

Rapport d'Erasmus à Gdansk en Pologne

La vie pratique en Erasmus

Visa : Pour entrer en Pologne, il n'y a pas besoin de visa si vous habitez en Europe. Ce pays fait parti de l'union européenne et une simple carte d'identité ou un passeport valide est suffisant.

Logement : Trouver un logement à distance n'est pas facile. On a plusieurs choix mais le plus important est de commencer par repérer sur une carte les endroits entre lesquels vous aller vous déplacer. Gdansk fait partie d'une tri-city composée de Gdynia, Sopot et Gdansk. Ces trois villes sont les unes à côtés des autres, formant une banane le long de la mer Baltique. Elles sont reliées par des lignes de trains (les SKM) qui arrivent toutes les 10-15 minutes. Les tickets ne sont pas très chers ; par exemple Gdansk Glowny --> Sopot avec un ticket étudiant c'est 5,09 zlotys c'est-à-dire environ 1 euro et on met une demi-heure. Pour les logements en eux même, on a plusieurs options : les dortoirs de la faculté, les résidences étudiantes, une collocation privée ou un studio. Pour les dortoirs, il suffit de faire une demande à la faculté et elle vous contactera directement pour vous dire si vous avez une chambre. Elles sont situées sur les sites ou à côté, ce sont souvent les plus proches des lieux de cours. Vous partagez la chambre à deux, vous avez une salle de bain et une petite alcôve pour ranger vos affaires et couverts que vous partagez avec une autre chambre double. Il y a une cuisine en commun pour un étage et le logement vous coute environ 120 euros par mois. C'est le moins cher que j'ai pu trouver dans les propositions de logements à Gdansk. Ensuite, il y a les résidences étudiantes. Les plus connues de Gdansk sont Youniq et Collegia. L'avantage de Youniq est qu'il est au milieu entre la vieille ville et Wrzeszcz (il s'agit d'un quartier où trois galeries se rejoignent, c'est un spot assez important, il y a aussi quelques cafés agréables, tous les trams et les bus qui se recoupent dans les environs). Collegia est plus du côté de Wrzeszcz, dans une montée. Si vous voulez étudier à l'université de médecine de Gdansk, il s'agit sûrement de la plus proche de l'hôpital. Les deux vous permettent de choisir chambre unique ou partagée. Il y a une petite cuisine dans les chambres et des cuisines en communs, des salles de sports et des salles de travail. L'avantage de Youniq est qu'il est proche de Stochnia. Il s'agit d'une zone industrielle vivantes avec musée de la Solidarité, grue à visiter, galeries d'art contemporaine, clubs et bars. Collegia possède des toits accessibles qui sont agréable pour travailler dehors ou pour se retrouver l'été. Les prix sont très différents en fonction des préférences que vous avez, si vous souhaitez une chambre seule ou partagée, la taille... Tout est indiqué sur leurs sites. Après les résidences étudiantes, il y a les collocations. Je n'ai pas cherché pour avoir un studio, seule, ce n'est pas ce que je souhaitais mais j'ai cherché pour des collocations. J'ai principalement fait mes recherches sur des sites de locations et sur Facebook. Je m'étais inscrite avec une de mes collègues sur tous les groupes Erasmus 2022-2023 Gdansk et les groupes de recherches d'appartements pour ces mêmes dates. La recherche prend du temps, c'est quelque chose qu'il faut prévoir à l'avance, il y a beaucoup de propriétaires qui ne vous répondent pas mais en restant actif régulièrement, vous trouverez ce que vous cherchez. C'est comme cela que nous avons trouvé notre collocation. Une annonce Facebook après un mois et demi de recherche. Nous avons discuté avec le propriétaire et convenu des conditions de location. Je payais 330 euros par mois. Je le payais en zloty : 1520 zlotys par mois. On était une collocation de 6, chacun avec sa chambre et on partageait la cuisine et la salle de bain. L'avantage de la collocation est qu'on est entouré de personne souvent étudiants tout en ayant son confort et cela permet également une plus grande indépendance. Nous avons choisi un appartement dans le quartier de Wrzeszcz, il nous permettait d'être proche de l'université (20 minutes), d'être à côté de supermarché et aussi le plus important, on était situé à 5 minutes de la gare. Cela à un avantage très marqué à Gdansk, pour voyager en Pologne ou même en dehors, pour se déplacer entre les tri-city. C'est pour cette raison que j'ai préféré une collocation à toutes les options que j'ai énoncé précédemment. Pour le prix des collocations, cela dépend beaucoup d'où vous habitez ; en vieille ville vous aurez des loyers aux

alentours de 400-450 euros et plus bas si vous vous éloignez. La caution est le prix d'un mois de loyer mais notre propriétaire nous avait demandé 100 euros d'avance pour réserver notre place et la suite de la caution le jour de notre arrivée en liquide. Sachez que vous pouvez en discuter avec lui, certains des colocataires ont effectivement payé en liquide tandis qu'il a accepté que nous le fassions par virement.

Argent : Le zloty est plus faible que l'euro. Un euro équivaut à environ 4,45 zlotys. Cela n'a posé aucun problème de payer dans une autre monnaie pendant l'Erasmus. On utilise tous une application, Revolut, qui permet de faire des transferts rapides, sans frais, dans la monnaie de votre choix. Elle est fortement utilisée entre les étudiants pour se rembourser ou même pour payer votre loyer puisque vous pouvez transférer depuis votre révolut de l'argent à un compte bancaire ou à une carte précise. Si vous le souhaitez, vous pouvez également commander une carte physique, vous payez avec celle-ci à l'étranger pour éviter les frais. De mon côté, j'utilisais l'application pour mon loyer et pour rembourser les gens autour de moi, mais pour la vie quotidienne, j'utilisais ma propre carte qui avec une option cityexplorer permettait de payer sans frais. D'autres banques proposent également des transactions sans frais comme Boursorama, mais toutes les banques sont différentes. On s'habitue très rapidement à la monnaie différente. La vie globalement est moins chère, pour le loyer, je payais 330 euros par mois et pour les courses, lorsque je faisais attention je pouvais vivre une semaine avec 15 euros mais la moyenne était plutôt aux alentours de 20-25 euros par semaines. J'utilisais un abonnement pour les transports à 11 euros par mois en plus d'un abonnement téléphonique à 30 zlotys par mois. Il s'agissait de mes paiements fixe du mois et avec le reste des dépenses, cela me coûtait entre 650 et 700 euros par mois. N'oubliez pas que le premier mois, vos dépenses seront plus importantes, il faut commencer son stock de nourriture de zéro, il faut acheter les éléments dans votre chambre qu'il vous manque. C'est un élément que j'avais prévu mais que j'avais sous-estimé.

Santé : Je n'ai pas eu besoin d'utiliser le système de santé en Pologne, et j'avais ma carte de santé européenne avec moi.

Télécommunication : La majorité des étudiants utilisaient leur abonnement téléphonique de base, ils avaient suffisamment de gigas à l'étranger. Si vous avez un mauvais abonnement téléphonique français comme moi, ce n'est pas un problème. Vous avez deux marques principales en Pologne : Orange et T. Vous pouvez acheter des cartes prépayées et les renouveler tous les mois. Je suis allée m'en procurer une auprès de Orange et j'avais un abonnement pour 30 zlotys par mois pour 30 gigas. Je n'utilisais pas vraiment mon numéro polonais mais je dois avouer qu'il offre un mini avantage, certaines compagnies vous répondent plus rapidement ou plus volontiers avec le +48.

Vie universitaire : Tout au long de l'année, Ursula sera là pour vous accompagner et vous aider dans vos démarches. N'hésitez pas à aller à la voir ou à lui envoyer un mail, ses réponses sont très rapides. Je n'ai pas eu de problèmes d'administrations, tous les délais ont été résolus. Le système scolaire est en tout cas très différent de la France. L'université de Gdansk se sépare en deux promotions : polish division (PD) et English division (ED). Vous ne suivez que les cours avec les English Divisions de 4^{ème} et de 5^{ème} année. Pour les cours, vous choisissez vos matières et votre emploi du temps durant l'été. C'est un process un peu complexe, puisque chaque matière dure environ 1 à 2 semaines et que vous choisirez en fonction d'un planning quelle semaine vous souhaitez participer au cours. Avec de l'organisation, le planning se fait sans aucun problème. Je vais vous donner un exemple de cours : pédiatrie 1. Nous commençons à 8h avec des séminaires, chaque séminaire durent entre 45 et 90 minutes et finissons vers 11h. Après vous être changé dans vos scrubs ou votre blouse blanche en fonction de la demande des professeurs, vous aviez les practicals. Ce sont des stages de 2 ou 3h avec un médecin et vous le suiviez dans sa journée. Cela était assez intéressant puisque vous pouviez faire les interviews des patients, apprendre à les examiner ou comment prescrire et en quelle quantité. N'hésitez pas à dire à

vos professeurs que vous êtes Erasmus, ils ont l'habitude, ils peuvent réexpliquer certaines choses que vous ne connaissez pas. La différence de niveau entre 3^{ème} année et 4^{ème} année est plus faible mais parfois peut être plus marquée avec des cours de 5^{ème} année. Cela est complètement normal et ne vous inquiétez pas, les professeurs et les étudiants vous aideront. Vous changez également de groupe à chaque matière en fonction du planning que vous avez fait durant l'été. S'il vous manque des crédits, ne vous inquiétez pas, il y a des elective courses, ce sont des options qui vous font gagner 1 crédit pour 15h de cours. N'hésitez pas à aller demander à Ursula en début de semestre, ne loupez pas le coche pour les inscriptions. J'ai réussi à avoir 4 crédits manquant grâce aux elective courses. Le cours sur la juridiction médicale était super intéressant, vous aborder des sujets comme l'avortement, les mères porteuses ou l'erreur médicale dans de nombreux pays différents. Pour les matières, les examens varient en fonction des professeurs, certains demandent un oral à la fin de la semaine, il s'agit d'une discussion entre le médecin et vous au sujet des maladies que vous avez découvertes durant les cours ou les stages, ou un examen écrit. Il s'agit de QCM à une réponse unique. S'il n'y a pas d'examen à la fin de la semaine, vous aurez un examen à la fin du semestre. Ils sont plus complexes et précis que les examens de fin de semaines, prévoyez à l'avance vos révisions. Certaines matières sont plus difficilement compatibles avec le niveau que nous avons, je pense notamment à Infectious disease et cardiology 1 et 2.

Stage : Je ne suis pas partie pour un stage mais pour une année universitaire, les stages étaient compris dans les cours. Je n'étais donc pas rémunérée.

Vie quotidienne : Le climat à Gdansk est principalement plus frais qu'à Lyon. Mais il y a de grandes différences entre l'été et l'hiver. L'été arrive plus tard, mi-mai, avec des températures douces. La mer qui borde la ville aide beaucoup. L'hiver néanmoins est plus rude, on a eu des journées à -18 degrés. Malgré cela, cela ne vous empêche aucunement de profiter de la ville, les Polonais sont habitués à ce genre de cycle et de nombreux centre commerciaux regroupent tous les endroits où vous pouvez vous poser et profiter. La ville est super bien desservie, que ce soit par les trams ou les bus et même par les trains. Vous pouvez facilement traverser les trois villes, Gdynia, Sopot et Gdansk. Si vous avez l'occasion faites la balade sur la cliff de Gdynia, en automne et au printemps elle est magnifique. Les levers et couchers de soleils sur la plage à Sopot sont aussi incroyables. En hiver, la nuit tombe rapidement, cela peut-être un peu déprimant de voir la nuit dès 15h30 mais on s'y fait rapidement et le ciel remontre ses couleurs petit à petit. Si vous allez à Gdansk, n'hésitez pas à aller à Mandu manger des pieroglis, ce sont des raviolis polonais fourré à la viande, au saumon, aux épinards. Ils ont une carte énorme pour le salé et le sucré, pour les végans et les personnes qui mangent de la viande, pour les raviolis fris ou à la vapeur, c'est très varié. Gdansk est super bien situé, on peut voyager le week-end dans plein d'autres villes alentours avec le train, la vieille ville est aussi incroyable à visiter, faites la vue depuis la cathédrale vous en avez pour 16 zlotys par personnes ce cela vaut le coup. Vous avez aussi la crane 71 à stochnia où vous pouvez pour 20 zlotys monter dans une grue typique de la ville et profiter de la vue. Il y a de nombreux musées à faire : celui de l'ambre, gratuit le lundi, il est rapide à faire. Le musée de la seconde guerre mondiale, il vous faut beaucoup plus de temps pour le finir, il est gratuit le mardi mais c'est un incontournable. Il y a aussi le musée de la Solidarité vers Youniq, aussi super intéressant. Quand j'y étais allée, nous avons eu la chance d'arriver le jour où un ancien président polonais était présent pour une conférence. La vie est généralement moins chère, vous pourrez faire de nombreux restaurants pour tester la nourriture polonaise, les bières sont aussi moins chères à 3 euros la pinte, les clubs sont aussi entre 20 et 30 zlotys pour l'entrée.

Bilan

Je ne regrette aucunement d'être partie un an à Gdansk. Partir une année permet de vivre le premier et le second semestre, l'été et l'hiver, et de vivre différentes expériences. Le premier semestre est le temps que vous avez besoin pour vous adapter à la vie en Erasmus, cela vous permet d'être familier avec les lieux, le fonctionnement, la langue et les gens qui vous entourent. Bien que certains d'entre eux rentrent en février, vous aurez l'occasion au deuxième semestre de rencontrer de nouvelles personnes, de tisser des liens plus forts avec ceux qui restent, de finir votre wishlist et surtout de prendre le temps et profiter différemment de votre vie à Gdansk. Cette année m'a permis d'être plus indépendante, plus confiante en moi, dans ma pratique médicale et aussi en langue et dans le quotidien. N'hésitez pas à parler anglais et à vous éloigner de vos collègues français les premières semaines. Il est beaucoup plus facile d'intégrer un groupe français après avoir rencontré des Erasmus d'ailleurs que de faire parti d'un groupe français et d'essayer de parler anglais après. Le budget pour votre Erasmus est aussi très important, prévoyez comment vous allez vivre là-bas, les bourses ne sont pas suffisantes pour couvrir toutes vos dépenses, mais surtout prévoyez vos extras. Gdansk permet d'atteindre d'autres pays comme la Suède, la Norvège, l'Allemagne, la Hongrie, la République Tchèque ou l'Autriche très facilement pour des prix très raisonnables mais cela reste un coup à prévoir. Il y a également l'ESN, inscrivez-vous sur Facebook à leur groupe et intégrez leur groupe WhatsApp, ils réunissent tous les Erasmus de la ville et parfois des villes alentours. Ils proposent souvent des week-ends d'intégration et des évènements et sorties qu'il faut pouvoir aussi financer. L'organisation en semaine à l'université permet de voir de nombreuses spécialités différentes et si vous hésitez sur ce que vous aimez dans la médecine et qu'elle spécialité vous aimeriez faire, cela peut vous permettre de voir de nombreux médecins et de pouvoir discuter avec eux. C'est un des avantages que m'a apporté l'Erasmus. Vous rencontrez aussi des étudiants venant du monde entier. Un des aspects que j'avais difficilement pris en compte est à quel point l'Erasmus est rempli d'imprévu et de hasard. N'essayez pas de tout prévoir avant de partir, à part votre logement, les papiers de l'université et le budget que vous allouer à votre semestre ou année, vous allez rencontrer des gens tous les jours. Vous partirez probablement le week-end en voyage avec des personnes que vous ne connaissiez pas une semaine auparavant. Et ne repoussez pas trop longtemps ce que vous voulez vraiment faire, le temps passe plus vite que ce que l'on pense, et on finit par le pas avoir le temps de tout faire. En tout cas, profitez surtout de vos mois là-bas, ce sont des souvenirs que vous garderez toute votre vie. Elle vous apporte beaucoup en opportunité, en rencontre, personnellement et professionnellement, découvrir de nouvelle façon d'appliquer la médecine, de nouvelles façon de penser et de vivre.