

ERASMUS Erfahrungsbericht SMS



MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT
INNSBRUCK

PERSÖNLICHE DATEN

Name des/der Studierenden (freiwillige Angabe)	Christian Schieder
E-Mail (freiwillige Angabe)	Christian.schieder2000@gmail.com
Gasthochschule	Université Grenoble Alpes
Aufenthaltsdauer	von 13.09.2024 bis 17.01.2025
Ich habe das 9. Semester im Ausland absolviert.	

ALLGEMEINES

Wo haben Sie Informationen über die Gastuniversität gefunden?	Erfahrungsberichte, Website der Universität, Freunde, Instagram, Erasmuskordinatorin
Welche Unterstützung bei der Organisation wird im Gastland vom International Office geboten und wer ist der Ansprechpartner?	Ansprechpartner: Mme Guilmet, health-incoming@univ-grenoble-alpes.fr Erasmusorganisation: Intègre
Wo findet man Informationen zum Studium (Kursplan, etc.)?	Die zuständige Erasmuskordinatorin in Grenoble schickt Ihnen weit im Voraus alle benötigten Unterlagen und Information per Email zu, und ist sehr hilfsbereit. Sie antwortet in der Regel am selben Tag.
Welche Kurse wurden besucht?	Nur Stages/Famulaturen absolviert: Médecine Legale, Cardiologie, Neurologie, Pulmonologie, Französisch Sprachkurs
Welche Kurse sind empfehlenswert?	Generell kann man sich von der MUI nur Famulaturen anrechnen lassen, es ist aber möglich auch theoretische Kurse in Grenoble zu besuchen Médecine Legale, Neurologie sind empfehlenswert
Ist die Organisation von Famulaturen einfach?	Ja, man gibt im Voraus seine Wünsche an Frau Guilmet weiter, diese bemüht sich darum jedem Erasmusstudenten diese Wünsche zu erfüllen.

KOSTEN

Wie hoch waren die **monatlichen Kosten**?

Unterbringung	€900
Verpflegung	€ 300-400
An-/Abreise (Flug, Zug, Auto)	€ ca 70 Euro Hin- und zurück mit Flixbus. Über Weihnachten mit dem Flugzeug zurück für 100 Euro.

Kosten für Unterlagen, Bücher, etc.	€ 0
Sonstiges	80 TGV Max Jeune ticket, 19 Euro Straßenbahnticket Grenoble,

SPRACHKURS (FALLS ZUTREFFEND)

Haben Sie im Jahr vor dem Aufenthalt einen vorbereitenden Sprachkurs absolviert?	Ja ☐ Nein ☒
Wenn ja, wo/bei welcher Einrichtung (z.B. MUI-Sprachkurs, etc.):	Nein, aber die Universität Grenoble bietet kostenlose Französisch Sprachkurse an. Entweder eine Intensiv Woche vor Start des Semesters oder jede Woche einmal 2h während des Semesters.
Wie zufrieden waren Sie?	7/10
Kosten des Sprachkurses:	€ 0

UNTERKUNFT

Wie haben Sie Ihre Unterkunft im Gastland gefunden?	☒ selbst gesucht ☒ Gasthochschule hat Wohnungs-/Zimmersuche übernommen/war behilflich ☐ Freunde ☐ andere:
Wie zufrieden waren Sie?	Sehr zufrieden
Tipps für andere Studierende (z.B. Homepages, Zeitungen, Preis, ...)	Leboncoin, AirBnB, appartager.fr, ISSO,

NARRATIVER ERFAHRUNGSBERICHT:

Nachdem ich bereits im Wintersemester 2024 ein Erasmussemester in Paris absolviert hatte, war für mich schnell klar, dass ich noch einmal länger in einer kleineren Stadt in Frankreich verbringen möchte, um weiter in die französische Kultur einzutauchen und mein Französisch zu verbessern. Außerdem kann man in Frankreich viel einfacher medizinische Praxis erlernen und erhält früh viel Verantwortung.

Ich bekam bereits im April von der Uni in Grenoble erste Anweisungen, was zu tun ist – sprich: meine Wünsche für die Famulaturen im Krankenhaus angeben, benötigte Sprachzertifikate einreichen, Passbilder besorgen etc. Der Beginn eines Erasmus-Aufenthalts ist leider immer mit einem hohen bürokratischen Aufwand verbunden, was sehr lästig sein kann. Doch sobald dieser geschafft ist, beginnt die Vorfreude auf das kommende Semester.

Für die Erasmus-Studierenden in Grenoble ist Mme Guilmet zuständig. Sie arbeitet sehr sorgfältig und kümmert sich hervorragend um alle Studierenden. Genauigkeit ist ihr wichtig, und sie antwortet meist innerhalb eines Tages, wobei sie alle benötigten Dokumente schnell verschickt. Ich war mit ihr sehr zufrieden – anders als in Paris verlief der gesamte bürokratische Prozess weitestgehend problemlos.

Im Vorhinein kann man sich auch entscheiden, ob man einen Sprachkurs in Grenoble absolvieren möchte. Wie oben erwähnt, hat man hier die Wahl zwischen dem Français Intensif-Kurs, der Ende August eine Woche lang täglich 4–5 Stunden vor Semesterbeginn stattfindet, oder dem Français Extensif-Kurs, der einmal wöchentlich abgehalten wird. Ich habe den Extensif-Kurs besucht, empfehle aber den Intensif-Kurs vor dem Semester, da dieser ideal ist, um schon vorab andere Erasmus-Studierende kennenzulernen und Freundschaften zu schließen.

Bereits 2–3 Monate vorher muss man sich entscheiden, ob man über die Universitätsorganisation ein Zimmer in einem Studentenwohnheim zugewiesen bekommen möchte. Dies ist sehr zu empfehlen, da die meisten Studentenwohnheime auf dem Campus oder in der Nähe des Krankenhauses liegen und

ein Großteil der Studierenden dort wohnt. Diese Unterkünfte sind meist sehr günstig und schlicht gehalten. Leider gibt es jedoch 2–3 Wohnheime mit erheblichen hygienischen Mängeln. Als mir das Wohnheim *Rabiot* zugewiesen wurde, entschied ich mich daher, lieber selbst nach einem Apartment zu suchen.

Das stellte sich allerdings als schwieriger heraus als erwartet, da die meisten Vermieter in Frankreich nur an Franzosen vermieten und ungern Wohnungen für ein einziges Semester zur Verfügung stellen. Schlussendlich fand ich eine Unterkunft über Airbnb im Stadtzentrum, da mir der Airbnb-Vermieter einen Spezial-Deal angeboten hatte. Die Lage im Viertel *Championnet* war super, und ich brauchte nur 20 Minuten zum Krankenhaus.

Unterkunft

Bereits 2–3 Monate vor Semesterbeginn muss man sich entscheiden, ob man über die Universitätsorganisation ein Zimmer in einem Studentenwohnheim zugewiesen bekommen möchte. Hierzu wird man per Email von der ISSO informiert und muss einige Angaben zu seiner Person angeben und ob man Einzelzimmer oder WG haben möchte etc. Dies ist zu empfehlen, da die meisten Studentenwohnheime entweder auf dem Campus oder in der Nähe des Krankenhauses liegen und ein Großteil der Studierenden dort wohnt. Die Wohnheime sind meist sehr günstig und schlicht gehalten. Allerdings gibt es 2–3 Wohnheime mit erheblichen hygienischen Mängeln. Da mir das Wohnheim *Rabiot* zugewiesen wurde (gibt z.B. nur mittelalterliche Plumselos dort und es ist weit oben auf dem Berg), entschied ich mich stattdessen, selbst nach einem Apartment zu suchen.

Das stellte sich jedoch als schwieriger heraus als erwartet, da viele Vermieter in Frankreich bevorzugt an französische Mieter vergeben und nur selten für ein Semester vermieten. Schlussendlich fand ich eine Unterkunft über Airbnb im Stadtzentrum, da mir der Airbnb-Vermieter ein spezielles Angebot machte. Die Lage im Viertel *Championnet* war ideal, und ich brauchte nur 20 Minuten bis zum Krankenhaus. In die Innenstadt waren es 5 Minuten. Ihr könnt auch eigenhändig versuchen, eine WG oder ein Studio über *appartager*, *cartedescolocs* oder ähnliche Websites zu finden. Dies ist nicht unmöglich, man muss aber bedenken dass es in Frankreich nicht wie bei *wg-gesucht* ist und es relativ zufällig ist, wer schlussendlich deine Mitbewohner sein werden. Man erfährt zuvor nichts von diesen.

Ankunft in Grenoble

Anfang September war es dann endlich so weit, und ich fuhr mit dem Flixbus von München nach Grenoble. Eine Woche später brachte mein Bruder meine Sachen mit dem Auto nach, sodass ich nicht viel Gepäck schleppen musste. Anreise ist auch mit dem Zug über entweder Paris oder Genf möglich, bzw natürlich auch mit dem Flieger nach Lyon.

In Grenoble angekommen, war ich natürlich erst einmal sehr überfordert. Wieder eine neue Stadt und ganz anders als mein erster Erasmus Aufenthalt. Durch meine Erfahrungen aus Paris war ich aber bereits mit der Sprache vertraut, was die ersten Tage etwas erleichtert hat.

Wichtige Dinge nach der Ankunft

Einige Dinge sollten relativ schnell nach der Ankunft erledigt werden:

- Monatskarte für die Straßenbahn und den Bus kaufen (18,50 Euro pro Monat). Diese muss man persönlich bei einer offiziellen M-TAG-Stelle beantragen (entweder direkt am Campus oder an der Haltestelle *Alsace-Lorraine*).
- Die Instagram-Seite von Integre anschauen. Integre ist die Erasmus-Organisation für Studierende in Grenoble. Zu Beginn jedes Semesters gibt es zwei Einführungswochen mit Kennenlernveranstaltungen wie Stadt- und Campustouren, Wanderungen, Bowling-Abenden etc. Diese Events sind optimal, um neue Leute kennenzulernen. Auch wenn es Überwindung kostet, dort allein hinzugehen – fast alle anderen Erasmus-Studierenden sind in der gleichen Situation.

- CAF-Antrag stellen. CAF ist ein Wohngeldzuschuss für Studierende in Frankreich. Jeder Studierende mit Wohnsitz in Frankreich kann ihn beantragen. Die Bewilligung ist allerdings nicht garantiert (ca. 50/50-Chance). Obwohl die Beantragung aufwendig ist, lohnt es sich: Man erhält etwa 20–40 % der Miete zurück.
- Möbel & Einrichtung: Falls es an Einrichtung fehlt, gibt es in Grenoble einen guten IKEA.
- *Confirmation of Arrival* von der Erasmuskordinatorin unterzeichnen lassen

Universität Grenoble Alpes

Die Universität Grenoble Alpes hat einen wunderschönen, großen Campus mit einem ausgeprägten Studentenleben. Überall sitzen Studierende draußen zusammen. Dadurch dass die Uni viele englischsprachige Studiengänge anbietet tummeln sich hier auch viele internationale Leute. Leider verbringt man als Medizinstudent wenig Zeit dort, da man seine Famulaturen im etwa 10 Minuten entfernten Krankenhaus absolviert, und nicht wirklich Kurse auf dem Campus besucht. Trotzdem ist es schön, dort hin- und wieder seine Freunde für eine Kaffee Pause zu treffen.

In der Mensa kann man als Studierender für nur 3,30 Euro essen. Auch wenn es keine 5-Sterne-Küche ist, lohnt es sich. Man erhält eine Hauptmahlzeit (Wahl aus Fleischvariante, vegetarisch), und kann sich dann noch einen Salat, Dessert und ein Brötchen dazu nehmen. Auch besteht die Option, dem CROUS-Büro zu schreiben, und zu fragen, ob man den Tarif in Boursier (Stipendium) ändern kann. Ich habe dies gemacht, obwohl Ich kein Stipendium hatte und habe ab da an meine Mahlzeiten immer für 1 Euro jeden Tag bekommen.

Zu Beginn des Semesters gibt es eine offizielle Einführungsveranstaltung für Erasmus-Studierende, die von der Erasmus-Koordinatorin, welche nur für die Medizinstudenten zuständig ist, geleitet wird. Sie erklärt alles Wichtige, beantwortet Fragen und gibt eine kleine Campus- sowie Krankenhaus-Tour. Dort lernt man auch die anderen Erasmus-Medizinstudierenden kennen.

Das Krankenhaus ist relativ groß und versorgt den ganzen Raum um Grenoble herum. Es hat verschiedene Gebäude mit einem neunstöckigen Hauptgebäude in der Mitte. Es ist ähnlich zu den österreichischen Krankenhäusern aufgebaut. Bevor Beginn deiner ersten Famulatur empfehle ich dir, einmal durchzulesen wie das Gesundheitssystem in Frankreich aufgebaut ist, wie die Hierarchien sind und wer für was auf Station zuständig ist. (z.B. die Krankenschwestern übernehmen Blutabnahmen, die Studenten haben auch feste Aufgaben) Dies nimmt dir einige Ungewissheiten am ersten Tag.

Stages / Famulaturen / Kurse

Da ich mir die Kurse in Innsbruck anrechnen lassen wollte, absolvierte ich in Grenoble ausschließlich Famulaturen.

Neurologie

Die Neurologie befindet sich in einem eigenen Gebäude des Krankenhauses. Direkt zu Beginn wurde ich von einer Ärztin begrüßt, die speziell für Erasmus-Studierende zuständig ist. Ich wurde der Parkinson- und Epilepsie-Station zugewiesen und arbeitete dort mit anderen Studierenden (*externs* in Frankreich) sowie jungen Assistenzärzten (*interns*) zusammen.

Der Stationsalltag bestand hauptsächlich aus Visiten (einmal wöchentlich mit dem *Chef de Service*). Da es eine spezialisierte Parkinson-/Epilepsie-Station war, waren die Krankheitsbilder recht einseitig, aber dennoch interessant. Nachmittags half ich den Assistenzärzten bei Telefonaten, Terminvergaben und Rezeptaussstellungen oder durfte eigenständig Anamnesen durchführen.

Man konnte jederzeit auf eine andere Station wechseln, um Schlaganfälle zu sehen, EEG-Untersuchungen beizuwohnen oder Konsultationen zu begleiten. Ein Highlight war, dass ich unter Anleitung eine Pleurapunktion selbstständig durchführen durfte.

Arbeitszeiten: 8:30–17:00/18:00 Uhr (mit großer Mittagspause).

Die Mensa für Studierende befindet sich direkt neben dem Krankenhaus.

Zum Abschluss musste ich dem Chefarzt eine Patientenpräsentation halten, diese war sehr nett und hatte Verständnis für die fehlenden Sprachkenntnisse.

Pulmonologie

War eigentlich geplant, doch da Ich selbst erkrankt war, musste ich dieses Stage aus meinem Learning Agreement leider streichen. Der Chefarzt dort ist aber sehr nett!

Kardiologie

Dieses Praktikum war in zwei Blöcke à zwei Wochen aufgeteilt. Die Kardiologie-Abteilung umfasst den gesamten 8. Stock des Krankenhauses und beinhaltet verschiedene Spezialbereiche:

- Stationen für allgemeine Herzerkrankungen
- EKG, Ultraschall etc.
- Tabakkonsultation, allgemeine Konsultationen
- Angiografie-Räume für Stent-Setzungen & Herz-OPs

Hier konnte man sich selbst aussuchen, was man machen wollte – entweder auf der Station arbeiten oder bei Untersuchungen assistieren. Es fühlte sich niemand direkt für mich verantwortlich, aber alle waren sehr freundlich. Wer viel Eigeninitiative zeigte, durfte auch praktische Tätigkeiten übernehmen. Trotzdem war es ein wenig lästig, jeden Tag aufs neue mir eine Aufgabe dort zu suchen. Die Zeit verging eher schleppend dort.

Zum Abschluss musste ich eine schriftliche PowerPoint-Präsentation über einen Patienten einem Chefarzt (*Dr. Barone-Rochette*) zuschicken.

Arbeitszeiten: flexibel, meist bis 16:00 Uhr. Ein Tag in der Notaufnahme wird empfohlen, da man dort am meisten selbstständig machen darf.

Gerichtsmedizin (Médecine Légale)

Mein spannendstes Praktikum war die Gerichtsmedizin. Zuständig war ein älterer Chefarzt (*Dr. Scolan*), der Erasmus-Studierende ins Herz schließt, aber auch hohe Erwartungen an diese stellt. Er legt großen Wert darauf, dass man sich aktiv ins Team einbindet und alles mitnimmt und einmal sieht, was die Station zu bieten hat.

Man konnte jeden Tag wählen zwischen:

- Autopsien
- Konsultationen (z. B. häusliche Gewalt, sexueller Missbrauch)
- Psychiatrische Konsultationen
- Auch besteht die Möglichkeit an einem Tag einen Arzt ins Gefängnis zu begleiten. (Hierfür sollte man sich frühzeitig an die Sekretärin wenden, diese meldet einen dann dafür an)

Die Autopsien waren besonders faszinierend – von Messerstich-Toten bis zu Suiziden sah man alles, was man sonst nur aus Krimiserien kennt. Da die Kriminalitätsrate in Grenoble hoch ist, kamen gelegentlich auch Mordfälle vor. Man durfte entweder zuschauen oder selbst mitwirken. Meist war die

Polizei auch bei der Autopsie anwesend. Was mir am meisten gefallen hat, ist das wirklich jeder im Autopsie Saal extrem nett zu einem war, und man durfte alle Fragen der Welt stellen.

Die Chefin von der Gerichtsmedizin ist etwas eigenartig, ist aber eigentlich wenn man nichts verbricht auch relativ nett, lass dich also nicht von ihr einschüchtern

Zum Abschluss hielt ich eine Präsentation über das Thema „Arbeitsunfälle in Österreich und Deutschland im Vergleich“ vor Pr. Scolan. Hier darf man sich einfach ein interessantes Thema selber aussuchen.

Arbeitszeiten: meist bis 17:00 Uhr, Autopsien beginnen zwischen 8 und 9 Uhr morgens.

Leben in Grenoble

Obwohl Grenoble und Innsbruck sich auf den ersten Blick ähneln, hat Grenoble ein viel lebhafteres Studentenleben. Dies fällt direkt bei der ersten Campus Begehung auf. Franzosen lieben außerdem ihre *Apero*-Zeit und treffen sich abends nach der Arbeit auf ein Glas Wein oder Bier mit einer Charcuterie-Platte. Generell steht bei den Franzosen Arbeit an 2. Stelle, im Vordergrund ist immer die Aspekte des Lebens zu genießen.

Sicherheit: Einige Viertel (z. B. *Échirolles*) sind eher problematisch. Aufgrund eines aktuellen Drogenbandenkriegs dort gibt es gehäuft Vorfälle, die einem etwas Angst machen. (fast tägliche Schießereien, – im Alltag bekommt man davon jedoch meist nichts mit und erfährt von diesen nur in der Zeitung. In meinen 5 Monaten habe ich mich nie wirklich unsicher dort gefühlt, dennoch sollte man nachts nicht alleine unterwegs sein.

Freizeit & Reisen

Grenoble ist wie Innsbruck ideal für Outdoor-Aktivitäten wie Wandern und Skifahren (Dezember – April). Mit der U-Glisse-Karte der Uni gibt es Ermäßigungen für Skipisten. Diese am besten gleich zu Beginn beantragen. Auch ist es wichtig, sich am Anfang über mögliche Sportkurse zu erkundigen. Als Erasmusstudent darf man 2 Uni-Kurse gratis besuchen. Ich habe Tennis und Fußball gewählt und habe dort meine französischen Freunde gefunden. (Man muss aber schnell sein, da die Plätze begrenzt sind also informiere dich über Anmeldebeginn!!)

Durch die Lage von Grenoble empfiehlt es sich natürlich auch die Gegend zu erkundigen und Städtereisen in seiner Freizeit und am Wochenende zu machen.

Empfehlenswerte Städtereisen:

- Frankreich: Annecy, Marseille, Aix-en-Provence, Paris, Montpellier, Lyon, Nizza, Avignon,
- Italien: Turin, Mailand
- Schweiz: Genf, Bern

Flixbus & Bahntickets sind günstig, viele Orte kann man als Tagestrip besuchen. Auch gibt es viele billige Flüge von Lyon aus. (z.B. nach Madrid, Barcelona)

Grenoble ist eine kleine Stadt, hat aber trotzdem eine Vielzahl schöner Bars und Cafés. Ich habe es geliebt am Wochenende mich mit Freunden in einer der vielen Bars auf ein Bier zu treffen und Karten zu spielen. Ein Highlight der Stadt ist natürlich die Bastille, eine Gondel mit der man von der Stadt aus direkt auf eine ehemalige Festung hochfahren kann. Von dort aus hat man einen wunderschönen Ausblick auf die Stadt und die umliegenden Gebirge bis hin zum Mont Blanc.

Was das Nachtleben angeht, ist Grenoble nicht wirklich die beste Stadt um wirklich wegzugehen. Es gibt zwar einige Clubs, diese sind aber fast nur Techno. Die besten sind La Belle Electrique, Amperage, DrakArt und Vieux Manoir.

Falls du Fragen zu irgendeinem Thema hast, oder Hilfe brauchst bei der Learning-Agreement-Erstellung, kannst du mich sehr gerne per E-Mail kontaktieren. Madame Guilmet hilft dir außerdem auch bei nicht organisatorischen Angelegenheiten.

Genieße jeden Tag deines Erasmusaufenthaltes, die Zeit vergeht sehr schnell und Ich werde die Zeit nie vergessen. Die fünf Monate vergingen wie im Flug und schon saß man wieder im Bus nach Hause. Auch wenn die Zeit jetzt vorbei ist, hat mich das Erasmus auf eine ganz andere persönliche Ebene gebracht und Ich habe nicht nur lauter neue Freunde gefunden, sondern auch eine zweite Heimat.

FOTOS VON IHREM AUFENTHALT

