

Rapport de fin de séjour

Je suis Hugo Ferroux, étudiant en troisième année de médecine à Lyon Sud et j'ai réalisé mon Erasmus dans la ville de Lodz située en Pologne de Octobre 2022 à Février 2023

I – Vie Pratique

- Logement

Au départ, j'hésitais fortement entre une collocation internationale d'environ 4/5 personnes pour découvrir de nouvelles cultures, et une résidence étudiante. Après réflexion et en écoutant le témoignage des anciens erasmus, je me suis tourné vers le Basecamp 1 Rewolujci. Ce complexe accueille uniquement des étudiants erasmus dans des chambres simples ou doubles. Je recommande vraiment ce type de logement, un peu cher comparé aux autres alternatives mais il présente de nombreux avantages. Il dispose de nombreux espaces communs (cuisine, salle de travail, loisir avec écran, salle de sport) facilitant les rencontres. Je payais pour ma part 2000 zlotys (soit environ 400€) pour une chambre seul avec cuisine intégrée. Il est situé au centre de la ville, proche des lieux touristiques et des différents hopitaux.

- Argent

Pour mes dépenses, j'ai simplement vérifié auprès de ma banque que ma carte était compatible avec la Pologne sans frais supplémentaire. C'est uniquement lors de retrait que je payais des frais en plus, j'ai donc retiré au début de mon erasmus qui m'a servi tout au long du séjour. Je vous conseille également de vous procurer une carte revolut, un moyen de paiement similaire à Lydia ou Paypal très apprécié des étudiants erasmus.

La vie en Pologne coûte en moyenne moins cher qu'en France, un euro correspond à environ 4,85 zlotys

- Santé

La seule démarche utile avant de partir est de contrôler la validité de votre carte européenne d'assurance maladie qui peut parfois servir. J'ai eu l'occasion de découvrir les urgences polonaises en tant qu'étudiant en médecine, mais aussi en tant que patient après un accident de patinage sur glace. Il suffit de présenter cette carte européenne et le frais sont pris en charge

- Télécommunication

Mon forfait Orange étant compatible dans toute l'Europe, je n'ai pas eu besoin de réaliser des démarches particulières. La wifi est en accès libre au sein du Basecamp

- Transport

La ville de Lodz est très bien desservie de par son réseau de bus et de tramway. J'utilisais l'application Jakdojade qui correspond à TCL à Lyon, avec la carte étudiante polonaise vous bénéficiez de -50% sur les tickets (vous la recevrez dans les premières semaine de votre erasmus). J'utilisais régulièrement les taxis (uber, bolt) dont le prix est nettement inférieur en Pologne qu'en France.

Concernant votre arrivée à Lodz, vous avez plusieurs options :

- Avion jusqu'à **Varsovie** puis bus (flixbus) ou train (PKP intercitiy) jusqu'à **Lodz**
→ environ 200€
- Bus (flixbus) en partant de **Lyon** ou **Paris** jusqu'à **Lodz**
→ environ 150€ mais c'est 20h
- Avion jusqu'à **Cracovie** puis bus (flixbus) jusqu'à **Lodz**
→ Environ 100€ le mardi et samedi, environ 40€ sans grosse valise, très utile pour la visite de proches

II – Vie universitaire

La vie universitaire est basée sur des cours obligatoires (pour la plupart) en hôpitaux, par groupe d'une dizaine de personnes, le matin, avec un cours magistral suivi d'un cours pratique auprès de patients. Lorsqu'une matière se termine, une autre commence. Sauf exception, vous n'aurez pas deux matières en même temps. L'examen se déroule généralement le dernier jour de la matière, sauf Endocrinologie, Pneumologie, Radiologie.

Le choix des matières s'effectue lors de la réalisation du Learning Agreement, un document qui réunit vos matières choisies et signé par les deux facultés. Vous aurez la liste des matières par niveaux avec un calendrier, il faudra ensuite choisir vos matières en évitant les superpositions.

Pour ma part, j'ai choisi des matières en continuités avec ma troisième année de médecine comme Cardiologie, Endocrinologie, et Pneumologie pour ne pas prendre de retard sur les collègues du deuxième semestre.

Matière	Pneumologie	Tuberculose	Radiologie	Hématologie	Néphrologie	Endocrinologie
Crédits	3	1	3	2	2	2
Horaires	8h/13h	8h/12h	8h/12h	9h/11H	13h/16h	8h/12h
Difficulté	+++	++	+++	+	++	+++
Examens	Examen de 50 QRU sur 5, il faut avoir 3/5 pour valider Possibilité de repasser l'examen dans d'autres groupes	Examen d'environ 30 QRU sur 5, il faut avoir 3/5 pour valider Beaucoup d'annales	Examen de 60 QRU cas clinique en 1h (seul rattrapage)	Oral rapide sur un bilan sanguin, et un examen en ligne	Examen de 30 QRU, assez compliqué	Examen de 100 QRU en amphi, 60 bonnes réponses pour valider

Matière	Dermato	Gastro	Geriatrics	Rhumato	Cardio	Diabetologie	Urgence
Crédits	2	1	3	1	3	2	5
Horaires	8h/13h	Pas obligatoire		9h/11h	8h/11h	8h/12h	9h/10h
Difficulté	++	+		+	+	+	+
Examens	Examen très court le dernier jour sur une des pathologies vues en cours	Pas d'examen	Je ne suis pas allé en cours à cause d'un problème sur mon planning	Pas d'examen	Pas d'examen	Pas d'examen	Examen de 40 QRU en amphi, beaucoup d'annales

III – Bilan et suggestion

Je tiens sincèrement à remercier le bureau des relations internationales de nous donner l'opportunité de partir en Erasmus, ainsi que Marta, la nouvelle coordinatrice de Lodz très bienveillante.

Lodz est une ancienne ville industrielle au centre de la Pologne, très peu touristique mais très ouverte pour les Erasmus. J'ai eu l'opportunité de découvrir de nouveaux pays comme l'Allemagne, la République Tchèque, ou encore la Slovaquie

Je retiens un bilan très positif de mon séjour en Pologne. J'ai apprécié découvrir la médecine en anglais sous un regard différent, et une approche des patients différente.

J'ai bien préparé mon Erasmus, je n'ai donc pas rencontré de difficultés particulières. J'ai simplement eu un temps d'adaptation concernant le climat froid de la Pologne. Cette expérience m'a fait grandir et devenir plus autonome. J'ai rencontré des personnes formidables du monde entier, et ainsi perfectionné mon anglais.

Je finirais mon rapport en m'adressant à toutes les personnes qui souhaiteraient partir en Erasmus : c'est normal d'appréhender, mais n'hésitez plus. Qu'importe la destination que vous choisissiez, vous en serez ravis.

FERROUX Hugo
FGSM3