



Erfahrungsbericht Erasmus Bordeaux 2013/2014 Carina Georgi

Studium im Ausland

Grunddaten

Name:	Carina Georgi
Fakultät/ Fach:	Medizin
Jahr/Semester:	5. Jahr, 9. und 10. Semester
Land:	Frankreich
(Partner)Hochschule/ Institution:	Université Bordeaux Segalen
Dauer des Aufenthaltes:	2 Semester (10 Monate)

Vorbereitung und Anreise

Im September 2010 war ich das erste Mal an der französischen Atlantikküste, im September 2012 lernte ich erstmals Bordeaux kennen und für mich war sofort klar: Hier möchte ich wenn möglich ein Erasmusjahr verbringen! Meine Motivation, in dieser wunderbaren Stadt für zwei Auslandsemester zu studieren, gründete sich also auf persönlichen Erfahrungen und nicht auf Erzählungen anderer. Hierzu gehören auch meine Vorliebe zur Natur, dem Ozean, den Stränden, dem Surfen und den Menschen und deren Kultur in der Region Gironde/Aquitaine.

Da ich wusste, dass ein eigenes Auto in der Region nützlich sein würde, und ich glücklicherweise meine Anreise mit meinem Sommerurlaub mit meiner besten Freundin verbinden konnte, brachen wir Anfang August von Hamburg in Richtung Bordeaux auf. Allerdings verbrachten wir auf dem Weg eine Nacht in Wuppertal, was die lange Fahrt aus dem Norden ein bisschen verkürzte.

Von Wuppertal aus sind wir dann durchgefahren, morgens um 5Uhr los, und kamen mit Pausen und Fahrerwechsel gegen 18.30Uhr in Bordeaux an. Wenn man Erfahrung mit Langstrecken-Autofahrten hat, ist die Fahrt durchaus am Stück machbar. Meiner Meinung nach ist es, wenn man ein Auto zur Verfügung hat, auch die beste Möglichkeit zur Anreise, da man keine Gepäckbeschränkung hat und zeitlich unabhängig ist.

Alternativen für die Anreise:

- Bus, eurolines, man ist ca. 24 Stunden unterwegs, Umstieg meist einmal in Paris/Tours, Kosten: je nach Buchungszeitpunkt 100-200 Euro retour
- Zug, sncf.fr, Übernachtfahrt nach Paris, dann weiter nach Bordeaux, Kosten: Frühbucherrabatt möglich- 3 Monate vorher kosten die Tickets teils nur 150 Euro retour mit Rabattkarte (Carte Jeune SNCF)
- Flugzeug, kein Direktflug möglich, entweder über Paris mit Air France oder über Amsterdam mit KLM, Kosten ca. min. 250 Euro retour

Versicherung

Als Krankenversicherung reicht normalerweise die europäische Versichertenkarte aus. Ich hatte mich aber dazu entschieden, noch eine zusätzliche Auslandsrankenversicherung für das Jahr zu zahlen. Da ich im ADAC Mitglied bin, habe ich über deren Firma ein Angebot genommen. Diese übernehmen z.B. die restlichen 20% eines Krankenhausaufenthaltes, die man sonst selber bezahlen müsste. Tariflich ist diese Auslandversicherung nach Anzahl der Monate gestaffelt.

Finanzierung des Auslandsstudiums/ Kosten vor Ort

Die Finanzierung gründete sich auf der Unterstützung meiner Eltern, meinen Ersparnissen und der Erasmus-Förderung. Obwohl ich in Bordeaux diverse Bewerbungen für Nebenjobs abschickte, fand ich außer einem privaten Nachhilfejob keine weiteren Arbeitsmöglichkeiten, zudem muss man auch darauf achten, dass man nicht aufgrund zusätzlicher Einkommen Probleme mit dem Wohngeld bekommt.

Generell sollte man damit rechnen, dass das Leben während eines Erasmus-Aufenthaltes in Frankreich teurer ist, als in Hamburg. Dazu führen vor allem die höheren Lebenshaltungskosten, jedoch unternimmt man auch viel mehr, geht hier mal einen Wein trinken, macht da mal ein großes Picknick am Strand. Auch die ersten Anschaffungen, die natürlich umfangreicher ausfallen, wenn man zwei Semester bleibt, ggf. Provisionen etc. haben bei mir vor allem am Anfang zu mehr Ausgaben geführt.

Unterbringung und Formalitäten

„Aller Anfang ist schwer.“ Das traf auch für mich zu, obwohl ich mich in der Stadt schon auskannte und die Region durch meine Urlaube in positiver Erinnerung hatte. Zwar hatte ich mir ein WG-Zimmer schon von Hamburg aus organisiert, das war allerdings leider nicht das, was ich mir für einen einjährigen Auslandsaufenthalt vorgestellt hatte. Obwohl ich kein Problem mit Unordnung habe und es auch nicht immer sauber sein muss- ein gewisser Standard sollte doch sein! Leider habe ich das von mehreren Freunden hier auch gehört, dass viele der französischen WG's da wohl generell eher einen niedrigeren Standard haben. Mein Glück war, dass ich Anfang August sehr früh dran war mit der Zimmer-Suche, sodass

ich nach der dritten Besichtigung schon etwas gefunden hatte. Meine 2er-WG (mit einem Franzosen) liegt ganz nahe beim Uniklinikum Pellegrin, zwar nicht im Zentrum von Bordeaux, aber wer Hamburger Verhältnisse gewöhnt ist, stört sich wohl nicht an einem 15minütigen Fahrradweg in die Stadt!

Wer sich etwas über das Internet suchen möchte, sollte auf jeden Fall den zugehörigen Gruppen bei Facebook beitreten (... auch wenn man generell vielleicht nichts davon hält, ist es in solch einer Situation auf jeden Fall sinnvoll!). Alternativ gibt es über die Internetseiten appartager.fr und leboncoin.fr sehr viele Angebote- die meisten Suchenden wollen aber natürlich, dass man sich persönlich vorstellt, sodass es Ende August/ Anfang September, wenn alle neuen Studenten ankommen, immer einen ziemlichen Andrang gibt. Aber auch nach den ersten Absagen heißt es: nicht die Hoffnung aufgeben!

Zu guter Letzt kann man natürlich auch in den Studentenwohnheimen (Villages) unterkommen. Für mich kam es von Anfang an nicht in Frage, das ist aber ja immer eine Typfrage. Die Villages sind, was ich so gehört habe, günstig, aber etwas ranzig und liegen in Pessac, also etwas außerhalb. Zudem muss man sich über die CROUS bewerben, es heißt also Fristen beachten!

Formalitäten

Der erste Monat nimmt leider viel Zeit für Bürokratie in Anspruch. Hierzu gehören

- Einschreibung und Anmeldung bei Madame Todesco
- Eröffnung des Bankkontos: bei der BNP-Paribas/ CIC kostenlos für Studenten. Sehr praktisch: neben dem Uniklinikum ist eine BNP Filiale, also am besten dort einen Termin ausmachen und es gibt gleichzeitig eine Visa-Karte.
- Beantragung des Wohngeldes über die CAF (nicht obligat, aber finanziell durchaus attraktiv! Sehr langwierige Antragsprozesse, teils musste ich die Dokumente zweimal einreichen etc.). Bei der Beantragung helfen gerne die Mitarbeiter des Bureau Vie étudiante mit Julian Georges und Philippe Leicht, welches sich auf dem Unicampus neben dem Hopital Pellegrin befindet.
- Handyvertrag: es gibt verschiedene Anbieter, ich persönlich habe mich für free.fr entschieden. Es gibt auch einen Laden in Bordeaux, sonst läuft es über die Internetseite. Man kann zwischen unterschiedlichen Optionen Wählen, ich hatte den 19,99Euro Vertrag. Darin enthalten: kostenlos SMS und Telefonieren innerhalb Frankreichs, 3GB Internet, kostenlos Telefonieren ins deutsche Festnetz (!!!). Man braucht dafür aber eine gültige Adresse und ein französisches Bankkonto. Kündigungen werden nur per Einschreiben angenommen!
- Je nach WG/ Wohnung über Immobilienagentur unterschiedliche Mietverträge, wofür man ein französisches Konto braucht, welches man aber nur mit gültiger Adresse in Bordeaux eröffnen kann...

Gastuniversität/ Gastinstitution

In Hamburg fehlten mir noch das Chirurgie und das Wahlterial. Das machten also 3 Monate auf chirurgischen Stationen und dann entschied ich mich noch für 3 Monate auf der HNO. Die übrigen 3 Monate konnte ich frei wählen (wobei ich ein zusätzliches Fach aus dem Bereich Chirurgie und die Diabetologie wählte) und mir als Famulatur anrechnen lassen.

Ich habe also, im Vergleich zu den Franzosen und einigen Erasmusstudenten, mir meine Monatspraktika namens „stages libres“ frei zusammen gewählt. Normalerweise ist man in dem französischen System morgens auf Station und nachmittags (je nach Angebot) in den Vorlesungen/Seminaren.

Die Stages laufen auf den jeweiligen Stationen ganz unterschiedlich ab. Man sollte also immer versuchen, am Anfang des Monats eine zuständige Person zu aufsuchen (oder sich an vorherige Erasmusstudenten wenden), die einem das System, die Aufgabenverteilung und Zeitabläufe erklären.

Stage Oktober: Reanimation chirurgicale (chirurgische Intensivstation), Hôpital Pellegrin

Es führten verschiedene Gründe dazu, dass ich es als das anstrengendste Stage und am meisten belastend empfand. Zum einen war es der erste Monat in einem französischen Krankenhaus, die Sprache, das französische System, die Hierarchie, die Aufgabenverteilung und die Studenten lernte ich zum ersten Mal kennen. Zum anderen hatte ich erstmals seit langer Zeit wieder ein Gefühl der psychischen Belastung bezüglich der Patienten: Es waren alles schwer kranke Patienten, die Fahrrad-, Tram-, Auto- oder sonstige Unfälle hatten, viele waren auch in meinem Alter. Die erste Patientin, die ich betreute, war nach einem Fahrradunfall ab der Halswirbelsäule querschnittsgelähmt. In so einer Situation, neben den Untersuchungen und der „Büroarbeit“ (Abschreiben der Blutergebnisse etc.) auf Französisch die richtigen Worte zu finden, viel mir teilweise schwer.

Vor dem Stage morgens gab es verschiedene Theoriekurse, vergleichbar mit Seminaren, kleinen Vorlesungen und POL. Leider allerdings ohne jegliche Powerpoint o.ä. und sehr theoretisch- die französischen Studenten schrieben dabei wirklich jedes Wort mit!

Stage November: Chirurgie plastique, Hôpital Pellegrin

Der Chef de clinique ist sehr nett und offen gegenüber Erasmusstudenten. Ich schaute am ersten Tag mit einer Spanierin in seinem Büro vorbei und bekam eine kleine Einweisung, wobei es ihm dabei nicht nur um das Wohlbefinden innerhalb des Krankenhauses sondern auch privat ging. Er erkundigte sich, ob man sich in Bordeaux wohlfühle, eine gute Wohnung hätte etc. Die meiste Zeit des Stage verbrachte ich im OP, guckte bei den Operationen zu. Alternativ ging man bei der Visite mit oder nahm am Theoriekurs teil. Meine Sicht auf die Plastische Chirurgie hat sich während des Monats sehr verändert, denn es ging nicht nur um „Schönheitsoperationen“, sondern auch viel um Verbrennungsoffer und funktionelle Handchirurgie.

Stage Dezember: Orthopädie, Hôpital Pellegrin

Da es im Uniklinikum verschiedene orthopädische Stationen gibt, lernt man leider immer nur einen speziellen Bereich kennen. Ich lernte viel zum Thema Karpaltunnel, wobei man in der Tagesklinik, im OP und in der Notaufnahme natürlich unterschiedliche Perspektiven kennenlernte. Ich empfand es als das langweiligste und einseitigste Stage. Auch hier gab es zusätzlich Kurse/Seminare, die von den Internes (Assistenzärzten) durchgeführt wurden.

Stage Januar-März / Wahlfach: ORL = Oto-rhino-laryngologie, HNO, Hôpital Pellegrin

Als Wahlfach entschied ich mich für die HNO, ich hatte knapp 1,5 Jahre zuvor schon eine Famulatur in dem Bereich in Hamburg gemacht. Die drei Monate haben mir sehr gut gefallen. Im Gegensatz zu den einmonatigen Stages hatte ich die Möglichkeit mich tiefer einzuarbeiten und eine Routine zu bekommen, nahm Patienten alleine auf und wurde besser in den Ablauf integriert. Man musste am Ende der Zeit seine Unterschriftenzettel abgeben und konnte täglich zwischen verschiedenen Bereichen wählen: ob Tagesklinik (unterschieden in Ohr, Nase, Tumorsprechstunde), Hörprüfungen, Notaufnahme, Kindersprechstunde oder OP- alles war möglich und sehr vielseitig. Es wurde viel gezeigt und auch im OP durfte man assistieren.

Auch hier sollte man sich am besten am ersten Tag bei der Sekretärin im Hauptgebäude vorstellen, denn sie hat den Überblick, erklärt einem alles und nimmt am Ende auch die Unterschriftenzettel entgegen. Allgemein ist es ein sehr nettes Team und es hat mir viel Spaß gemacht, dort zu arbeiten.

Stage April: Urgences, Hôpital Saint André

Hier sammelte ich meine ersten Erfahrungen in einer Notaufnahme. Spezielle Vergleiche zu Deutschland kann ich deshalb nicht anführen, jedoch hatte ich nicht das Gefühl, dass die Studenten im 11./12. Semester (die wie Assistenzärzte in Deutschland arbeiten) fast die gesamten Aufnahmen machten.

Es kam es sehr darauf an, welche Aufgaben man sich zutraute und übernehmen wollte. Man durfte Patienten alleine aufnehmen, Arterielle Blutabnahmen und sonstige Untersuchungen durchführen. Es war aber auch kein Problem, wenn man erstmal bei den anderen Studenten zuschaute. Ich lernte sehr viel und ging gerne ins Stage, da man ein großes Spektrum an Krankheiten sah und immer wieder vor neue Situationen gestellt wurde.

Stage Mai: Diabetologie, Hôpital Haut-Leveque

Das Hôpital Haut-Leveque liegt in Pessac, also etwas außerhalb. Ich bin fast immer mit dem Fahrrad hingefahren, da es im Endeffekt fast genauso lange dauert wie der Bus/Auto. Von den anderen Erasmus-Studenten haben viele erzählt, dass sie sich mit Franzosen zu einer Mitfahrgelegenheit zusammengeschlossen haben.

Für mich war es eine gute Erfahrung dieses Stage gemacht zu haben, denn neben dem zweiwöchigen Blockpraktikum in Hamburg habe ich bis jetzt keine weiteren Einblicke in den großen Bereich der Inneren Medizin bekommen. Besonders spannend war es nach kürzester Zeit allerdings nicht mehr, es ging letzten Endes darum, die Patienten bestmöglich mit Insulin einzustellen. Man konnte eigene Patienten betreuen, die dann während der großen Visiten mittwochs und freitags vorgestellt wurden.

Stage Juni: Chirurgie generale et vasculaire, Hôpital Pellegrin:

In diesem Bereich gibt es für die Studenten eine Einteilung der einzelnen Gänge auf der Station. Davon hängt es ab, an welchen Tagen man in den OP-Saal geht oder auf Station arbeitet. Auch hier heißt es: Man sollte sich entweder an die französischen Studenten halten oder die Sekretärin aufsuchen. Ich habe an meinem ersten Tag mit mindestens drei Personen dort gesprochen und sie waren alle sehr nett und hilfsbereit. Im OP (Hauptgebäude im Keller Saal 1 und 2 und in der 1.Etage) sollte man sich auch einfach immer kurz vorstellen und bei Fragen keine Scheu haben, denn es wird einem immer weitergeholfen. Leider kann man bei den Katheter-Operationen nicht assistieren, jedoch erklären die Oberärzte gerne, was sie gerade machen.

Studentischer Alltag/ Freizeitmöglichkeiten

Allgemein kann ich sagen, dass ich sehr viel mehr Freizeit hatte als in Hamburg. Das liegt aber sicherlich auch daran, dass man z.B. weniger Verpflichtungen wie Jobs etc. hat. Man hat immer etwas zu tun, egal ob in Bordeaux, der Umgebung, mit den Erasmus-Studenten oder den Einheimischen und in der Stadt ist immer etwas los.

Erasmusprogramm:

Generell heißt es: Du bist nie alleine! Es gibt immer andere Erasmusstudenten, die dieselben Interessen haben wie du- und dieselben Probleme. Gerade am Anfang werden von dem Bureau Vie étudiante Ausflüge z.B. in die Weinregionen organisiert, man kann bei Weinverkostungen teilnehmen etc. Das läuft dann aber auch alles wie von selbst, sofern man in dem Emailverteiler drin ist und die Augen und Ohren offen hält.

Sport

Der Unisport ist (bis auf die Surfkurse und Ski-/Snowboardwochenenden) kostenlos. Einziges Problem nur ist, dass die Kurse teilweise sehr überfüllt sind. Man sollte deshalb versuchen so früh wie möglich hinzugehen und bei notwendiger Anmeldung dies auch zu tun.

Alternativ bieten sich das Garonne-Ufer, die Parks oder Weinregionen sehr zum Joggen an. Bei uns gab es auch einige Gruppen, die sich dafür zusammen getan haben um auch z.B. auf einen Marathon zu trainieren.

Da ich selbst surfe, befand ich mich natürlich in einem Paradies. Mit dem Auto sind die Strände ca. eine Stunde entfernt. Wer kein eigenes Board besitzt, kann entweder den

Unikurs besuchen, oder sich an den Stränden vor Ort ein Brett leihen oder einen Kurs machen. Ich kann es allen nur empfehlen, diesen Sport zumindest einmal auszuprobieren- wir waren den ganzen Winter über auch nach der Uni oder am Wochenende im Wasser und ich habe es einigen Leuten beibringen dürfen, wie es sich anfühlt, eine „Welle zu nehmen“.

Surfrider Foundation

Da ich im Vergleich zu meinem Leben in Hamburg (mit Verpflichtungen und Hobbies) viel mehr Freizeit hatte, wollte ich mir eine zusätzliche Aufgabe suchen, in der ich ehrenamtlich tätig werden kann und gleichzeitig außerhalb der Uni mit Einheimischen Kontakt bekomme. Die Stiftung und Organisation „Surfrider Foundation“ kannte ich schon von einem Surf-Wettbewerb der deutschen Hochschulen, welcher jedes Jahr über Pfingsten in Seignosse (Frankreich) stattfindet. Diese Stiftung kümmert sich seit 1990 darum, eine nachhaltige Nutzung der Meere, Wellen und Küsten zu gewährleisten. Hierzu gehören diverse Projekte zur Sensibilisierung der Bevölkerung, ob Kinder oder Erwachsene. Sowohl bei den regelmäßigen Treffen im Rahmen des durchzuführenden Programmes, als auch Ausflügen, privaten Treffen und Konzerten war ich dabei und habe somit wirklich tolle Zeiten mit sehr netten, gastfreundlichen Menschen unterschiedlichen Alters verbringen dürfen. Im Juli werde ich dann noch ehrenamtlich mitarbeiten, die Urlauber und Einheimischen an den Stränden über die Natur aufzuklären, Projekte mit Kindern machen und Amateur-Filmfestivals organisieren. Somit werden wir in diesem Sommer auch einige der zahlreichen deutschen Urlauber mit der Sensibilisierung erreichen können. Gerade als Medizinerin hat man auf die Aspekte wie die Verschmutzung der Weltmeere und Küsten noch eine ganz spezielle Sicht, und ich habe innerhalb meines Aufenthaltes in Bordeaux noch ein paar zusätzliche Einblicke in die Natur und die zugehörigen Probleme auch politischer Art erlangen dürfen, welche damit verbunden sind.

Sprache

Während der Schulzeit habe ich von der 7. bis zur 12. Klasse Französisch Unterricht gehabt und das Winter- und Sommersemester vor meinem Erasmus-Aufenthalt jeweils einen Semesterkurs über die Uni Hamburg besucht. Das war als Auffrischung auf jeden Fall sinnvoll. Jedoch sollte man auf keinen Fall die Gefühle von Angst oder Verzweiflung am Anfang in Bordeaux überinterpretieren! Ich hatte nach meiner Ankunft durchaus noch Probleme mit der Sprache, sodass mir das Verständigen teilweise sehr umständlich vorkam. Und vor allem, wenn man viel privat mit deutschen/internationalen Erasmus-Studenten unternimmt, kommt die Sprache nicht allzu schnell in Gange. Aber auch das Problem löst sich irgendwann von alleine, man kann immer mehr verstehen und merkt seine Fortschritte gar nicht mehr. Von einem Französischlehrer der Uni namens Bruno gibt es anfangs einen „Französisch für Mediziner“-Kurs, in dem man nicht nur viele Vokabeln kennenlernt, sondern auch viele Kontakte knüpfen kann. Dieser Lehrer gibt dann auch wöchentlich unterschiedlichste Französisch-Kurse (verschiedene Niveaus, oral, écrit, chansons...). Man sollte sich nur immer per Email anmelden, wenn man an den Kursen teilnehmen möchte.

Zusammenfassung und Fazit

Ich könnte stundenlang weiter erzählen und schwärmen. Alles in Allem, trotz einzelner Tiefen zwischen den Höhen, kann ich allen nur raten, zwei Semester in Bordeaux zu studieren. Es war eine wunderbare Zeit, in der ich viel über das Medizinstudium und Leben in Frankreich gelernt, neue Kontakte geknüpft und Freundschaften geschlossen habe. Einige Fähigkeiten im medizinischen Bereich, wie das eigenständige Arbeiten, Anamnesen eigenständig durchzuführen, haben sich gefestigt und auch im medizinischen Französisch fühle ich mich nach knapp einem Jahr selbstbewusst und gut.

Die Freizeitgestaltung hängt sehr von den eigenen Vorlieben ab, aber auch von meinen Mitmenschen weiß ich, dass sich keiner gelangweilt oder unwohl gefühlt hat. Clichés über das „Savoir-vivre“ der Franzosen wurden im positiven Sinne bestätigt, es spielt sich viel im Freien und mit Genuss ab. Freut euch auf eine tolle Zeit, ich werde mein Leben hier vermissen und bin mir sicher, dass ich bald wieder kommen werde.

Fotos/ weitere Anhänge



Bordeaux vom Turm Pey Berland



Picknick am Strand



Ausflug nach St. Emilion



Ausflug nach La Rochelle



Strand und Surfen im Winter...

Bordeaux, 30.6.14