hälfte geöffnet. Das Schwimmbad ist jedoch im Sommer sehr überlaufen und hat keine Grünfläche, sondern nur Betonboden und kein Schatten. Für Sportschwimmer ist die eine Hälfte jedoch perfekt. Oft muss man im Vorhinein im Sommer ein Ticket reservieren. Über dem Schwimmbad befindet sich in der Straße „Quai Claude Bernard“ die „Bibliothèque du Palais“. Das ist eine wunderschöne Bibliothek im Altbaustil mit Blick auf die „Basilique Notre-Dame de Fourvière“ und die ganze Stadt. Die Bibliothek ist für jeden zugänglich. In direkter Nähe ist eine gute Mensa, wo du als Student*in für 3,4 € Mittagessen kannst.



Das Viertel Guillotière und die große „Rue de Marseille“ gelten als eins der gefährlicheren Viertel Lyons, wo man abends Acht geben sollte. In dem Viertel sind sehr oft Polizeieinsätze mit der höchsten Kriminalität. Ich würde nicht empfehlen in Guillotière zu wohnen.

Eine Wohnung in der sogenannten „Presqu’île“ im 1. Oder 2. Arrondissement wäre auch super gelegen. Die Presqu’île ist die Innenstadt Lyons. Dort befindet sich der „Place de la Bellecour und das „Hôtel de Ville“ und die große Shoppingmeile. Die Wohnungen sind dort bestimmt teuer, aber vielleicht findest du ja zufällig eine günstige Wohnmöglichkeit.

Das 4. Arrondissement, „Croix Rousse“, ist eins meiner Favoriten. Croix Rousse ist ein buntes alternatives Viertel, was auf einem Berg liegt. Es ist voll mit tollen Bars, Theatern und Restaurants. Oben angekommen ist die „Barabaar“, wo du einen tollen Blick auf die ganze Stadt und vor allem die „Saône“ hast.

Im 5. Arrondissement befindet sich hinter der Saône „Vieux Lyon“, die Altstadt Lyons. In Vieux Lyon befindet sich auch die berühmte „Basilique Fourvière“ wo du entweder mit der Métro hochfahren oder selbst hinaufwandern kannst. Vor der Basilique ist das „Théâtre Romain de

Lyon Fourvière“. Das 5. Arrondissement ist wunderschön, jedoch nicht sehr zentral und zum Wohnen weniger geeignet. Dort findest du aber die berühmten Restaurants „Bouchons“ und „Buillons“, wo dir eine herzhaft traditionelle französische Küche geboten wird. Die Bouchons bieten eine ungewöhnliche Küche mit Ochsenschwanz und Eingeweideneintopf auf der Speisekarte, gehören aber zu den altbekannten Delikatessen Lyons.

Wohnungssuche

Ich persönlich habe meine Wohnung über einen ehemaligen Erasmustudenten gefunden. Ich wusste, dass er vor mir in Lyon Erasmus gemacht hat und habe über ihn meine WG gefunden. Ich würde dir also empfehlen, ebenfalls ehemalige Erasmusstudenten anzuschreiben, die vielleicht zufällig von einem freierwerbenden Zimmer wissen.

Ansonsten gibt es die französische Version von WG-Gesucht „La carte des colocs“, wo du dir ein Profil erstellst und WGs kontaktieren kannst. Pass dort nur auf, dass du niemandem im Vorhinein Geld überweist, auf der Website sind einige Verbrecher unterwegs und ich selbst bin leider auf einen Verbrecher reingefallen, als ich im Jahr zuvor für ein paar Monate eine Wohnung in Montpellier gesucht habe. Deshalb, überweise NIE Geld im Voraus, bevor du nicht selbst vor Ort bist und die WG oder den Vermieter persönlich kennengelernt hast. Ausserdem findest du auf Facebook WG-Seiten wie „Colocation Lyon“. Dort kannst du einen Text reinschreiben und warten, bis dir wer antwortet. Des Weiteren gibt es viele Studentenwohnheime, wo einige Erasmusstudenten unterkommen. Leider kann ich dazu nicht so viel sagen. In den Erfahrungsberichten meiner Vorgänger haben aber einige etwas dazu gesagt.

Fortbewegungsmittel:

Ich habe mein Fahrrad aus Deutschland mit nach Lyon mitgenommen. Ein Fahrrad aus Deutschland mitzunehmen, ist leider total unnötig gewesen. Man kann sich als Student gratis für 1 ganzes Jahr ein Fahrrad über „Freevélo‘v“ ausleihen. Ansonsten kannst du dir für einmalige 15 € ein „Vélo‘v-Abo“ kaufen. Du zahlst einmal 15 € und kannst 1 Jahr lang an Fahrradstationen ein Fahrrad ausleihen. Die Fahrradstationen befinden sich wirklich an jeder Straßenecke und du kannst für 30 min am Stück kostenlos fahren. Ich habe das Vélo‘v-Abo nur noch genutzt, da mein Fahrrad aus Deutschland nach einer Zeit total demoliert war und die Hälfte geklaut wurde. Deshalb: Bring nicht dein eigenes Fahrrad mit, es sei denn du kannst es in deiner Wohnung verstauen. Fahrradzubehör wird in Lyon sehr viel geklaut. Und ausserdem gibt es viel komfortablere Möglichkeiten wie oben beschrieben.

Neben dem Fahrrad kannst du dir die „Carte TCL“ für 25 € im Monat holen. Meiner Meinung nach kann man alles mit dem Vélo‘v machen, außer du hast in „Croix Rousse“ dein Stage und musst morgens immer den Berg hochfahren. Da lohnt sich ein Monatsticket. Mit der Carte TCL kannst du die Tram, Métro und alle Busse nutzen. Es gibt beispielsweise am Place de la Bellecour oder Gare Part Dieu eine „Agence-TCL“, wo du dir einmal die Karte für 5 € holen musst. Danach kannst du diese monatlich an jedem Metro-Eingang am Schalter neu aufladen für 25 €.

Universität und Lehre:

Das Medizinstudium in Frankreich ist meiner Meinung nach deutlich anspruchsvoller als in Deutschland. Nach dem 1. Jahr nehmen die französischen Medizinstudenten an einem

Wettbewerb teil, dem 1. Concours. Die Besten dürfen weiter studieren, alle anderen müssen was anderes studieren und fliegen aus dem Studium raus. Ab dem 3. Jahr bereiten sich die Studenten mittels großer Bücher, den „Collèges“ auf den 2. Concours im 6. Jahr vor. Für jedes Fach lesen die Franzosen ungefähr 800 Seiten. Mir waren die Collèges zu lang und ich habe stattdessen mit der Website „Hypocampus“ im Internet gearbeitet. Du kannst dir ganz einfach einen Account mit deiner E-Mailadresse erstellen und 3 Kapitel pro Tag kostenlos lesen, ansonsten musst du 20 € im Monat zahlen. Hypocampus ist super übersichtlich strukturiert, ich kann die Website wärmstens empfehlen und ist sozusagen das französische Amboss. Lass dich nicht von den anderen Medizinstudenten stressen, ich habe auch „nur“ mit Hypocampus gelernt und alle Klausuren super bestanden. Ich persönlich fand Hypocampus mehr als ausreichend, einige Freunde haben aber trotzdem mit den Collèges gelernt. Ausserdem kann man sich Hefte mit Zusammenfassungen von den Collèges in der Bibliothek ausleihen. Die Zusammenfassungen, die sogenannten „Fiches Codex“, gibt es auch online und sind über einen Link kostenlos erhältlich. Wie bereits beschrieben, mir hat die Website „Hypocampus.fr“ gereicht.

Die Klausuren in Lyon Est finden zum Großteil erst Mitte und Ende des 2. Semesters statt. Informiere dich deshalb gut, wenn du nur 1 Semester ins Ausland gehst, ob du deine Klausur auch wirklich noch im 1. Semester hast. Sollte die Klausur nicht Ende des 1. Semesters sein, ist das aber meines Wissens auch nicht weiter schlimm. Dann hast du anstatt einer schriftlichen Abschlussprüfung eine mündliche Ersatzprüfung. Besser ist es aber denke ich dennoch, wenn man es richtig geplant hat und sich nicht vertut. Die Klausuren werden zu 1/3 online absolviert. Das 1/3, die sogenannten „CCEs“, finden ein paar Wochen und manchmal auch Monate vor der Abschlussklausur statt. Die restlichen 2/3, die sogenannten „ET-Examen Terminal“ werden vor Ort in der Universität geschrieben. Insgesamt musst du 10 von 20 Punkten, also 50 % erreichen. Das bekommst du hin! Die Nachschreibklausuren waren dieses Jahr alle in der 1. Juliwoche. An Pflichtveranstaltungen gibt es die sogenannten „EDs“. Meistens sind das ungefähr 10 Pflichttermine pro Fach, wo du anwesend sein musst. Ansonsten sind das Semester über Vorlesungen, wo du frei entscheiden kannst ob du hingehen möchtest oder nicht.

Das Universitätsgeländer der Lyon Est ist richtig schön. Die Bibliothek ist genau so wie die oben beschriebene „BU de Palais“ im Altbaustil gebaut. Im Restaurant universitaire -RU, also der Mensa von Lyon Est, kannst du genau so wie in der Cantine nahe der BU de Palais für 3,4 € Mittag essen.

Stages

Du hast immer im Wechsel 6 Wochen Vorlesungen und 6 Wochen Stage. Ich habe insgesamt 3 Stages gemacht. Als Medizinstudent*in wirst du als sogenannte*r Externe auf der Station eingesetzt. Die Aufgabe der Externes ist es den Assistenzärzt*innen, den Internes, die Arbeit abzunehmen und die Arztbriefe zu schreiben. Du machst die Anamnesen und Körperlichen Untersuchungen und dokumentierst alles eigenständig in den „Fiches d’hospitalisation oder Comptes rendus“. Die Stages unterscheiden sich in der Form von den Famulaturen in Deutschland, dass in Frankreich ungefähr 5 Externes gleichzeitig auf den Stationen eingesetzt werden. Der Nachteil ist dadurch dass du Eine*r von vielen bist und das Personal oft unmotiviert ist, alle 6 Wochen neue Studenten kennenzulernen. Stell dich drauf ein, dass das Krankenhausklima in Frankreich deutlich kälter ist. Als Erasmusstudent*in muss man sich umso mehr beweisen und sich selbst in den Stationsalltag integrieren, ansonsten wirst du

ignoriert. Ich war zu Beginn sehr überrascht, wie viel Eigeninitiative man selbst zeigen muss. Du wächst dadurch aber jedes Mal über dich hinaus, sieh es positiv!

Allgemein kann ich die Krankenhäuser HEH im 3. Arrondissement direkt neben der Faculté de Lyon Est Rockefeller und das Krankenhaus Hôpital de la Croix Rousse im 4. Arrondissement in Croix Rousse empfehlen.

Chirurgie Générale im Hôpital Edouard Herriot (HEH)

Mein 1. Stage habe ich im HEH auf der „Chirurgie Générale“ gemacht. Wenn du dich für Viszeralchirurgie interessierst, kann ich das Stage sehr empfehlen. Jeden Mittwoch Morgen gibt Prof. Monneuse allen Externes Privatunterricht. Jede*r muss einmal einen Patientenfall vorbereiten und in einer Präsentation vorstellen. Ansonsten schreiben die Externes morgen bei der Visite mit und müssen danach die Arztbriefe schreiben. Den Tag über wirst du im OP eingeteilt und kannst dort einiges lernen. Das Personal fand ich wirklich überdurchschnittlich nett in diesem Stage, ein cooles Team. Alle 6 Monate rotieren die Internes jedoch auf eine andere Station. D.h., wenn du dort dein Praktikum machst, ist schon wieder ein neues Team da.

Pulmologie im Hôpital de la Croix Rousse

Mein 2. Stage habe ich auf der Pulmologie im Hôpital de la Croix Rousse in Croix Rousse gemacht. Das Stage würde ich nicht weiterempfehlen, da man eigentlich nur als Sekretär*in eingesetzt wird und die Arztbriefe von 8-18 Uhr schreibt. Ich fand das Personal unfreundlich, man wurde oft ignoriert und hat wenig Dankbarkeit für die Arbeit erhalten.

Urgences im Hôpital de la Croix Rousse

Mein 3. Stage habe ich in der Notaufnahme in Croix Rousse absolviert. Das Stage kann ich jedem wärmstens empfehlen, es war wirklich das beste Stage, das ich je hatte. Der Leiter der Notaufnahme Dr Romain Hernu ist sehr nett und motiviert. Auch die restlichen Ärzte sind total nett. Als Externe kannst du alles alleine machen. Du nimmst die Patienten auf und machst die Anamnesen und Körperlichen Untersuchungen, schreibst die Arztbriefe, wertest EKGs aus, machst die chirurgische Wundversorgung und arbeitest richtig im Team mit. Ein wirklich exzellentes Stage, das du dir nicht entgehen lassen solltest.

Kurse

Ich habe in dem Auslandsjahr das gesamte 4. Klinische Semester bzw 8. Fachsemester, also 4.1, 4.2, 4.3 und 4.4 machen können. Nur Q6 musste ich davor in Deutschland schon machen.

Unisport und kreative Kurse

Die Uni bietet ein tolles Sportangebot. Von Kletterkursen, Tanzkursen, Schwimmen, Volleyball, Basketball bis Tennis und viele andere Sportarten ist alles dabei. Über den Unisport oder „Skimania“ werden auch Skitrips und Wanderausflüge in die französischen Alpen organisiert. Check zu Beginn des Semesters am Besten regelmäßig deine französische Unimail. Dort erhältst du zu Beginn deines Aufenthalts eine Mail mit allen Informationen bezüglich der Angebote des Unisports. Außerdem bietet die Uni unterschiedliche kreative Aktivitäten an wie Fotografie und Malkurse und viele Weitere. Auch diesbezüglich erhältst du zu Beginn des Semesters eine Mail. Wenn du ein Beachvolleyball-fan bist, kannst du auf dem

Gelände der „Doua“ kostenlos Volleyball spielen. Ich habe auch im Verein gespielt. Kontaktier mich, wenn du Näheres dazu wissen willst.

Kultur:

Lyon ist die Kulturstadt Frankreichs schlechthin. Du kannst dir für 18 € den „Pass Culture“ kaufen. Der Pass beinhaltet 4 Tickets, die du in der Oper, Theater und Kino einlösen kannst. So kannst du für wenig Geld in eine sonst teure Oper gehen. Ich habe mir den Kulturpass im „Maison des étudiants“ gekauft. Das Maison des étudiants ist eine weitere Empfehlung meinerseits für dich. Dort habe ich einen Salsakurs für 35 € im Jahr belegt. Top Ambiance und Tanzlehrer! Dort werden auch Sprachkurse angeboten, die empfehle ich jedoch nicht weiter.

Lyon boomt nur von kulturellen Events. Auf der Internetseite „Bonbon“ werden jeden Donnerstag alle Events für das kommende Wochenende von Open-Airs, Street-Food-Festivals, Weinverkostungen, Kunstausstellungen, Konzerten etc. zusammengefasst. Die Website lege ich dir wirklich ans Herz, die ist top. Ausserdem findest du auf Instagram auf „Culturel Lyon“ alle Events der Woche. Echt klasse! Im November finden die „Fêtes de lumière“ statt. In der ganzen Stadt sind 5 Tage lang 30 Stationen mit Lichteranimationen verteilt. Im Sommer gibt es die „Nuits de sonores“ und „Fêtes de la musique“ für einen Tag, wo die ganze Stadt voller Musikveranstaltungen ist. Die „Nuit de Fourvière“ dauert im Sommer fast 2 Monate. Jeden Abend gibt es Konzerte und Animationen im Théâtre Romain vor der Basilique. Tickets muss man sich aber rechtzeitig sichern.

Zusammenfassend, Lyon ist eine atemberaubende Stadt mit einem Kulturangebot wie ich es nur in Wien erlebt habe. Es ist meiner Meinung nach die Kulturstadt Frankreichs schlechthin und Paris kann da lange nicht mithalten. Lyon ist ausserdem bekannt als die Gastronomiestadt Frankreichs. Neben den oben erwähnten alten traditionellen Restaurants, den ganzen tollen Boulangerien und Pâtisseries findest du hier auch „Les Halles de Paul Bocuse“ von dem berühmten französischen Koch. Lyon hat die perfekte Größe, viel Wasser durch die beiden Flüsse die Rhône und die Saone und ganz viele tolle unterschiedliche Viertel. Lass dich nicht von dem Stress anderer Medizinstudent*innen anstecken, ich fand die Klausuren wirklich alle machbar. Stell dich im Krankenhaus auf eine kühlere Arbeitsatmosphäre und auf viel Eigeninitiative ein. Das braucht dich jedoch nicht abschrecken, sondern ganz im Gegenteil: Am Ende wirst du unglaublich stolz auf dich sein, was du alles geleistet haben wirst. Du hast in einer anderen Sprache Medizin studiert, die Klausuren gemeistert, dir tolle Sprachkenntnisse angeeignet, unglaubliche Menschen kennengelernt und Freundschaften geschlossen und bist immer wieder über dich hinaus gewachsen, wenn es darum ging sich neu integrieren und beweisen zu müssen. Ich wünsche dir ganz viel Spaß bei deinem Auslandsaufenthalt, es wird bestimmt ganz besonders!

