

ERFAHRUNGSBERICHT GRENOBLE SOMMERSEMESTER 2018

Friederike, 7. Semester

VORBEREITUNG

Da ich ein wenig spät dran war mit meiner Bewerbung (für die Sommersemester ist die Frist ein Jahr vorher im Januar), habe ich sie auf den letzten Drücker während der Physikumsvorbereitung gemacht. Wenn man es entspannter haben möchte, empfehle ich schon eher Anfang des Wintersemesters loszulegen alle Dokumente zusammenzusuchen und sich gegebenenfalls um den Mobilitätstest am Sprachenzentrum zu kümmern. Danach war es bei mir kein großer Aufwand mehr, manchmal musste man auf die Antworten der französischen Koordinatorin ein wenig warten. Grenoble war eigentlich meine Zweitwahl. Ich habe Französisch in der Schule abgewählt und war dementsprechend nicht mehr sonderlich fit was die Sprache angeht. Ich habe am Sprachenzentrum zwei Kurse besucht, das hat mir in jedem Fall geholfen. Im Nachhinein bin ich sehr dankbar, dass es Frankreich geworden ist. Ein bisschen aus der Komfortzone rauszukommen hat mir sehr gut getan und mein Französisch ist mittlerweile auf einem ähnlichen Niveau wie mein Englisch und macht echt Spaß.

ANFAHRT

Auch ich konnte das Auto meiner Mutter mitnehmen, von Stuttgart aus fährt man durch die Schweiz nur sechseinhalb Stunden. Zum Skifahren Anfang des Jahres und später für die Wanderungen, fürs Klettern und Ausflüge an die Seen absolut praktisch, ich hätte nicht auf mein Auto verzichten wollen. Beim Parken kommt es ein bisschen darauf an wo man wohnt, bei mir ging es immer problemlos. Kehrseite ist das relativ teure Benzin und die Maut in Frankreich, weitere Strecken werden schnell echt teuer. Flixbus und Blablacar existieren genau wie bei uns und sind hier oft günstiger.

ANKUNFT VORORT

Mme Paillard vereinbart mit euch den ersten Termin. Die Gute ist immer ein wenig im Stress aber eigentlich sehr nett. Dort erklärt Sie euch alles, die Reihenfolge eurer Praktika, wann man wo sein muss und auch den Betriebsarzt-Check bevor ihr loslegen dürft. Ich kam in Grenoble während des laufenden Semesters an (das Semester beginnt dort Ende Januar), da ich noch in Würzburg die Klausuren im Februar mitgeschrieben habe und man nur zum vollen Monat, für mich also März, mit den Praktika beginnen darf. Deshalb waren viele der ERASMUS-Veranstaltungen, Kennenlernetreffen und auch die Möglichkeit am Sprachkurs teilzunehmen leider schon verstrichen. Auch die Anmeldung zum Unisport war für mich nicht mehr möglich. Wenn man zu den INTEGRÉ-Veranstaltungen und Ähnlichem geht, kann man dennoch relativ einfach andere ERASMUS-Studenten kennenlernen. Ich war da nicht so hinterher und von daher hat es bei mir bis zum letzten Monat gedauert bis ich in der ERASMUS-Gruppe gelandet bin. Hat meinem Französisch aber auch nicht geschadet und ich konnte mich so ganz gut integrieren.

WOHNEN

Im Endeffekt habe ich für den ersten Monat ein AirBnB-Zimmer bei einem 60-jährigen Pärchen gefunden. Hier hatte ich großes Glück, super schönes Haus und super liebe Leute. Ich bin bis zum Ende immer wieder zum Essen vorbeigegangen, war mit ihnen klettern und

auf Ausstellungen. Der Einstieg ins Französische und das Wohlfühlen in der neuen Stadt wurde mir so erleichtert.

Vorort habe ich mir dann eine WG gesucht. In Facebook gibt es Gruppen über die einiges läuft, aber ich habe die meisten Besichtigungen über leboncoin.fr und apartager.fr bekommen. Die schwierigsten Punkte bei der Suche waren die kurze Dauer für die ich bleiben wollte und dass generell viel vom Mieter verlangt wird (solidarische Mietverträge, Bürgschaft der Eltern etc.). Schließlich bin ich aber fündig geworden und habe in einem schönen Zimmer (ca. 400 Euro alles drin, die meisten Zimmer sind schon möbliert) mit drei französischen Jungs zwischen Campus und Innenstadt gewohnt. War eine super nette WG, ich habe mit meinen Mitbewohnern und deren Freunden am meisten gemacht während meines Aufenthalts. Ich würde die Zeit nicht missen wollen und habe jetzt immer einen freundlichen Ort zum vorbeischnellen.

TRANSPORT

Als es noch kalt war, bin ich viel mit der Straßenbahn gefahren. Das Krankenhaus ist sehr gut angebunden und das Monatsticket kostet unter 25 Jahren nur 15 Euro pro Monat! Später ist das Fahrrad tatsächlich sehr geschickt, Grenoble ist trotz der Berge absolut platt und man kommt mit dem Fahrrad super schnell rum. Ich hatte kein Métrovélo, aber das ist sicherlich ein gutes Angebot und man sieht die gelben Fahrräder wirklich überall.

UNIKLINIK

Generell hat sich meine Selbständigkeit zusammen mit der Sprache entwickelt, d.h. in den ersten Praktika war ich noch ein wenig gehemmt und habe noch nicht so viel Verantwortung übernommen wie in den späteren Praktika. Die französischen Studenten dürfen insgesamt viel und davon so manches ohne Aufsicht (nähen, Drainagen ziehen, Biopsien nehmen, Lumbalpunktionen...) und sie sind fest in den Klinikalltag eingebunden. Sie arbeiten fünf Tage die Woche halbtags den Assistenzärzten zu und werden dafür auch bezahlt. Jedes Praktikum wird mit einer Observation pédagogique validiert. Hierbei handelt es sich um eine kleine Powerpoint-Präsentation, in der man einen interessanten Fall oder einen Patienten mit einem gängigen Krankheitsbild vorstellt. Man muss ein wenig hinterher sein um sie rechtzeitig halten zu können, aber die französischen Studenten und anderen Erasmus-Studenten sind sehr hilfsbereit und geben gerne Tipps und Beispielvorträge, auch die Bewertung fällt in der Regel eher großzügig aus.

Urgences pédiatriques: Für mich das beste Praktikum. Die Studenten übernehmen hier den ersten Kontakt zum Patienten, die Anamnese und die erste Untersuchung. Man schreibt einen kurzen Bericht dazu und bespricht diesen dann mit den Ärzten. Danach verfolgt man den weiteren Verlauf und bekommt kleine Aufgaben wie zum Beispiel Streptotests, EKGs oder auch mal eine Wunde zu nähen.

Chirurgie thoracique: Mein zweitliebstes Praktikum. Man muss zwar sehr früh da sein, aber dafür kann man sich beim Drainagen ziehen fleißig in den chirurgischen Knoten üben und wann immer man möchte in den OP schauen. Dort ist es fest eingeplant, dass ein oder zwei Studenten zusehen und manchmal Instrumente anreichen, Haken halten oder auch mal zunähen. Außerdem ist der Chef Prof. Brichon sehr bemüht und macht einmal die Woche eine Besprechung nur mit den Studenten. Jeder stellt ein oder zwei der Zugänge vor und die Krankheitsbilder oder CTs usw. werden ein wenig besprochen.

Dermatologie: War mein erstes Praktikum, ein sehr liebes Team, die Chefin Prof. Trabelsi ist sehr cool und bereit viel zu erklären. Ich war hier noch nicht so viel auf Station unterwegs,

weil ich noch ein wenig verloren war. Die Studenten übernehmen hier besonders viele administrative Aufgaben und hängen oft am Telefon oder schreiben Mails. Deshalb war ich viel in der ambulanten Sprechstunde und der Chirurgie.

Neurologie: Hat mir nicht so gefallen, ich war allerdings auch nur in der kleinen Einheit Troubles du Mouvement und habe dementsprechend über einen Monat fast nur Parkinson und ein paar wenige Schlaganfälle gesehen. Hier war ich aber auch einfach nicht so motiviert. Wenn man fragt, darf man bestimmt auch mal in die benachbarte Epilepsie-Abteilung, den OP oder die Sprechstunde mit. Ansonsten braucht man hier Stehvermögen, jeden Morgen heißt es Visite, die dann 3-4h dauert.

KURSANRECHNUNG

Ich werde ein Semester "verlieren", da ich in Frankreich keine Prüfungen geschrieben habe. Außerdem müsste man natürlich die Fachbereiche so wählen, wie sie bei uns eben auch in einem Semester angeordnet sind. Soweit ich weiß wurden bei uns bisher nur wirklich wenige Klausuren angerechnet, bei den Praktika klappt das aber problemlos. So lasse auch ich mir das Praktikum Derma und Neurologie anrechnen. Eine Anrechnung als ambulante oder Klinik-Famulatur ist unter Umständen möglich (Beurlaubung!), das werde ich voraussichtlich mit meinen beiden anderen Praktika machen.

KULTUR UND AUSGEHEN

Grenoble ist super jung und hat einiges zu bieten. Die Museen und Ausstellungen sind wirklich nicht schlecht, es gibt ständig irgendwelche Straßen- und Streetart-Festivals oder tolle Jazz-Jamsessions und extrem viele nette Bars in denen man im Sommer auf den Plätzen sitzen kann (ich habe noch lange nicht alle gesehen).

Es gibt auch eine kleine Rap-Szene (OpenMic im L'amperage kann ich nur empfehlen, da versteht man dann wirklich nichts mehr) und auch die elektronische Musik ist in Grenoble nicht hinterher.

SPORT UND FREIZEIT

Hier wird einem wirklich nicht langweilig. Ende Februar bis Anfang April war ich noch Skifahren. Bei schönem Wetter kann man einfach spontan hochfahren und ist in 35 Minuten in Chamrousse oder Les Sept Laux, wenn man eine Stunde fährt schon in Les Deux Alpes und Alpe d'Huez. Außerdem habe ich das Klettern angefangen. Es gibt super Kletter- und Boulderhallen, in denen sich ein Abo wirklich lohnt (Espace verticale zum Beispiel mit Zugang zu zwei verschiedenen Hallen), und natürlich im Sommer auch eine große Auswahl an Kletterspots die einfach zu erreichen sind. Wenn der Schnee dann mal geschmolzen ist (tatsächlich erst Mai/Juni), kann man superschöne Wanderungen in den drei Bergmassiven Chartreuse, Belledonne und den Vercors machen. Ich war dann eigentlich jede Woche in den Bergen unterwegs, am Ende auch mehrmals über Nacht mit dem Zelt, das war einzigartig! Ein großer Trend, an dem man in den Parks von Grenoble eigentlich nicht vorbei kommt, ist das Slacklining und wer gerne schwimmt hat viele Seen in der Umgebung zur Auswahl. So konnte ich auch abseits des Unisports vom Sportangebot in Grenoble profitieren. Wenn man die Möglichkeit hat, würde ich den Unisport aber in jedem Fall ausprobieren, man hört nur Gutes.

Für Wochenendausflüge bieten sich Lyon und Genf an, aber auch ans Meer nach Marseille oder Montpellier sind es mit dem Auto nur drei Stunden. In zwei Stunden ist man in der Ardèche zum Kanufahren und viele sind auch mal nach Mailand oder Turin gefahren.

FAZIT

Die praktische und anwendungsbetonte Lehre in der Uniklinik hat mich sehr motiviert und ist eine angenehme Abwechslung zum gewohnten Studium. Durch den monatigen Wechsel des Fachbereichs und die vielen Möglichkeiten sein Praktikum zu gestalten hat man die Chance in viele Disziplinen einen guten Einblick zu erhalten.

Den Fokus mal wieder auf eine Sprache zu legen fand ich sehr schön und tatsächlich bemerkt man schnell Fortschritte. Dafür ist für uns Mediziner ein Auslandsemester eigentlich eine einmalige Gelegenheit und öffnet auch die Türen für weitere Praktika und Auslandsaufenthalte.

Mein Sportsgeist wurde wiedererweckt, ich habe mich so viel bewegt wie schon lange nicht mehr und Grenoble ist wirklich eine extrem lebenswerte, junge Stadt in der es viel zu entdecken gibt. Und natürlich habe ich Freunde und Bekannte in Frankreich und ganz Europa dazugewonnen. Je ne regrette rien, das ERASMUS-Semester hat sich doch sehr gelohnt für mich.

