

# ERASMUS Studierendenbericht 2015/2016

## Vorbereitung

Das wichtigste zum Thema Vorbereitung ist mit Sicherheit, alle Unterlagen für die Bewerbung zusammenzuhaben. Darüber kann man sich am besten rechtzeitig informieren. Vor allem auch, wann man was wo einschickt. Das kann am Anfang schon eine kleine Herausforderung darstellen. Das nächste ist, sich frühzeitig eine Wohnung/Unterkunft zu suchen. Dazu komme ich später genauer.

Außerdem ist es empfehlenswert, das Französisch ein wenig aufzubessern. Mir blieb leider keine Zeit, einen richtigen Kurs zu belegen, daher habe ich das über ein Internetportal gemacht und mich zusätzlich mit ein paar Lehrbüchern selbst ans Lernen gemacht. Hilfreich ist auch, sich ein französischsprachiges Buch vorzunehmen, da man so einen Weg in die Sprache findet.

Sobald man in Paris angekommen ist, lohnt es sich, eine Bank aufzusuchen und ein Konto zu eröffnen, da man es eventuell für das Gehalt braucht und für das CAF (Wohngeld), wenn man es beantragen möchte. Der ‚Prozess‘ kann sich teilweise etwas in die Länge ziehen, da es stark vom Sachbearbeiter abhängt und was der alles von einem vorgelegt bekommen möchte (da gibt es tatsächlich ‚starke Schwankungen‘). Bei der LCL Bank gibt es Studentenkonto und einen ganz guten Service. Außerdem sollte man natürlich am besten mit der Onlinebanking-Funktion seines deutschen Kontos ausgerüstet sein und etwas Bargeld dabei haben, nur für den Fall der Fälle.

Bezüglich des Versicherungsschutzes gilt es abzuklären, ob dieser europaweit gültig ist. Außerdem würde ich empfehlen, sich eine Internationale Versicherungskarte zu bestellen. Die hatte ich leider nicht, was sämtliche Behördengänge erschwert hat.

Ansonsten hilfreiche Unterlagen und Dokumente:

- noch mehr Passfotos
- Beglaubigte Kopie der Geburtsurkunde (internationale Urkunde, wenn du das CAF beantragen möchtest)
- Gesundheitszeugnis
- Zertifikat über deine Versicherung von deiner Versicherung, falls du keine internationale Karte besitzt.

## Unterkunft im Gastland

Relativ frühzeitig habe ich mich mit der Unterkunftsuche befasst und mich einfach im Bekanntenkreis umgehört. So hatte ich das Glück, sogar von Deutschland aus ein Zimmer in einer DreierWG organisieren zu können, was ich persönlich besser fand, als in ein Wohnheim zu ziehen. So hatte ich auch direkt Anschluss in Paris, da die Mitbewohner mich einfach mitnahmen, oder ihren Freunden vorstellten. Was die Wohnungszustände angeht, darf man teilweise nicht zimperlich sein. Paris ist eine Großstadt und es ist mitunter eher interessant, was als Unterkunft angeboten wird. Also fordert man am besten im Voraus ein paar Bilder an.

Neben Wohngemeinschaften und Studentenwohnheimen gibt es zum Beispiel auch die sog. „Cité Internationale Universitaire de Paris“ kurz Cité U. Dieses sehr große Gelände befindet sich im Süden der Stadt und bietet Studenten unterschiedlichster Nationalitäten in verschiedenen Häusern Wohnraum. Das deutsche Haus heißt „Heinrich Heine“. Informationen wie Bewerbungsfristen und notwendige Unterlagen sind im Internet zu finden ([www.maison-heinrich-heine.org](http://www.maison-heinrich-heine.org)). Das Bewerbungsverfahren ist etwas aufwendiger.

Von der Pariser Universität habe ich per mail das Angebot erhalten, mich für einen Platz in einem der Wohnheime zu bewerben. Diese befinden sich über das gesamte Stadtgebiet verstreut. Jedoch gibt es bei weitem nicht ausreichend Plätze für alle Studenten, sodass man sich nicht darauf verlassen sollte, dort unter zu kommen. Informationen dazu kann man ebenfalls im Internet erhalten: [www.crous-paris.fr](http://www.crous-paris.fr).

Wichtig ist unterm Strich, dass man einen Nachweis hat über das Mieter- oder Untermietersein, also nicht schwarz mietet, da man ansonsten das CAF nicht beantragen kann.

### Studium an der Gasthochschule

Die Fakultät der Paris Descartes für Zahnmedizin liegt in Montrouge, die meisten haben also einen etwas weiteren Weg. Umso besser also, dass im letzten Jahr nur an Montagen die Seminare stattfinden und das auch nur bis November. Sie sind anwesenheitspflichtig und wirklich gut, um das medizinische Fachfranzösisch zu verbessern. Viel Neues habe ich dort zwar nicht gelernt, konnte aber die unterschiedlichen Methoden Frankreich – Deutschland vergleichen und beim Behandeln ausprobieren, was ich sehr interessant fand.

Ansonsten war das Krankenhaus, in dem ich gearbeitet habe in Créteil, das Hopital Albert Chenevier. Der Bau ist ein wenig gewöhnungsbedürftig, da er eher provisorisch errichtet aussieht. Auch die Behandlungseinheiten sind eher überholt. Aber die Lehrkörper, sowohl Assistenzärzte, als auch Professoren, sind freundlich, hilfsbereit und nehmen sich immer Zeit. Außerdem hat man die Gelegenheit, Behandlungen vorzunehmen, die in Deutschland zu dem Zeitpunkt nicht vorgesehen sind – man kann also sehr viel lernen. Insgesamt muss man alles selbst organisieren, also Patiententermine, Abrechnungen, Vorbereitungen auf die Behandlungen, usw. Ich fand das wirklich gut, da man unterm Strich einen ‚realistischen‘ Job macht. Und wie viel man letzten Endes lernt, hängt ganz von einem selbst ab. Zwei Tage waren für das Behandeln von Patienten vorgesehen, ein weiterer Tag zur ‚Observation‘. Wenn man diesen Tag auch für Behandlungen genutzt hat, war das vollkommen in Ordnung.

Auf dem Krankenhausgelände befindet sich eine Mensa. Für 20 Euro kann man 10er Tickets bekommen und zahlt so nur mehr als faire 2 Euro für ein Gericht, bei dem Vor-, Haupt- und Nachspeise inbegriffen sind. Die Portionen sind reichlich und man kann sich einiges selbst zusammenstellen.

### Alltag und Freizeit

Das Leben in Paris ist eindeutig teuer, angefangen bei Lebenshaltungskosten bis hin zum Ausgehen.

Der gute Ausgleich dazu ist meiner Meinung nach, dass man in sämtlichen Museen, wenn es sich nicht gerade um eine temporäre Ausstellung handelt, mit einem Alter von bis zu 26 Jahren freien Eintritt erhält. Und es lohnt sich natürlich, das wirklich zu nutzen!

Außerdem kann man sowohl in die Opéra Bastille, als auch in den Palais Garnier oder die Philharmonie für wenig Geld, wenn man eineinhalb Stunden vor Beginn versucht, Restkarten zu ergattern.

Nun zu etwas praktischeren Dingen:

Supermärkte: da gibt es eine ganze Bandbreite. Die größeren, wie Franprix, Monoprix, Casino, etc, haben die beste Auswahl, aber auch den höchsten Preis. Dann gibt es da aber noch Dia oder Leader Price, wo man halbwegs preiswert einkaufen kann.

Metro: sie ist prinzipiell DAS Fortbewegungsmittel in Paris. Allerdings habe ich irgendwann auch die Busse für mich entdeckt, da man so auch etwas von der Stadt sieht und sich nicht nur durchs dunkle Erdreich schlängelt, um von A nach B zu kommen. Natürlich lohnt sich das nur, wenn die Wege nicht zu lang sind und man ein wenig Zeit hat. Insgesamt kann man sich am besten das sogenannte Navigo kaufen, eine Fahrkarte, die du monatlich einfach am Automaten für 70 Euro für 5 Zonen (der Preis wurde sogar im Sept. gesenkt!) aufladen kannst. Schön ist, dass sie auch für das Umland gilt und es sich so nur umso mehr lohnt, einen Ausflug zu machen.

Sonstiges einkaufen: es gibt in Paris einige Einkaufszentren wie das les Halles oder das les 4 Saisons an der Défense sowie einige Kaufhäuser wie das BHV (Basar de l'Hôtel de Ville), das Printemps und die Galeries Lafayette.

Als Einkaufsstraßen würde ich darüber hinaus die Rue Rivoli und die Rue de Rennes bezeichnen.

Ausgehen: für mich war es in Paris am schönsten, einfach abends in Bars zu gehen, da mir das Clubleben nicht sehr gefallen hat (teuer und eher Mainstreammusik). Man kann aber auch gute Clubveranstaltungen finden, wenn man ein wenig schaut. Ansonsten lohnt es sich, rund um die Rue Oberkampf oder auch die Rue Mouffetard Bars aufzusuchen. Hier gibt es preiswerte Getränke und nette, entspannte Menschen.

### Kompetenz und Lernerfolg

Insgesamt habe ich sowohl einen fachlichen, natürlich sprachlichen und auch sozialen, wie interkulturellen Zuwachs bekommen. Ich konnte, wie gesagt, sehr viel selbst regeln und ausführen und habe darüber hinaus viel gelernt und konnte mich in Routine üben.

Sprachlich gesehen ist es natürlich ein großer persönlicher Dazugewinn, dem Französisch nähergekommen zu sein. Ich denke, dass ich damit beruflich leider nicht so viel anfangen kann. Was mir besonders gut gefallen hat, war die lockerere Art und Weise der Franzosen mit Situationen umzugehen, auch Behandlungen. Es wurde nicht so ein Druck aufgebaut, dennoch aber der Erfolg verbucht.

### Sonstiges

So komme ich noch einmal zu dem Thema Wohngeld von der CAF. Hier zahlt es sich im wahrsten Sinne des Wortes aus, einen langen Atem zu haben. Man hat das Gefühl, dass zufällig Dokumente von einem gefordert werden und die Bearbeitung kann sich in die Länge ziehen. Viele geben es deshalb schon ‚unterwegs‘ auf. Wenn man aber am Ball bleibt, hat man eine nette monatliche Geldunterstützung, deren Höhe von verschiedenen Faktoren abhängt. Die kann man sich auf der Internetseite Caf.fr auch ausrechnen lassen.

## Fazit

Insgesamt würde ich ein Auslandssemester in Paris jedem empfehlen. Das kulturelle Angebot, sowie die Stadtarchitektur und das Lebensgefühl sind sagenhaft! Die Menschen, wenn man von selbst auf sie zugeht, sind sehr freundlich und hilfsbereit und man kann definitiv Freunde fürs Leben finden.

Wie bereits beschrieben, hat mir die Zeit ausbildungstechnisch dahingehend viel gebracht, dass ich mich mit anderen Methoden und Behandlungsweisen beschäftigt habe. Das führt dazu, dass man sich auch noch einmal mit vielen Dingen auseinandersetzt und sie hinterfragt. Außerdem habe ich eine viel größere Routine in die Standardbehandlungen bringen können, was für die Zukunft sehr angenehm ist.

Ab und an ist Paris etwas laut und durch das sehr dichte Stadtbild ist es gar nicht so einfach, einen ruhigeren Platz zu finden, was wirklich anstrengend sein kann. Dann lohnt es sich, wie die Pariser selbst es auch gern tun, einen Wochenendausflug in die Umgebung oder sogar in die Bretagne oder Normandie zu machen. Ausflugsziele in der Umgebung gibt es in reichlicher Zahl und vor allem sind sie überaus lohnenswert. Der Klassiker ist natürlich Versailles (allerdings zu bestimmten Zeiten von Touristen überströmt, also nicht der ideale Ausgleich), dann gibt es aber auch noch Fontainebleau, Chantilly, Giverny usw. Die Besuche dorthin haben für mich den ganzen Parisaufenthalt perfekt abgerundet.