

Rapport de fin de mobilité

La Pologne est un très beau pays, situé en Europe de l'Est, au bord de la mer Baltique. La ville de Łódź (prononcé woudge) se trouve au milieu du pays et à environ 150 km de Varsovie, le Capital polonais. Cette petite ville se place 3^{ème} dans le classement des grandes villes polonaises avec 800 milles habitants, dans laquelle j'ai vécu une aventure inoubliable dont je vais partager avec vous.

La vie pratique :

1) Visa :

étant donné que la Pologne est un membre de l'Union Européen et fait partie de l'espace Schengen, les ressortissants européens n'ont pas de besoin de visa. Je vous conseille néanmoins d'avoir toujours une pièce d'identité (permis par exemple) sur vous car les règles en Pologne sont strictes.

2) Logement :

Il y a plusieurs possibilités pour s'héberger à Łódź.

D'abord, les appartements privés que vous trouverez sur les groupes facebook ou bien à travers des agences immobilières. Je vous conseille de trouver un appartement près de la rue de Piotrkowska car c'est dans cette rue où se trouvent 80% des activités (bars, restaurants, loisirs.....ect) de la ville. Faites attention, lorsque vous passez par une agence, aux conditions dans le contrat car on essaie de vous faire perdre votre caution.

Ensuite, nous avons la possibilité de trouver un hébergement dans une résidence étudiante. La résidence la plus populaire s'appelle Basecamp. A Łódź, il y en a 2, une à Rewolucji et une autre à Rembielińskiego. Si vous décidez de vous y héberger, Rewolucji est l'option le plus optimal car elle est plus près de Piotrkowska et dispose de meilleures activités.

Le coût mensuel varie entre 300 et 500 euros. A mon avis personnel, payer plus que 500 euros par mois, n'est pas raisonnable car le coût de vie générale en Pologne est un peu près la moitié que celle en France.

Je payais personnellement environ 2190 Zloty par mois pour 40 m² et je suis passé par une agence.

3) Argent :

La monnaie officielle polonaise est le Złoty (prononcé Zwouté). 1 Euro ≈ 4,7 Złoty
Pour convertir de l'argent, je vous conseille de demander à votre banque quelles sont les conditions que ce soit pour retirer ou pour payer par carte. (Petite astuce, lorsque vous payez par carte et qu'on vous demande de choisir entre Euro et Złoty, il faut toujours choisir le Złoty car en payant en Euro, vous payerez plus de frais).

Si les conditions de votre banque ne sont pas favorables, ne vous inquiétez pas, la solution est de passer par une banque virtuelle « Revolut » où vous ne payez aucun frais pour convertir de l'argent.

Lorsque vous retirez de l'argent, évitez les distributeurs Bankomat car les frais à payer sont trop élevés (7 euros de frais pour retirer 100 Złoty).

J'avais personnellement les 2 options, avec ma banque, je n'avais pas de frais en payant par carte et j'ai aussi un compte sur Revolut pour faire des virements pour payer mon loyer.

4) Santé :

Avant de partir, il faut demander la carte d'assurance maladie européenne à votre caisse d'assurance maladie.

Le système de santé en Pologne est différent de celui en France. Les cliniques privées sont payantes (environ 100 Złoty par consultation). En revanche, l'hôpital public est gratuit.

Je ne suis pas fait de consultation à Lodz je n'ai donc pas eu d'expériences personnelle

5) Télécommunication :

Dans une résidence étudiante ou bien les colocations, vous avez normalement du Wifi.

Dans mon cas personnel, je n'avais pas du Wifi chez-moi, j'ai donc pris un abonnement sur place à 30 Złoty par mois pour 100 Go. Je vous conseille de prendre plutôt un abonnement sur place car si vous passez par un opérateur français, vous risquez de payer plus cher pour moins de Go.

6) Vie universitaire et stage :

Le system universitaire polonais diffère beaucoup du system chez-nous. A partir de la 4^{ème} année, on n'a plus de cours à l'université et tous se passe à l'hôpital.

Vous disposez plutôt de « seminar » et de « clinical class ».

Seminar : est un cours classique présenté par un médecin dans une petite salle à l'hôpital avec une groupe à 12 étudiants.

Clinical classe : c'est l'équivalent de stage en France, avec un sous-groupe de 4 étudiants suivant le médecin dans son service, vous aurez parfois une observation médicale à faire et à présenter au médecin.

Pour votre mobilité à Lodz, vous aurez la possibilité de choisir entre des UE du 1^{ère} ou 2^{ème} cycle.

Les cours du 1^{ère} cycle sont des cours basiques qu'on a eu en 1^{ère} année en France.

Cependant, en 2^{ème} cycle vous pourrez choisir des matières plus intéressantes comme Cardiologie, Pneumologie, Endocrinologie...ect.

Vous trouverez ci-dessous le lien du site officiel de l'université médicale de Lodz où vous pouvez regarder les différentes UE à choisir, sachant que vous devez cumuler au moins 30 ECTS par semestre.

Le site officiel : <https://dwz.umed.pl/in-english/incomings-for-studies/>

Vous trouverez aussi ci-dessous, mon choix personnel d'UE :

Before the mobility				
<i>Study Programme at the Receiving Institution</i>				
Planned period of the mobility: from [month/year] 10/2022 to [month/year] 02/2023				
Table A Before the mobility	Component ⁶ code (if any)	Component title at the Receiving Institution (as indicated in the course catalogue ⁷)	Semester [e.g. autumn/spring; term]	Number of ECTS credits (or equivalent) ⁸ to be awarded by the Receiving Institution upon successful completion
		Cardiology	Autumn	3
		Pneumology	Autumn	3
		Diabetology	Autumn	2
		Family Medicine	Autumn	7
		Endocrinology	Autumn	2
		Hematology	Autumn	2
		Ophthalmology	Autumn	4
		Neurology	Autumn	4
		Geriatrics	Autumn	3
				Total: 30
Web link to the course catalogue at the Receiving Institution describing the learning outcomes: [web link to the relevant information]				
The level of language competence ⁹ in English [indicate here the main language of instruction] that the student already has or agrees to acquire by the start of the study period is: A1 <input type="checkbox"/> A2 <input type="checkbox"/> B1 <input type="checkbox"/> B2 <input type="checkbox"/> C1 <input checked="" type="checkbox"/> C2 <input type="checkbox"/> Native speaker <input type="checkbox"/>				

7) Transport :

Vous disposez d'un réseau de transport de Bus et de Tramway qui couvre la totalité de la ville et ses banlieues.

Un titre de transport, avec un tarif réduit pour les étudiants, coûte 2,2 zloty pour 40 minutes et 2,8 pour 60 minutes. Le titre peut être acheté dans les bus et les trams ou bien sur l'application « Jakdojade » qui est très utile et qui vous permet de savoir quel moyen de transport est le plus optimal.

Après minuit, il n'y a plus de trams mais des bus de nuit passent environ chaque heure.

Pour voyager en Pologne, il existe un vaste réseau de train. Le prix du billet varie entre 30 et 200 zloty. En tant qu'étudiant nous avons une réduction de 50% sur les billets de train mais il faut obligatoirement avoir la carte étudiante **POLONAISE** sinon, vous risquez de payer une amende.

pour acheter les billets je vous mets les 2 sites les plus connus :

Le site officiel : <https://www.intercity.pl/pl/>

Le site européen : <https://www.polishtrains.eu/> sur ce site, vous pouvez choisir vos sièges mais vous payez des frais de réservation.

8) Vie quotidienne :

Le climat en Pologne est plus dur que celui en France. A partir d'octobre la température varie entre 5°C et -5°C mais peut aller parfois jusqu'à -10°C. Il neigeait souvent dans la ville et le niveau de neige peut être aussi élevé que 10 cm.

Les grandes supermarchés sont ouvertes du lundi au samedi et ferment normalement à 22h. Faites attention le dimanche 90% des surfaces commerciales sont fermées.

Les lieux touristiques se trouvent soit à la rue principale de « Piotrkowska » soit au centre commercial de « Manufaktura ». Il y a aussi un autre grand centre commerciale « Port Łódź » mais il est un peu plus éloigné de la ville.

D'après mon expérience, les Polonais sont sympathiques et amiables. Néanmoins, la barrière linguistique est toutefois le problème principal. La nouvelle génération parle anglais sans difficulté mais l'ancienne génération ne communique qu'en polonais et parfois en allemand ou en russe.

La langue polonaise est très difficile à apprendre, mais connaître quelques mots peut vous sauver dans certaines situations.

Lodz se trouve vraiment au milieu du pays, on est donc seulement à quelques heures des grandes villes. Je vous conseille de visiter autant de ville que vous pouvez. Je vous mets quelques exemples : Krakow (ma ville polonaise préférée), Warszawa, Gdansk, Wroclaw.

Bilan personnel :

Nous avons vraiment de la chance d'avoir une telle opportunité de partir en Erasmus, peu importe la destination, c'est une aventure extraordinaire à ne pas rater. Choisir sa destination n'est facile et est un choix personnel avant tout et dépend de plusieurs facteurs.

La Pologne était mon 1^{er} choix pour plusieurs raisons :

- Je ne suis jamais allé en Europe de l'Est.
- Le pays le plus riche en culture et en histoire dans l'Est est la Pologne.
- Le coût de vie générale est bien bas.
- La Pologne se situe au centre de l'Europe avec 7 pays frontaliers, ce qui est idéal pour voyager.
- La Pologne est une destination attrayante pour beaucoup des étudiants internationaux et des Erasmus, la communauté Erasmus en Pologne est plus grande que vous ne le pensez.
- L'envie d'améliorer mon niveau d'anglais, surtout dans le domaine médical.

Je retiens un bilan plus que positif à la fin de mon Erasmus, je n'ai fait qu'un semestre à Lodz, et la seule chose que je regrette est de ne pas rester un an en entier.

Me relancer dans une nouvelle aventure, surtout dans un pays étranger que je n'ai jamais visité semble effrayant et m'a freiné un peu, mais une fois que mon dossier Erasmus a été accepté, j'étais très enthousiaste et j'avais vraiment hâte de commencer une telle expérience.

Personnellement, je me suis très rapidement adapté au changement et à la nouvelle vie. J'ai eu un peu du mal à comprendre le système universitaire et hospitalier polonais au tout début, et ce qui m'a vraiment aidé à le comprendre, ce sont les nouvelles amitiés qui ont été créés avec chaque groupe d'étudiants que j'avais rencontré.

Avec les matières que j'ai choisies, mon semestre en Pologne s'est terminé à la fin de février, alors que le 2^{ème} semestre en France avait déjà commencé au début de janvier. Si je devais repartir à l'étranger, j'essayerais de me renseigner un peu plus sur les matières à choisir et d'être en avance sur le programme.

En outre, comme cité plus haut, j'essayerais de trouver un logement plus près de Piotrkowska, étant donné que mon appartement était à 20 minute en tram de cette rue.