

Erfahrungsbericht Austauschjahr Paris (Sorbonne) 2023/2024

La vie en rose. C'est ça ? T'es sûr ? Ist Paris die Stadt der Liebe? Oui, au moins de ma part, Paris je t'aime! Paris hat viele Facetten und von Person zu Person einen unterschiedlichen Ruf. Diese zahlreichen Seiten lernt man erst bei einem längeren Aufenthalt kennen. Natürlich stehen bei einem universitären Austausch unter anderem die Uni und damit auch das Studentenleben im Vordergrund; als Medizinstudent somit auch das Kennenlernen und sich Zurechtfinden in einem anderen Gesundheitssystem. Da das Medizinstudium in Frankreich viel klinischer ist als in der Schweiz und Studenten während des Semesters bereits als «Externes» (vergleichbar zu Unterassistenten) in der Klinik tätig sind, lernt man zudem das französische Berufsleben kennen.

Und abseits der Uni? Selbstverständlich hat Paris als Hauptstadt Frankreichs unglaublich viel zu bieten: von unzähligen Museen, Kunst, Cafés, Musik und Kultur über Geschichte und Events bis hin zu Parks und Sehenswürdigkeiten. Die 20 unterschiedlichen Arrondissements (Viertel) von Paris sowie die Vororte (Banlieues, nicht nur im negativen Sinn) spiegeln die Vielfalt der Stadt wider. Paris ist eine internationale Stadt, in der man Menschen aus aller Welt trifft. Davon wirst du in diesem Erfahrungsbericht noch mehr lesen. ;) Auch wenn man in Paris das französische Leben, die Kultur und – ja, auch die träge Bürokratie – hautnah erlebt, ist diese eindrucksvolle Stadt nicht unbedingt repräsentativ für ganz Frankreich. Das sagen zumindest viele Franzosen. Doch das macht nichts, denn ein Aufenthalt lohnt sich definitiv! Das vergangene Jahr war für mich eines der besten, erfahrungsreichsten, spannendsten und lehrreichsten meines Lebens. Und nein, ich übertreibe nicht. So eine Herausforderung lässt einen über sich hinauswachsen – und ja, es kann herausfordernd und anstrengend sein, das möchte ich nicht verschweigen. Doch tkt! ;) (tkt = "ne t'inquiète pas" auf französischem Slang).

Wohnen:

Ich beginne diesen Bericht mit dem Thema Wohnen, da man vor dem Studienbeginn ja erst einmal ankommen muss – und das Wohnen gehört zu meinen allerersten Eindrücken meines Austauschjahres. ;) Als ich mit dem direkten TGV Lyria aus Basel am „Gare de Lyon“ in Paris ankam, nahm ich die Metro und die RER (Regionalbahn) – ein Untergrundsystem, das man in Paris schnell kennenlernen wird, insbesondere die Haltestelle Châtelet-Les Halles – und fuhr rund 40 Minuten in den Norden der Stadt bis zur Haltestelle „Cité Universitaire“. Auch an die Distanzen gewöhnt man sich schnell in Paris und lernt diese in anderen Relationen zu betrachten. Der Name „Cité Universitaire“ sagt schon viel: eine Universitätsstadt. Das erste Bild, das ich beim Verlassen der Station sah, war ein großer Eingang mit Torbögen, der an eine alte Stadtmauer erinnerte. Groß darüber stand „Cité Internationale Universitaire de Paris“, was deutlich macht, dass dieser Wohnheimcampus vor allem für internationale Studierende gedacht ist. Die Cité Universitaire, kurz „Cité U“, ist ein riesiges Gelände mit 30 bis 40 Studentenhäusern mit jeweils rund 300 Zimmern, mehreren Sportplätzen, einer Bibliothek, einer Mensa, einem Fitnessstudio, einem Schwimmbad, einer Fechthalle und vielem mehr. Sie liegt im 14. Arrondissement. Hier wohnen Studierende (ab Master-Niveau), Doktoranden, Forscher und andere junge Menschen für bis zu drei bis vier Jahre – oder auch nur für kürzere Zeiträume. Das führt zu einem ständigen Kommen und Gehen, und man lernt hier viele junge Menschen aus der ganzen Welt kennen.

Zu meinen engsten Freunden gehörten neben meinen beiden Kommilitoninnen aus Basel – und auch wenn man im Austausch ist und Studierende anderer Universitäten und Länder kennenlernen möchte, kann ich nur empfehlen, den Kontakt zu Leuten der eigenen Uni nicht zu vernachlässigen – auch andere Erasmus-Studierende aus ganz Europa (Italien, Deutschland, Tschechien ...) sowie eine Koreanerin, eine Chinesin, ein Brasilianer, Marokkaner, Algerier und Studierende aus Benin, Gabun und Nigeria. Die medizinische Fakultät der Sorbonne Universität hat für Erasmus-Studierende Vereinbarungen mit einigen Häusern auf diesem Campus. Ich bekam ein 17 m² großes Studio im Maison des Étudiants de la Francophonie, mit Dusche, WC und Kochnische – sehr modern und sauber. Falls man einmal nicht im Zimmer kochen wollte, gab es eine große Gemeinschaftsküche, die ich oft genutzt habe, um mich mit Freunden zum Kochen zu treffen. Das Gebäude bot außerdem Lernräume, einen Tischtennisbereich, einen Kicker und einen Fernsehraum – das hat den interkulturellen Austausch und das Gemeinschaftsgefühl im Haus sehr gefördert.

Falls man sich aber diese Erfahrung des Wohnheimcampus entgehen lassen will oder keinen Platz bekommt (jedoch bekommt man normalerweise immer einen von der Sorbonne aus insofern man sich bewirbt), kann man auch in einem Crous (Wohnheim unabhängig der Cité U) oder einer WG wohnen. Eine WG oder Wohnung zu finden, kann in Paris jedoch schwierig und teuer sein. Übrigens kann man in ganz Frankreich Wohngeld vom Staat beantragen. Dies ist für alle Studierenden möglich, auch für internationale, und man bekommt einen Teil der Miete zurückerstattet. Das Verfahren ist sehr bürokratisch und langwierig, aber auf jeden Fall zu empfehlen!

Universität/Studium:

Paris hat mehrere Universitäten, an denen man Medizin studieren kann. Wir drei Basler Studierenden waren an der Sorbonne Université eingeschrieben. Das Semester begann mit einer Einführungswoche für die Medizin-Erasmus-Studierenden, in der die Pariser Erasmus-Koordinatorin verschiedene Aktivitäten für uns organisierte: vom gemeinsamen Croissant-Frühstück über Stadtführungen bis hin zu einer Bootsfahrt auf der Seine („Tour en bateaux-mouches“) und einem Kinobesuch. Diese Woche war ideal, um die anderen Erasmus-Medizinstudierenden kennenzulernen. Diese Kontakte und Freundschaften sind sehr wertvoll, denn als Austauschstudent hat man in der Regel mehr Kontakt zu den anderen Erasmus-Studenten als zu den lokalen Studenten.

Ab der 2. Woche begannen dann die Stages (Praktika), sofern man sie im Learning Agreement gewählt hatte, doch ich kann es euch nur empfehlen! Ein Stage dauert 2-3 Monate (bzw. ab Ende Mai nur 6 Wochen) und dabei bleibt man im gleichen Service (Abteilung). Dort ist man wochentags jeden Vormittag (je nach Abteilung, meist 8/9h00-12/13h00). Nachmittags hat man dann meist Zeit für den theoretischen Teil des Studiums (Bücher lesen oder an Vorlesungen gehen). Medizinstudenten in Frankreich beginnen bereits ab Ende 2./3. Jahr als Externes (Unterassistenten) und somit ist das Studium klinischer als in der Schweiz. Meine Praktika absolvierte ich in der orthopädischen Chirurgie, Neurologie, Notfallpädiatrie, Endokrinologie sowie in der allgemeinen Pädiatrie. Dabei gehörten zu meinen «Highlights» auf der orthopädischen Chirurgie das Assistieren bei einer transtibialen Amputationen oder Hüftimplantat-Einsatz-Operationen, auf der Neurologie das Durchführen von Lumbalpunktionen, auf der Notfallpädiatrie das selbstständige Entgegennehmen von kleinen Patienten, die auf

Französisch teilweise «Chouchou», «Petit champignon» oder «Mon grand» genannt wurden, oder auf der allgemeinen Pädiatrie das Mitgehen in die Sprechstunde für Sichelzellanämie (denn Funfact: in Paris ist dafür französische Kompetenzzentrum, so wie das bei einigen Erkrankungen der Fall ist und die Sichelzellanämie ist in Frankreich häufig der allgemeinen Pädiatrie angegliedert.). Als «Externe» begleitet und unterstützt man vorwiegend die Assistenzärzte wobei man vorwiegend Anamnesen und (Eintritts-)untersuchungen durchführt, Patientenakten schreibt, Patienten bei den Visiten vorstellt, Untersuchungen vorschlägt, in der Chirurgie steril am OP-Tisch dabei ist, aber auch je nach Abteilung wöchentliche Studentenunterrichte hat und viel erklärt bekommt. Aber wie effektiv und lehrreich das Praktikum ist, hängt ganz von der Abteilung, den Ärzten, Fachbereich sowie verständlicherweise dem Eigenengagement ab. Wenn man will, darf man sehr viel selbst machen. Man muss sich einfach ein wenig trauen. Die Praktika sind auch sehr hilfreich, um insbesondere anfangs in die Französische Sprache zu finden.

Nachmittags, nach dem Mittagessen in der Spitalsmensa, in der Stadt oder in einem der Crous-Restaurants (zum Beispiel auf der Cité Universitaire), setzt man sich dann an das theoretische Lernen (es sei denn, man hat noch etwas anderes vor). Gelegentlich gibt es Vorlesungen, die jedoch eher Fallbesprechungen oder das Lösen von Prüfungsfragen umfassen und weniger der detaillierten Stoffvermittlung dienen. Der Besuch macht oft erst Sinn, wenn man vorbereitet ist, weshalb viele eher selbstständig mit den „Collèges“ (nationalen Standardwerken für medizinische Fächer) lernen. Diese Werke sind sehr systematisch und übersichtlich aufgebaut, können jedoch aufgrund ihres Umfangs schnell überwältigend und zeitaufwendig sein. Es gibt auch viele offiziell veröffentlichte Prüfungsfragen aus früheren Jahren, um zu üben. Die französischen Medizinstudierenden verbringen für das Selbststudium meist den ganzen Nachmittag bis Abend in der Bibliothek, von denen es in Paris viele sehr schöne und praktische gibt.

Klar hat man auch genug Zeit für Freizeit, Ausflüge, Soziales, Studentenleben inklusive Partys, usw. doch ich empfehle euch genug Selbstdisziplin an den Tag zu legen. Auch wenn die Prüfungen nicht allzu schwer sind fiel es mir schwer beim Lesen der zum Teil 500-800 seitigen französischen Fachliteratur die relevanten Infos zu behalten und habe das Jahr dann knapp bestanden. Doch wie gesagt, seid mutig, scheut euch nicht der Mühe und wagt dieses Abenteuer! Für Adressen, weitere Tipps, insbesondere auch hinsichtlich des Learning Agreements, Fächer- und Praktikumsauswahl und sonstigen Fragen könnt ihr mich sehr gerne kontaktieren. ☺

Paris als Stadt:

Es ist schwierig, all das zusammenzufassen. Wenn ihr Paris nicht kennt, schaut euch am besten den Wikipedia-Artikel an oder blättert in einem Reiseführer. ;) Paris hat unglaublich viel zu bieten! Wer es gemütlich mag oder ein Gourmet ist, findet zahlreiche Cafés, Bäckereien und eine unglaubliche Vielfalt an Restaurants mit Küchen aus aller Welt. Auch an Museen mangelt es hier nicht. Museen in Frankreich sind übrigens für EU-Bürger unter 26 Jahren kostenlos. Mein persönlicher Favorit ist das Musée d'Orsay, ein berühmtes Kunstmuseum in einem ehemaligen Bahnhofsgebäude. Dazu gibt es viele Theater, zwei Opernhäuser und Dutzende Kinos mit sehr günstigen Preisen für Studierende.

Natürlich ist Paris auch ein Touristenmagnet mit seinen zahlreichen Sehenswürdigkeiten: der Eiffelturm, der Arc de Triomphe, die Champs-Élysées, Notre-Dame, die Pont Neuf, das Louvre, Montmartre mit dem Moulin Rouge und Sacré-Cœur, das Hôtel de Ville, die Galerie Lafayette, die Place de la Bastille, die Opéra Garnier und viele mehr. Auch Ausflüge in die Umgebung lohnen sich: nach Versailles, Chantilly oder Giverny (Monets Garten). Für weiter entfernte Ziele bieten sich die Schlösser der Loire, Étretat, der Mont-Saint-Michel oder Lille an.

Paris liegt im Zentrum Frankreichs, und von hier aus gibt es zahlreiche direkte Züge oder Hochgeschwindigkeitszüge (TGV) in andere Städte. So erreicht man Bordeaux in nur etwa drei Stunden – nutzt diese Gelegenheit! Aber werdet Paris dabei nicht untreu, denn in Paris ist wirklich für jeden etwas dabei. Wenn ihr etwas Bestimmtes sucht, fragt einfach. Noch ein letzter Hinweis: Es kann überwältigend sein! ;)