

# ERASMUS Erfahrungsbericht SMS



MEDIZINISCHE  
UNIVERSITÄT  
INNSBRUCK

## PERSÖNLICHE DATEN

Name des/der Studierenden (freiwillige Angabe)	Christian Schieder
E-Mail (freiwillige Angabe)	<a href="mailto:christian.schieder2000@gmail.com">christian.schieder2000@gmail.com</a>
Gasthochschule	Université Sorbonne Paris Nord
Aufenthaltsdauer	von 06.01.2024 bis 30.06.2024
Ich habe das 8. Semester im Ausland absolviert.	

## ALLGEMEINES

Wo haben Sie Informationen über die Gastuniversität gefunden?	Erfahrungsberichte, Website der Université Sorbonne Paris Nord
Welche Unterstützung bei der Organisation wird im Gastland vom International Office geboten und wer ist der Ansprechpartner?	International Office generell: Sandra Carlier: <a href="mailto:incoming@univ-paris13.fr">incoming@univ-paris13.fr</a> (Organisation Intensivsprachkurs und andere Angelegenheiten) International Office Medizin: Solenne Baltaze: <a href="mailto:erasmusssf.medecine@univ-paris13.fr">erasmusssf.medecine@univ-paris13.fr</a> (Organisation der stages)
Wo findet man Informationen zum Studium (Kursplan, etc.)?	Die Auswahl der Kurse/Stages, die dort abfamuliert werden können, werden einem zugeschickt. Sonst sehr einfache Organisation vor Ort mit Mme Baltaze.
Welche Kurse wurden besucht?	Nur Famulaturen: Chirurgie générale, Ophtalmologie, Maladies Infectieuses, Orthopédie
Welche Kurse sind empfehlenswert?	Jedes Stage hat verschiedene Vor- und Nachteile, eigener Abschnitt hierzu
Ist die Organisation von Famulaturen einfach?	Ja, es lassen sich sämtliche Wünsche äußern und diese werden auch meist erfüllt, die Organisation übernimmt die medizinische Koordinatorin Mme Baltaze.

## KOSTEN

Wie hoch waren die monatlichen Kosten?

Unterbringung	€ 495
Verpflegung	€ 300-400
An-/Abreise (Flug, Zug, Auto)	€ 120 (Zug München-Paris)
Kosten für Unterlagen, Bücher, etc.	€ 0
Sonstige Kosten:	Je nachdem wie viel man sehen will, bzw. andere Städte bereisen will etc. (100-400 Euro) Metrokarte: (30-70 Euro monatlich) Velib-Fahrradkarte: 10 Euro monatlich Evt. französischer Handyvertrag: 5-15€ monatlich

## Unterkunft

Wie haben Sie Ihre Unterkunft im Gastland gefunden?	Selbst gesucht auf verschiedenen Websites, Facebook, Maklern etc. Nach langer Suche bin Ich auf das Cité International gestoßen, ein internationaler Studentencampus mit 44 verschiedenen Häusern. Sehr aufwendiger Bewerbungsprozess, der sich aber lohnt. Untergekommen bin Ich im deutschen Maison Heinrich Heine Haus
Wie zufrieden waren Sie?	Das Cité hatte Vor- und Nachteile doch im Großen und Ganzen bin Ich sehr zufrieden dort gewesen.
Tipps für andere Studierende (z.B. Homepages, Zeitungen, Preis, ...)	Appartager.com, pap.fr, lescartesdecoloc.fr, ciup.fr/en/, leboncoin.fr , Mme. Anne Valeska (Maklerin, die viele kleine kostengünstige Studios in Paris an Studenten vermittelt) Facebookgruppen sind eher nicht zu empfehlen, da sich dort größtenteils Betrüger aufhalten

## Vorbereitung auf das Erasmus-Semester

Die Zusage für mein Erasmus-Semester erhielt ich bereits ein Jahr vorher im Februar 2023, daher hatte ich viel Zeit, mich auf den Auslandsaufenthalt vorzubereiten. Zunächst sind viele bürokratische Dinge zu erledigen, wie beispielsweise einen geeigneten Sprachnachweis zu erlangen, Motivationsschreiben zu verfassen, sich auf Wohnungssuche zu begeben und sämtliche Dokumente im Mobility-Portal hochzuladen.

Ich habe leider keinen Sprachkurs davor absolviert, kann dies aber dringend weiterempfehlen. Die MUI bietet einen Sprachkurs „Französisch für Mediziner“ an, der sehr hilfreich sein soll. Generell bietet es sich an, vor dem Antritt des Erasmus so viel wie möglich sich schon einmal in die französische Sprache hineinzugeben (sei es mit Filmen, Musik, Podcasts etc.), da sich dies vor Ort auszahlt und man umso mehr aus dem Auslandsaufenthalt mitnehmen kann.

## **Wohnungssuche**

Die schwierigste organisatorische Aufgabe war mit Abstand die Wohnungssuche. Der Wohnungsmarkt in Paris ist sehr chaotisch, um es einmal nett auszudrücken und selbst bei manchen 8-qm-Wohnungen ohne Bad zahlt man sich dumm und dämlich. Ich erstellte Anzeigen über verschiedene Websites und suchte in diversen Facebookgruppen erfolglos. Ein großer Tipp ist es, sich für das Cité Universitaire International im Süden der Innenstadt von Paris zu bewerben. Dies ist ein riesiger Studentencampus mit 44 verschiedenen Häusern, einer eigenen Mensa, Schwimmbad, Fitnessstudio, Tennisplätzen und viele Grünflächen. Auch gibt es dort ein deutsches Haus (Maison Heinrich Heine), bei dem ich schließlich die Zusage für ein Zimmer erhielt. Der Bewerbungsprozess ist langwierig und man muss zahlreiche Dokumente frühzeitig (Deadlines beachten!!) einreichen, doch das lohnt sich. So erhält man in dem sonst sehr teuren Wohnungsmarkt ein Zimmer für 495 Euro. Bewerbung erfolgt direkt über das Maison Heinrich Heine.

Vorteile des Cités waren, dass man schnell Anschluss an andere Leute fand, verschiedene Kulturen durch die internationalen Häuser kennenlernte und billige Verpflegung durch die Mensa (1-4 Euro) erhielt. Auch fanden in regelmäßigen Abständen verschiedene Partys der Häuser statt, ein großes Highlight im Jahr ist die Fête de la Cité. Nachteile waren, dass es ein wenig außerhalb des Geschehens in Paris lag, die Küche und Sanitäreinrichtungen geteilt werden mussten (was normalerweise nicht schlimm ist, die Mitbewohner aber leider nicht wirklich wussten, wie man sich in einer Wohngemeinschaft zu verhalten hat) und die Autobahn direkt daneben war.

Mein Zimmer war leider nicht das größte (12 qm), aber es hatte alles, was man braucht (Bett, Schreibtisch, Schrank, Waschbecken, kleiner Balkon). Küche und Toilette teilte man sich mit den anderen Leuten auf dem Gang. Geputzt wurde zweimal die Woche vom Personal. Außerdem gab es im Haus ein kleines Restaurant, das exzellentes Essen für 8 Euro jeden Mittag anbot. Weiterhin gab es einen Fernsehraum, Waschkabine, Spielraum, eine eigene Bibliothek sowie einen Konzertsaal, in dem fast täglich verschiedene kulturelle Veranstaltungen stattfanden.

Das Cité hat die Vorschrift, die jeweiligen Häuser zu 60 Prozent mit der Nationalität des Hauses aufzufüllen und den Rest zu mischen, sodass man beispielsweise auch Kontakt zu anderen Nationen hat und nicht nur zu Deutschen.

## **Versicherung**

Um französische Famulaturen absolvieren zu können, ist eine Unfall- und Haftpflichtversicherung notwendig. Diese lässt sich ganz einfach von der ÖH kostenfrei ausstellen. Hierzu einfach eine E-Mail an [studierendenversicherung@oeh.ac.at](mailto:studierendenversicherung@oeh.ac.at) senden. Man erhält dann in wenigen Tagen die Versicherungsbestätigung.

## **Abreise und Ankunft am Studienort**

Anfang Januar ging es los und ich fuhr mit dem TGV von München nach Paris. Dies ist einerseits relativ kostengünstig und andererseits auch sehr effektiv und schnell, da man innerhalb von 5-6 Stunden in Paris ist. Von dort aus nimmt man dann die Metro zu seiner Wohnung bzw. ein Uber/Bolt. Es gibt aber auch die Option, mit dem FlixBus anzureisen, dies dauert natürlich länger.

## **Mobilität in Paris**

Navigo Imagine R Ticket: Am einfachsten ist es, sich ein Navigo Imagine R Ticket zuzulegen, das ca. 360 Euro kostet, aber für ein Jahr gültig ist und für die ganze Île-de-France Region zugänglich ist. Dieser Pass zahlt sich auch schon für 5-6 Monate aus. Diese Karte lässt sich online bestellen, nachdem man eine Immatrikulationsbestätigung der Gasthochschule vorliegen hat.

Fahrrad ausleihen: Überall in Paris gibt es Leihfahrräder der Firma Velib. Man kann ein Abonnement abschließen, das 29 Euro für ein Jahr kostet, bzw. wenn man auch E-Bikes nutzen möchte, ein wenig mehr. Die Stationen stehen an jeder Ecke und es ist sehr einfach, diese zu bedienen. Eine weitere Option sind Fahrräder der Firma Swapfiets, die man auch mit nach Hause nehmen darf und somit nicht an die Vélib-Stationen gebunden ist. Besonders im Sommer ist es herrlich, mit dem Fahrrad entlang der Seine zu fahren und der Rushhour in der Metro zu entkommen.

Uber/Bolt: Diese Dienste sind nicht allzu teuer, falls man mal einen sicheren Weg nach Hause braucht nach einem langen Abend.

## **Betreuung an der Gasthochschule**

Von der Gasthochschule kam zunächst wenig an Informationen zurück. Ich bekam lediglich die Info, wann ich zum Sprachkurs in der ersten Woche erscheinen sollte. Die medizinische Koordinatorin ließ sich immer 3-4 Wochen Zeit zu antworten. Vor Ort erwies sich das jedoch als unproblematisch. Als Medizinstudent hat man eine eigene Betreuerin (Mme. Baltaze), deren Büro in der Uni in Bobigny ist. Sie ist sehr nett und erklärt alles auf Englisch. Sie kümmert sich um alle Sorgen und hilft auch bei der Beantragung des CAF-Wohngelds, das jedem Studenten in Frankreich zusteht. Mme. Baltaze organisiert auch die gewünschten Stages und man kann mit ihr die Details besprechen. In der ersten Woche fand an der Uni in Villetaneuse ein kleiner Intensivsprachkurs statt, sowie verschiedene Welcome-Events, wie z.B. ein gemeinsamer Crêpe-Nachmittag oder eine Walking Tour durch das Quartier Latin.

## **Unileben am Studienort**

Als Medizinstudent in Frankreich absolviert man nur Stages und besucht keine regulären Kurse, daher ist es schwer, sich in das Unileben zu integrieren. Man ist vormittags im Krankenhaus und hat nachmittags frei, daher ist man selten an der Uni vor Ort. Es war jedoch sehr hilfreich, den einwöchigen Sprachkurs vor Beginn des Semesters zu besuchen, um andere Erasmusstudenten kennenzulernen.

Die Sorbonne Paris Nord hat zwei Standorte, einmal in Bobigny und einmal in Villetaneuse. Beide sind nicht die schönsten und sichersten Orte, und die Uni ist von außen nicht das, was man sich unter einem Erasmus in Paris vorstellt. Viele Erasmusstudenten suchen sich einen Platz im Wohnheim vor Ort, was preislich attraktiv ist, aber es dauert immer eine gewisse Zeit, um ins Pariser Zentrum zu kommen, und es ist abends nicht besonders sicher dort zurück zu kommen, bzw. fährt die Metro ab einer bestimmten Uhrzeit auch nicht mehr dorthin zurück.

Eine gute Möglichkeit, französische Studenten kennenzulernen, ist es, einen Sportkurs an der Sorbonne zu machen. Die Uni bietet ein breites Spektrum an Kursen zu einem sehr geringen Beitragspreis.

## **Die Klinik**

In der Klinik absolviert man nur Stages, keine regulären Kurse. Die Stages dauern normalerweise 2-4 Wochen, je nach Bedarf an Stunden, die man absolvieren will. Je nachdem, wie viele Stunden man macht, kann man sich pro Stage auch mehrere Praktika der MUI anrechnen lassen und mehr ECTS-Punkte sammeln.

In Frankreich werden die Studierenden an der Klinik „Externes“ genannt und die Assistenzärzte „Internes“. Die französischen Studierenden machen ab dem 3. Studienjahr regelmäßig Stages, haben aber manchmal zeitgleich Kurse und Prüfungen, sodass sie nur selten in der Klinik sind. Es lohnt sich, sich von Anfang an guten Kontakt mit den „Externes“ zu knüpfen, um sich auf der jeweiligen Station zu integrieren. Die „Internes“ sind für die „Externes“ verantwortlich und erklären meist viel. Anfangs kann es vorkommen, dass man als Erasmus-Student\*in recht schnell als faul abgestempelt wird. Selbst wenn das Französisch am Anfang noch holprig ist, lohnt es sich, immer wieder nachzufragen, um Interesse zu zeigen und sich zu integrieren.

Die meisten Stages finden im Krankenhaus Hopital Avicenne in Bobigny statt. Dieses Krankenhaus liegt in einem ärmeren Vorort, sodass sowohl Krankenhauspersonal als auch Patienten aus eher sozial schwachen Verhältnissen kommen. Das ist aber eigentlich ganz interessant, da man so in Kontakt mit verschiedenen Kulturen kommt und deren Sitten und Gewohnheiten kennenlernt. Man hat auch die Möglichkeit, Krankheiten mitzerleben, die in deutschsprachigen Krankenhäusern eher selten sind. Es kann jedoch anstrengend sein, insbesondere das Verstehen des Französisch mit afrikanischem Akzent war am Anfang schwierig.

## **Maladies Infectieuses (Infektiologie)**

Die Infektiologiestation ist besonders zu empfehlen für Leute, die verschiedene Krankheitsbilder sehen wollen. Hier lernte ich am meisten, da ich aktiv in den Krankenhausablauf eingebunden war. Jeder Student musste 2-3 Patienten selbst übernehmen, tägliche Untersuchungen und Anamnesen durchführen und am Ende der Woche den Patienten dem Chefarzt vorstellen. Dies war anspruchsvoll in einer anderen Sprache, aber der Lernprozess war riesig.

## **Ophtalmologie**

Dies war mein erstes Praktikum im Pariser Krankenhaus. Das Personal war freundlich, allerdings waren meist viele Studierende anwesend, sodass sie nicht immer wussten, wie sie uns sinnvoll einbinden sollten. Ein großer Vorteil war, dass der Chefarzt bereits einige Jahre in Deutschland verbracht hatte und daher mit uns auf Deutsch kommunizieren konnte. Dies erleichterte den Einstieg in die Station und das Leben im fremdsprachigen Krankenhaus ungemein. Zu den Aufgaben gehörte es, an Konsultationen teilzunehmen und zuzuschauen. Man durfte auch selbst Injektionen verabreichen oder verschiedene Augenuntersuchungen durchführen. Auch der Besuch im OP war möglich, wobei dort zu meiner Zeit hauptsächlich Kataraktoperationen durchgeführt wurden, was weniger spannend war.

**Orthopädie:** Hier durfte man selbst entscheiden, was man machen wollte. Es empfahl sich, verschiedene Operationen anzuschauen und sich 1-2 Tage in die Konsultationen zu setzen. Die Assistenzärzte waren alle sehr nett und ließen einen oft früher nach Hause gehen.

**Chirurgie Générale et Digestive:** Dies war die Station, auf der ich am wenigsten mitgenommen habe. Die Ärzte waren chronisch gestresst und hatten keine Zeit, etwas zu erklären. Man sollte eigenständig an den verschiedenen Operationen teilnehmen und konnte, falls man viel Eigeninitiative zeigte, einige Tätigkeiten übernehmen.

## Tipps für zukünftige Erasmus-Outgoings

### Leben in Paris

Das Leben in Paris ist sehr vielfältig und bietet zahlreiche Aktivitäten. Als Weltstadt profitieren die Bewohner von verschiedensten Veranstaltungen, von Konzerten bekannter Künstler bis hin zu Sportevents wie den Olympischen Sommerspielen 2024. Das breite Angebot kann anfangs überwältigend sein, daher ist es ratsam, eine Liste der gewünschten Erlebnisse zu erstellen und diese Schritt für Schritt abzuarbeiten.

Von Januar bis März war es recht kalt, daher verbrachte man freie Nachmittage in Museen oder Cafés. Abends traf man sich mit Freunden auf einen Aperitif in einer der vielen schönen Brasserien und Restaurants. (Pro-Tipp: Viele kulturelle Veranstaltungen und Eintritte sind für Unter-26-Jährige gratis, z.B. im Louvre, Centre Pompidou, Musée Rodin, Arc de Triomphe, Musée d'Orsay, Orangerie und Carnaulet d'Histoire).

Mit Beginn des Frühlings verbrachte man gerne Zeit in den vielen Gärten (Jardin du Luxembourg, Jardin des Tuileries, Parc Montsouris, Buttes-Chaumont, Place des Vosges, Parc Monceau). Joggen entlang der Seine oder das Genießen der vielen Boulangerien machten ebenfalls Spaß. Paris bietet so viele Sehenswürdigkeiten, dass man jeden Tag etwas Neues entdecken könnte. Insbesondere im Sommer blüht diese Stadt auf und ist an jeder Ecke voller Leben gefüllt. Gegen Ende hin will man gar nicht mehr zurück in die Heimat gehen.

Da das Maison Heinrich Heine im Süden von Paris liegt, verbrachte ich viel Zeit in weniger belebten, aber ebenso schönen Gegenden links der Seine.

### Allgemeine Tipps:

- Macht Fotos von den Erfahrungsberichten anderer, das hilft vor Ort.
- Geduld mit der französischen Bürokratie, manche Angelegenheiten (z.B. CAF-Beantragung) können Monate dauern.
- Paris bietet zahlreiche Veranstaltungen, man verliert jedoch leicht den Überblick. Empfehlenswerte Seite: [culturel\\_paris](#) auf Instagram.

## **Preiswerte Essens- & Trinkmöglichkeiten:**

- Mangez et cassez-vous (Burgerkette, günstig, z.B. ein Burger für 3,60€).
- Bouillon République, Cartier, Julien (erschwingliche französische Hausküche).
- ACA République (Taco Tuesday, Tacos für 1€).
- Rund um Notre-Dame und Place de la Contrescarpe gibt es viele günstige Crêpe-Stände.
- TooGoodToGo-App für günstige Essensangebote.
- Billige Bars: Le Sully, L'Attirail Café, La Petite Porte, Pachuco, La Chamade, Solluna, Le 138, Le Bar à Mines, Le Bar Fleuri.

## **Daytrips:**

- Mit dem Navigo Imagine R Pass kann man in ganz Île-de-France reisen.  
Empfehlungen:
  - Giverny (Claude Monets Haus und Garten).
  - Auvers-Sur-Oise (Vincent van Gogh lebte hier in seiner letzten Lebensphase).
  - Provins (mittelalterliche Stadt).
  - Chantilly (mit dem berühmten Château Chantilly).
  - Versailles.
  - Disneyland.
  - Château de Fontainebleau und Region.
  - Reims (Champagnerregion).
  - Étretat (atemberaubende Küsten)

## **Umliegende Länder:**

Aufgrund der zentralen Lage von Paris lohnt es sich, andere Länder zu besuchen, wenn Budget und Zeit es erlauben. Erasmusorganisationen bieten kostengünstige Trips an. Man kann auch selbst mit anderen Studenten Reisen planen, z.B. nach Niederlande, Belgien, Luxemburg, England, Irland oder schöne Regionen in Frankreich (Provence, Côte d'Azur, Bretagne, Atlantikregion, Normandie).

## **Erasmusorganisationen:**

In Paris gibt es viele Erasmusorganisationen, die Events organisieren, z.B. Sightseeing-Touren, Bootspartys und Trips nach Amsterdam, Brüssel, Bretagne, Côte d'Azur oder Luxemburg. Jeden Montag gibt es das Event „Café des Langues“ in einer Bar, wo sich Erasmus- und französische Studierende treffen. Insbesondere „Erasmusplace“ und „Lavoyagerieparisienne“ organisieren viele Events. Es lohnt sich, anfangs einige dieser Events zu besuchen, um Bekanntschaften zu schließen.

## **Fazit**

Mein Erasmusaufenthalt war eine der schönsten Zeiten meines Lebens. Nicht nur habe ich dort viele internationale Freundschaften geschlossen und täglich viel erlebt, sondern auch eine Stadt und eine andere Kultur intensiv neu erkundet. Auch auf medizinischer Ebene konnte

man sich enorm weiterentwickeln, auch wenn dies anfangs sehr viel Überwindung kostete und keinesfalls leicht war, insbesondere sich in einem Krankenhaus in einem Problemviertel von Paris zu integrieren und anzupassen. Darüber hinaus habe ich andere Städte und Länder bereist, was meine persönliche Weiterentwicklung enorm gefördert hat und meinen Erfahrungsschatz wirklich bereichert hat. Aufgrund der positiven Erfahrungen habe ich mich entschieden, ab August ein zweites Erasmussemester in Grenoble zu machen, und ich bin gespannt auf die Abenteuer, die mich dort erwarten werden.

Ich kann wirklich jedem vom Herzen empfehlen, ein Erasmussemester zu absolvieren. Man wird es nicht bereuen! Auch kann man mich jederzeit per Email kontaktieren, falls Fragen zu der Stadt, UNI, Erstellen des Learning Agreements etc. aufkommen.

FOTOS VON IHREM AUFENTHALT

