

Erfahrungsbericht ERASMUS Bordeaux WS 11/12 und SS 12

Vorbereitung

Mein Entschluss während des Studiums ein Jahr ins Ausland zu gehen stand für mich schon lange fest. Da meine Sprachkenntnisse in Französisch nur leidlich gut waren, wollte ich die Sprache besser lernen und entschied mich daher für eine französischsprachige Universität. Die Priorität setzte ich auf Bordeaux, da ich von ehemaligen Erasmusstudenten nur Gutes gehört hatte und mich auch die Lage in Südfrankreich sehr reizte. Die Vorbereitung mit all den Formularen und Formalitäten, die auszufüllen und zu erledigen waren, war anfangs etwas abschreckend, aber der Stress lohnt sich. Bei der Bewerbung gab es mehrere Bewerbungsschritte, die auf der Uniseite gut erklärt sind.

Für die sprachliche Vorbereitung belegte ich einen Intensivkurs Französisch in den Semesterferien im ZESS mit Frau Brehinier, der wirklich sehr zu empfehlen ist. Um dann meine Sprachkenntnisse warm zu halten, belegte ich einen semesterbegleitenden Kurs des ZESS, der mich nicht sehr viel weiter brachte, mich aber immerhin motivierte 2 mal pro Woche französisch zu sprechen. Ich kann nur jedem ans Herz legen vor dem Auslandsaufenthalt einen Sprachkurs zu belegen, da mir das vor allem am Anfang sehr zu Gute kam.

Anfahrt

Die Anfahrt ist sehr lang. Es gibt verschiedene Möglichkeiten nach Bordeaux anzureisen. Ich habe die Anreise mit dem Zug bevorzugt, da sie in meinen Augen nicht so stressig und am billigsten ist. Wenn man das Zugticket früh genug bucht, kann man günstig von Göttingen mit Umsteigen in Paris über Nacht nach Bordeaux fahren (ca. 16h). Leider ist das Umsteigen in Paris etwas umständlich, da der Bahnhof gewechselt werden muss und das ewige Treppen Auf- und Absteigen, das Metrofahren und die langen Märsche ohne Aufzug mit viel Gepäck sehr anstrengend werden können. Die Zugtickets können auf der französischen Bahnseite (www.sncf.fr) gebucht werden. Die französische Bahncard heißt „carte 12-25“, die man für ca. 50 Euro für ein Jahr erwerben kann, wenn man jünger als 26 Jahre ist. Diese erhält man kostenlos bei Eröffnung eines Kontos bei der BNP Paribas. Sie kann bis zu 75% Rabatt bringen. (habe ich nie erlebt, aber soll es wohl geben!)

Außer der Anfahrt mit dem Zug gibt es die Möglichkeit mit Air France von Hannover nach Bordeaux (wieder mit Umsteigen in Paris) zu fliegen. Dieses Angebot habe ich jedoch nie genutzt, auch wenn es nur 4h Flugzeit sind, da Hin- und Rückflug 350 Euro kosten.

Wohnungssuche, CAF und Konto

In Bordeaux angekommen gilt es, so schnell wie möglich eine Unterkunft zu finden. Dies ist nicht ganz leicht, da es viele Studenten und wenig Wohnplätze gibt und im September sehr viele Studenten der vier Fakultäten Wohnungen suchen. Es empfiehlt sich daher die Wohnungssuche möglichst frühzeitig zu beginnen. Da ich gerne in eine WG ziehen wollte, hatte ich mich bei www.apartager.com angemeldet und war dort kostenpflichtiges Premiummitglied; nur so war es möglich die Telefonnummern zu sehen. Ich hatte schon von Deutschland aus telefoniert und Wohnungsbesichtigungen ausgemacht und dann nach Ankunft in Bordeaux diese angeschaut. Ich hatte dabei großes Glück, dass mir gleich die erste Wohnung im lebhaften Quartier St. Michel zusagte und ich auch genommen wurde. Von anderen Erasmusstudenten habe ich ganz anderes gehört, die erst im Studentenwohnheim, das nicht sehr gepflegt ist (kein Kühlschrank, sehr kleine Zimmer, schmutzig,...), wohnen mussten. In Bordeaux gibt es nicht viele WGs, da Studenten eher allein in

Appartements wohnen.

Andere Möglichkeiten, um an Wohnungsanzeigen zu kommen, ist das CIJA, über die Uni, Privatanzeigen in der Zeitung, das Magazin 33, das kostenlos in der Stadt ausliegt und le bon coin. (www.leboncoin.fr) Man sollte früh genug mit der Suche beginnen und meiner Meinung nach nicht zu wählerisch sein. Schöne Ecken, um in Bordeaux zu wohnen, sind vor allem das Quartier St. Michel und St. Pierre.

Das Wohnen in Bordeaux ist teuer, auch in einer WG. Die Miete für WGs liegt zwischen 350 und 500 Euro. Ich habe inklusive Nebenkosten 390 Euro bezahlt, hatte aber auch ein sehr improvisiertes Zimmer mit einem Vorhang als Tür und selbstgebauten "Pappwänden". In Frankreich gibt es aber für Studenten Wohngeld, das sogenannte CAF, was die Miete bezahlbar macht. Ich habe 170 Euro Wohngeld bekommen, sodass die Miete mit einer deutschen WG vergleichbar war. Um dieses Geld beantragen zu können, muss aber erstmal ein französisches Konto eingerichtet werden. Hier gibt es eine Kooperation zwischen der BNP Paribas und der Université Bordeaux 2, zu der die medizinische Fakultät gehört. Bei Eröffnung eines Kontos bekommt man entweder 38 Euro oder eine Carte 12-25. Um das Geld aber zu bekommen muss man hartnäckig sein und immer wieder auf die Kooperation hinweisen. Die Bankangestellte, die mich bedient hat, wusste nichts davon und hat mir erst geglaubt, nachdem sie sich bei Kollegen erkundigt hatte. Also Vorsicht! ;)

Handy

Wenn man ein Konto hat, kann man auch einen Handyvertrag abschließen. Ich war anfangs bei Virgin Mobile, wo ich unbegrenzt SMS schreiben und 4h kostenlos telefonieren konnte. Der Vertrag hat mich damals 19,99 Euro gekostet und war monatlich kündbar. Seit 2012 gibt es in Frankreich aber das Netz Free. Hier beginnen die Verträge ab 2 Euro mit 60 Freiminuten und 60 freien SMS. Dieser Anbieter bietet auch einen Vertrag über 20 Euro an mit kostenloser Telefon Flatrate in sämtliche EU-Netze, also auch auf deutsches Festnetz. Da ich schon Festnetz in meiner Wohnung hatte habe ich mich für das "forfait 2 Euro" entschieden, was aber nicht so stabil ist und einen großen Nachteil hat: Man kann nicht mit dem Ausland kommunizieren und auch im Ausland gibt es keinen Netzempfang. Ihr könnt euch selbst schlau machen: www.free-mobile.fr

Ansonsten gibt es wie in Deutschland ganz normale SIM-Karten, die allgemein sehr teuer sind bis auf kleine Anbieter wie Lebara; sie sind im ganzen Quartier St. Michel an jeder Ecke zu erwerben.

La Mission vie étudiante

Wohnung, Konto und Handy sollte man idealerweise schon vor Studienbeginn gefunden bzw. eingerichtet haben. Dann muss man sich darum schon keine Gedanken mehr machen, wenn das Studium am 1. September losgeht. Für all diese kleinen organisatorischen Dinge kann man sich immer an die Mission vie étudiante wenden, die in der medizinischen Fakultät platziert ist. Dort sitzen Philippe Leicht (Philippe.Lleicht@u-bordeaux2.fr) und Julien Gourgues, die jeden Tag für Fragen und Hilfe bereit stehen. Sie sind sehr freundlich und kompetent und man kann sich mit Wohnungsproblemen, CAF-Anträgen, persönlichen Problemen oder einfach nur für ein nettes Gespräch an sie wenden. Dort stehen einem PCs mit Internetanschluss zur Verfügung, man kann dort ausdrucken und faxen. Sie organisieren zudem regelmäßige Erasmusausflüge wie zum Beispiel nach Arcachon, St. Emilion, Weinlese, Besichtigungstouren, Skifahrten, die nicht sehr teuer sind. Für das anfängliche Kennenlernen der anderen sind diese Unternehmungen wirklich nett. Hier solltet ihr euch einfach am ersten Tag zeigen, wenn ihr in Bordeaux ankommt, da sie einem viele wichtige

Hinweise geben, z.B. wann die Infoveranstaltung ist, wann der Sprachkurs stattfindet, wo man was findet und was sonst noch wichtig ist.

Infoveranstaltung und Sprachkurs und Ansprechpartner

Die Infoveranstaltung fand bei mir Ende August statt. Dort wurden Informationen über die Praktika (stages), organisatorische Dinge, erste Ausflüge und Ansprechpartner gegeben. Hier lernte man zum ersten Mal die anderen Erasmusstudenten kennen und konnte schon ein bisschen mit ihnen ins Gespräch kommen.

Für den Sprachkurs musste man online einen Test machen, um sich einstuft zu lassen, um dann im geeigneten Sprachkurs zu landen. Leider ließen sich bei mir die Audiodateien nicht abzuspielen, sodass ich im Endeffekt nur geraten habe und viel zu schlecht eingestuft wurde. Da man aber einmal eingestuft den Sprachkurs nicht mehr wechseln konnte, habe ich mich entschieden, keinen Sprachkurs zu belegen. Ich habe so nur den einwöchigen Sprachkurs "Französisch für Mediziner" belegt, der einem einen kleinen Einblick ins medizinische Vokabular gegeben hat, aber viel zu sehr Intensivkurs war, als dass man hätte profitieren können. Dieser Kurs fand eine Woche lang morgens und nachmittags statt und man war hierfür nach vorheriger Absprache mit der Station von seiner Stage beurlaubt.

Ansprechpartner für allgemeine Informationen zum Studium, zur Einteilung der Module, Änderung des Learning Agreements, Verlängerung oder Abbruch des Erasmus-Aufenthaltes und für die universitäre Organisation des Erasmusaufenthaltes ist Pedro Santiago (pedro.santiago@u-bordeaux2.fr) der auch auf dem Campus der Uni zu finden ist. Wenn er nicht da ist, kann man auch Informationen von seiner Sekretärin Nathalie Lagarde bekommen, die mir aber nicht sehr motiviert schien weiterzuhelfen. Wenn man einmal sein Learning Agreement erstellt hat, wird einem immer gesagt, dass es nicht mehr zu ändern sei. Doch es gibt hierzu Mittel und Wege; es ist zwar sehr umständlich und nicht gern gesehen, aber wenn es nicht anders geht, ist die Uni auch bereit ein Auge zuzudrücken. Also lasst euch nicht so schnell abwimmeln. Wenn man etwas erreichen möchte, muss man oft einfach dranbleiben. Die Vermittlung der Stages findet über Frau Todesco statt, die Einteilung jedoch über Madame Maité Longuy-Boursier. (maite.longuy-boursier@chu-bordeaux.fr) Wenn man eine Stage tauschen möchte, schreibt man sie am Besten direkt an.

Studium, Module und Praktika

In meinem Learning Agreement hatte ich 3 Module und eine Stage libre (ein einmonatiges Praktikum). Für mich war das so genau richtig. Die Module in Frankreich sind ganz anders organisiert als in Deutschland und es ist daher schwer es zu erklären. Nach einem Jahr habe ich das französische System jetzt aber um einiges besser verstanden. ;)

Auf keinen Fall würde ich mehr als 3 Module wählen, das ist sonst nur schwer machbar und man hat nie einen freien Moment, um das Leben in Bordeaux in ausreichendem Maße zu genießen.

Das französische System besteht aus PCEM (Vorklinik, 2 Jahre) und DCEM (Klinik, 4 Jahre) und wird in Jahren gezählt. Ich habe Module aus dem 4. Und 5. Jahr, also DCEM 2 und 3 gewählt. Jedes Modul besteht aus einer 11- wöchigen Stage, in der man meistens von 9-13 Uhr auf der Station, auf der man eingeteilt ist, arbeitet und Vorlesungen besucht, die in den ersten 5-6 Wochen während der Stage am Nachmittag stattfinden. Oft bleibt in diesen Wochen nicht mal Zeit eine Mittagspause zu machen, da die Vorlesungen gegen halb 2 losgehen und dann bis abends um 19-20 Uhr dauern. Ich persönlich habe beschlossen, nicht jede Vorlesung zu besuchen, da ich sonst nicht allzu viel von meinem Jahr im

Ausland gehabt hätte; denn nur um zu studieren, hätte ich auch in Deutschland bleiben können. Aber das muss ja jeder für sich entscheiden.

Mein erstes Modul war Hémato-Oncologie. Die Stage habe ich im Krankenhaus Haut-Levêque in Pessac auf der Station von Professor Milpied verbracht. Das Krankenhaus ist weit weg von Bordeaux. Mit dem Bus sind es 45 min von der Innenstadt aber die Praktika sind wirklich gut, da man etwas lernt und auch mit anpacken kann. Hier wurde ich in die Lymphom-Leukämie-Station (G5 est) eingeteilt und habe schnell das Vertrauen der anderen Studenten (externes) und Assistenzärzte (internes) gewonnen. Nach einer Woche hatte ich meine eigenen Patienten, die ich untersucht und aufgenommen habe, deren Dossier ich schreiben durfte und die ich bei der Visite vorzustellen hatte. Auch kleine Eingriffe wie ein Myelogramm durfte ich unter Aufsicht eines Arztes durchführen. Es war eine sehr nette Atmosphäre auf Station und ich wurde nicht wie ein „dummer“ Erasmus-Student behandelt.

Mein zweites Modul war Neurologie- Psychosensorielle, welches Augenheilkunde, Maxillofacial, Stomatologie, Psychiatrie und Neurologie beinhaltet. Für dieses Modul war ich wieder in Haut-Levêque, diesmal in der Neurologie für 11 Wochen auf der Station von Prof. Tison; dieser ließ sich nur zur Visite blicken. Dort war es sehr stressig. Es gab immer viel zu tun, ich hatte immer 4-5 Patienten, musste sie körperlich untersuchen und auch eine komplette neurologische Untersuchung durchführen. Das war anfangs etwas schwierig, da ich noch nicht so viel Ahnung hatte, wie man eine komplette neurologische Untersuchung durchzuführen hat. Aber da darf man nicht zögern und muss einfach jemanden fragen. Die Ärzte stehen einem gerne zur Seite und finden es immer besser, wenn man fragt, wenn man sich nicht sicher ist. Auch hier durfte ich eine Lumbalpunktion machen und Blutgase abnehmen.

Mein drittes Modul war Gastro-Enterologie, was Endokrinologie, Gastrologie und Enterologie beinhaltet. Hier habe ich meine Stage im Krankenhaus St. André in der Innenstadt absolviert auf der Station von Prof. Zerbib. Es waren leider viel zu viele Studenten, sodass wir in Gruppen eingeteilt wurden und ein bisschen in der Tagesklinik, auf Station und in der Radiologie waren, klinische Fälle bearbeitet haben (so wie es auch in den Klausuren der Fall ist), bei Endoskopien und Coloskopien zugeschaut und bei Konsultationen dabeisitzen durften. Auch hier durfte ich einmal eine Aszitespunktion unter Aufsicht durchführen. Der Alltag auf Station war aber eher langweilig, da ich nur 2 Patienten hatte, die ich dann auch für längere Zeit betreute.

Meine letzte Stage war eine einmonatige Stage libre (Anesthésie, Réanimation im Hôpital Pellegrin), bei der es nachmittags keine Vorlesungen gab und mir dadurch ein bisschen die Möglichkeit ließ den beginnenden Sommer in Bordeaux zu genießen.

Am Ende eines jeden Semesters schreibt man über die Module Abschlussklausuren. Die Erasmus-Studenten schreiben hierbei die gleiche Klausur wie die französischen Studenten, haben aber eine halbe Stunde mehr Zeit. Die Klausuren sind sehr gewöhnungsbedürftig und nicht ganz einfach, da wir als deutsche Medizinstudenten die offene Fragenstellung nicht gewöhnt sind und es sich als schwierig erweist die Fragen eines klinischen Falles zu bearbeiten. Sie sind aber trotzdem zu schaffen.

Fortbewegung, Tram und TBC

Für die Fortbewegung gibt es in Bordeaux die Tram A, B und C, die die gesamte Stadt abfahren. Ich habe mir ein Jahresabo für 190 Euro gekauft (carte TBC pass jeune), wovon ich vor allem anfangs bei meinem Praktikum in Haut-Leveque profitiert habe. In Bordeaux selbst braucht man eigentlich keine Tramkarte, da alles leicht mit dem Fahrrad oder zu Fuß zu erreichen ist. Ein Fahrrad kann man sich entweder auf Kautionsbasis für ein Jahr beim Bürgermeisteramt ausleihen oder man kauft sich

kostengünstig ein gebrauchtes Rad auf dem Marché St. Michel, der jeden Samstag von 8-14 Uhr auf dem Place St. Michel stattfindet. Ich habe damals mein Fahrrad für 30 Euro mit Schloss erworben. Ansonsten gibt es noch die Möglichkeit des Vélib. Das ist ein Fahrradleihsystem. In der ganzen Stadt sind Fahrradstationen, an denen man für einen Euro pro Tag ein Fahrrad jeweils für eine Stunde ausleihen kann und sich so durch die Stadt fortbewegt.

Kulturelles Bordeaux und Nachtleben

In Bordeaux gibt es viele Museen, Theater, eine schöne Oper, viele Synchroniekonzerte, die sehr zu empfehlen sind und für die man als Student günstige Preise in allen Kategorien bekommt. Wer also ein Fan von klassischer Musik ist, sollte sich gleich am Anfang die entsprechenden Karten sichern (Kosten: 6 Euro)

Abends kann man mit einer Flasche Wein (bis 22 Uhr) an der Garonne sitzen und den Tag ausklingen lassen, durch die Bars ziehen (besonders zu empfehlen Calle Sèche) und in alternativen Bars Konzerte anhören- von Jazz über Funk bis Zigeunermusik. Ich mochte vor allem die Konzertbar: au chat qui pêche...

Umgebung und Ausflüge

Bordeaux bietet mit seiner traumhaften Lage viele Möglichkeiten für Ausflüge ans Meer (Lacanau, Arcachon, Cap Ferret, Dune de Pylat, La Rochelle...)und in die Pyrenäen. Es gibt eine Fahrradtour, die sehr zu empfehlen ist, die in Bordeaux startet und bis Lacanau an de Atlantikküste führt. (70km)

Ansonsten lohnt es sich auch nach St. Emilion zu fahren, um einen Weinkeller zu besichtigen, Weine zu testen und auch von der Nähe zu Spanien zu profitieren. (San Sébastian)

Fazit

Allem in allem kann ich nur sagen, dass ich ein exzellentes Jahr verbracht habe. Auch wenn es immer wieder Momente der Einsamkeit gab, vielleicht auch gelegentlich das Gefühl verloren zu sein in einem Land, wo man kaum jemanden kennt und dessen Sprache man auch anfangs nicht richtig beherrscht, hat es sich doch gelohnt manchmal einfach die Zähne zusammenzubeißen und an die schönen Momente zu denken. In der Infoveranstaltung ganz am Anfang meines Erasmusaufenthaltes wurde gesagt: "Am Anfang weint man, da man wieder nach Hause will, am Ende weint man, weil man nicht mehr nach Hause will." Da ist sehr viel Wahres dran.

Ich möchte die Erfahrung meines Auslandsjahres nicht missen und würde mich immer wieder für dieses Jahr entscheiden. Ich habe sehr für meine persönliche Entwicklung profitiert, Freunde in vielen Ländern Europas gefunden, neue Kontakte geknüpft und Leben und Kultur in Frankreich für mich entdeckt.

Also: N'hésitez pas et profitez bien de votre vie à Bordeaux! Bei weiteren Fragen stehe ich euch gerne zur Verfügung.