

## **Erfahrungsbericht**

### **Erasmus in Toulouse, Sommersemester 2019**

#### Bewerbung und Vorbereitung

Ich habe mich im WiSe 2017/18 für das Erasmus in Toulouse beworben. Ohne weiteres Auswahlverfahren bzw. Bewerbungsgespräch kam dann im Januar die Zusage und ich konnte damit beginnen, mich um die ganzen Formalitäten und Formulare zu kümmern. Die Kurse für das Learning Agreement findet man auf der Internetseite der Université Paul Sabatier III (die am Anfang etwas unübersichtlich und schwer zu verstehen ist, hier einmal der Link zu der Seite:

<http://www.medecine.ups-tlse.fr/index.php?pg=46> und einmal der Link zu der Übersicht der Module: [http://www.medecine.ups-tlse.fr/docs/2015-2016-Liste\\_modules.pdf](http://www.medecine.ups-tlse.fr/docs/2015-2016-Liste_modules.pdf) - ich hoffe die funktionieren dann noch). Wichtig bei den Modulen ist zu beachten, ob sie im Wintersemester (1er Semestre) oder Sommersemester (2ème Semestre) angeboten werden.

Um die Unterschrift auf dem Learning Agreement von der Uni in Toulouse zu bekommen muss man sich mit der Ansprechpartnerin Mme Romy Duchesne in Verbindung setzen. Manchmal muss man mehrmals nachhaken und unter Umständen auch anrufen, sie ist aber dennoch sehr freundlich und hilfsbereit.

Man kann bei der Bewerbung bei der Uni in Toulouse auch direkt auswählen, ob man im Wohnheim unterkommen und am Sprachkurs teilnehmen möchte – die Organisation lief bei mir etwas schleppend und es kamen manchmal die gleichen Mails Wochen später noch einmal, am Ende hat aber alles geklappt und man sollte sich da im Vorhinein nicht zu viel Stress machen.

Um sich vor Beginn des Semesters sprachlich ein bisschen vorzubereiten kann ich den Sprachkurs der ChiC für Mediziner\*innen, Interpol Französisch sowie „Französisch für Mediziner“ sehr empfehlen!

#### Ankunft

Als erstes habe ich die Verantwortliche für die Erasmus-Studierenden, Mme Duchesne, besucht. Sie hat ihr Büro im Forum Louis Lareng direkt an der Metro Station Université Paul Sabatier. Sie erklärt gerne genau alle weiteren nötigen Schritte und stellt einem unter anderem die Studienbescheinigung aus, mit der man dann den Studi-Ausweis bekommt.

Möchte man im Wohnheim (Tripode) wohnen, so kann man auch auf dem Campus direkt in das Büro vom Crous gehen und dort alle nötigen Formalitäten klären. Man muss wohl auch nicht alle Papiere direkt parat haben, sondern kann auch einiges später noch nachreichen.

Ansonsten ist es noch recht praktisch, sich eine Tisséo (die Toulouser BVG)-Karte zu holen, um für 11 Euro im Monat so viel Bus, Tram und Metro fahren zu können wie man möchte. Bei der Station Jean Jaurès gibt es hierfür ein Büro (Google hilft, ist bisschen schwer zu finden).

Da Toulouse recht klein ist lohnt es sich auch, sich online direkt ein Abo bei Vélo Toulouse zu holen, das dann auch auf die Tisséo-Karte geladen werden kann. Das kostet 20 Euro für ein ganzes Jahr und man kann sich überall in der Stadt Fahrräder ausleihen und eine halbe Stunde gratis rumfahren. Super praktisch, vor allem wenn es unter der Woche mal später wird – die letzte Metro fährt nämlich um 12 ;-).

## Unterkunft

Ich habe mich gegen das Tripode (Wohnheim) entschieden und während der Zeit in einer WG gewohnt, die ich über „Carte des Colocs“ gefunden habe (französisches WG-Gesucht). Einige meiner Freund\*innen haben aber in den Tripodes gewohnt und waren alle einigermaßen zufrieden. Es gibt 9qm Einzelzimmer mit kleiner Küche und Bad aber auch welche mit Gemeinschaftsküchen, wenn man Glück hat kann man glaube ich auch in größeren 20qm Apartments unterkommen. Das Zimmer dort ist am Anfang bis auf die Matratze leer und man muss alles selbst besorgen, inklusive LAN-Kabel – es gibt nämlich kein freies WLAN im Tripode.

Ansonsten ist es praktisch wenn man sich eine Unterkunft an der Metro Linie B oder Tram sucht – so kommt man schnell zu den beiden Campi / Krankenhäusern Rangueil und Purpan (kann man einfach bei der Tisseo App checken – leider funktioniert Google Maps nicht für die Metro bzw Öffis in Toulouse).

Die ESN (Erasmus Organisation) bietet am Anfang des Semesters übrigens einiges an Küchenutensilien von den Vorgänger\*innen an, das heißt am besten mal auf der ESN Toulouse-Seite auf Facebook schauen, wann das ist, und nicht direkt die komplette Ausstattung kaufen.

## Studium

Während des Semesters gibt es montags einen Sprachkurs von 18-20 Uhr. Es gibt einen mit dem Niveau B1/2 und einen für das Niveau B2 und besser. Ich bin zum ersten gegangen, der leider etwas enttäuschend war, deshalb kann ich eher den höheren empfehlen (man kann dort hin, egal was für ein Niveau man in dem Sprachtest vorab hatte).

Die Organisation von Stage und Kursen ist alles in allem sehr chaotisch. Auch wenn man eigentlich ja schon vorab alles im Learning Agreement aufgeschrieben hat muss man vor Ort, am besten in der ersten Woche, nochmal alles mit Monsieur Attiogbé klären – der ist leider oft schwer erreichbar und auch ansonsten relativ unkoordiniert (37 Allee Jules Guesde, in das Gebäude rein, durch den Innenhof und in einer Ecke befindet sich dann der Eingang, da ist ein Schild mit seinem Namen, dort ist er Dienstag + Donnerstag 14-17Uhr; sonst ist er in der Faculté Chirurgie Dentaire zu finden). Ich musste letztendlich sage und schreibe achtmal hin um endlich die Unterschrift für mein Learning Agreement zu bekommen. Wie immer hat aber am Ende dann doch alles funktioniert.

Zu den **Kursen** findet man den Stundenplan sowie die jeweiligen Themen des Kurses im Internet, hier gibt es jeweils einen für die Fakultät in Purpan und in Rangueil. Für die Erasmus Studis ist es anscheinend der für Rangueil, an den kann man sich halten. Die Kurse haben keine Anwesenheitspflicht und sind, vor allem am Anfang, auch relativ überfordernd, weil 3h lang einfach nur Fälle besprochen werden. Wenn man sich nicht richtig vorbereitet kommt man dann nicht wirklich mit. Man kann sich auch genauso gut in der Bib (im gleichen Gebäude wie M. Attiogbe) ein Buch der „iKB“ oder „ECNi“ Reihe ausleihen, in denen alle Inhalte recht gut aufgearbeitet sind. Es gibt zudem einige Dropbox- und Google-Drive-Ordner, in denen sich alle Powerpoints befinden. Einfach die anderen Studierenden / Erasmus-Studis nach den Links fragen. Es ist außerdem recht praktisch, wenn man sich in die jeweiligen Facebook-Gruppen einladen lässt, weil die Kurse auch mal ausfallen und man so dann auf dem Laufenden ist (es gibt leider, zumindest nicht für die Erasmus Leute, keine Rundmail oder so).

Prüfungen für die Kurse wie auch stages werden (umständlicherweise) immer über Herrn Attiogbe mit den Profs organisiert. Es gab bei uns eine Whatsapp Gruppe mit allen Medizin-Studis, wo dann jeweils einer für das jeweilige Examen Kontakt mit ihm aufgenommen hat – wie man schon ahnen

kann ist auch das relativ chaotisch.. Die Examen sind für die Erasmus Leute alle mündlich, dauern jeweils 10-15 Min und sind absolut machbar. Die Note wird vom Prof dann an Herrn Attiogbe weitergeleitet und ins Transcript of Records eingetragen.

Die **Stages** sind im Prinzip wie Famulaturen in Deutschland, man ist hier „Externe“, also Studierender und unterstützt die „Internes“ bei allem Möglichen. Leider variiert die Qualität ziemlich und hängt natürlich wie auch bei Famulaturen ziemlich von Vorbereitung und Eigeninitiative ab. Wenn man viel frägt darf man aber auch eigentlich relativ viel machen. Es hilft auch sehr wenn man sich im Vorhinein ein bisschen die klassischen Anamnese Fragen und die Sätze für einen Normalbefund etc. rausschreibt! In der Regel ist man immer vormittags bis 12 oder 13 Uhr dort und man hat 5 Urlaubstage pro Stage.

Man braucht für die Stages nur Lampe, Hammer und Stethoskop, Kittel und Kasak bekommt man vom Krankenhaus.

Ich habe meine Stages jeweils 2 Monate in der Gynecologie-Obstetrique Purpan und Urgences Rangueil gemacht. 2 Monate ist die vorgeschriebene Dauer. Wenn man am Ende der 4 Monate Semester noch ein weiteres machen möchte, kann man auch nur einen Monat machen - einfach bei M. Attiogbe nachfragen.

Das **Stage auf der Gyn** war super spannend und sehr abwechslungsreich. Man wird am ersten Tag einer/einem Chef de Clinique (Oberarzt\*in) zugeteilt und läuft dann mit. Da diese zwischen Gyn-Notaufnahme, Station, OP, Echo, Konsultationen und Kreißsaal rotieren bekommt man ziemlich viel zu sehen. Wenn man Glück hat, darf man im OP auch mal assistieren. In der Notaufnahme darf man Anamnese und Untersuchung oft selber (vor-)machen oder bekommt auch mal ein bisschen was gezeigt /erklärt. Auf der Station wie auch Echo war es leider eher langweilig, man läuft da hinterher und schaut zu. Auch im Kreißsaal steht man eher rum und schaut zu, aber auch das ist ziemlich interessant zu sehen. Alles in allem war es ein sehr sehr spannendes Stage und vor allem in der Notaufnahme auch ziemlich praktisch! Für die französischen Patientinnen ist es auch absolut normal, dass ein Studi die Untersuchung macht. Außerdem war es bei mir recht locker, und es war kein Problem mal einen Tag frei zu nehmen oder mal einen ganzen Tag zu bleiben und dafür den nächsten nicht zu kommen. Das Examen am Ende war mit einer sehr netten Interne, man musste zwei klinische Fälle bearbeiten.

Das **Stage in der Notaufnahme** im AMCT/CMCT in Rangueil war absolut spitze. Es gibt leider keine Traumata / keinen Schockraum, sondern vor allem Innere Fälle sowie kleinere Traumata. Die Kinder-NA und Trauma-NA sind in Purpan. Zu Beginn des Stages bekommt man nochmal eine Auffrischung von Gipsen, Nähen und Rea. Außerdem gibt es einige Kurse zu EKG und klinischen Fällen. Man wird hier in Schichten von jeweils 8-18 Uhr eingeteilt und macht eigentlich immer die komplette Aufnahme mit Anamnese, Untersuchung und je nachdem auch EKG etc.. Man meldet weitere Untersuchungen an, dokumentiert alles und übergibt das dann immer den Assistenten. Besonders hier hat man relativ wenig Zeit pro Patient und es ist super hilfreich wenn man sich vorher einen Zettel mit Anamnese-Fragen und Normalbefund vorbereitet, da man das gefühlt 100mal am Tag macht. Absoluter Vorteil ist, dass man 2-3 gardes (schichten) pro Woche und den Rest der Woche frei hat. Außerdem ist die Zusammenarbeit zwischen ärztlichem und Pflege-Personal supergut und auch als Studi wird man super ins Team integriert. Wenn man fragt darf man auch BGAs oder Zugänge machen – das ist sonst eigentlich eine pflegerische Aufgabe.

Von anderen Studis kann ich als Stages auf jeden Fall die Pädiatrische NA, Psychiatrie, Maladies Infectieuses und Gyn-Onko im Oncopole empfehlen. Eher nicht so gut sollen Kardio und Nephro gewesen sein.

## Leben und Freizeit

Toulouse ist wirklich eine wunderschöne, sehr lebenswerte Stadt, in der alles sehr zentral liegt und alles gut mit Fahrrad und zu Fuß erreichbar ist. Die Stimmung in der Stadt, tagsüber und auch abends, ist wirklich super entspannt und es lohnt sich einfach mal durch die Stadt zu bummeln, mit einem Wein (Achtung das ist eigentlich nicht erlaubt und teuer wenn man erwischt wird ;D) an der Garonne zu sitzen (z.B. Place de la Daurade, Praire des Filtrés) oder in eine der vielen Bars was trinken zu gehen. (Natürlich ist Toulouse nicht Berlin und was vieles angeht relativ teuer, aber ich fand die Größe der Stadt eine unglaublich angenehme und entspannte Alternative, zumindest für 1 oder 2 Semester)

Cafes, Restaurants und Bars sowie Second-Hand-Läden gibt es im Viertel rund um Carmes, Jean Jaures und Esquirol. Hier mal einige Empfehlungen – es lohnt sich aber sich einfach mal treiben zu lassen 😊.

**Cafes:** Cafe des Artistes (direkt am Place de la Daurade am Ufer der Garonne, super für Sonne am Mittag), Flowers Cafe mit genialen Kuchen, Bar du Matin für Sonne, Terra Nova (kleines Lerncafe),...

**Bars:** Itiniaire Bis (politisches Cafe mit Veranstaltungen und Küfa montags), DADA (verrückte Bar mit DJs), Pere Peinard (DJ-Keller), les Tricheurs (Spiele-Bar mit super Limo),... (Montag abends treffen sich sowohl französische als auch Erasmus-Studis in den Bars rund um St. Pierre – die sind zwar nicht wirklich schön aber billig und man trifft dort alle)

**Clubs:** ja, Toulouse ist nicht Berlin, aber wenn man bisschen sucht findet man so gut wie immer eine gute Veranstaltung (und auch guten Techno). Le Bikini (Konzertsaal mit unfassbar gutem Soundsystem, etwas außerhalb bei Ramonville, hier gibt es relativ bekannte Acts, sei es DJ oder Band), cri de la mouette (Techno-Boot a la Hoppetosse, leider eine mittelgute Anlage), Downtown Factory (immer wieder gibt's hier ganz guten Techno) und mein Lieblingsort für After-hours, das l'autre (offen von 5-13Uhr). Die Facebookseiten helfen weiter und auch das Clutch Toulouse.

**Sommer:** es gibt fast jedes Wochenende Straßenfeste oder Festivals – z.B. Bricks Festival im Juni, Fete de la Musique, Carnaval,...

**Essen:** gute Falafel gibt's bei einem libanesischen Imbiss direkt am Palais de Justice, rund um Esquirol, vegetarisch/veganes Buffet bei Le Faim des Haricots, traditionell Französisch bei La Gouaille...

**Kultur:** es gibt einige gute Museen und am ersten Sonntag im Monat ist der Eintritt gratis 😊 (Musée des Abattoirs beispielweise, auch das Capitole lohnt sich von innen zu sehen)

**Markt:** die beste Möglichkeit um ausgefallenes und super frisches Gemüse, Brot, Käse, ... zu kaufen und am Sonntag Mittag mit Stil Wein zu trinken – es gibt den Marche Victor Hugo und Jean Jaures, den Marche Carmes (jeden Vormittag) sowie einen Markt und Flohmarkt bei der Eglise Saint Aubin.

**Sport:** der Unisport bietet unzählige Möglichkeiten, im Winter Ski-Ausfahrten, im Frühling / Sommer windsurfen, Wandern, Klettern,... . Man findet alles auf der Website SCUAPS. Wer gern klettert findet ein recht preisgünstiges Abo-Angebot in den Kletterhallen „Altissimo“ (140 Euro für 3 Monate).

Außerdem fahren ziemlich günstig Flixbusse, Blabla cars und Züge zu allen Orten in der Nähe – absolut sehenswert sind Albi, Cordes-sur-Ciel, Carcassonne und der Strand und die Pyrenäen sind natürlich auch nicht weit (hier lohnt sich ein Auto). Auch Barcelona, Bordeaux, Montpellier, Marseille, Provence... sind in absoluter Reichweite für ein (langes) Wochenende.

## Tipps

Lebensmittel sind recht teuer, deshalb lohnt sich hin und wieder ein Ausflug zu Lidl oder Aldi.

Es lohnt sich definitiv ein Fahrrad zu kaufen, man kommt zwar auch super mit dem Velo Toulouse überall hin, aber so ist man doch etwas unabhängiger von den Stationen (mal auf le bon coin schauen, das ist Ebay Kleinanzeigen).

Leute lernt man eigentlich von selbst kennen und es gibt auch einige Veranstaltungen von der ESN wie zb Ausflüge nach Albi, Weintasting, Ski-Wochenende, bei denen man teilnehmen und definitiv Leute kennenlernen kann. Im Wintersemester gibt's davon mehr als im Sommer.

Wie man bestimmt an meinem schier endlosen Erfahrungsbericht aus Toulouse schon merken kann hatte ich ein unglaublich tolles Semester in Frankreich, hatte einen Heidenspaß mit wunderbaren Menschen, habe wahnsinnig viel Medizinisches gelernt und mein Französisch hat sich nach anfänglichen Schwierigkeiten unfassbar verbessert. Ich kann die Stadt und generell ein Erasmus-Semester nur empfehlen! 😊 Am Ende habe ich es auch wirklich bereut, nur ein Semester statt zwei dort zu verbringen, da es durchaus 2 Monate gebraucht hat, bis ich mit der Sprache klarkam und mich mal mit allem zurecht gefunden habe!