

Letzte Woche bin ich aus meinem Studienaufenthalt im Rahmen des Erasmus-Programms an der Université Paris Descartes zurückgekommen, wo ich 9 Monate Studium + 1 Monat Famulatur verbracht habe.

Dies nehme ich hier zum Anlass für eine kleine Rekapitulation meiner Erfahrungen aus dem vergangenen Jahr - auch und insbesondere für die nächste Erasmus-Generation, welche es in die französische Hauptstadt verschlägt.

#ORGAKRAM

Auf organisatorischer Ebene beginnt die Arbeit etwa ein halbes Jahr vor Abreise, ausgenommen der Vorbereitung mittels Sprachkursen etc. für die Bewerbung auf einen Austauschplatz. Dies beinhaltet insbesondere Kontaktaufnahme mit der betreuenden Heimatuniversität (in meinem Fall FU für die Fakultät der Charité) und der Gastuniversität, Wohnungsorganisation, Informieren über das Curriculum dort, ggf. Verlegung von nicht ableistbaren Kursen in das Semester davor, etc. Dies bedeutet im Großen und Ganzen viel Bürokratie, ist jedoch kein Hexenwerk.

Wir Erasmus-Studierende in Paris hatten Glück mit unserer französischen Koordinatorin Mme Mazerat aus dem Internationalen Büro, die zuverlässig unsere Wünsche bzgl. Kursen und Praktika umsetzte aber auch uns allen einen Schlafplatz im Wohnheim verschaffte. Mir wurde zuerst ein Zimmer im Wohnheim Ornano des CROUS (=dortiges Studentenwerk) angeboten, welches ich allerdings nicht wahrgenommen habe, da sämtliche Krankenhäuser für meine Praktika sich im Süden befunden haben. Mit ziemlich viel Glück habe ich auf Nachfrage bei Mme Mazerat einen freigewordenen Platz in der Résidence Jean Sarrailh bekommen im 5. Arrondissement. Um erste soziale Kontakte zu knüpfen ist ein Zimmer im Studentenwerk sehr empfehlenswert - sehr viele meiner späteren Freunde habe ich auch dort kennengelernt. Es ist eine sehr internationale Umgebung, da es für die Franzosen fast unmöglich ist dort ein Zimmer zu bekommen, was alles in allem sehr bereichernd war.

Es ist hilfreich, sich im Klaren zu machen, welche Dokumente vor Anreise organisiert werden sollten (z.B. internationale Geburtsurkunde für die Beantragung von ALP (Mietzuschuss der CAF), eine Hausratversicherung bei der Zimmerübernahme im CROUS,...). Einmal französisches Bankkonto, SIM-Karte und fixe Adresse organisiert hat man schon halb gewonnen. Ich bin 10 Monate geblieben und würde (falls es sich für euch zeitlich rechnet) raten den Pass Navigo (Abo für die öffentlichen Verkehrsmittel) am Anfang eures Aufenthalts zu machen. Bei früherer Abreise als einem Jahr kann man eine vorzeitige Kündigung des Abos beantragen, sodass man ein paar Monate zurückerstattet bekommen kann. Falls man die Möglichkeit hat, an einem Einführungsprogramm/Sprachkurs der Uni vor Ort zu machen - wahrnehmen! Mir ist es dadurch sehr leicht gefallen erste Kontakte zu knüpfen, sich hier und da ein paar Tips zu holen wie es grundsätzlich läuft und außerdem entlastet es die ersten Uniwochen, wenn man den organisatorischen Kram etwas vorziehen kann.

#UNILEBEN

Im französischen System besteht ein typischer Unitag im Medizinstudium aus einem Halbtags-Praktikum, „stage“, in Kombination mit Vorlesungen am Nachmittag. Man kann bereits ahnen, dass ich daher hier nicht das „typische“ Erasmus-Jahr verbracht habe: das französische Medizinstudium zeichnet sich durch seinen fordernden Charakter, auch bzw. vor allem für ausländische Studierende, aus.

Der Beginn des Studienjahres wahr für mich tatsächlich etwas unerwartet hart - da lernt man 5 Jahre Französisch in der Schule, hängt noch ein Jahr Auffrischkurs vor dem Erasmus an und versteht trotzdem am ersten Tag nur Bahnhof! Retrospektiv würde ich sagen, dass ich etwa 3-4 Monate gebraucht habe, um mich die in Sprache einzuhören. Glücklicherweise lagen danach also gut ein halbes Jahr noch vor mir, sodass sich die Eingewöhnungszeit gelohnt hat. Meine Empfehlung ist demnach auch mindestens 9 Monate, wenn nicht ein Jahr Erasmus zu machen - ein Semester ist definitiv zu kurz.

Als eine große Bereicherung empfand ich die Nachtdienste hier, auch „garde“ genannt: in jedem Service wo es mir bisher möglich war habe ich mindestens 3 Nachtdienste wahrgenommen. In denen ist man als einzelner Studierender (im Gegensatz zur Gruppe von etwa 5 Mitpraktikanten tagsüber) einem Arzt zugeteilt. Die Einführung in die Nachtdienste, während denen man als Studierender verhältnismäßig wenig Verantwortung hat, dennoch bereits zum runden Krankenhausbetrieb beiträgt und von einem ärztlichen Betreuer quasi privaten Unterricht bei entsprechendem Engagement bekommen kann hat mir fachlich und persönlich sehr viel gebracht (kleiner Bonus: Vergütung von 50€ pro garde, doppelt am Wochenende und an Feiertagen). Als Erasmus-Student sollte man eigentlich in das stage so eingebunden sein, wie die französischen Studis. Da ich allerdings bzgl der Nachtdienste keine Mindestzahl abzuleisten hatte habe ich mich eher zur Verfügung gestellt, im Bedarfsfall die ein oder andere garde zu übernehmen, grundsätzlich dazu aber nicht verpflichtet bin.

Ich habe das französische System im 5. Studienjahr als ein sehr praxisnahes System kennengelernt, mit eingehenden Vor- und Nachteilen. Zurückblickend würde ich sagen, dass ich mich dadurch dem Arzt-Dasein ein gutes Stück angenähert und dem Medizinstudent-Dasein entfernt habe, auf der anderen Seite (so plakativ es klingen mag) die exzellente Ausbildung an meiner deutschen Heimatuni zu schätzen weiß: Kleingruppenunterricht bis in die hohen Semester, Unterricht am Krankenbett jede Woche auf in einer anderen Fachrichtung, ein Organisationsapparat, der alles in allem rund läuft und eine Infrastruktur von der man hier teilweise träumen kann (z. B. Moderationskoffer und Computer in jedem Unterrichtsraum).

#LAVIEPARISIENNE

Nun vielleicht ein paar Worte zur etwas unterhaltsameren Seite als der medizinischen von Paris :-)

Paris hat ein so unglaublich großes Angebot in gefühlt allen Kategorien an freizeitleichen Aktivitäten, die man nicht einmal in drei Leben ausschöpfen könnte. Beim Schreiben dieser Zeilen fühle ich einen nostalgischen Blues in mir hochkommen... Hier noch ein paar Tipps, die ich gerne früher gewusst hätte, um mehr davon profitieren zu können:

- **Carte citoyenne**
Das ist eine „Bürgerkarte“ von Paris. Jeder, der eine feste Adresse in Paris hat, kann sie online beantragen. Sie selbst ist erstmal an sich nicht super interessant, allerdings Voraussetzung für die Beantragung einiger der folgenden Angebote.
- **Kiosque Jeune**
Einen Zugang hierfür kann man ebenfalls online beantragen mit der „Bürgernummer“, die man mit der carte cityoenne erhalten hat. Das Prinzip hier ist ein „Kiosk“ für junge Leute unter 30, welcher Resttickets von diversen Theatern, Musicals o.Ä. für einen Spottpreis oder gar kostenlos weitergibt. Der Träger der Karte kann außerdem für eine zweite Person unter 30 ein weiteres Ticket erwerben.
- **Pass Jeune**
Dies ist ein kleines Heftchen, welches jeden Sommer von allen -26 jährigen mit einer Carte citoyenne angefordert werden kann. Er beinhaltet diverse Gutscheine, um reduzierten oder kostenlosen Eintritt in sportliche oder kulturelle Anlagen zu bekommen. Ihn kann man ebenfalls online beantragen und postalisch erhalten oder vor Ort abholen.
- **Comédie Française**
Die Comédie française Richelieu bietet günstige Tickets von 5€ für Studierende jeden Mittwoch, montags können alle Personen unter 28 Jahren sich sogar ein gratis Ticket abholen. Bei letzterem Angebot gibt es immer nur 90 Plätze zu vergeben, sodass es sich lohnt, sich rechtzeitig anzustellen (der Ticketverkauf beginnt eine Stunde vor Vorstellungsbeginn, sodass man schon 2 Stunden vorher da sein sollte).
- **Kino**
Paris hat eine sehr große Kinokultur, was man an den vielen kleinen Programmkinos in der Stadt merkt. Falls man ein regelmäßiger Kinogänger ist (oder es hier werden möchte) kann man hier ein Abo ausprobieren für 16,90€ im Monat. Als ich dort war gab es die 6-monatigen Abos nur in der Kette Gaumont Pathé, welche leider nicht so viele Häuser haben wie UGC (bei denen auch die ganzen Programmkinos mitmachen). Einfach mal nachfragen, evtl. hat sich das ja bis zu eurem Aufenthalt geändert.
- **Museen**
Etwas was ihr als junge Menschen in Paris unbedingt machen müsst: kostenlos ins Museum gehen! Der Großteil der Museen ist staatlich und somit gratis für alle -26 jährigen Europäer. Für die tarifpflichtigen ist oft der erste Mittwoch im Monat kostenlos. Ihr werdet bestimmt zu genüge eure eigene To-Do-Liste machen, allerdings waren meine Favoriten u.

A. das Musée Rodin, die Fondation Louis Vuitton, die Cité de Science et de l'Industrie, der Petit Palais, sowie viele kleine Galerien mit tollen Ausstellungen.

- Märkte

Ein weiteres Highlight in Paris ist die Marktkultur. In jedem Quartier gibt es mehrere Wochenmärkte, die allerlei Köstlichkeiten bereithalten - einmal durchfressen bitte.

#VOYAGEVOYAGE

Dank der zentralistischen Struktur von Frankreich ist Paris sowohl national als auch international angebunden. Wochenendtrips mit Bus (Flixbus, Ouibus) oder Bahn (Ouigo) in die Normandie, Richtung Bordeaux oder noch weiter in den Süden sind sehr empfehlenswert. Ich habe auch in Brüssel ein paar Tage verbracht, welches auch etwa nur 3h mit Bus von Paris zu erreichen ist. Die Reiselust unter den Erasmus-Studis war sehr hoch, von dem her kann ich es nur nahelegen, in diese Euphorie einzusteigen und Europa etwas mehr zu entdecken.

#PARDONMYFRENCH

Sprachlich würde ich euch nahelegen (so banal es klingt) ein Vokabelheft im Alltag zu führen. Ich habe mir so oft von netten Franzosen Redewendungen, Ausdrücke und Begriffe erklären lassen, die ich schon am nächsten Tag nicht mehr wusste, weil ich sie nicht festgehalten hatte. Außerdem hat es mir sehr viel gebracht französische Bücher zu lesen und nebenher einen Zettel zu führen mit all den Vokabeln, die ich nicht verstanden hatte (nicht abschrecken lassen von der Länge der Notizen). Wenn man alles danach im Wörterbuch nachschlägt, ist es als ob man die Geschichte ein zweites mal neu versteht.

Lasst euch von der anfänglichen höflichen Distanz der Franzosen nicht beirren - nach etwas Zeit tauen sie auf und sind hochmotiviert euch ihre Kultur näherzubringen. Ich hatte vor allem in den letzten 3-4 Monaten und auch nach meiner Abreise engen Kontakt mit französischen Studis, nicht nachlassen also!

Falls ihr die Möglichkeit habt würde ich jedem nahelegen, einige Sommermonate in Paris zu verbringen. Die Stadt zeigt sich, vermutlich wie jede andere auch, bei wärmeren Temperaturen von ganz anderem Licht. Viele Leute gehen ab Juli in den Urlaub, sodass es überall weniger überfüllt ist als im Mai/Juni. Es gibt sehr viele Rooftop-Bars, Picknicks und kostenlose Tanzkurse an der Seine, etc zu entdecken - alles in allem eine tolle Atmosphäre, die man mitnehmen kann.

Ich freue mich schon bereits auf meine nächste Reise nach Paris, mein Jahr Erasmus dort war für mich erst der Anfang einer großen Liebe...

#MERCİ

Ein großes Dankeschön an dieser Stelle an sämtliche Personen, die am Projekt Erasmus mitwirken und uns Studierenden diese unglaubliche Chance möglich machen -
Sacrée l'union européenne!