

## Erasmusbericht Marseille WiSe 2014/2015 und SoSe 2015

Der folgende Erasmusbericht soll bei zwei verschiedenen Überlegungen unterstützen; ich habe versucht, in Teil 1) und bis zur Hälfte von Teil 2) Interessantes für Interessierte anzugeben, sodass ihr entscheiden könnt, ob eine Bewerbung für Marseille für euch in Frage kommt. Danach habe ich detaillierter insbesondere für diejenigen geschrieben, die tatsächlich nach Marseille gehen werden. Dabei habe ich versucht, vor allem alles „Administrative“ genauer auszuführen und nur ein paar weitere Tipps zur Stadt zu geben – den Rest findet ihr für euch auch vor Ort heraus :-)

- 1 Die Stadt
- 2 Das Studium
  - Studium in Frankreich
  - Was in Marseille möglich ist
  - Famulaturen im Erasmus
  - Wie läuft's konkret ab
  - Stages-Evaluation und Empfehlungen
- 3 Leben in Marseille
  - Wohnen
  - Wohngeld
  - Handy
  - Bankkonto / Geld
  - Verkehr / Fortbewegung
  - Sportkurse
  - Sprachkurs
  - Angebote der Stadt / Uni
  - Ausflüge und Verkehrsmittel
  - Kultur
  - Nachtleben
  - Sonstiges
- 4 Empfehlungen

### 1 Die Stadt

Marseille gilt als zweit- bzw. drittgrößte Stadt Frankreichs (darüber streiten sich Marseille und Lyon). Da Frankreich ein zentralistisch organisiertes Land ist, ist Marseille lang nicht so groß wie Paris, aber mit knapp unter einer Million Einwohner\_innen schon eine Hausnummer. Am Ausbau der öffentlichen Verkehrsmittel und an den Ausgelmöglichkeiten werdet ihr allerdings merken, dass ihr nicht immer auf eure (von Berlin verwöhnten) Kosten kommt. Trotzdem ist es eine kulturell sehr lebendige Stadt, vor allem seitdem sie 2013 europäische Kulturhauptstadt war. Außerdem hat diese Stadt in ihrer 2600 Jahre alten Geschichte schon viel mitgemacht.

Marseille ist eine Mittelmeerstadt, insofern gibt es im Durchschnitt 300 Sonnentage im Jahr. Trotzdem sollte davor gewarnt werden, dass es auch mal sehr stark regnen kann (gute Regenjacke einpacken), dass viele Häuser nicht gut für den Winter gerüstet sind (durchaus an Pullis denken!) und dass das ganze Jahr über immer mal wieder der Mistral wehen kann. Das ist ein ziemlich starker Wind, der alles gleich 10 Grad kälter erscheinen lässt. Ansonsten ist der Herbst natürlich kein Vergleich zu Berlin, vor allem wenn mindestens bis Anfang Oktober noch gebadet werden kann und wenn es durchgehend graue regnerische Tage nicht gibt. Den Frühling und Sommer muss ich da nicht einmal erwähnen; das fühlt man sich immer wieder wie im Urlaub!

Zu den *Marseillais*: Da Marseille eine wichtige Hafenstadt des Mittelmeeres ist und Frankreich einige Einwanderungswellen erlebt hat – sei es Anfang des 20. Jahrhunderts aus Italien oder nach dem algerischen Unabhängigkeitskrieges Algerienfranzosen\_französinen – ist die Bevölkerung der Stadt sehr gemischt. Dadurch kann man hier spannende Läden, Restaurants und Märkte finden; auch durchaus andere als in Berlin. Denn die (nord-)afrikanische Kultur und Küche ist hier viel stärker vertreten :-)

Es gibt viele, sehr unterschiedliche Gründe, sich für Marseille zu interessieren und zu bewerben.

In und um diese Stadt kommen „Outdoorfans“ auf ihre Kosten. Das Meer ermöglicht viele Wassersportarten und die ersten Strände sind schnell zu erreichen. Außerdem liegen die Calanques direkt vor den Toren der Stadt; als Gebirge direkt am Meer eignen sie sich wunderbar zum Wandern und (richtig ausgestattet) zum Klettern; sie sind fjordförmig, sodass es immer wieder schöne Buchten zum Baden gibt. Und sie sind flächenmäßig so groß, dass man schnell seine Ruhe hat. Zudem gibt es mit dem Fahrrad (oder Bus/Bahn) die Möglichkeit, weitere Orte in der Umgebung zu entdecken.

Andere interessieren sich mehr für die Hafenstadt Marseille, in der es noch viele kleine Fischerhäfen gibt (z.T. noch in Betrieb); für die „Hauptstadt“ der Provence, von der aus die kleinen typisch provenzalischen Städtchen und Dörfer schnell zu erreichen sind und in der Pastis (Anisschnaps), Olivenöl und Lavendel in jeden Haushalt gehören.

Konkretere Tipps und Angaben zur Stadt gibt's dann unter 3) Leben in Marseille und 4) Empfehlungen.

Zum Abschluss sei noch eine Bemerkung erlaubt: In Marseille erzählt man sich, dass man diese Stadt entweder liebt oder hasst. Die einen sehen in ihr eine schmutzige, laute, unfreundliche und chaotische Stadt, in der sie sich aus ausbildungs- oder arbeitstechnischen Gründen aufhalten müssen – die anderen verlieben sich einfach in den besonderen Charme und Charakter dieser Stadt und seiner Bewohner\_innen. Vielleicht in Vorbereitung einige sehr schöne und treffende (französische) Zitate über die Stadt. Wer dort gelebt hat, wird sie verstehen :-)

<http://defigrandesecoles.lexpress.fr/ecs-iej-marseille/25-citations-litteraires-sur-marseille/>

## **2 Das Studium**

### **- Studium in Frankreich**

In Frankreich wird nach dem ersten Studienjahr eine große Prüfung (*concours*) geschrieben, bei der alle Teilnehmenden nach ihren Ergebnissen gelistet werden. Es ist die gleiche Prüfung für Humanmedizin, Zahnmedizin, Pharmazie, Physiotherapie, Gesundheits- und Krankenpflege etc. Je nach Listenplatz kann man dann einen Studienplatz in Humanmedizin bekommen. In Marseille gelingt dies 10 % der antretenden Personen. Das erste Studienjahr in Frankreich besteht also aus enormem Druck, viel Lernen und quasi inexistentem Sozialleben.

Im 2. und 3. Studienjahr werden, ähnlich wie in Deutschland, vor allem die Grundlagen vermittelt. Im 2. Studienjahr ist man für U-Kurs-Äquivalente in Kliniken eingeteilt und lernt die Basisuntersuchungen. Außerdem werden wichtige Anamneseinhalte in Vorlesungen vermittelt. Im 3. Studienjahr geht es dann drei Mal die Woche für jeweils 5 Wochen auf unterschiedliche Stationen. Dies soll vor allem noch mehr klinischen Einblick und mehr Übung ermöglichen. In der Praxis gibt es in der Regel zu wenig konkrete Vorgaben und die Studis werden sporadisch mit einbezogen.

Das vierte bis sechste Studienjahr ist sehr klinisch ausgerichtet. Es ist das sogenannte *externat* (die Studis sind dementsprechend die *externes*). Die Veranstaltungen bestehen aus Kursen (=Vorlesungen) und *stages hospitaliers*. Das sind Praktika in der Klinik, die in Marseille immer werktags und vormittags stattfinden. Die französischen Studierenden bleiben jeweils 10 Wochen auf einer Station. Sie erhalten dafür sogar einen gewissen Lohn (150-250 €). Dazu kommen noch Dienste sowie bei eigentlich allen Studis ab dem 5. Jahr noch zwei Mal die Woche *conférences*, die an privaten und teuren „Instituten“ für den *concours* am Ende des Studiums vorbereiten (die sogenannten ECN). Die ECN bzw. der Listenplatz entscheidet nämlich darüber, wo und was man als Facharzttrichtung machen kann.

#### - Was in Marseille möglich ist

In Marseille sind die Kursplanung und die Planung der *stages* etwas umständlich. Tatsächlich ist es erstens ein Problem, dass einige für uns relevante Module im 3. Jahr stattfinden (wo noch keine richtigen *stages* stattfinden und deswegen die Vorlesungen oft vormittags sind), d.h. wir müssten uns zwischen Module und *stages* entscheiden. Da gleichzeitig keine Anwesenheitspflicht für Erasmusstudierende in den Kursen herrscht, wäre es tatsächlich möglich, sich dafür einzuschreiben und die Prüfungen mitzuschreiben und gleichzeitig vormittags immer im *stage* zu sein. Allerdings wäre das extrem anstrengend und schwierig! Das zweite Problem liegt in der Kombination an Kursen, die wir benötigen. Es gibt nur zwei Situationen (s.u.), in denen ihr überhaupt die gewünschten Kurse innerhalb eines Semesters absolvieren könntet.

Soviel zum Komplizierten. Die einfache Lösung für Marseille und Berlin: Wir dürfen „nur“ *stages* belegen und diese als Module anerkennen lassen. Da wir keine Kurse belegen und es in Marseille eh nur Vorlesungen gibt, gibt es auch sonst keine Veranstaltungen. Das bedeutet: viel Freiheit aber natürlich auch viel Eigenverantwortung! Ihr werdet keine Prüfungen schreiben müssen und somit von außen keinen Druck bekommen, zu lernen. Gleichzeitig müsst ihr den Stoff natürlich zum SteX draufhaben, also sollte ihr euch schon auch mal hinsetzen und büffeln :-)

Noch zwei Anmerkungen, bevor's an die Übersicht geht: *Stage* bedeutet in Marseille, dass das für die Erasmus-Studis nur organisiert wird, wenn es mindestens 4 Wochen sind. Zweiter Punkt: Für einige Module reicht es nicht aus, EIN Fach über 4 Wochen am Vormittag im *stage* zu absolvieren. Für die Anerkennung müsst ihr euch selbst noch eine Woche *stage* in einem anderen Fach (s.u.) organisieren. Warum selbstorganisiert? a) Wird unter 4 Wochen nichts für euch organisiert; b) ist der offizielle Kommentar der Erasmusbeauftragten in Marseille hierzu, dass es nicht erlaubt ist, sich selbst etwas nachmittags zu organisieren :-)

Und zur Erinnerung: GädH aus dem 7. Semester und KIT aus dem 8./9. Semester müssen in Berlin nachgeholt werden.

#### - Famulaturen im Erasmus

Es ist möglich, Famulaturen während des Erasmusaufenthaltes zu absolvieren. Allerdings müssen hierfür einige Dinge beachtet werden: Solltet ihr für das Erasmusjahr ein Urlaubssemester beantragt haben, könnt ihr eh nur Famulaturen anerkennen lassen; Kurse, die ihr in diesem Zeitraum belegt, können in Berlin nicht angerechnet werden. Solltet ihr ein „Freisemester“ machen, heißt das, dass ihr offiziell weiterhin eingeschrieben seid, ihr habt aber keine eingetragenen Kurse an der Charité; Kurse, die ihr im Ausland macht, können angerechnet werden. Hier müsst ihr darauf achten, WANN ihr diese Famulatur absolvieren wollt. Hierfür dürft ihr euch laut LPA an die deutschen oder die französischen Vorlesungszeiten halten. Zum Beispiel könnt ihr ab der Berliner Prüfungswoche im Februar eine Famulatur in Frankreich beginnen, weil in Berlin dann die vorlesungsfreie Zeit beginnt, also die Zeit, in der Famulaturen absolviert werden dürfen/müssen. Ihr könnt euch aber auch

an die französischen Vorlesungszeiten halten. Das heißt zum Beispiel im Sommersemester, dass ihr ab Juli famulieren dürft, da ab dann keine Kurse mehr in Frankreich stattfinden. Dann müsst ihr dem LPA allerdings ein Schreiben mitbringen, in dem die französischen Vorlesungszeiten aufgelistet sind.

#### - Wie läuft's konkret ab

- Für die **Bewerbung an der Partnerinuniversität** könnt ihr euch an die Auflistung halten, die ihr von Frau Heller erhaltet. Für das Learning-Agreement müsst ihr euch nicht zu sehr unter Druck setzen. Es ist wichtig, dass ihr euch schon einmal im Vorfeld überlegt, was ich in Marseille alles belegen bzw. machen möchtet, aber ihr könnt das Agreement auch noch vor Ort mit Frau Kilman ändern.
- Frau Kilman wird euch bitten, euch **online** an der Université d'Aix-Marseille einzutragen. Ihr werdet sicher an der einen oder anderen Stelle nicht genau wissen, was ihr eintragen sollt. Allerdings ist auch das nicht so schlimm. Gebt ungefähr an, wie lang ihr in Marseille sein werdet und hangelt euch durch den Rest. Ich weiß nicht mehr, was ich dort alles angegeben habe und wurde eigentlich auch nicht wieder darauf angesprochen.
- Ihr erhaltet außerdem einen zweiten Link, um euch für das **Studierendenwohnheim (CROUS)** zu bewerben. In meiner Erinnerung ist die Seite nicht unbedingt selbsterklärend und die wirklichen Erklärungen kommen erst, wenn ihr euch schon angemeldet habt (so war's bei uns). Wichtig zu wissen ist: Je kürzer ihr bleibt, desto mehr bezahlt ihr pro Monat. Das Galinat ist mit ca. 150 € unschlagbar günstig, aber Toiletten, Duschen und Küche werden alle geteilt und das Wohnheim ist an sich okay, aber nicht so prickelnd. Das Lucien Cornil ist mit ca. 250 € auch noch gut bezahlbar, größtenteils frisch renoviert und ihr habt eure eigene Nasszelle. Beide liegen nah an der Fakultät und dem Hôpital de la Timone. Zweite wichtige Information: Die Wohnheime eröffnen im Sommer wieder nach dem 28.08 (ca.) für Neuankömmlinge; solltet ihr vorher anreisen, müsst ihr woanders unterkommen. Außerdem gibt es im Sommersemester regelmäßig Probleme, da die Studis aus dem Wintersemester länger bleiben und dann nicht so viele Zimmer zur Verfügung stehen. Ihr müsst an dieser Stelle vor allem wissen, ob ihr eher nur kurz oder für die gesamte Erasmuszeit im Wohnheim sein wollt. Falls ihr am Ende gar nicht einzieht, könnt ihr euch auch einfach abmelden bzw. einfach den ersten Betrag nicht überweisen. Mehr zum Wohnen gibt es dann unter 3) Leben in Marseille.
- Vergesst vor oder bei eurer Ankunft in Marseille nicht, genügend **Passfotos** einzupacken; in Frankreich braucht man die ziemlich oft und es schadet nicht, in der Anfangszeit immer welche dabei zu haben!
- Ihr erhaltet von Frau Kilman vor ihren Sommerferien einen **Termin**, bei dem die Kurs- bzw. stages-Wahl und alles Weitere besprochen wird. Dieser Termin liegt meist zwischen Ende September und Anfang Oktober, selbst wenn eure Kurse schon vorher beginnen. Ein bis zwei Wochen nach dem Termin geht es dann mit den stages los. Frau Kilman schreibt euch im Vorfeld, was ihr mitbringen müsst; meist sind es zwei Passfotos, Hep.B-Impfung-Nachweis bzw. Titer-Bestimmung, Krankenversicherungsnachweis (+ eventuell Zusatzversicherung für's Ausland) und Privat- und Berufshaftpflichtversicherungsnachweis. Der Termin kann zwischen 1 und 3 Stunden dauern – je nach Vorbereitung und Trubel drumherum. In Vorbereitung auf den Termin könnt ihr euch bereits überlegen, auf welche Stationen ihr wann genau gehen wollt (genaue Reihenfolge/Zeitpunkte, Fachrichtung, Chefarzt\_ärztin) und wann ihr mal frei haben wollt (z.B. Weihnachten/Neujahr oder einfach zwischendurch). Bedenkt, dass ihr mind. 4 Wochen auf einer Station bleiben müsst. Um euch für die „richtige“ Station zu entscheiden, hilft es, die Erfahrungsberichte zu lesen, euch im Internet über die jeweiligen Schwerpunkte schlau zu machen und auf der Uniseite nachzusehen, ob ihr konkretere Infos zum Ablauf erhaltet (die Seite ist etwas unübersichtlich und das ist wirklich nicht so einfach...). Wenn ihr dann Frau Kilman frühzeitig schon schreibt, „reserviert“ sie euch oft schon euren Platz auf den

jeweiligen Stationen. Meist wird nämlich versucht, dass es nur ein\_e Erasmusstudierende\_r pro Station gibt und somit kommt man nicht immer in die gewünschte Abteilung.

- Nicht vergessen: Bringt zum Termin auch den Zettel von der HU/FU mit, damit ihr die erste Zahlung von eurem **Erasmus-Stipendium** so schnell wie möglich erhaltet!
- Nach dem Termin bei Frau Kilman erhaltet ihr eine Studienbescheinigung, mit der ihr einen **Studierendenausweis** beantragen könnt (Foto nicht vergessen) sowie einen Rabatt für die öffentlichen Verkehrsmittel erhaltet (mehr unter 3) Leben in Marseille).
- Auf eurer ersten Station werdet ihr als erstes zum DAV geschickt, wo ihr eure **Arbeitskleidung** (kurzer Kittel mit kurzen Ärmeln) erhaltet sowie euer Namensschild. Sollte euer erstes stage an der Timone sein, werdet ihr wohl kein *badge* (Namensschild) und nur unter viel Diskussion euren Kittel erhalten. Die Mitarbeiterin ist ziemlich unfreundlich. An den anderen Standorten klappt es meist schneller. Der Vorteil am badge ist, dass ihr dann am Automaten immer einen neuen Kittel holen könnt und den alten einfach in die Krankenhausreinigung gebt.
- **Nützliches** für den Stationsalltag: Die App „MediSigle“ hilft bei vielen Abkürzungen weiter. Die App „Smartfiches“ ermöglicht für die meisten Fachrichtungen ein schnelles Nachlesen, allerdings mit einigen Abkürzungen, nach Items für die ECN sortiert und in der kostenlosen Version mit viel Werbung. Außerdem hatte ich immer mein „Französisch für Mediziner“-Buch in der Kitteltasche. Lernen könnt ihr mithilfe der Bücher aus der Bibliothek, Seiten wie fascicules.fr und euren eigenen (deutschen) Büchern. Beim Kaufen würde ich mich zurückhalten. Die französischen Bücher orientieren sich an den Items für die ECN und sind nicht immer thematisch nützlich aufgebaut. Ich habe deswegen hauptsächlich mit meinen deutschen Büchern gearbeitet und mir im stage wichtige Begriffe aufgeschrieben, die ich dann im Wörterbuch oder im „Französisch für Mediziner“-Buch nachgeschlagen habe. Damit bin ich ganz gut klargekommen.
- Vergesst nicht, nach der Anfangszeit auch noch die **Karte an Frau Heller** und ChIC zu schicken – mir persönlich hat Frau Heller immer sehr gut und super freundlich weitergeholfen und ich finde, da ist eine Postkarte nur eine kleines Dankesgeste :-)
- Nur ein letzter Punkt für's **Ende vom Erasmusaufenthalt**: Denkt daran, alle eure Verträge zu kündigen. Sollten noch offene Monatsabrechnungen anstehen, könnt ihr das Konto noch nicht auflösen; ich musste damals die Karte schon mal abgeben, die letzten Abbuchungen abwarten, dann das Konto von Deutschland aus leerräumen und mit einer Email mein Konto dann offiziell schließen. Mit Frau Kilman solltet ihr 2-3 Wochen vor eurer letzten Woche einen Abschlusstermin vereinbaren (nicht vergessen: Ende Juli bis Ende August ist sie meist im Urlaub!); sie fragt euch vorher, welche Unterlagen ihr da braucht. Meistens ist das ein Transcript of Record, eine Auflistung mit ECTS-Punkten (mich hat sie einfach gefragt, wie viele Punkte sie dort eintragen soll^^) und den HU/FU-Zettel, damit ihr den zweiten Teil der Erasmus-Stipendiums erhaltet. Wenn sie's nicht vergisst, könnt ihr euch noch in ihrem Gästebuch verewigen.

#### - Stages-Evaluation und Empfehlungen

Vorbemerkung: Im Laufe meines Erasmusjahres sind viele Stationen umgezogen. Die Chefärzt\_innen verändern sich nicht so schnell, aber es kann gut sein, dass ihr die jeweiligen Stationen in anderen Krankenhäusern wiederfinden werdet.

Zu den zusätzlichen Nachmittagsstages: Die wenigstens Chefärzt\_innen reagieren auf Emails. Am besten schreibt ihr einen Brief und bringt ihn auf Station vorbei, so hat es bei mir immer funktioniert. Ich habe mich übrigens nicht getraut, nach nur einer Woche mitlaufen am Nachmittag zu fragen, sondern habe immer angegeben, dass ich gern mehr über das Fach lernen würde und das ich es „leider“ morgens nicht belegen kann. Ihr könnt es auch gern mit der blanken Wahrheit versuchen :-)

Stage	Kommentar
-------	-----------

<p><b>Cardiologie</b> Hôpital de la Timone Pr HABIB (7 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Zwischen 8 und 9 Uhr begann der Tag. Einmal in die Woche gab es einen EKG-Kurs (vorbereitet von den Studis), einmal die Woche gab es einen allgemein-kardiologischen Kurs. Ein- bis zweimal die Woche war Oberarzt-Visite. Ansonsten haben die Assistenzärztinnen jeden Tag Visite gemacht. Diese Station ist auf Klappenerkrankungen und Herzinsuffizienz spezialisiert. Einer der Oberärzte kümmert sich zudem um die Pat. mit pulmonal-arteriellen Hypertonie.</p> <p><u>Aufgaben:</u> sich um die übernommenen Zimmer / Patient_innen kümmern; stattgefundenen Untersuchungen in die elektr. Akte eintragen; Blutwerte überwachen usw. Außerdem mussten regelmäßig EKGs geschrieben und interpretiert sowie arterielle BGAs gemacht werden.</p> <p><u>Fazit:</u> sehr gut organisierte Station mit der besten/sinnvollsten Visite aller Stationen, die ich in dem Jahr durchlaufen habe. Zur Visite wurden die Papier-Akte, die Pflegeakten sowie die elektr. Akte mit Medis und Blutwerten zu Rate gezogen. Alles wurde betrachtet, bevor es zu den Pat. ging und anschließend wurde ein Kommentar für die elektr. Akte verfasst. Gleichzeitig wurden einige Fragen gestellt und einiges erklärt. Für die Assistenzärztinnen war die Station extrem arbeitsintensiv, für die Studis allerdings mit all den Auskultationen von Klappendefekten, den EKGs, den Herzechos etc. sehr lehrreich.</p>
<p><b>Gastroentérologie</b> Hôpital de la Timone Pr BERNARD (4 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Zwischen 8.30 und 9 Uhr begann der Tag. Je nach Assistenzarzt ging es dann bis 12 oder 13.30 Uhr. Einmal die Woche gab es Vorträge von/für die Studis, einmal die Woche war Besprechung + Chefarztvisite. Man konnte (in Absprache mit den anderen Studis) auch eine Woche in die Diagnostik (Gastros, Kolos, Sono-Abdomen und Proktologie). Auf Station gab es immer wieder Aszites-Punktionen, die die Studis hier mehr oder weniger eigenständig durchführen (ohne Sono-Kontrolle). Ansonsten hing der Ablauf auf Station vom Assistenzarzt ab.</p> <p><u>Aufgaben:</u> sich um die übernommenen Zimmer / Patient_innen kümmern; regelmäßig mussten <i>observations d'étudiants</i> in die elektr. Akte eingetragen werden; Untersuchungen mussten beantragt und im Auge behalten werden; komplizierte Fällen mussten in der Besprechung vorgestellt werden.</p> <p><u>Fazit:</u> Ich kam eine Woche nach dem Umzug der Station, mitten auch im Wechsel der französischen Studis. Die Einarbeitung war katastrophal und die Betreuung unklar. Dafür war die Woche in der Diagnostik super, weil mir als einzige Studentin viel erklärt wurde und ich viel Unterschiedliches sehen konnte. Die Station nannte die Arbeit der Studis „eigenständig“ bzw. „eigenverantwortlich“, ich fand es eher schlecht betreut. Der Höhepunkt war der Chefarzt, der mich zum Gespräch bat, um mir fachliche Fragen zu stellen, bevor er meine Beurteilung ausfüllte. Ist mir nur einmal im gesamten Jahr passiert.</p>
<p><b>Chirurgie orthopédique et traumatologie</b> Hôpital Nord Pr CURVALE (4 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Um 8 Uhr begann die (kurze) Morgenvisite. Mittwochs wurden die Patient_innen durch die Studis sowie anstehende OPs besprochen. Gegen Ende des <i>stage</i> mussten die französischen Studis Vorträge halten. Die Tätigkeiten teilten sich in <i>salle</i> (Station), <i>bloc</i> (OP) und <i>consultations</i> (Sprechstunden, Mo+Mi).</p> <p><u>Aufgaben:</u> Auf Station musste man früh antanzen, um in einer lächerlich kurzen Visite so viel wie möglich des Gemurmeltens mitzuschreiben + die radiologischen Untersuchungen zu veranlassen. Dann wurden zwei Sätze in die elektr. Akte</p>

	<p>geschrieben und Entlassungspapiere vorbereitet. Oft war um 10.30 Uhr Schluss. Wenn man für die OPs eingeteilt war, begann der Tag gegen 8.45 Uhr. Meist konnte man einfach daneben stehen, steril angezogen kann man näher ran. Bei Hüft-OPs musste ein Studi Haken halten. Bei Ärzt_innen-Mangel (Urlaub etc.) konnte man auch mal „assistieren“. Wenn man für die Sprechstunden eingeteilt war, so hat man meist die Voruntersuchung und –befragung übernommen, bevor der Prof dann kam.</p> <p><u>Fazit:</u> Ich habe noch nie so wenig in einem <i>stage</i> gelernt. Aber das liegt an der Orthopädie allgemein und nicht an diesem <i>service</i>. Auf Station bekommt man nichts mit und man interessiert sich eh nur für die Wunde und die Schmerzen der Pat.; Erklärungen gab es nicht. Die Besprechungen waren wahnsinnig schlecht organisiert, sodass man auch nicht viel mitbekam (oder nichts verstanden hat). In der Sprechstunde hat man leider keine Untersuchungstechniken vermittelt bekommen. Der Vorteil waren tatsächlich die OPs. Denn die hätte ich in Deutschland nie mitbekommen. Und durch das vielfältigere Profil dieser Station waren es nicht nur Hüften oder Knie, sondern auch Füße und einige Knochentumore.</p>
<p><b>O.R.L.</b> Hôpital de la Timone Pr DESSI (8 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Wie auf anderen chirurgischen Station startete der Tag mit einer Übergabe + Visite um 8 Uhr. Mo, Mi, Fr waren Sprechstunden-Tage, Di und Do waren OP-Tage. Zum Teil wurden Kurse für die Studierenden organisiert. Ein- bis zweimal die Woche gab es eine Chefarzt- bzw. stellv. Chefarzt-Visite.</p> <p><u>Aufgaben:</u> auf Station wurde die Assitenzärzt_innen unterstützt. Je nach Person wurde die elektr. Akte ergänzt, vor allem aber die Entlassungspapiere verfasst. Anschließend ging es entweder in die Sprechstunde oder in den OP. In der Sprechstunde der Assistenzärzt_innen waren die Fälle weniger spannend, dafür konnte viel selbst untersucht werden. In der Sprechstunde der Oberärzte wurde viel erklärt und oft konnte über eine Kamera/Bildschirm die Untersuchung nachverfolgt werden. Im OP stand man meist „nur“ dabei, konnte sich auf Nachfrage aber oft auch steril anziehen und zumindest Haken halten (und mehr sehen).</p> <p><u>Fazit:</u> Ich war 8 Wochen auf der Station, da ich 4 Wochen Famulatur rangehängt habe. Ich war hauptsächlich im allgemeinen Stationsbereich, der verschiedenste HNO-Erkrankungen betreut. Der andere Flügel der Station hatte fast ausschließlich Tumor-Patient_innen. Die Ärzt_innen waren alle sehr freundlich und haben viel erklärt. Dadurch wurden die Sprechstunden auch sehr lehrreich. Im OP konnte man dafür sehr viel Unterschiedliches sehen – von Cholesteatom-Eingriffen mit dem Mikroskop über Parotisbiopsien, Nasen- und NNH-Eingriffen bis hin zur Thyreodektomie.</p>
<p><b>Neurologie</b> Hôpital de la Timone Pr PELLETIER (4 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Gegen 8.30 Uhr startete der Tag mit der Übergabe. Danach sind die Assistenzärztinnen mit mobilen Computer über die Station gelaufen und haben mehr oder weniger versucht, die Patient_innen „abzuarbeiten“. Die Visiten mit den Oberärzt_innen waren unregelmäßig, der Chefarzt hat in der gesamten Zeit nie eine Visite gemacht. Einmal die Woche gab es einen Kurs für die Studierenden, außerdem gab es eine Fallbesprechung durch die Assistenzärzt_innen.</p> <p><u>Aufgaben:</u> die übernommenen Zimmer/Patient_innen betreuen und untersuchen; bei Interesse konnte bei den Visiten vorgestellt werden; die Studis machten unter Anleitung die Lumbalpunktionen.</p> <p><u>Fazit:</u> Die Station teilt sich in Stroke Unit, MS-Station und restliche</p>

	<p>Station. Ich war (krankheitsbedingt) nur auf der MS-Station, wo die Abläufe nicht immer strikt waren und man nicht immer wusste, was man tun sollte. Es gab auch ein paar andere Erkrankungsbilder, aber der Fokus war die MS. Der dritte Teil der Station wäre auch sehr empfehlenswert, da die Diagnostik dort sehr komplex ist, weil die Erkrankungsbilder oft unklar sind. Auf jeden Fall ist Eigeninitiative und Nachfragen gefordert, um so viel wie möglich mitzunehmen! Die Station bietet hierfür aber 'ne gute Grundlage.</p>
<p><b>Psychiatrie</b> Hôpital Sainte-Marguerite Pr AZORIN (4 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Der Tag fing um 9 Uhr an und ging nie länger als 12 Uhr. Einmal die Woche war Visite, einmal die Woche gab es eine große Teambesprechung. Auf dieser Station haben die Ärzt_innen jeden Tag kurze Pat.-Gespräche geführt, zu denen wir manchmal mitkommen durften; von den Therapieangeboten (Mal-, Musiktherapie etc.) haben wir nichts mitbekommen und die psychologische Betreuung war (unverständlicher-weise) minimal.</p> <p><u>Aufgaben:</u> Die Studis sind auf psychiatrischen Stationen für die körperliche Untersuchung zuständig. Alle Patient_innen müssen komplett internistisch/neurologisch untersucht werden und bekommen ein EKG. Die QTc-Zeit muss regelmäßig ausgerechnet und überprüft werden.</p> <p><u>Fazit:</u> Da die Assistenzärztinnen frisch eingearbeitet wurden, waren oft zu viele Menschen bei den Gesprächen, sodass wir wenig davon mitbekommen haben. Also bestanden die (kurzen) Vormittage vor allem aus körperlichen Untersuchungen und EKGs. Fragen konnten aber gestellt werden und man hat vor allem die Diskussionen rund um medikamentöse Therapieoptionen viel mitbekommen.</p>
<p><b>Maladies infectieuses et tropicales (MIT)</b> Hôpital Nord Pr BROUQUI (4 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Der Morgen startet gegen 8.30 Uhr, der Vormittag kann bis kurz vor 14 Uhr gehen... Fast jeden Tag ist Visite, Freitag ist Besprechung (Infektionen in der Welt) + Chefarztvisite. Die französischen Studis müssen einmal in der Woche ein infektiologisches Thema vorbereiten.</p> <p><u>Aufgaben:</u> Die eigenen Zimmer/Patient_innen betreuen, die Vorgeschichte oft bis ins kleinste Detail aufarbeiten, die <i>constantes</i> (RR, °C etc.) im Blick haben, Vorstellung in der Visite, Uptodate-Recherchen zu allen möglichen Themen, Entlassungsbriefe, Zusammenfassung der Pat.-Geschichte nach einem ganz speziellen Muster.</p> <p><u>Fazit:</u> An der Aufgabenliste ahnt man schon, dass dieses stage kein Spaziergang war. Die Vormittage sind lang, man ist nie gut genug auf die Fragen in der Visite vorbereitet, alle sind gestresst (auch wenn sie freundlich sind) und man bekommt eigentlich wenig über Infektiologie beigebracht. Dafür ist hier manchmal Detektivarbeit gefordert und neben den Klassikern TBC und Clostridium difficile gibt's auch einige seltenere Infektionserkrankungen.</p>
<p><b>Néphrologie</b> Hôpital de la Conception Pr BERLAND (4 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Ich war vier Wochen lang da, da es vier unterschiedliche Schwerpunktstationen im Nephrologie-Zentrum gibt: Normalstation, Intensivstation, Transplantation und Dialyse. Am späten Nachmittag gab's <i>contrevisite</i> zwischen Assistenzärzt_innen und Oberärzt_innen. Freitag-nachmittag 'ne Besprechung. Meist war ich 14 bis 18 Uhr da.</p> <p><u>Aufgaben:</u> Je nach Station konnte ich Aufnahmen machen, Patient_innen untersuchen, arterielle BGAs machen etc.</p> <p><u>Fazit:</u> Größtenteils super nette Ärzt_innen und besonders auf der</p>



	<p>Normal- und Transplantationsstation konnte ich selbst einiges machen. Ich denke nur, dass es schwierig wird, „nur“ eine Woche dort hin zu kommen :-)</p>
<p><b>Ophtalmologie</b> Hôpital de la Timone Pr RIDINGS (2 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Ich war zwei Wochen ab ca. 14 Uhr in den <i>Consultations</i> (Sprechstunden), vor allem bei den Assistenzärzt_innen. Nachmittags gab es auch noch ein paar OPs, da müsste man bei Interesse nachfragen.</p> <p><u>Aufgaben:</u> Mir wurden ein paar Untersuchungen und Messmethoden gezeigt; z.T. durfte ich selbst messen, z.T. durch ich „nachmessen“.</p> <p><u>Fazit:</u> Ich bin kein Fan der Augenheilkunde. Aber die Sprechstunde ist sehr vielseitig, da sehr viele Patient_innen aus anderen Stationen der Uniklinik dort zur Kontrolle hingeschickt werden. Es sind aber auch gerne viele schwere Schicksale, insbesondere bei Kindern, mit dabei.</p>
<p><b>Endocrinologie</b> Hôpital de la Conception Pr BRUE (2 Wochen)</p>	<p><u>Ablauf:</u> Ab 14 bis ca. 18 Uhr war ich auf der Station mit Schwerpunkt Hypophysen- und Nebennierenerkrankungen (inkl. einigen Diabetes-Patient_innen). Dienstagnachmittag gab es eine multidisziplinäre Besprechung.</p> <p><u>Aufgaben:</u> Ich durfte Aufnahmen und einfache Untersuchungen machen. Die Assistenzärzt_innen haben mich über bereits bekannte Patient_innen und das diagnostische Vorgehen auf dem Laufenden gehalten.</p> <p><u>Fazit:</u> Insbesondere dank einer sehr systematischen Assistenzärztin habe ich endlich die klinisch wirklich wichtigen endokrinologischen Fragestellungen klären können :-). Ich würde unbedingt diese Station empfehlen, da die anderen nicht so vielseitig sind und hauptsächlich Diabetes behandeln.</p>

<b>Pneumologie</b> Hôpital Nord Pr REYNAUD- GAUBERT (2 Wochen)	<p><u>Ablauf:</u> Von ca. 14 bis 18 Uhr war ich auf der Station mit Schwerpunkt Mukoviszidose und seltene pulmonologische Erkrankungen. An einigen Tagen habe ich sogar noch etwas von der Visite mitbekommen. Unregelmäßig gab es nachmittags auch Besprechungen.</p> <p><u>Aufgaben:</u> Ich habe meist eine Patient_in-Geschichte pro Nachmittag aufgearbeitet und die Aufnahme (mit)gemacht. Da auf der Station viele Mukoviszidose- sowie weitere Transplantations-Patient_innen über Jahre betreut werden, sind die Akten schon sehr umfangreich.</p> <p><u>Fazit:</u> Die Leute waren ausnahmslos super freundlich. Die Patient_innen kennen oft ihre Erkrankungen unglaublich gut und können viel erklären. Außerdem lernt man wieder viel über den Aufwand von/für Transplantationen und noch ein paar seltene Erkrankungen. Sehr sehr gutes stage!</p>
--	--

Besonders für die Wahlpflichtmodule würde ich euch empfehlen

- a) Fächer auszusuchen, die ihr euch einfach mal gern ansehen würdet
- b) z.B. chirurgische Fächer zu wählen, weil die Chirurgie von der praktischen/OP-Seite her spannender ist als nur aus dem Buch^^
- c) die Rettungsstelle, weil ihr als Studis dort sehr eingebunden seid und viel lernen könnt (die Arbeitszeiten können allerdings etwas abweichen; und macht das erst, wenn ihr euch etwas sicherer seid mit eurem Französisch^^)
- d) médecine interne, wenn ihr Lust auf komplexe Erkrankungsbilder und umfangreiche Untersuchungen habt; in Frankreich ist das keine übergeordnete „Innere Medizin“, sondern eher die Expert\_innen für Autoimmunerkrankungen :-)

### 3 Leben in Marseille

#### - Wohnen

Ich habe oben schon erwähnt, wie ihr euch für das Studierendenwohnheim bewerben könnt. Im Wohnheim werden gelegentlich Abende organisiert und ihr werdet viel mit anderen Erasmus-Studierenden in Kontakt kommen. WGs sind häufiger gemischt und ihr lebt auch mit Franzosen\_Französisinnen zusammen. Ihr könnt natürlich auch eine Kombination wählen und erst ins Wohnheim ziehen und später in eine WG. Oder ihr habt das Glück, sofort eine WG zu finden oder sogar ein Zimmer von euren Vorgänger\_innen zu übernehmen. Generell kosten die meisten Zimmer zwischen 350 und 450 €. Suchen könnt ihr über diverse facebook-Gruppen und Seiten wie leboncoin.fr (> colocation) oder appartager.fr. Am interessantesten für euch sind Wohnungen im 1., 5. und 6. Stadtbezirk.

#### - Wohngeld

Wichtig zu wissen für euch ist, dass ihr auch als ausländische Studierende Anspruch auf das französische Wohngeld der CAF (caisse d'allocation familiale) habt. Im Wohnheim sind es ca. 60€, in der WG können es gut 90 € oder mehr sein. Die zweite wichtige Information ist, dass ihr hierfür ein französisches Konto benötigt. Den Antrag könnt ihr zunächst einmal online auf caf.fr stellen. Allerdings fehlt im Online-Antrag das Formular für den Vermieter, das auch noch ausgefüllt werden muss (im Wohnheim reicht ein Nachweis, der auch dort gern ausgestellt wird). Ab jetzt braucht ihr viel Geduld. Nach der Online-Anmeldung müsst ihr bestimmte Unterlagen an die CAF schicken. Dann hört ihr lange Zeit überhaupt nichts und könnt auch im Falle eines Umzugs nichts an euren angegebenen Daten ändern. Dann meldet sich die CAF meistens noch mit zusätzlich gewünschten Unterlagen. Gerade im Wintersemester kann der gesamte Prozess seeeehr lang dauern. Ich habe im Endeffekt im

September den Antrag gestellt und im Februar das erste Mal Geld erhalten. Die meisten Unterlagen, die die CAF verlangt, sind nicht ungewöhnlich. Denkt allerdings an eure internationale Geburtsurkunde und (falls ihr die letzten Jahre gearbeitet habt) eine Art Lohnsteuerbescheinigung.

Noch ein Hinweis für diejenigen, die Auslandsbafög bekommen: Das Wohngeld wird dann vom Bafögbetrag abgezogen...

#### - Handy

Um ehrlich zu sein, weiß ich nach einem Jahr nicht mehr genau, wie ich mich letztendlich für meinen Tarif entschieden habe. Ich habe Erasmusstudis kennen gelernt, die beispielsweise über lebara (o.ä.) ihre alte Nummer behalten haben und durch ihren Vertrag sowohl mit dem Heimatland als auch innerhalb Frankreichs gut telefonieren konnten. Es gibt hier aber auch Prepaidkarten oder ihr geht bei SFR, Virgin Mobile oder ähnlichen vorbei und fragt nach den Angeboten. Ich habe mir im Endeffekt eine SIM-Karte bei free.fr bestellt (geht nur online) und habe mir dort ein monatlich kündbares Abo geholt. Mir ging es vor allem um's mobile Internet. Ansonsten müsst ihr selbst schauen, wie viel ihr sonst noch so vertelefonieren und dann entscheiden.

#### - Bankkonto / Geld

Je nach dem was ihr in Deutschland für ein Konto habt, wäre es für euch wahrscheinlich gar nicht notwendig, ein französisches Konto zu eröffnen. Außer ihr wollt das französische Wohngeld beantragen und bekommen. Dann könnt ihr entweder über das Abkommen zwischen Deutsche Bank und BNP Paribas ein Doppelkonto beantragen – oder eben in Frankreich ein Konto eröffnen.

Im Prinzip macht es für euch keinen großen Unterschied, zu welcher Bank ihr konkret geht. Es gibt zu Beginn des Semesters z.T. einige besondere Angebote, aber da ihr ja maximal ein Jahr bleibt, sind in der Regel alle Services wie Online-Banking und die Karte an sich kostenlos. Macht also einfach einen Termin bei Société Générale, BNP Paribas, LCL etc. und fragt bei eurem Termin nochmal explizit nach, damit alles für euch auch kostenlos bleibt. Solltet ihr im Laufe des Jahres in einem Fitnessstudio Mitglied werden wollen, irgendwo zusätzlich einen Sprachkurs belegen oder sonst etwas buchen/belegen, wo Monatsbeiträge fällig werden, dann passiert das in Frankreich oft noch über Checks. Ihr könnt also entweder in der Bank mit beantragen, dass ihr ein Checkheft bekommt – oder ihr stellt euch darauf ein, dass ihr dann ein bisschen über Alternativen verhandeln müsst.

Übrigens ist es in Frankreich fast überall möglich (außer z.B. auf dem Markt) mit nur sehr geringem Mindestbeitrag mit Karte zu zahlen. Man kann oft sogar schon Kaugummis mit Karte kaufen und das aller meiste wird eh mit Karte bezahlt.

#### - Verkehr / Fortbewegung

In Marseille gibt es zwei U-Bahnlinie, drei Tramlinie und ansonsten viele Busse. Die U-Bahnen fahren tagsüber im 6-Minuten-Takt, die Busse im 10- bis 20-Minuten-Takt. Außerdem fahren die U-Bahnen wochentags bis ca. 00.30 Uhr, am Wochenende bis ca. 01.30 Uhr. Die Busse fahren oft nur bis 21 Uhr, dann gibt es bis Mitternacht/ein Uhr Nachtbusse. Da die U-Bahnstationen für mich oft relativ weit von meinem eigentlichen Zielort lagen, bin ich des Öfteren einfach zu Fuß gelaufen – alles bis 30 Minuten. Vom Wohnheim aus sind die Krankenhäuser Timone und Conception eh zu Fuß zu erreichen, für St-Marguerite oder das Hôpital Nord müssen schon Bus- und Bahn genutzt werden.

Die rtm sind die Marseiller Verkehrsbetriebe. Ihr solltet euch zu Beginn einen Transpass machen lassen (dafür braucht ihr ein Foto) und – sobald ihr den Nachweis habt – den Studierendenstatus auf der Karte vermerken lassen. Auf dieser Karte könnt ihr z.B. ein Guthaben aufladen; für gut 1,20 € pro Fahrt seid ihr unterwegs – obwohl ihr hier auch

zurückfahren könnt und keine neue Fahrt berechnet wird, wenn ihr innerhalb von ca. 30 Minuten die Verkehrsmittel wieder benutzt. Ich habe meist die Guthaben-Funktion der Karte genutzt und nur in den Monaten, in denen ich in St-Marguerite oder im Hôpital Nord war (und täglich zwei Fahrten machen MUSSTE) ein Pass 30 jours jeune gekauft, für 36,70 €. Der Transpass kann auch mit der Cartreize verbunden werden – in einer Karte. Deswegen schadet es nichts, sich die Karte machen zu lassen. Und es ist umweltfreundlicher, als sich immer wieder neue 10er-Karten zu holen :-). (mehr zur Cartreize unter „Ausflüge“).

Ihr könnt euch natürlich auch gern im Fahrrad durch die Stadt bewegen. Allerdings gibt es so gut wie keine Fahrradwege, die Straßen sind wesentlich enger als in Berlin, es gibt viel mehr An- und Abstiege, es gibt viele Einbahnstraße, es gibt viele Schlaglöcher und die Autofahrer\_innen sind nicht so sehr auf Fahrradfahrer\_innen eingestellt. Falls ihr auf der Suche nach einem Fahrrad seid, könnt ihr euch dieses auf dem marché aux puces im Norden der Stadt oder über Anzeigen auf leboncoin.fr besorgen. Ihr könnt übrigens gern der Association Vélos en Ville (velosenville.org) beitreten, die euch als Mitglied eine kostenlose Werkstatt mit kundigen Freiwilligen zur Verfügung stellt. Außerdem organisiert sie des Öfteren Ausflüge und Ähnliches. Falls ihr nur sporadisch das Fahrrad nutzen wollt, könnt ihr euch für 5 € ein Ein-Jahres-Abo für die Stadtfahrräder „Levélo“ besorgen. Es gibt über die ganze Stadt verteilt viele Abholstationen und jede Strecke unter 30 Minuten ist kostenlos.

#### - Sportkurse

Ihr könnt über folgenden Link das Kursangebot durchforsten: <http://sport.univ-amu.fr/> Allerdings solltet ihr darauf achten, dass die Kurse meist Mitte September anfangen und sie sich über Aix-en-Provence und Marseille verteilen. Zur Anmeldung braucht ihr vor allem ein medizinisches Zertifikat, dass ihr an folgendem Ort beantragen könnt: <http://www.univ-amu.fr/service-interuniversitaire-medecine-preventive-promotion-sante> - hierfür müsst ihr nur bereits wissen, für welche Kurse ihr euch interessiert, da dies explizit angegeben werden muss. Eine genaue Auflistung der Dinge, die ihr dann für die endgültige Einschreibung benötigt, und der Orte, wo ihr die Einschreibung machen könnt, findet ihr hier: <http://sport.univ-amu.fr/modalites-dinscriptions> . Alle Angebote sind übrigens kostenlos.

#### - Sprachkurs

Die Uni organisiert bei ausreichender Nachfrage einen Sprachkurs. Dies kann für Medizin-Studierende etwas länger dauern (da die meisten keine Kurse belegen sondern stages machen, beginnt für sie oft das Semester später), wird aber dann über Email mitgeteilt. Eventuell könnt ihr auch nachfragen, ob ihr in der Zwischenzeit bei einem anderen Kurs, z.B. am Campus St Charles mit teilnehmen könnt. Hierfür solltet ihr allerdings das Erasmusbüro am anderen Campus befragen.

Nebeneffekt des Kurses: Wer nicht eh schon im Wohnheim wohnt und hierüber andere Erasmus-Studierende kennenlernt, der tut dies spätestens mit dem Sprachkurs :-)

Übrigens: Eher als noch zusätzlich nach Sprachkursen zu suchen, würde ich eher empfehlen, dass ihr die viele Praxis (und die vielen Gespräche) in den stages ausnutzt und einfach drauf los quatscht!

#### - Angebote der Stadt/Uni

Gerade diejenigen von euch, die im Wintersemester in Marseille sein werden, können von verschiedenen Veranstaltungen der Stadt und der Uni zur Begrüßung ausländischer Studierender profitieren. Sei es ein Willkommensabend mit Reden und Büffet, ein Willkommensnachmittag mit Taschen, Bootsfahrt und Büffet oder tatsächlich auch Ausflüge, die organisiert werden (z.B. im Februar zum Zitronenfest in Menton). Außerdem solltet ihr über facebook ‘mal bei der Marseiller ESN-Gruppe (European Students Network) vorbei schauen; die organisieren auch gerne Abende und Ausflüge. Ihr könnt auch die „Sortie d’amphi“-Seite auf facebook im Auge behalten. Darüber kommen immer wieder Angebote für

Studierende, auch gerne für verschiedene Verlosungen (z.B. für Konzerte und Stadiontickets). Zuletzt könnt ihr euch über die Uni-Seite über die „carte culture“ informieren, die euch gerade für's Theater aber auch für andere Kultureinrichtungen noch zusätzlichen Rabatt ermöglicht – sie kostet 5 € im Jahr und kann direkt in der Uni beantragt werden.

#### - Ausflüge und Verkehrsmittel

Wie oben schon angekündigt, könnt ihr euch eine sogenannte Cartreize holen. Hierfür müsst ihr am Schalter (z.B. bei Castellane oder St Charles) nur einen Antrag ausfüllen, dann wird euer Transpass der Marseiller Verkehrsbetriebe auch für die Cartreize freigeschaltet. Dadurch könnt ihr mit dem Bus für 2 € pro Tag z.B. nach Aubagne, Aix-en-Provence, La Ciotat und einige andere Städte rund um Marseille fahren.

Für diejenigen, die ein Jahr bleiben, lohnt sich die Überlegung, ob ihr euch eine Carte Jeune der SNCF (französische Bahn) holen wollt. Die kostet regulär 50 €, bei Angebot dann weniger. Dadurch erhaltet ihr Rabatt bei Zugfahrten. Gerade wenn ihr im Laufe des Jahres des Öfteren mit dem Zug durch Frankreich unterwegs sein werdet, lohnt sich die Einsparung. Allerdings muss ich an dieser Stelle sagen, dass sich in Frankreich die Gesetzgebung zu Fernbussen gerade verändert. Somit könnte es sein, dass es für euch interessante(re) Angebote mit Fernbussen geben wird als es noch bei mir der Fall war. In meinem Erasmusjahr war vor allem die Strecke Marseille-Barcelona für insgesamt 30€ mit dem Nachtbus einfach unschlagbar :-)

Noch ein letzter Punkt: Wie in Deutschland lohnt es sich auch in Frankreich, öfter mal nach günstigen Mitfahrgelegenheiten zu suchen. Über Blablacar ([covoiturage.fr](http://covoiturage.fr)) findet ihr mit Abstand die meisten und kommt z.B. für ca. 15 € in zwei Stunden nach Montpellier.

#### - Kultur

An dieser Stelle werde ich nur auf zwei Aspekte von Kultur eingehen: die Museen und der Fußball :-)

Vielleicht fangen wir hinten an: Marseille ist eine absolut fußballverrückte Stadt und ein bisschen auf dem Laufenden zu bleiben, wie's grad um „l'OM“ (Olympique de Marseille) steht, hilft, einige Stimmungslagen in der Stadt besser nachzuvollziehen. Das Stadion ist übrigens im Herbst 2014 gerade erweitert worden und fasst über 60.000 Personen. Und auch auf den billigen Plätzen ist die Stimmung toll und die Sicht gut. Einfach mal überlegen, als einmalige Marseille-Erfahrung und um die Stadt und ihre Bewohner\_innen besser verstehen zu lernen.

Marseille hat auch viele Museen zu bieten. Ich werde an dieser Stelle nur meine Lieblingsmuseen erwähnen. Das MuCem (Musée des Civilisations de l'Europe et de la Méditerranée) war das erste Nationalmuseum außerhalb von Paris und wurde für die Kulturhauptstadt 2012 errichtet. Die Dauerausstellung befasst sich mit den Kulturen des Mittelmeeres, die Sonderausstellungen bewegen sich meist zwischen Kunst, Geschichte und Religion. Besonders beeindruckend ist das Museumsgelände, auf dem man sich kostenlos bewegen kann. Das zweite Museum ist das Musée de l'Histoire de la ville de Marseille. Es befindet sich direkt hinter dem Vieux Port und erzählt die sehr umfangreiche Geschichte der 2600 Jahre alten Stadt. Wie ich finde, ein sehr gut gestaltetes Museum, mit vielen guten Audio- und Filmbeiträgen sowie kleinen Spielen für Kinder, für das man aber gut und gerne drei Stunden Zeit mitbringen sollte.

Der Rest des kulturellen Lebens Marseille findet ihr eher unter „Nachtleben“ sowie unter „Empfehlungen“ (schließlich gehört die Esskultur mit zur Kultur).

#### - Nachtleben

Diesen Teil halte ich ziemlich kurz. Es hängt nämlich ganz von eurem Geschmack ab, wo ihr euch am Ende rumtreiben werdet. Und dass in Marseille nicht so viel los ist wie in Berlin, hatte ich ja schon erwähnt.

Die meistens Bars und Restaurants finden sich rund um den Cours Julien und die Place Jean Jaurès; außerdem wird man noch rund um den Hafen fündig, selbst wenn es dort auch mal etwas teurer sein kann.

Es gibt zwei größere Musikfestivals in Marseille; Ende September findet Marsatac (Elektro) statt, mit extra-Shuttlebussen für Leute aus Aix u.v.m. Anfang Oktober folgt dann die Fiesta de Sud mit sehr bunt gemischten Musikgruppen. Beide Festivals finden in den Docks des Suds statt, einem Ort, an dem es auch sonst immer wieder gute Konzerte und Events gibt.

#### - Sonstiges

Zuletzt sei euch noch gesagt: Frankreich ist spürbar teurer als Deutschland. Insbesondere im Supermarkt wird es euch auffallen. Also: Am günstigsten kauft ihr wahrscheinlich bei Dia und Lidl ein, ansonsten könnt ihr Obst und Gemüse immer auf dem Marché de Noailles günstig bekommen.

Dafür gibt es in Frankreich bei sehr vielen Dingen einen grundsätzlichen Rabatt für Menschen unter 26 Jahren, unabhängig von ihrem „Status“. Auch 'ne schöne Sache :-)

## **4 Empfehlungen**

- Calanques: Unbedingt nutzen. Unbedingt hinfahren, wandern, baden, verweilen.

- Auto auf Korsika: Wer zwischendurch 1-2 Wochen Zeit hat. Auto mieten und mit dem Schiff rüber nach Korsika. Kommt man sonst nicht so günstig und die Insel ist einen Besuch wert.

- Pointe Rouge, Estaque: Alte Fischerhäfen, mit einem Boot der öffentlichen Verkehrsmittel in den wärmeren Monaten erreichbar, ansonsten auch mit dem Bus. Bademöglichkeiten gibt es auch.

- Mucem: Wunderbarer Ort zum Verweilen. Absolut kostenlos, wenn man in keine Ausstellung geht. Viele Plätze mit schöner Aussicht auf den Hafen oder das Meer, ideal zum Sonnen und Entspannen.

- Friche Belle de Mai: Gerade zwischen Juni und Ende September gibt es jeden Freitag und Samstag 19-23 Uhr Konzerte auf dem Dach. Ist auch einfach ein schöner Ort, um sich abends dann mit Freund\_innen zu treffen. Ansonsten gibt es hier auch ab und an weitere Konzerte und Festivals.

- Um Marseille: Nutzt die günstigen Verkehrsmittel, um auch andere Städte der Provence zu besuchen. Aix-en-Provence z.B. hat durchaus viele Studis und eine schöne Altstadt, allerdings kein Meer. Und La Ciotat hat einen schönen alten Hafen und schöne Badestellen.

- Essen: Unbedingt eine galette zur Galette des Rois (6. Januar) essen. Unbedingt zum Chandeleur (2. Februar) zum Crêpes-Abend verabreden. Dabei unbedingt eine Crêpe mit chèvre, miel und noix essen. Couscous essen – gut im ZafZaf, mit selbstgemachter Zitronenlimonade und selbstgemachter Pâtisserie als Dessert bei Minakouk oder teurer und direkt am Vieux Port bei La Kahena. Navette und Macarons aux amandes knabbern. Gute ägyptische Küche gibt es bei Nour d’Egypte – für den Brunch am Sonntag sollte man aber auf jeden Fall reservieren. Vegetarier\_innen haben’s schwer in Frankreich, aber Le Cours en Vert ist ausschließlich vegetarisch (und bio). Tapas in coolem Ambiente gibt’s bei La Tasca. Leckere Wraps für den kleineren Hunger, mit gutem Kaffee oder Tee gibt’s bei Café Théine. Chinesische Teigtaschen gibt es sehr lecker in der Maison des Raviolis.