

Rapport de fin de séjour ~ Elisabeth Perrin

Lublin Pologne

Septembre 2022 - juin 2023

VIE PRATIQUE

Logement

Je suis partie avec une étudiante de Lyon Est que je ne connaissais pas auparavant, mais nous avons été mises en contact par le bureau des RI et avons rapidement décidé de trouver un logement ensemble.

Au début je pensais essayer de trouver une colocation dans le centre, je me disais que ce serait la solution la plus confortable sachant que j'allais rester l'année entière à Lublin.

Cependant, je me suis quand même renseignée sur une résidence privée, Burzuj, qui était évoquée dans le rapport d'une étudiante partie à Lublin quelques années plus tôt.

Nous en avons discuté avec des anciens Erasmus partis à Lublin deux ans auparavant et qui nous ont largement recommandé la résidence. Nous avons donc décidé d'y louer une chambre (il est possible de demander à être dans le même appartement que quelqu'un).

Nous avons chacune une chambre dans un appartement partagé à cinq au total, avec deux salles de bain et une cuisine avec balcon. Ce n'est pas très grand mais suffisant pour un quotidien d'Erasmus. Le mobilier est assez fonctionnel, mais il a fallu acheter toutes les fournitures, même la poubelle ! Il y a des machines à laver dans certains appartements et des laveries dans le centre, un peu chères cela dit. La résidence se situe à une vingtaine de minutes du centre à pieds, 10 en bus, et on trouve des magasins de premières nécessités à proximité. Le loyer est de 860 pln (au départ 800 mais a augmenté en cours d'année à cause de l'inflation des prix du gaz) soit environ 190 euros charges comprises. Un acompte est demandé au moment de la réservation de la chambre. La résidence est très animée avec un grand nombre d'Erasmus, et beaucoup de soirées y sont organisées.

Argent

La monnaie en Pologne est le zloty polonais (pln), sachant que 1€ = 4,5pln. Ma carte bancaire m'imposait des frais assez élevés à chaque paiement pour convertir la monnaie, j'ai donc rapidement ouvert un compte gratuit chez Boursorama pour ne plus avoir ce problème. Il est également possible d'utiliser l'application Revolut, très populaire auprès des Erasmus en Pologne, et qui permet également de faire des virements rapides et sans frais comme Lydia. Il y a aussi possibilité de changer ses espèces dans des bureaux de change "Kantor" et de tirer du liquide aux bornes des banques polonaises (PKO).

Il faut savoir que la vie coûte globalement moins cher en Pologne, surtout la nourriture

(environ 30 euros de courses par semaine).

Santé

Comme la Pologne fait partie de l'Union Européenne, tous les frais médicaux sont pris en charge, il suffit d'avoir la Carte Européenne d'Assurance Maladie. Je n'ai pas eu besoin de voir un médecin pendant mon séjour.

Télécommunications

Mon forfait a une bonne couverture à l'étranger, avec suffisamment de 4g, donc je n'ai rien eu à changer de ce côté-là. Le WIFI est également disponible dans de nombreux restaurants, cafés et centres commerciaux. Pour l'appartement, mes colocataires et moi avons acheté un routeur à la résidence et on payait 100pln par mois pour 5 personnes, soit 4,50€ par personne.

Vie universitaire

Les études de médecine en Pologne ne sont pas organisées de la même manière qu'en France: les trois premières années n'ont que des cours théoriques et les trois suivantes sont composées uniquement de rotations d'une à deux semaines dans les différents services. Pour cette raison je n'avais pris presque que des cours de 4ème et 5ème année pour être un maximum à l'hôpital.

Les rotations ont une partie clinique à l'hôpital le matin (même si c'est beaucoup d'observation) suivie d'un séminaire d'une heure en général et d'une lecture (cours en ligne) dans l'après-midi. Les horaires ne sont mis en ligne que quelques jours avant que la rotation ne commence et il y a un test à la fin de chaque rotation, en général sous la forme de qcms et pas trop compliqué. Je recommande fortement forensic medicine, et pourquoi pas ophthalmology, orthopedics/traumatology et radiology. Les cours théoriques durent en général 2 ou 3h et tombent une fois par semaine pendant tout le semestre. Si vous prenez à les fois des rotations et quelques cours théoriques, il est très probable que les cours se superposent certains jours de la semaine; ce n'est pas forcément un problème mais il faut prévenir les professeurs car ils sont assez à cheval sur la présence en cours. Pour ces cours théoriques j'ai bien aimé les deux que j'ai pris, internal medicine et clinical skills. L'université de Lublin possède un Centre de Simulation avec beaucoup de matériel médical comme des mannequins-patients qui permettent de s'entraîner à effectuer des gestes médicaux. Cela dit l'organisation du planning est très compliquée et vous devrez sans doute modifier votre Learning Agreement en arrivant. La communication avec la fac n'est pas toujours simple et il faut un peu de temps avant de s'habituer au site internet de l'université. Malgré tout les professeurs et l'administration sont assez compréhensifs et feront de leur mieux pour vous aider.

Les cours sont intéressants, les docteurs parent relativement bien anglais et essaient tous de se faire comprendre au mieux. Communiquer avec les patients n'est pas toujours facile, peu d'entre eux parlent anglais, mais les docteurs font office d'interprètes. Les cours ont lieu par groupe d'une vingtaine d'étudiants, divisés en groupes de 5 lors de la partie clinique à l'hôpital; cela rend aussi la communication

avec les docteurs plus fluide et il est assez facile de sympathiser avec les autres étudiants. Ces étudiants venus d'un peu partout dans le monde font leurs études en anglais à Lublin et sont répartis en différents programmes (American, Asian, Gulf et International) que les Erasmus rejoignent momentanément le temps d'une rotation. On passe ainsi de groupe en groupe et cela permet de rencontrer des gens de plein d'origines différentes, c'est très enrichissant !

Vie quotidienne

Je me suis bien attachée à Lublin. On ressent la différence de taille avec Lyon (notamment en hiver où les rues sont vides à cause du froid !) mais on s'y fait bien, et la ville est très étudiante.

Attention l'hiver est long, pour moi il a commencé fin octobre et on avait encore quelques chutes de neige en avril ! Les températures tournent autour de -10 degrés en hiver, et la neige tombe en abondance, c'est magnifique. Il faut bien s'équiper mais ça en vaut vraiment la peine ! La nuit commence aussi très tôt, 15h au coeur de l'hiver, et il faut admettre qu'il fait souvent gris. Mais au premier rayon de soleil les rues se remplissent et la ville est très agréable à l'automne et au printemps.

Les musées et services administratifs ferment assez tôt vers 16h mais les magasins restent ouverts comme en France, et les supérettes encore plus tard jusqu'à 22-23h. Il y a beaucoup de bars, avec des terrasses quand la température le permet, et de nombreux cafés et restaurants dans la vieille ville. En exemple de plats typiques polonais on peut citer les pierogi (des raviolis qu'on trouve absolument partout, garnis de chou, de viande ou de fromage), les zapiekanki (une baguette coupée dans la longueur et couverte de fromage et champignons ou façon pizza) ou encore le Bigos (du chou mariné avec du boeuf dans un pain entier en guise de bol). Pour vos courses au quotidien, vous trouverez quantité de produits identiques à ceux français chez Leclerc ou Auchan.

Le centre n'est pas très grand donc les distances se font facilement à pied. Il y a cependant un bon réseau de bus assez peu cher (1,50pln pour 15 minutes), vous pouvez utiliser l'application Jakdojade, très très pratique pour déterminer vos trajets et acheter vos tickets, elle fonctionne dans toute la Pologne. Possibilité aussi de prendre un Uber, Bolt ou Freenow qui sont bien moins chers qu'en France. L'hôpital principal était un peu loin de chez moi donc je prenais principalement le bus (20 minutes) ou parfois un Uber si j'étais en retard.

Si vous voulez voyager plus loin il est facile de prendre un Flixbus à la gare routière, personnellement je trouvais ça bien plus confortable que le train, qui reste quand même une bonne solution. Varsovie n'est qu'à 2h de bus ou de train, et de là vous pouvez aller partout (il y aussi un aéroport à Lublin cela dit). Il n'y a pas de réductions étudiantes pour Flixbus mais c'est relativement peu cher en général, et pour le train vous avez 50% de réduction en passant par le site pkp intercity, mais attention à bien avoir votre carte étudiante, les contrôleurs sont assez stricts !

C'est très simple de partir en weekend visiter une autre ville de Pologne comme Gdansk, ou Cracovie. Pour une excursion d'une journée, passez à Zamosc et Kazimierz Dolne qui sont proches de Lublin. Et si vous voulez sortir de la Pologne, je

recommande Budapest en Hongrie ou Vilnius en Lituanie !

Il y a aussi plein de possibilités de s'amuser à Lublin: bowling, billard, cinéma, philharmonique, lasergame, même des stands de tirs ! Il y a aussi un lac à 20 minutes en bus où vous pourrez admirer de magnifiques couchers de soleil.

Pour ce qui est de l'animation étudiante, l'ESN (Erasmus student network) de l'Université Marie Curie Skłodowski organise une semaine d'intégration et plein d'évènements et de soirées au cours de l'année où vous pourrez rencontrer les autres Erasmus. Il y a aussi pas mal de festivals qui ont lieu en été !

Les Polonais n'ont pas toujours l'air très avenants au premier abord, et beaucoup ne parlent pas très bien anglais. Cela dit la plupart sont très gentils et feront un effort pour communiquer.

BILAN

Cet Erasmus a été pour moi une expérience très positive. J'ai rencontré des gens de partout dans le monde et j'ai hâte de les retrouver au cours de prochains voyages !

J'ai beaucoup appris sur moi-même et j'ai gagné en indépendance et en maturité. C'était la première fois que je vivais sans ma famille et je suis contente que tout se soit si bien passé. Dépasser les difficultés du quotidien et relativiser sur leur impact, découvrir un aperçu de nombreuses cultures de par les rencontres que j'ai pu faire m'ont aussi permis d'augmenter grandement ma confiance en moi.

Rien que la préparation de l'Erasmus est toute une aventure: monter un dossier, trouver un logement, gérer les budgets... Cela m'a définitivement aidée à mieux m'organiser !

Se retrouver seule dans un pays étranger où on ne connaît personne et dont on ne parle pas la langue peut être effrayant. Mais au final on se rend compte que c'est loin d'être impossible, on apprend juste à s'adapter. J'ai eu la chance de partir avec une étudiante de Lyon Est au premier semestre avec qui je suis devenue amie, et je sais que cela m'a beaucoup rassurée au moment du départ. J'ai aussi reçu beaucoup d'informations d'anciens Erasmus, que ce soit par Messenger ou dans les témoignages sur le site de l'université, et elles m'ont été plus qu'utiles ! Le bureau des relations internationales est aussi très présent et a répondu rapidement à toutes les questions que je pouvais avoir.

Sur place, l'université de Lublin propose un système de "buddy", un étudiant polonais volontaire pour rencontrer et aider des étudiants étrangers et leur présenter la ville, c'est assez pratique aussi pour s'intégrer.

Je ne regrette absolument pas d'être partie une année complète. Il y a eu une petite période de creux vers février quand la vague d'Erasmus qui ne restait qu'un semestre (c'est le cas pour la plupart des gens) est partie mais j'ai assez vite rencontré de nouveaux étudiants pour le deuxième semestre. Le temps a pu me paraître un tout petit long de temps en temps mais globalement il est passé très très vite ! Et une petite visite de la famille ou des amis peut aider en cas de mal du pays ;))

Pour ce qui est des cours, j'ai beaucoup apprécié le côté pratique des enseignements à Lublin. J'ai eu l'occasion de voir beaucoup de patients malgré la barrière de la langue et de découvrir plein de spécialités qui m'intriguaient comme la médecine légale, l'ophtalmologie ou la psychiatrie.

Je suis très heureuse d'avoir pu découvrir la Pologne, que je ne connaissais pas du tout, ainsi que d'autres pays d'Europe de l'Est au cours de mes voyages. Cette opportunité qui nous est offerte de s'ouvrir au monde est une vraie chance et j'en garderai le meilleur souvenir.