

## RAPPORT ERASMUS

Je suis partie à Kaunas en Lituanie de fin janvier 2021 jusqu'à fin juin 2021 pour le deuxième semestre de ma 3<sup>ème</sup> année de Médecine grâce à un accord établi entre mon université (Université Claude Bernard, Faculté de Médecine, Lyon Sud) et l'université de Kaunas (Lithuanian University of Health Sciences, LSMU).

→ Vie pratique

### • Logement

Je logeais à Solo Society dans le centre de Kaunas. C'est un établissement privé qui propose des chambres de différents prix selon la taille. Chaque chambre est composée d'une petite cuisine et d'une salle de bain privative. Les chambres sont très bien aménagées et conformes aux images présentes sur leur site internet. Les chambres sont plutôt lumineuses et assez grandes. Nous disposons également du wifi, compris dans le prix du loyer. Le loyer était de 369€ par mois pour la chambre de taille M. Au moment de réserver la chambre, nous devions verser une caution correspondant à 2 mois de loyer. Cette résidence est vraiment très bien située dans Kaunas, à 2 minutes à pied de la rue principale commerçante. La résidence dispose aussi d'une salle de sport, de cinéma et de travail ainsi que plusieurs cuisines communes. Cependant, le loyer est plutôt très élevé comparé aux loyers des dortoirs universitaires ou des appartements privés. De plus, ça a été une solution de facilité pour moi, car j'ai recherché des appartements pour une colocation mais cela n'a pas abouti et cette résidence était un bon compromis. La résidence dispose d'un site internet décrivant très bien ce qu'on peut y trouver (<https://solosociety.lt>)

### • Argent

Le pays se situe dans la zone euro, donc pas besoin de changer la monnaie ce qui était vraiment pratique. Ainsi, je n'ai pas rencontré de problème pour payer sur place par espèces ou par carte. Il est important de préciser que le coût de la vie en Lituanie est bien moindre qu'en France, ce qui était donc à notre avantage. La bourse reçue pour mon Erasmus m'a largement permis de payer mon loyer ainsi qu'une partie de ma vie quotidienne. Le secteur alimentaire est nettement moins cher (malgré le fait que tout soit importé) mais la qualité n'est bien sûr pas la même.

### • Santé

Je disposais de ma carte européenne d'Assurance Maladie pour couvrir mes besoins en santé mais aussi d'une assurance complémentaire (ACS Global Partner). En effet, j'ai quitté la France en pleine période de COVID 19, il m'était donc indispensable d'avoir une assurance rapatriement en cas de problème sur place. Heureusement, je n'ai jamais eu besoin de l'utiliser. Je suis seulement allée dans des pharmacies pour des problèmes mineurs et j'ai eu la chance de toujours tomber sur des personnes parlant anglais.

### • Télécommunications

Je disposais du wifi dans ma résidence et pour mon forfait téléphonique, j'avais un forfait avec 70 gigas dans l'Union Européenne par mois ce qui m'était amplement suffisant. J'ai donc pu garder un numéro de téléphone Français.

### • Vie universitaire

Etant donné les conditions sanitaires, je n'ai pu aller à l'université durant mes six mois sur place. C'est donc le petit point décevant de mon ERASMUS. Tous les stages prévus ont donc été annulés. Cependant, les cours étaient en distanciel sur une plateforme (Microsoft Teams) et les professeurs étaient à l'heure et la plateforme était très bien organisée. Ainsi, j'ai passé mes examens en distanciel. Malgré tout cela, les professeurs ont été très à l'écoute des étudiants et certains d'entre eux essayaient encore plus de rendre les cours attractifs ce qui était très agréable. Le système en Lituanie est bien différent d'en France. Nous travaillions une matière pendant un mois puis nous passions l'examen de cette matière et nous en commençons une autre et ainsi de suite ! J'ai donc pu en fonction des matières, rencontrer différents étudiants internationaux. En effet, l'université LSMU est une université internationale avec des étudiants venant majoritairement de Suède, d'Israël, du Liban ou encore d'Inde. Il y a donc une vraie mixité culturelle ! Mon regret est de ne pas avoir pu rencontrer ces étudiants en vrai... Côté travail personnel, j'ai quand même pas mal étudié mais j'avais déjà étudié certaines matières en France ce qui m'a permis d'avoir une pique de rappel. Les modalités d'examens étaient majoritairement de QCM (comme en France) mais j'ai passé aussi deux oraux. Les professeurs sont vraiment là pour aider l'élève et non le rabaisser s'il a des difficultés, ce que j'ai vraiment apprécié. L'accent lituanien demande cependant une petite période d'adaptation !

### • Vie quotidienne

Le climat à Kaunas est un climat semi-continentale avec des hivers froids et des étés assez pluvieux et doux. Cependant, le climat que j'ai eu a été assez particulier ; jusqu'à -25 degrés en hiver et + 35 en juin ! Cela a été pour moi une expérience incroyable. L'hiver, la ville était remplie de neige, donnant une atmosphère de Noël tous les jours ! J'ai dû apprendre à marcher sur les plaques de verres glaces sans tomber et mon corps en deux semaines seulement s'est adapté aux basses températures !

Hors COVID, les magasins étaient ouverts pour la plupart de 8h jusqu'à 21h environ, certains centres commerciaux ouvraient même de 7h30 à 23h. Notamment le supermarché à côté de chez moi qui était même ouvert le dimanche jusqu'à 22H ! Les habitudes alimentaires des lituaniens sont surtout à base de pommes de terre, viande, et betteraves. On retrouve comme plats traditionnels, les Cepelinai, des sortes de boulettes de pommes de terre farcies à la viande ou au fromage, la soupe de betterave froide ainsi que le Sakotis, un gâteau cuit à la broche pour les grandes occasions comme les mariages. Toutefois, il était possible pour chaque étudiant Erasmus ou international de trouver ce dont il avait besoin et avait envie dans les grandes surfaces.

Concernant les transports, Kaunas étant une petite ville, on peut se rendre à pied partout facilement ! Autrement, il y a un réseau de bus très développé à un prix très réduit. Enfin, il est aussi possible de prendre des taxis via l'application Bolt, à un coût aussi très bas ! J'avais aussi acheté une

carte étudiante « ISIC » avant mon départ qui permet de bénéficier bien des avantages ( réductions de -50 % sur tous les transports publics en Lituanie mais pas que !). Grâce à cette carte, aller de Kaunas jusqu'à la capitale en train me coûtait seulement 2,50 € ! D'ailleurs, le réseau de train entre Vilnius et Kaunas est extrêmement bien desservi avec de nombreux trains ! Le trajet dure 1H30, me permettant d'aller à Vilnius régulièrement !

Durant nos temps libres, nous avons eu la chance de pouvoir pas mal voyager ! D'abord, en Lituanie ; à Vilnius, Klaipeda, Nida ou encore Palanga (côte de la mer Baltique). Puis nous avons visité la Pologne, ainsi que les deux autres pays Baltes : la Lettonie et l'Estonie. Avec la réouverture des frontières (fermées à cause du Covid) nous sommes aussi allés en Suède, Finlande et Ukraine ! De merveilleuses opportunités qui m'ont beaucoup appris !

Ce que je retiens de cette expérience très enrichissante, est que tout d'abord j'ai pu nettement améliorer mon anglais (du moins la fluidité et l'aisance du langage mais aussi le vocabulaire médical que je connaissais peu). Ensuite à travers les rencontres, j'ai pu découvrir d'autres cultures, d'autres organisations au niveau des études de médecine, et bien sûr créer des liens très fort !

J'ai aussi pu prendre du temps pour moi, et me recentrer sur mes études dont j'avais un peu perdu la motivation ces derniers temps. J'ai appris à mieux me connaître et prendre confiance en moi. La culture des pays de l'Est et surtout des anciens pays Soviétiques est très intéressante et m'a donné l'envie d'y retourner au plus vite. Les personnes de plus de 40 ans ne parlant pas du tout anglais mais Russe, m'a donné l'envie d'apprendre le Russe. Durant mon temps libre j'ai donc appris à lire l'alphabet cyrillique et quelques bases de russe, ainsi que de Lituanien. J'ai aussi compris que beaucoup de stéréotypes sur les pays de l'Est sont faux et que se cache une histoire très forte et très enrichissante derrière ces pays ! J'ai aussi fortement apprécié mon indépendance (vivant avant chez mes parents, j'ai apprécié être autonome dans ma vie quotidienne).

Je recommande vivement cette expérience, qui apporte sur différents plans, un enrichissement personnel énorme !