

Mein Erasmus in Limoges WS 2017/2018

Ich habe mein Erasmussemester in Limoges, Frankreich verbracht.

Schon immer wollte ich für ein bisschen länger in Frankreich leben, um die kleinen kulturellen Unterschiede kennenzulernen und mein Französisch aufzumöbeln. Weil das Medizinstudium in Frankreich um einiges praktischer ist, als in Deutschland, bot sich ein Erasmussemester also gleich doppelt an.

Limoges - Wenn ihr euch jetzt fragt, wo das liegt: Der Blick in die Karte lohnt sich.

Ich kannte den Norden Frankreichs, den Süden, die Atlantikküste und Paris. Aber das sind die Orte, die man als Tourist sieht. Deswegen wollte ich in das tiefe Frankreich, da wo ich nicht so schnell auf einen Touristen treffe.

Ein Pariser antwortete mir mal im Vorfeld, auf meine Frage, ob er Limoges kenne, dass sich dies im „toten Gürtel Frankreichs“ befände...



Limoges erster Eindruck

Limoges hat viele Namen: Tor zum Süden, Porzellanhauptstadt, Rote Stadt oder Rom des Sozialismus.



Es ist eine nette kleine Stadt, mit vielen Fachwerkhäusern und Kopfsteinpflaster, die 150 000 Einwohner zählt und neben der Vienne gelegen ist. Einst eine Arbeiterstadt, in der viele Fabriken (Porzellanfabriken!) angesiedelt waren, ist es heute noch immer eine Stadt des Mittelstands.

Das Stadtbild ist geprägt von kleinen Gässchen, und vielen versteckten schnuckeligen Läden. Wer eine ruhige Stadt sucht, wo die Zeit noch ein bisschen langsamer vergeht, ist hier richtig.

Die Limogeauds schätzen an Limoges, dass es noch eine

Französische Stadt ist, in der man schnell raus aufs Land kommt.

Die bekanntesten Sehenswürdigkeiten Limoges sind das Quartier de la Cité, in dem man ganz viele alte Fachwerkhäuser bewundern kann und die Cathedrale Saint-Etienne mit dem botanischen Garten dahinter. In dem Viertel befindet sich außerdem das Musée de la Résistance: Die Region um Limoges ist ziemlich geschichtsträchtig, da sich hier im zweiten Weltkrieg die „Résistance“ formierte. Auf Deutsch « Der Widerstand » half Minderheiten vor dem Nationalsozialistischen Regime zu verstecken und organisierte sich gegen das Nazi Regime. Die Geschichte kann man gut in dem Museum nachlesen.

Auch geschichtlich wichtig ist der Ort Oradour-sur-Glane.

In Limoges selbst sehenswert ist das Musée national de Porcelaine Adrien Debouché, die Markthallen (Les Halles centrales auf dem Place de la Motte, Foto) und die Rue de la Boucherie (Foto).



Sie ist die alte Metzgerstraße von Limoges und heute die bekannteste Straße Limoges. Jährlich findet dort am 3. Freitag im Oktober das Fest „la Frairie des

Petits Ventres“ statt. Bei diesem ist die Straße zu späterer Stunde dann gerappelt voll. Nutzt das Fest um die Limoger (Metzger-)Spezialitäten kennenzulernen!

Spezialitäten des Limousin sind neben der Boudin, das Limousin Rind, Châtaigne, Äpfel, Ziegenkäse, und auch ganz viel Cidre wird hier getrunken.

In Limoges, seit 2017 auch UNESCO ville créative des arts du feu, spielt auch das Kunsthandwerk eine große Rolle, vor allem die Kunst des Töpfers, der Porzellanherstellung und des Emaillierens.

Organisatorisches Vorab

Die Organisation im Vorfeld erscheint zwar wie ein riesiger Berg, aber anfangen lohnt sich. Und das macht ihr jetzt auch schon mit dem Lesen des Erfahrungsberichts.

Bis Anfang Januar eines jeden Jahres kann man sich für das kommende Auslandsjahr bei Frau Moll im Dekanat bewerben. Zuvor ist es nicht schlecht sich schon einmal über Stundenpläne und Kurswahlmöglichkeiten informiert zu haben. Für mich war die Wahl Limoges wegen der oben genannten Punkte recht schnell klar. Deswegen habe ich bald Kontakt mit Madame Zekraoui (alexandra.zekraoui@unilim.fr), der Auslandsbeauftragten der Universität Limoges aufgenommen, die mir schon mal Stundenpläne und Kurswahlmöglichkeiten schickte. Genauso habe ich mich im Vorfeld bei den Profs in Würzburg über die Konditionen einer Anrechnung gekümmert, da ich mir die Praktika als Blockpraktika des 10. Semesters anrechnen lassen wollte.

Als die Zusage kam, war der nächste Schritt das Learning Agreement. Die Unterschriften waren schnell eingeholt, da ich mir nur das Blockpraktikum Pädiatrie und Gynäkologie anrechnen lassen wollte. Das LA habe ich dann Frau Moll vorbeigebracht, die es nach Frankreich geschickt und die Unterschriften von dort eingeholt hat. Es war anfangs nicht so leicht auf die geforderten ECTS Punkte zu kommen, weil Limoges für ein ganztägiges, sechswöchiges Praktikum nur 2 ECTS Punkte vergibt. Obwohl ich die Kurse nicht mehr brauchte und schon scheinfrei war, habe ich deswegen Kurse der Theoriephase belegt. Gegen Ende des Erasmussemesters und auf unsere Nachfrage hin, haben wir jedoch erfahren, dass das International Office die ECTS Punkte für Limoges nun neu berechnet. So bekommen wir mehr ECTS Punkte pro bestandenen Praktikum und es könnte in Zukunft möglich werden, auch nur Praktika in Limoges zu machen.

Im Vorfeld habe mich auch um einen Wohnheimplatz gekümmert. Das sollte man schon vor Juli machen und funktioniert online mit einer Bewerbung beim Studentenwerk für ein Zimmer des CROUS (zum Formular: <http://www.unilim.fr/international/venir-a-luniversite-de-limoges/etudiants-et-doctorantsinternationaux/avant-larrivee/trouver-un-logement/>). Man wird dem Wohnheim zugeteilt, das der Fakultät am Nächsten gelegen ist. Auf die Lage hat man also leider keine Einflussmöglichkeit. Ich wohnte im Wohnheim Camille Guérin, das sich auf dem Campus der Fac de lettres befindet. Dort gibt es das Wohnheim und die



Appartements (Les Hautes de Vanteaux). Lagetechnisch leider ein bisschen außerhalb der Stadt, aber unitechnisch gut gelegen, waren es zur Faculté de médecine nur 10 Gehminuten. Ein Zimmer des Wohnheims hat ca. 12 qm und eine Toilette mit Dusche. Und weil das gesamte Wohnheim im Jahr 2017 renoviert wurde, war



alles neu. Preis: 245 € (inkl. Strom und allem). Ein nichtrenoviertes Einzelappartement im Haus nebenan (Hautes Vanteaux, die Partnerschaftsförderung wurde aufgehoben) kostet 310 € ohne Strom. Ich habe aber auch Studenten kennengelernt, die in einer WG in der Innenstadt weniger als 240 € im Monat gezahlt haben.

Sobald man in Limoges angekommen und gewillt ist, sich mit Papierkram zu beschäftigen, kann man zur Wohnkostenförderung die CAF beantragen. Das ist die Wohnkostenförderung Frankreichs und

praktisch für jeden Studenten zugänglich, der in Frankreich studiert. Der Förderungssatz berechnet sich daran, wie viel Geld eure Wohnung/Zimmer kostet und wie viel Geld ihr zur Verfügung habt (ähnlich berechnet wie Bafög). Wenn ihr das jedoch beantragen wollt, hilft es, sich vorher schon in Deutschland über die Voraussetzungen zu informieren und die benötigten Unterlagen mitzunehmen. (internationale Geburtsurkunde, Gehaltsnachweise usw.) Die Beantragung kann man online machen, sobald man eingezogen ist: <https://www.caf.fr/>. Vor Ort gibt es auch eine Stelle, bei der man vorbeigehen kann.

Ansonsten braucht man für den Einzug in das Studentenwohnheim den Nachweis einer abgeschlossenen Zimmerversicherung. Dieser wird in Frankreich immer gebraucht, wenn man ein Zimmer mietet. Ich selbst habe das schon in Deutschland online bei der Versicherung ADH (Assurance des biens) abgeschlossen. <https://www.assurances-etudiants.com/fr/5311-assurance-logement-etudiant-tarifs-garanties.html> . Es gibt auch Kombipakete mit einer Haftpflichtversicherung. Falls ihr keine habt, wäre es eine gute Alternative, die gleich mit dem Zimmer abzuschließen, denn in Frankreich wird man des Öfteren nach der Haftpflichtversicherung gefragt (Fahrradausleihen, Töpferkurs)

Auch nicht vergessen solltet ihr Passbilder: Die braucht ihr fürs Wohnheim, CAF und auch falls ihr euch eine Busfahrkarte ausstellen lassen wollt.

In Limoges angekommen.

Zunächst einmal hilft es zur Scolarité der medizinischen Fakultät zu gehen und sich bei Madame Zekraoui persönlich vorzustellen. Die schreibt euch dann an der Fakultät ein, erstellt einen Internetzugang mit Emailkonto und stellt euch den Studentenausweis aus.

Auch wird sie euch die „Confirmation of arrival“ fürs Internationale Office unterschreiben, das es gilt zügig (per Mail) nach Deutschland zu schicken.

Gleich nachdem ich angekommen bin, habe ich einen Termin für die Eröffnung eines französischen Bankkontos ausgemacht. Unkompliziert ging das am Place Jordan bei der BNP Paribas. Das Konto braucht man zum Beispiel um das studentische Gehalt überwiesen zu bekommen. Richtig gehört, als Medizinstudent in Frankreich, werdet ihr für die Praktika bezahlt. Im 4. Jahr sind das 100€ pro Monat, wenn ihr im 5. Jahr eingeschrieben seid, sogar ca. 200€ ... Das Geld kommt vom Krankenhaus und wird euch von Beginn des Studienjahrs bis zum letzten Praktikumstag gezahlt. Mein letztes Praktikum endete am 31.12, deswegen habe ich das Geld von September bis Dezember bekommen.

Weil ich eine französische Handynummer wollte, habe ich mir noch eine französische Simkarte zugelegt. Meine ist vom Anbieter „free“ gewesen (einmalig 10 € und dann 2€/Monat). Von dem Anbieter gibt es auch einen Laden in der Innenstadt, wo man das unkompliziert managen kann. Um Kontakt nach Deutschland und deutschen Rufnummern zu halten, habe ich meine deutsche Simkarte genutzt. Informiert euch bei eurem Handyanbieter. Durch die abgeschafften Roaminggebühren innerhalb Europas, hat es mich nichts zusätzlich gekostet, mein reguläres Internet zu nutzen und nach Deutschland zu telefonieren.



Um immer gut von einem Ort zum anderen zu kommen, war ich meist mit dem Rad unterwegs. Bei V'Lim (Eine Straße neben dem Place Jordan, (<http://www.agglolimoges.fr/fr/content/le-vlim>)) kann man sich als Student ein Rad für ein ganzes Semester für nur 5 € ausleihen. Elektroräder gibt's auch, allerdings mit einer Warteliste und für ca. 85€ das Semester. Limoges ist zwar ziemlich hügelig, und man ist anfangs gewillt lieber auf ein Elektrorad zu hoffen, allerdings arrangiert man sich schnell mit dem normalen Rad und ich bin dabei geblieben. Es gibt natürlich auch den Bus, ein Einzelfahrschein kostet 1,50 €, die Studentenhesskarte (gibt's nicht kürzer) dann allerdings ca. 100€.

Unileben

Ich habe in Limoges das erste Semester des regulären 5. Jahres der Medizinstudenten belegt. Ab dem 4. Jahr ist das Studium der Französischen Studenten in Limoges so aufgeteilt, dass sich Theorie- und Praktikumsphasen zu je 5-6 Wochen abwechseln. Davon habe ich zwei Praktikums- und zwei Theoriephasen mitverfolgt.

Man sollte wissen, dass das Zulassungssystem in Frankreich für das Medizinstudium anders gestaltet ist, als bei uns. Denn jeder mit bestandenen Abitur darf das Medizinstudium beginnen. Erst mit Hilfe eines Concours am Ende des ersten Jahrs wird entschieden, wer weiter studiert und wer nicht. So haben die Medizinstudenten gelernt zu lernen, um nicht ausgesiebt zu werden. Ein weiterer Concours am Ende des 6. Jahres, eine Prüfung ähnlich wie unser 2. Staatsexamen, entscheidet dann, in welche Fachrichtung man nach dem Studium gehen darf. Die Besten des Staatsexamens haben freie Fachrichtungs- und Ortswahl, Rangniedrigere können nur hoffen. Das erklärt, warum der Wettbewerbsgedanke im Studium größer ist und warum es sich schwieriger gestaltete, Kontakte innerhalb des Semesters zu knüpfen.

Praktika

Das Studium in Limoges ist durch die 5-6 wöchigen Praktika, in denen man als Praktikant (Externe) fest in den Stationsalltag integriert ist, um einiges praktischer ausgerichtet, als in Würzburg. Anders als den Studenten der Uni Limoges, wird den Internationalen Studenten die Möglichkeit gegeben, die Fachrichtung des Praktikums frei zu wählen. Ich entschied mich für die Pädiatrie und die Gynäkologie.

.. in der Pädiatrie

Ich bin, dadurch dass ich im 5. Jahr eingeschrieben war, gleich mit der Praktikumsphase in das Erasmussemester gestartet (Im 4. Jahr startet man mit einer Theoriephase)

Zuständiger des Pädiatrie Praktikums ist Prof. Guignonis.

Zum Anfang des Praktikums gab es eine Einführung, in der die Rahmenbedingungen erklärt wurden und in der man sich für die jeweilige pädiatrische Station eintragen konnte. Zur Auswahl standen die Hämatookologie, die Notaufnahme und die allgemeine Pädiatrie. (Es gibt auch pädiatrische Chirurgie, ist aber ein Praktikum der Chirurgie!) Für meine Anrechnung als Blockpraktikum dachte ich mir, dass die allgemeine Pädiatrie bestimmt die sicherste Alternative ist. So kam ich dann mit einer Französischen Medizinstudentin, deren Kontakt ich vorher in der Scolarité erfragt habe, gemeinsam auf die allgemeinpädiatrische Station. In alten Erfahrungsberichten stand, dass man als Erasmusstudent zusätzlich eingeteilt wäre. Diesen Eindruck teilte ich in der Pädiatrie nicht. Wir waren zu zweit auf der Station und unsere Aufgaben waren die Aufnahmen zu untersuchen, Anamnesen zu erheben und Berichte (Observationen) zu schreiben. Zwar wurde alles nochmal vom Interne, sowas wie einem Assistenzarzt, Probe gelesen, doch erwartete man ein Selbstständiges Arbeiten von uns. Mit Hilfe der anderen Studentin war das allerdings machbar und ich bekam die Zeit mich einzufinden. Venenkatheter legen und Blutabnehmen sind übrigens keine Aufgaben eines Arztes in Frankreich und daher kein Bestandteil des Praktikums.

Drei Tage die Woche fanden für die Externes theoretische Kurse statt und einmal die Woche gab es einen praktischen Kurs. Wie z.B. Untersuchung eines Neugeborenen, Lumbalpunktion, Urinkatheter legen und den Gips Kurs, bei dem man sich gegenseitig eingipsen durfte.

Die Pädiatrie hat einen eifrigen Chef, der gerne evaluiert. So wurde ich gleich zu Beginn des Praktikums mithilfe einer Untersuchung eines Patienten und anschließenden Fragen für den Vorher-Nachher Vergleich beurteilt. Die Endnote des Praktikums errechnete sich aus einer Untersuchung am Krankenbett mit anschließenden Fragen und einer Powerpoint-Präsentation über einen Patientenfall mit darauf folgender Diskussion.

Alles in allem war das Praktikum in der Pädiatrie anspruchsvoll, aber gut machbar und weiterzuempfehlen.

... in der Gynäkologie und Geburtshilfe

Mein anderes sechswöchiges Praktikum habe ich in der Gynäkologie und Geburtshilfe gemacht. Auch hierfür gab es eine Einführungsveranstaltung am ersten Tag des Praktikums. Zuständiger war Prof. Gauthier. Wir waren 4 Praktikanten (Externes) des 5. Jahres und es gab vier unterschiedliche Einsatzbereiche, zwischen denen wir rotiert sind: die Sprechstunde (consultations), Pränataler Ultraschall (diagnostic anténatal), Kreißsaal (salle d'accouchement) und den OP (bloc opératoire)

So war ich in jedem Teilbereich 7 bis 10 Tage eingesetzt. Prinzipiell war das Praktikum eher so, wie man es aus Deutschland kennt. Man beobachtet und assistiert, arbeitet aber weniger eigenständig.

Angefangen habe ich im Kreißsaal, wo ich hauptsächlich die Tätigkeit der Hebammen mitverfolgte. Auf diese Art habe ich mehrere Geburtsverläufe sehen und mitanpacken können. Toll war es auch einige Tricks von den Hebammen zu lernen.

In der Sprechstunde (consultations) hat man den Arzt in der Sprechstunde begleitet und ihm assistiert. Dort gab es sowohl geplante Patientenvorstellungen, als auch Notfälle. Als Medizinstudent bekommt man dort meist die Möglichkeit vaginal zu untersuchen, den einen oder anderen Pap-Abstrich zu machen und man lernt, ein Spekulum zu positionieren.

Im Pränatalen Ultraschall wurden sowohl reguläre Trimester Ultraschalluntersuchungen als auch Folgeuntersuchungen bei Auffälligkeiten und Amniozentesen durchgeführt. So konnte ich einige Untersuchungen mitverfolgen und ab und an auch selbst versuchen, den Fetus im Ultraschall darzustellen.

Meine letzte Rotation brachte mich in den OP. Es gibt zwei OP Säle in denen man als Externe aushilft. Meistens war ich dabei in Steril, habe Haken gehalten, abgesaugt und durfte auch mal nähen. Zu den Operationen zählten kleinere Eingriffe wie Abrasios aber auch bei größeren Eingriffen wie Hysterektomien (teils Robotergesteuert) und Tumorentfernungen mit Debulking waren die Studenten als Hakenhalter gefragt.

Montags und mittwochs gab es immer morgens einen theoretischen Kurs. Dafür bereiteten wir Externes des 5 Jahres abwechselnd Power Point Präsentationen über bestimmte Themenbereiche vor und referierten dann im Rahmen des Kurses darüber. Anhand der Powerpoint Präsentationen und dem Verhalten auf den Stationen wurde dann die Endnote des Gynäkologie Praktikums festgelegt.

Wenn man Interesse an der Gynäkologie mitbringt, kann ich Praktikum aufgrund der Vielseitigkeit wärmstens empfehlen!

Theoretische Phase

Wie schon erwähnt, ist das Studienjahr in Limoges in Praktische und Theoretische Phasen unterteilt. Leider wurden die Vorlesungen der Theoriephasen abgeschafft, weswegen diese nun aus Tablet-Klausuren am Nachmittag bestehen. Für diese wird von den Studenten erwartet, sich selbstständig mit Hilfe des Fachbuches (Collège) täglich darauf vorzubereiten. Die Ergebnisse der täglichen Abfragen gehen neben denen der Klausur in die Endnote ein, weshalb eine regelmäßige Anwesenheit notwendig ist, um den Kurs zu bestehen. Meine Fächer sind in der ersten Phase die UE3 (Psychiatrie) und UE4 (Ein Mix aus Neurologie, Augenheilkunde, HNO und Dermatologie) gewesen. Das Fach Psychiatrie war wegen der langen Texte nicht leicht, aber mit einem guten Grundvokabular machbarer als die UE4, da in dieser Themen aus den vorangegangenen Semestern vorausgesetzt wurden.

In der Zweiten Theoriephase habe ich dann die Fächer UE2b (Pädiatrie, die Infektiologische Pädiatrie wurde aber schon in dem Studienjahr zuvor behandelt) und UE5 (Ein Mix aus Geriatrie und Schmerzmedizin) belegt.

Prinzipiell hat die Theorie Phase leider nicht meinen Erwartungen entsprochen. Man hat nicht mehr gelernt, als das, was man sich im Selbststudium mit einem Buch selbst beibringen könnte. Mehr gelernt und sowohl sprachlich, als auch praktisch deutlich mehr profitiert, habe ich von den Praktika.

Sprachkurs Centre de langues

Auf dem Campus der Faculté des lettres, also direkt neben dem Wohnheim werden Französisch Kurse für Ausländische Studenten (FLE) angeboten. Diese kann man auf unterschiedlichen Niveaus (A1-C2) belegen und dabei den Schwerpunkt auf compréhension, orale oder écrit legen. Die Kurse finden einmal die Woche statt und bei Bestehen erhält man 3 ECTS Punkte. Wider Erwarten war es auch während des Praktikums kein Problem, weiterhin in den Sprachkurs zu gehen.

Die Kurse bereiten außerdem auf den DELF/DALF vor, der immer im Dezember und Mai stattfindet. Hätte ich vorher von der ECTS Berechnung Neuberechnung gewusst, wäre der DELF/DALF eine tolle Alternative zur Theoriephase gewesen.

Freizeit und Tagtägliche Tipps

Wer regional einkaufen mag und für den Samstagmorgen aus dem Haus gehen kein Problem darstellt, findet auf dem „Place des Carmes“ einen kleinen regionalen Markt mit netten Ständen vor. Egal ob Gemüse, Brot oder Baguette, Honig, Chèvre oder Obst, man findet hier alles!

Um die gewonnenen Kilos in Grenzen zu halten, hab ich mich gleich am Anfang des Semesters beim Sportprogramm der Uni umgeschaut. Die Fakultät der Sportler, auch SUAPS genannt und auf dem Campus „la Borie“ gelegen, bietet wie bei uns in Würzburg ein Unisportprogramm an. Den Semesterbeitrag und damit das Ticket kauft ihr für ca. 15 € in der Scolarité der medizinischen Fakultät. Die Anmeldung für die Sportkurse läuft online und schon gleich im September.

Für alle Flohmarktliebhaber gibt's jeden zweiten Sonntag im Monat in der Cité vor der Kathedrale einen Flohmarkt mit allerhand Vintage Deko. Auch Second Hand Kleidung findet man gut und günstig in Limoges. Sucht nach „Fripperie“ oder „Depot de vente“.

Limoges hat drei Kinos, davon zwei in der Innenstadt. Ein Programm kino (Lido) und ein normales (Grand Ecran). Für das man sich als Student für 5 € eine Ermäßigungskarte kaufen kann und danach für jeden Kinobesuch nur noch 4 € zahlt.

Wenn man nach dem Kino noch was trinken will, bietet sich die Bar Michard an. Der Tipp vieler Limogeauds wenn man gern Bier trinkt und neue Sorten ausprobieren mag. Auch der Duc Etienne in der Rue de la Boucherie ist stadtbekannt.

Ich hatte mich außerdem dazu entschlossen, Töpferkurse zu besuchen:

Die ENSA (Ecole nationale supérieure d'arts) befindet sich auf dem Campus der Fac de lettres (nur 5 Gehminuten vom Wohnheim entfernt) und bietet öffentliche Töpferkurse an. Auch viele andere künstlerisch gestaltende Kurse werden dort angeboten. Die Einschreibung findet vor Ort und eigentlich nur an einem Tag Mitte September statt. Der Jahresbeitrag für Studenten beläuft sich auf 90€.

Auch erzählen will ich euch von meiner Gastoma Elisabeth und wie ich zu ihr gekommen bin:

Denn es gibt eine Organisation, genannt AAFE, die Internationale Studenten an Gastfamilien vermittelt (limousinaafe@gmail.com, afe87@gmail.com). Gemeinsam mit einer Taiwanerin und einer Südkoreanerin bin ich so zu unserer Gastoma Elisabeth gekommen. Mit ihr haben wir regelmäßig gemeinsam Mittag gegessen, Wanderungen unternommen und die Porzellanverkäufe der Region unsicher gemacht. Die Möglichkeit einer Gastfamilie und die Art des Austauschs kann ich jedem ans Herz legen.

Freizeit..Mal weiter weg

Wegen der zentralen Lage Limoges bietet es sich an, an den Wochenenden die Städte ringsum zu erkunden.

Aber auch das Umland von Limoges ist schön, zum Beispiel das Zentralmassiv, und auch die Corrèze bieten nette kleine typisch französische Ortschaften

Wenn ihr also Lust habt, das tiefe Frankreich kennenzulernen: Auf nach Limoges! ☺

