

Erfahrungsbericht zu meinem Auslandssemester in Grenoble



Januar 2018 – Mai 2018
6. Semester in Grenoble
Clara Zohmann
Humanmedizin

Vorbereitung

An meiner Uni, der Medizinischen Uni Innsbruck, ist die Bewerbungsfrist für ein Auslandssemester immer bis 31. Januar des vorigen Jahres. Als ich mich also mit all den nötigen Unterlagen beworben habe, hieß es abwarten. Zuerst wird man von unserer Uni nominiert und dann leitet das Internationale Büro in der Sonnenburgstraße 16 die weiteren Schritte in die Wege. Als ich am CHU Grenoble akzeptiert wurde startete der Kontakt mit Madame Paillard, der Leiterin des Internationalen Büros für Incomings in Grenoble. Die weiteren Vorbereitungen sind sehr gut geplant und wenn man keine Deadlines verpasst, kann nichts mehr schiefgehen.

Anreise

Da ich aus Vorarlberg komme und ein Auto habe, war meine Anreise sehr leicht und in ca 5 ½ Stunden war ich nach einer schönen Fahrt durch die Schweiz (Achtung: Vignettenpflicht ca 40 Euro) in Grenoble. Die Autobahn in Frankreich ist wirklich sehr teuer weshalb man sich am besten nicht verfährt, aber in Grenoble mit Auto ist wirklich sehr zu empfehlen und lohnenswert da man einfach flexibler ist und es viel einfacher die Region rundherum erkunden kann. Der Flughafen Grenoble wird nur von ein paar wenigen anderen Flughäfen angeflogen (London und Dublin zb) und das nur zu bestimmten Jahreszeiten, nach Lyon oder Genf ist dadurch leichter wenn man etwas weiter weg wohnt als ich.

Unterkunft

Zwei Monate vor dem Start meines Auslandssemesters bekam ich eine Mail von CROUS Residence, wo man sich sehr leicht für ein Studentenheim bewerben kann. Da zwei Tage nach dem Erhalt der Mail schon die Deadline war, hab ich das leider verpasst und hab mich zuerst wirklich gestresst. Wie sich jedoch heraus stellte war es dann doch nicht so schlimm, aber trotzdem: Checkt regelmäßig eure Mails, die Bürokratie in Frankreich kann man mit der deutschen nicht vergleichen{

Da ich also die Deadline für die Bewerbung verpasst habe, bin ich Anfang Jänner ohne Unterkunft nach Grenoble gefahren, hab mir davor einfach für eine Woche ein Air Bnb gemietet. Vor Ort lässt sich das jedoch sehr leicht regeln und nach drei Tagen konnte ich die Residence OUEST beziehen. Medizinstudenten werden oft in die Residence La Tronche gesteckt da es sich gleich neben dem Krankenhaus befindet, dass ich aber durch meine verspätete Bewerbung nur noch einen Platz in OUEST bekommen habe, war wahrscheinlich das beste was mir passieren konnte. OUEST ist etwas teurer als La Tronche (280 statt 160 Euro monatlich), jedoch lohnt es sich meiner Meinung nach zu 100%. Mein Zimmer war 12m², ich hatte im Gegensatz zu La Tronche ein eigenes Badezimmer mit eigener Dusche und eigenem Klo, was ich nach einem Anblick der La Tronche Gemeinschaftsbäder noch mehr schätzte. In jedem Stock befindet sich eine große, helle Gemeinschaftsküche, wo ich fast jeden Abend mit meinen ERASMUS Freunden aus OUEST gekocht habe. Zum Krankenhaus sind es zwei Tramstationen (2 Minuten) entfernt. Wir hatten einen relativ großen Waschraum mit genügend Waschmaschinen, einen Fitnessraum und ein Musikzimmer, die man gegen einen kleinen Preis benutzen konnte.



Krankenhaus

Insgesamt war ich 16 Wochen im CHU Grenoble Alpes. Nach meiner Ankunft in der zweiten Jänner Woche, bekamen wir eine nette Einführung von Mme Paillard. Sie erklärte uns den Ablauf, machte uns einen Termin bei einem Arzt vor Ort für ein Check Up (Pflicht bevor man anfängt im Krankenhaus zu arbeiten) und hatte für etwaige Fragen eine Antwort. Dort lernte ich auch gleich andere ERASMUS Studenten kennen, mit denen man sich dann alles noch besser organisieren kann. Die ersten drei Wochen hatte ich frei um die Region zu erkunden und einen Sprachkurs zu belegen, den mir von Innsbruck aus schon im Vorhinein organisiert wurde.

Die erste Stage begann für mich dann am 5.2. – Neurologie. Wie alles in Frankreich, war auch das vollständig auf Französisch, was mich am Anfang etwas überforderte (Überschätzt echt nicht euer Französisch, es macht soooo vieles leichter wenn man gute Sprachkenntnisse hat). Auf meiner Stroke Unit war ich die einzige Austauschstudentin, jedoch halfen mir die ca 10 anderen Studenten aus Grenoble wirklich sehr viel und versuchten mir alles langsam und deutlich zu erklären. Die Visiten waren am Anfang echt der Horror, Neurologie auf Französisch – mein Gehirn brannte jeden Abend.

Vier Wochen später begann ich meine zweite Stage auf der Inneren Medizin mit Schwerpunkt auf Infektiologie. Dort hab ich mich gleich an einen Studenten aus dem 5. Jahr gehängt und nach 2 Wochen übernahm ich schon meine eigenen Patienten, für die ich komplett selber verantwortlich war und jeden 2. Tag bei der Visite vor den Ärzten vorstellte. Echt eine Hürde, aber man lernt so viel!!

Nach 8 Wochen auf der coolsten Station startete meine letzte Stage in der Unfallambulanz. Da es dort etwas hektisch zugeht, muss man sich komplett selbst einbauen um nicht unsichtbar zu bleiben.

Im Allgemeinen arbeitet man jeden Tag, Montag bis Freitag, von ca 8.30 – 13.30 (stationsbahängig), in der Unfallambulanz nur dreimal die Woche, dafür von 8.00-18.00 Uhr. Was man auf den Stationen machen darf und wie viel Verantwortung man bekommt, hängt zu 100% von einem selber ab. Zeigt den Ärzten, aber vor allem den Studenten, dass ihr was lernen wollt und sie sind mehr als glücklich euch zu helfen. Vor allem wenn man versucht auf Französisch sein Bestes zu geben hat man schon gewonnen, lieber schlechteres Französisch als gutes Englisch, das kann dort entweder niemand oder sie reden und hören es einfach nicht gerne. In der Unfallambulanz kann man sich gut die Nähwunden schnappen und das Nähen üben.

Vergesst nicht am Ende jeder Station die ganzen Zettel auszufüllen und abzugeben, mühsam, aber nur so bekommt man die ERASMUS Förderung was sich echt lohnt.



Freizeit

TRAM

Ich hab mir jeden Monat eine Monats Tram Karte geholt. Würde ich jedem empfehlen, da Fahrräder in Grenoble, wie in Innsbruck nur schlimmer, oft gestohlen werden. Kostet wirklich nicht viel (wenn ich mich richtig erinnere 15€ pro Monat) und man kommt super leicht überall hin.

INTEGRE

Die Veranstaltungen dieser Organisation für Austauschstudenten kann man gar nicht verpassen, an jeder Ecke sieht man Flyer und es lohnt sich auch echt am Anfang hinzugehen. Man trifft sehr leicht andere Studenten und kann bei geplanten Ausflügen und Events mitmachen.

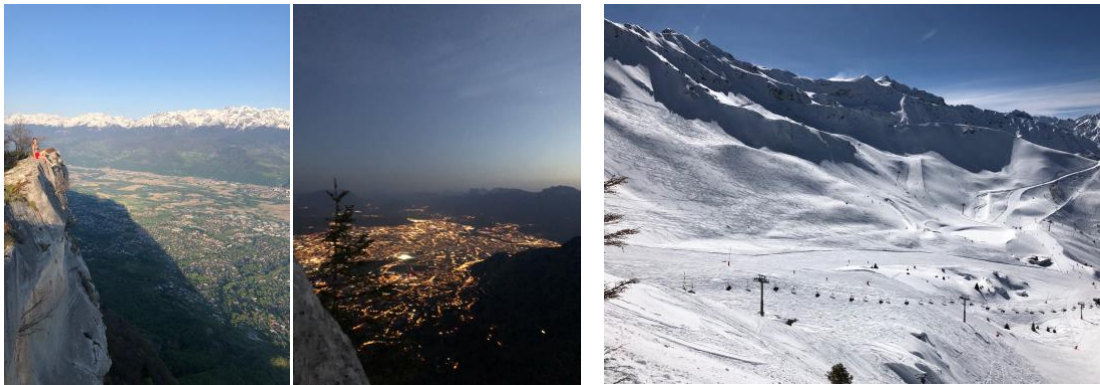
SPORT

Gleich am Anfang gibt es in der Turnhalle ein Sportbazar, wo alle möglichen Sportarten auf Ständen präsentiert werden und man sich super easy einschreiben kann. Es gibt so wie in Innsbruck also USI Kurse oder Vereine denen man beitreten kann. Ich hab mich für Tennis entschieden und um 50€ konnte ich mit meiner Mitgliedskarte das ganze Semester über immer spielen wann ich wollte und hatte jeden Montagabend mit anderen Studenten eine Trainerstunde.

BERGE

Wenn man begeisterter Ski oder Snowboardfahrer ist, ist Grenoble perfekt für euch. Als Hauptstadt der Alpen, kommt man mit dem Auto oder auch mit dem Bus leicht und schnell in die herumliegenden Schigebiete, wo es unter der Woche echt super Studentenpreise gibt.

Eine Wanderung auf das berühmte Chartreuse bitte auch nicht verpassen, der Ausblick ist die 2 Stunden Wanderung auf Fälle sehr sehr wert!

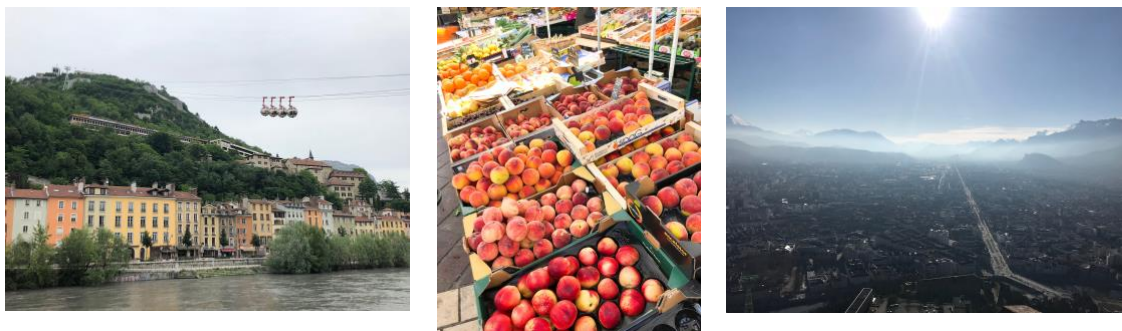


REISEN

Am Anfang waren wir wirklich fast jedes Wochenende in einer anderen Stadt im Umkreis von ein paar Busstunden. Der Flixbus oder Oui Bus bringt euch super easy und billig in sehr schöne Städtchen, Grenoble liegt da echt gut. So waren wir in Paris, Lyon, Genf, Montpellier, Marseille, Mailand, Turin, ... Annecy ist auch sooooo schön!! Nutzt die Chance☺

GRENOBLE

An Grenoble selbst musst ich mich um ehrlich zu sein anfangs echt erstmal gewöhnen, durch die vielen Gemeinsamkeiten mit Innsbruck, hab ich es dauernd verglichen. Auf den ersten Blick scheint Grenoble vielleicht nicht die modernste Stadt und die südlichen Stadtteile sollten eher gemieden werden, aber nach einer Eingewöhnungszeit lernte ich den etwas versteckten Charme sehr zu lieben und die ganzen kleinen süßen Cafés wurden schnell zu meinen Lieblingsplätzchen.



EINKAUFEN

Nicht weit außerhalb der Stadt liegt ein großer Carrefour, wo man wirklich alles findet was man sich wünscht. Wenn ihr in OUEST wohnt ist ein riesen Casino näher, den man gut zu Fuß oder nach 2 Tramstationen gut erreichen kann.

Mit der A Tram in den Süden kommt man auch zu einem Einkaufszentrum, Grand Place.

NACHTLEBEN

Da Grenoble noch mehr Studenten als Innsbruck hat könnt ihr euch ja vorstellen wie wir die Nächte in Grenoble verbracht haben. Nach ausprobieren vieler verschiedener Bars und Clubs findet man schnell seine Favoriten, an Angebot fehlt es jedenfalls nicht.

Fazit

Alles in allem würde ich sofort wieder nach Grenoble. Die Organisation ist so einfach, die Anrechnung der Stages geht auch super leicht und alles ist echt unkompliziert. Ich hab viele Freunde fürs Leben getroffen und aus jedem Tag der beste Tag gemacht. Grenoble hat wirklich mehr zu bieten als es auf den ersten Blick scheint, man muss nur offen dafür sein 😊



Ihr könnt mir wenn ihr Fragen habt gerne jederzeit schreiben, natürlich konnte ich nicht all meine Insider Tipps in diesem kurzen Erfahrungsbericht auflisten, ich helfe euch aber so gut wie ich kann gerne weiter 😊

+436764347226

clara.zohmann@gmx.at