

Gaëlle Colevray

Faculté de Médecine et de Maïeutique Lyon Sud (Université Claude Bernard Lyon 1)

Rapport de fin de séjour Erasmus

Manchester – Royaume Uni – 1^{er} Semestre 2018-2019 3^e année de Médecine

VIE PRATIQUE

Logement :

J'ai habité pendant ces 4 mois au sein d'une colocation à 6, dans une maison étudiante comme cela se fait beaucoup en Angleterre. J'ai trouvé la chambre sur un site internet très utilisé par les étudiants anglais : « Spareroom », sur lequel on peut s'inscrire aussi bien pour trouver une chambre à louer que pour rechercher un colocataire. Malheureusement, les contrats de locations étudiantes se font dans la très grande majorité des cas via des contrats d'un an, et après de nombreuses recherches, j'ai dû me contraindre à m'engager pour l'année entière ou à trouver un remplaçant au moment de mon départ. Les contrats de courte durée se faisaient rares au mois d'aout, où alors bien au-delà de mes moyens. A l'heure actuelle, je suis toujours à la recherche d'un autre étudiant pour reprendre mon contrat, et suis contrainte à continuer de payer le loyer jusque-là. De plus, les loyers à Manchester sont particulièrement élevés.

Mis à part cet aspect financier contraignant et stressant, la vie en colocation s'est très bien passée, et je suis ravie d'avoir pu vivre l'expérience de la maison étudiante anglaise.

Argent :

Il était relativement difficile de gérer mon budget, notamment le premier mois durant lequel les principales dépenses s'effectuent (caution, abonnement téléphonique...). Les bourses ERASMUS et Région cumulées ne couvrant qu'un peu plus de la moitié de mon loyer, j'étais inquiète dans les premiers temps de ne pas pouvoir subvenir à mes besoins malgré mes économies. J'ai cependant rapidement su évaluer et gérer mes dépenses quotidiennes afin d'être plus sereine et de me permettre davantage de loisirs.

J'avais, avant de partir, demandé à bénéficier de l'option internationale sur ma carte bancaire : celle-ci comprenait des paiements illimités, un certain nombre de retraits et un virement mensuel sans frais. Je n'ai alors pas eu besoin d'ouvrir un compte sur place, ce qui était plutôt pratique compte tenu de la courte durée de mon séjour.

Santé :

Au niveau de ma couverture santé, j'avais simplement demandé avant mon départ la carte d'assurance maladie européenne, m'assurant une couverture par la sécurité sociale française en cas de souci de santé lors de mon séjour.

Pour ce qui est de mes traitements médicaux régulier, je me suis fait prescrire 4 mois de traitement afin de partir l'esprit tranquille et ne pas avoir à me les procurer à l'étranger.

Télécommunication

Je bénéficie d'un forfait de téléphone / internet Européen fonctionnant dans tous les pays de l'UE, et n'ai donc pas eu à en changer (11€ par mois).

Vie universitaire

Pour ce qui est de la vie universitaire, j'ai trouvé le système administratif bien plus clair et efficace qu'en France. Je n'ai pas eu de mal à obtenir les rendez-vous et informations nécessaires au bon déroulement de ma rentrée, et le personnel de l'université s'est montré très accueillant et disponible.

Les cours étaient très bien organisés et se déroulaient toujours en petits groupes, ce que j'ai trouvé intéressant et bénéfique à l'apprentissage. Il s'agissait d'une méthode d'enseignement inversée : nous avions des supports de cours et de travail disponible une semaine avant la séance avec le professeur, et avions donc à maîtriser un certain nombre de connaissances avant de nous rendre en cours.

La majorité de ma semaine était occupée par le stage hospitalier, également très organisé et encadré.

Je n'ai pas eu de mal à suivre le rythme de travail et je pense avoir beaucoup bénéficié de ces méthodes d'enseignement.

Stage

Mon stage hospitalier s'est déroulé en deux temps : 6 semaines en cardiologie puis 6 semaines en endocrinologie. Nous étions affectés à ces stages par groupes de 8 étudiants, toujours les mêmes (avec qui je suivais les cours également), ce qui était rassurant et permettait une entraide précieuse.

Au début de ces deux périodes, nous avons été à chaque fois présentés à l'ensemble de l'équipe soignante, et nos objectifs de stage ont été établis et évalués régulièrement.

Les stages n'étaient pas rémunérés et les horaires relativement variables : en général de 9h30 à 16h en fonction des objectifs à valider. En effet, on nous fournissait chaque semaine une liste de gestes / évaluations à valider, ainsi que quelques créneaux à présence obligatoire (bloc opératoire, consultations...), mais nous pouvions organiser notre semaine assez librement. J'ai apprécié le fait que le stage soit entièrement ciblé sur l'apprentissage de l'étudiant, et que nous n'avions ainsi aucun rôle administratif chronophage comme cela est souvent le cas en France. J'ai rapidement pris mes marques et j'ai pu ainsi profiter pleinement de l'enseignement hospitalier. Il était extrêmement intéressant de découvrir un autre système de santé, ses atouts et failles, points communs et différences avec le nôtre. J'ai également trouvé très formateurs d'apprendre à prendre en charge des patients d'une culture différentes, dans un environnement différent, et parlant une autre langue que la mienne.

Vie quotidienne

Je me suis rapidement acclimatée à la culture britannique et au rythme universitaire. Après des débuts un peu chargés en appréhension, j'ai pris mes marques et me suis fait des amis à l'université et en dehors, ce qui m'a permis d'être à l'aise en stage et également de m'intégrer rapidement au sein de la vie étudiante (événements culturels, sorties...).

J'ai pu rejoindre le club de tennis de l'université et ainsi pratiquer une activité physique régulière me permettant de me détendre et de rencontrer de nouvelles personnes.

Au niveau alimentaire, j'ai pu constater que la cuisine anglaise méritait bien sa réputation : peu équilibrée et peu savoureuse, ce fût compliqué de garder un mode de vie sain et une alimentation équilibrée tout en respectant mon budget.

Du point de vue loisir, je n'avais que l'embarras du choix dans une ville étudiante et dynamique comme Manchester.

Bilan et suggestions

Je suis plus qu'heureuse d'avoir eu le courage et l'initiative d'entreprendre cette mobilité universitaire à l'étranger. Il m'a été bénéfique aussi bien du point de vue professionnel / formation, que sur l'aspect personnel par le développement de mon autonomie et de ma confiance en soi. J'ai été surprise par ma capacité d'adaptation dans un environnement inconnu et nouveau, et suis dorénavant d'autant plus enthousiaste à vivre d'autres expériences comme celle-ci si l'occasion se présente. Bien que j'aie comme projet de travailler au sein du système de santé français sur le long terme, je serais cependant ouverte à d'autres expériences de travail/ études à l'étranger, afin de toujours évoluer et m'ouvrir de nouvelles perspectives.

Du point de vue universitaire, j'ai développé une méthode de travail plus efficace, et appris davantage à cibler les objectifs et à les compléter.

J'ai également pu développer mon anglais, dans la continuité de mon enseignement au lycée (Cité Scolaire Internationale de Lyon en section européenne). Être bilingue en anglais est un objectif que je me suis fixée depuis un très jeune âge, et l'absence totale ou presque d'enseignement de l'anglais en fac de médecine rendait mon projet plus difficile. Je pense être revenue presque bilingue de cette mobilité, et avoir acquis un vocabulaire scientifique et médical qui me sera précieux tout au long de ma carrière.

Les autres étudiants de ma promotion partant également à Manchester et moi avons été laissés en grande autonomie par notre faculté vis-à-vis des procédures administratives antérieures à notre mobilité (candidature, inscription, Learning agreement, choix des cours...). Sur le moment, nous étions assez perdus et aurions souhaité plus d'encadrement. Avec du recul, je suis contente d'avoir entrepris ces démarches « seules », me prouvant ainsi que je pouvais aussi m'organiser seule et avec succès. Nous nous sommes entraidés tout au long des démarches.

Nous avons pris contact avec des étudiants partis les années précédentes, mais les informations qu'ils nous ont fournies n'étaient plus d'actualité.

Si je devais repartir à l'étranger, je ferais en sorte de m'engager dans une période de mobilité plus longue que celle-ci. En effet, 3 mois et demi sur place ne sont pas suffisants pour se dépayser totalement et s'imprégner d'une autre culture et d'un mode de vie. Les premières semaines sont occupées par la formalité d'installation, et les dernières par celles de départ. Il est aussi frustrant d'avoir à entreprendre toutes ces démarches administratives (logement, banque, potentiellement quitté un job étudiant et/ou un appartement en France...) pour si peu de temps passé sur place. En ce qui me concerne, j'avais totalement adapté le mode de vie d'étudiante en médecine en Angleterre au bout d'un mois sur place, et il était alors déjà presque temps de commencer à penser aux formalités de retour. Je pense être maintenant capable de préparer une mobilité plus sereinement et efficacement.

Je conseillerais à ceux qui veulent partir de choisir leur destination intelligemment, avec ouverture d'esprit, et de manière réfléchie et non pas sur des idées reçues : quel est le mode de vie là-bas et me conviendra-t-il, échanger avec des personnes sur place ou y étant allé, quels sont mes objectifs pour cette mobilité (Langue ? formation ?), quel sera mon rythme de travail sur place... Certains de mes camarades ont été surpris de la charge de travail à laquelle ils étaient confrontés : il faut bien être conscient qu'un échange universitaire ne s'apparente pas à des vacances, et qu'il faut sur place assumer les mêmes responsabilités, si ce n'est plus, que lors d'une année universitaire classique. Cela a cependant été pour moi une véritable bouffée d'air frais au seins de mon cursus universitaire, extrêmement enrichissant sur tous les points de vues : j'en ressors grandie et recommande à tout étudiant se voyant offrir l'opportunité de la saisir.