

RAPPORT DE FIN DE SEJOUR

Etudiante en troisième année de médecine à la faculté de Lyon Sud, je suis partie au premier semestre 2018 à Lodz, en Pologne.

Vie pratique

Logement :

J'ai pu trouver un logement grâce à la coordinatrice des relations internationales de ma faculté polonaise. En effet, j'avais postulé pour le dortoir de la faculté. Cependant celui-ci étant complet, ma coordinatrice m'envoya différents noms de résidences étudiantes où les Erasmus des années précédentes ont l'habitude d'aller.

Mon logement était la résidence BaseCamp

(<https://basecampstudent.com/locations/polska/lodz/>):

- Situé à 10 minutes de la rue principale
- Choix entre chambres individuelles plus ou moins grandes, ou chambres à partager avec une personne (2 lits simples dans une même pièce)
- Salle de bain personnelle et petite cuisine (en plus de cuisines communes plus équipées) pour une chambre
- Prix variant de 250 à 500 euros environ selon le type de chambre
- Caution de 340 euros dans mon cas

Argent :

En Pologne, la monnaie est en zloty (1 euro=4 zloty). L'inconvénient est qu'il faut faire attention à la valeur du change et voir avec sa banque quels sont les conditions les plus confortables (retirer sur place, faire le change, voir si les offres de la banque pour l'étranger...)

Cependant, l'avantage est que la vie en Pologne coûte bien moins chère qu'en France. Donc parfait pour un étudiant ! Les loisirs et les frais alimentaires sont très abordables.

Santé :

Nous étions obligés de prendre une assurance proposée par la faculté polonaise, en plus de la carte européenne d'assurance maladie.

Télécommunication :

La Pologne étant dans l'union européenne, les tarifs forfaitaires restent identiques à ceux utilisés en France.

Vie Universitaire :

J'ai choisi de suivre des cours de 4^{ème} et de 5^{ème} année de médecine au sein de la division anglaise. A Lodz, à partir de la 4^{ème} année, les cours théoriques se font à l'Hôpital exclusivement, suivis de cours pratiques. Les étudiants doivent changer d'Hôpitaux ou de services en fonction de la spécialité étudiée (pneumologie, cardiologie...). Les séminaires se font donc dans une salle de l'Hôpital, par groupes de 20 étudiants ou plus, avec un interne ou un médecin parlant Anglais. Concernant la pratique, nous étions divisés en plus petits groupes et nous devons suivre un médecin qui nous présentait aux patients et faisait la traduction pour nous. A la fin de chaque spécialité étudiée (entre 3 jours à 1 mois continus selon la discipline), nous devons passer un test noté entre 0 et 5 (3 étant le minimum pour valider la Matière).

Concernant le système administratif, le bureau des relations internationales était toujours disponible pour répondre à nos questions ou pour prendre en charge nos papiers officiels.

Vie Quotidienne :

En Pologne, durant le premier semestre il faisait très froid, en moyenne -6 degrés avec un ressenti de -10, le vent et la neige faisant partie du quotidien (ce qui n'empêchait pas certaines polonaises de sortir travailler le matin en jupe sans collants !). Vêtements thermiques, bottes et boissons chaudes étaient au rendez-vous. La nuit noire arrivait à 15h30. Nous passions donc peu de temps dehors, privilégiant les activités d'intérieures. Quand les jours étaient meilleurs, il était très agréable de se promener dans des parcs ensevelis sous la neige.

La ville était bien desservie par les transports publics. Lodz ne possède pas de métro mais de bus et de tramways, plus ou moins récents. En Pologne, il faut être discipliné, on ne fraude pas dans les transports et on ne traverse surtout pas le passage piéton si le feu est rouge ! Les trains sont propres, ponctuels et confortables. On peut réserver ces billets sur le site du réseau ferroviaire polonais (pkp intercity) ou aller directement au guichet. Cependant il faut être volontaire et déterminé si vous désirez communiquer directement aux personnels du guichet de la station, aux vendeurs ou aux caissiers, caissières... En effet, la plupart du temps on ne parle pas anglais, ceci n'étant pas un grand problème, mais la difficulté était que la plupart de ces personnes ne faisaient aucun effort pour vous aider, vous comprendre ou vous répondre. Il faut alors essayer de trouver quelqu'un d'aimable qui peut traduire, ou trouver une autre solution.

Je me souviens donc d'un jour à la gare où nous désirions prendre 3 tickets de trains au guichet. Nous avons préparé des phrases en polonais sur *google traduction* afin de nous faire comprendre de manière efficace. La dame présente à l'accueil ne voulait pas lire nos phrases car elle ne voulait pas perdre de temps avec des personnes qui ne parlent pas polonais. Nous changions donc de guichet, et la nouvelle personne présente nous demanda

de partir en haussant la voix en prononçant des mots polonais que nous ne comprenions pas.

Finalement, un client polonais nous a aidés à prendre nos tickets à notre place. Heureusement, certaines personnes sont toujours prêtes à vous aider.

Les polonais semblent très attachés à leur culture, notamment culinaire. Un plat typique : soupe, pierogis et vin chaud ! Le patrimoine historique est aussi très important et très riche. Dans chaque ville, des musées sur la seconde guerre mondiale ou la vie communiste, des mémoriaux ou encore des anecdotes écrites sur des plaques vous entourent. Cracovie, une des plus belles villes que j'ai vues, en est l'exemple même. Elle réunit ce lourd passé polonais mais aussi un héritage médiéval.

Les billets de train n'étant pas chers pour les étudiants nous avons pris l'habitude de voyager les week-ends dans ce beau pays. La Pologne étant également au centre de l'Europe, il était pratique de découvrir certaines villes de l'Europe de l'est mais aussi de l'ouest.

Bilan et suggestions

Quand je pense à mon Erasmus, je retiens un bilan plus que positif. Mes espérances et mes objectifs ont été largement atteints. Avant de partir, je voulais être plus débrouillarde, plus autonome, moins stressée par l'inconnu et l'imprévu. J'espérais également rencontrer des gens du monde entier. Je les ai rencontrés mais je les ai également aimés et je ne pensais pas créer de vraies amitiés en seulement 5 mois.

Les études de médecine étant un peu étouffantes en France, j'avais également besoin d'une « bouffée d'air » avant de me lancer dans la préparation du concours de l'ECN.

J'ai pu aussi améliorer mon anglais. Même si je manque encore de vocabulaire et que je ne suis pas la plus rigoureuse grammaticalement, j'ose parler anglais et je n'ai plus peur de paraître ridicule. Je peux avoir une conversation sur tous les sujets de la vie courante et ceci est ce qui me semble le plus important. Cet Erasmus m'a donné une grande envie de découvertes, de voyager, à l'étranger notamment mais aussi au sein de mon propre pays.

Certaines difficultés étaient évidemment à affronter, notamment la barrière de la langue polonaise comme cité plus haut, mais aussi des difficultés personnelles. En effet, c'était la première fois que je vivais seule et que je vivais à l'étranger, loin de mes amis, de ma famille et de ma ville. Au début, la solitude et l'envie de revoir sa ville se faisaient sentir. Puis, rapidement on se trouve des amis, des occupations, on s'habitue et puis on apprécie. A la fin de mon expérience, la principale difficulté était de se séparer des personnes qui ont partagé mon quotidien.

Aussi, le premier semestre en Pologne se termine en février, alors que le second semestre en France commence en Janvier. Il y a donc un mois de chevauchement qui demande de

Commentaire [eb1]:

l'organisation. Je m'étais donc avancé sur le programme du mois de janvier durant l'été 2018.

Aucune autre préparation ne m'a été imposée ou ne m'a semblée nécessaire.

J'avais cependant contacté une étudiante de ma Faculté qui était partie 2 ans avant moi à Lodz, afin d'avoir quelques informations. Par ailleurs, ma faculté d'accueil nous avait désigné une « marraine ». Une étudiante polonaise en médecine, chargée de répondre à nos questions et de nous aider à nous habituer à cette nouvelle vie universitaire. Cette initiative était très rassurante et confortable.

Si je devais repartir à l'étranger, j'essayerais de profiter un peu plus de chaque instant, de m'intégrer plus vite et de moins comparer ma vie en France et ma vie en Pologne. J'essayerais d'être plus « présente » dans mon expérience dès le début.

Concernant les améliorations possibles sur les échanges internationaux, la seule amélioration à laquelle je pense est spécifique à ma faculté. J'aurais aimé avoir plus de choix dans les destinations à l'étranger même si nous avons déjà une grande liste et qu'il est difficile de créer de nouveaux accords.