

## Rapport Séjour à l'étranger – Explora'sup

### a) Vie Pratique

Pour ma troisième année de médecine, j'ai décidé de faire une année Erasmus à Madrid. En effet, cette capitale m'a tout de suite parue très attractive et est officiellement reconnue comme meilleure ville étudiante ERASMUS !

Concernant mon logement, je vivais en colocation dans un grand appartement au centre même de la ville. Il s'agissait d'un appartement comprenant 7 étudiants, la plupart en Erasmus, mais également avec 2 colocataires espagnols. Je n'ai pas eu de problème à trouver un appartement, ayant pris contact au préalable avec une étudiante de Lyon qui avait effectué le même Erasmus l'année précédente. Ainsi, j'ai pu utiliser ses contacts, ce qui a été un point très positif et facilitateur. Le prix de mon loyer était de 470€ par mois, plus 30€ de charges additionnelles. Je devais payer tous les 1<sup>er</sup> du mois, en cash. (cette pratique est très fréquente à Madrid). Concernant la caution, j'ai dû payer 1 mois et demi de dépôt ainsi que 50€ comme première « taxe ». J'ai été très satisfaite de cet appartement, et je pense que je n'aurai pas pu trouver mieux en terme de rapport qualité-prix. Le point bonus était le fait que tout l'immeuble était rempli d'appartements étudiants. Ainsi, il était très facile de rencontrer de nouvelles personnes, que ce soit au café d'en bas ou dans les cages d'escaliers.

Concernant mon budget, il a été plus serré que je ne le pensais. En effet, j'ai eu recours au premier semestre à 150€ d'aides financières par mois par la bourse Erasmus+, ainsi que de 120€ par ma bourse ExploraSup. Ceci m'aidait à couvrir mes dépenses seulement concernant la nourriture et mes sorties. Mais, alors que j'ai décidé de prolonger mon cursus à l'étranger dès début novembre, ceci étant en effet possible jusqu'à « 1 mois avant la fin du 1<sup>er</sup> semestre », ma demande de prolongation de bourse Explora'sup a été refusée par mon université. En effet, la prolongation ayant lieu dans la même université et même ville je n'étais apparemment pas éligible pour une seconde bourse. Mon projet se voyant très fragilisé, j'ai fait un recours directement auprès du conseil Régional qui m'a indiqué que j'étais susceptible de recevoir une seconde bourse, mais que je ne serai pas prioritaire. Suite à tous ces désaccords, et les longs délais de réponses, il était finalement trop tard pour solliciter un nouveau dossier. Je m'apprête donc à passer mon 2<sup>nd</sup> semestre Erasmus avec seulement 150€ d'aide par mois. Ainsi, si mes parents ne m'avaient pas épargné de l'argent depuis ma naissance pour mes études, ce projet qui me tient énormément à cœur n'aurait pas pu se réaliser.

J'ai pu garder la même carte de crédit qu'en France, et n'ai pas eu à ouvrir de nouveaux comptes. J'ai effectué au préalable plusieurs changements auprès de ma banque française, me permettant de retirer en Europe sans taxe supplémentaire ainsi que des plafonds de découverts plus importants en cas de problème.

Concernant le système de santé, je n'ai pas eu de réel problème. En effet, je n'ai été qu'une seule fois malade, et j'ai pu trouver un médecin français, m'affirmant que cela me serait remboursé de la même manière qu'en France, si j'envoyais tous les documents à mon centre de sécurité sociale.

Pour les télécommunications, j'ai acheté une carte Sim espagnole chez LycaMobile me permettant d'obtenir pour 9€ un forfait de 2 giga d'internet. En

effet, les appels ne m'étaient pas nécessaires, la plupart de mes appels téléphoniques se faisant via Whatsapp, à l'appartement, avec ma wifi.

J'ai étudié à l'université Complutense de Madrid. L'aide administrative s'est particulièrement bien passée. On a su m'informer, m'aider dès que j'avais un souci. De plus, les élèves étaient également très ouverts et solidaires. Quant aux professeurs, bien qu'aucun traitement de faveur ne me soit fait concernant mon origine et ma langue maternelle, ils ont tous été sympathiques durant ce 1<sup>er</sup> semestre. J'avais cours tous les matins de 8h à 14h, ou de 10h à 14h, à l'hôpital ou à la faculté.

Je n'ai pas effectué de stage durant ce premier semestre, ma priorité étant de valider mes crédits et de me focaliser sur l'apprentissage de la langue. Je pense aussi qu'étant donné mon niveau débutant en espagnol, un stage à l'hôpital dès septembre aurait été trop difficile et inefficace. Cependant, maintenant que ma maîtrise de la langue s'est améliorée, je me lance dans un stage d'un mois en cardiologie à l'hôpital Gregorio Marañón. J'attends beaucoup de cette expérience, afin de voir comment fonctionne concrètement le système de santé espagnol.

Mon rythme de vie en Espagne m'a tout à fait satisfaite. En effet, il était peut être même finalement plus approprié que mon rythme français. Mes classes commençant souvent à 9h ou 10h jusqu'à 14h- 14h30, je rentrais ensuite à l'appartement pour déjeuner, ou alors je me rendais dans des petits restaurants typiques avec d'autres étudiants. Le soir, les repas n'avaient jamais lieu avant 22h, puis je me couchais vers 00h00. En effet, le rythme espagnol est très décalé, chaque repas se faisant environ 2h plus tard qu'en France.

Concernant les transports en commun, il existe une offre à 20€ par mois pour tout accès. (bus, métro..). Mon appartement étant très bien situé, je disposais de nombreux supermarchés où faire mes courses. Le plus souvent et pour une raison de prix, je me rendais au Lidl qui se trouvait à 10/15 mn à pied de chez moi. Avec mes colocataires, nous avons pris l'habitude de faire nos courses ensemble, afin de rendre ce moment plus agréable et de souder nos relations ! Egalement, nous nous rendions tous dans la même salle de sport qui se trouvait à proximité ; ceci permettait de rester en forme et de partager une fois de plus des moments entre nous.

J'ai eu beaucoup de chance, et je m'en rends compte, car je m'entendais très bien avec mes colocataires. En effet, je passais la plupart de mon temps avec eux. Nous faisons beaucoup de dîners, de brunchs à l'appartement, et nous sortions souvent ensemble le week-end. J'ai également profité de ce 1<sup>er</sup> semestre à Madrid pour voyager. J'ai par exemple visité la ville de Grenade, dans le sud de l'Espagne, ce qui m'a appris beaucoup de choses autant historiquement que culturellement sur l'invasion arabe. De même je me suis rendue au Portugal avec mes colocataires. Nous avons pu visiter Porto, petit village également plein d'histoire qui m'a beaucoup touchée. Nous avons pris l'habitude de faire des « free-walking tour » durant nos voyages afin d'apprendre le plus de choses possibles sur les villes visitées. Ainsi, j'ai appris énormément sur J.K.Rolling et ses romans d'Harry Potter, romans dont elle a pris l'inspiration au cœur même d'Oporto. Enfin, nous avons aussi visité Lisbonne, ville plus grande mais tout aussi intéressante. Ces voyages sont des opportunités énormes que je n'aurais jamais eu si j'étais restée étudier en France. Pour moi, les voyages sont une source d'enrichissement personnel sans aucun égal, et je dois dire que ce semestre Erasmus m'a ainsi beaucoup apporté.

## b) Bilan et Suggestions

Ce premier semestre à l'étranger m'a déjà apporté énormément sur plusieurs plans, personnels surtout mais également professionnels. Tout d'abord, ayant toujours vécu auparavant avec mes parents, ce semestre m'a fait gagner en autonomie. En effet, gérer mon budget, faire les courses, le ménage sont des choses que je n'avais pas connues auparavant. De plus, vivre à distance de mes points de repères, de ma famille et de mes amis m'a beaucoup appris sur moi-même. Ce type d'expérience nous pousse à faire de nouvelles rencontres, à découvrir de nouvelles cultures, de nouvelles opinions. Parfois aussi, elle nous permet de se remettre en question sur plusieurs traits de caractères que l'on peut avoir, sur nos défauts et nos qualités. Surtout, ce premier semestre m'a appris à lâcher un peu prise, à essayer de réduire mon stress et de mieux profiter de chaque petit bonheur que la vie nous offre. Il est vrai que le début est parfois difficile, lorsque l'on est tout à coup livré à soi-même, loin de chez soi, sans personne de connaissance. Mais comme je l'ai déjà souligné plus haut, j'ai eu énormément de chance en trouvant cet appartement à Madrid. Dès le début, j'ai pu construire des liens, me lier d'amitié avec les personnes de ma colocation et ainsi profiter de mon Erasmus immédiatement. Par contre, les premières démarches administratives à l'université ont été plutôt compliquées. Beaucoup de papiers à gérer, de choses à penser et beaucoup d'indications dans une langue que l'on ne maîtrise pas encore entraîne parfois le sentiment d'être un peu submergée par tout cela. Puis, les choses se clarifient, avancent, et l'on s'habitue à la langue.

Durant ce semestre j'ai pu assister à plusieurs cours de médecine que je n'aurais jamais eu en France. En effet, il est clair que le système d'apprentissage espagnol est tout à fait différent du notre. Les cours sont beaucoup plus basés sur les choses de tous les jours, les professeurs incluant souvent des vidéos, photos. De plus, le contenu des cours est parfois plus général, et on ne nous demande pas un apprentissage profond de tous les détails mais plutôt de retenir l'important. Certaines matières m'ont beaucoup plu, comme par exemple un cours sur la médecine physique et la réhabilitation, nous montrant tout ce que le progrès de la médecine nous permet ..! Enfin, désormais j'attends beaucoup de mon stage pour ce 2<sup>nd</sup> semestre.

Avant mon départ pour Madrid, j'ai pris contact avec une élève d'année supérieure à Lyon Sud. Il s'agissait déjà d'une amie. Ainsi, elle a pu me donner de bons conseils sur ma future vie madrilène. (appartement, téléphone, métro, quartiers, adresses...)

Si je devais repartir à l'étranger, je n'hésiterais pas une seconde. Je partirais un an, voir plus ! En effet, j'avais peur l'an dernier, et je ne m'étais donc lancée que dans une demie-aventure de 6 mois... Cependant il m'a fallu peu de temps pour comprendre l'erreur que j'avais faite. En effet, Erasmus est un moment unique dans une vie, de pure rencontre qu'on ne vit qu'une fois. Si j'avais su, je me serais inscrite pour un an directement, et ainsi je n'aurais pas eu de problème de bourse.

Comment se préparer ? Je pense qu'il n'y a pas de préparation particulière à faire, peut être simplement essayer de contacter des personnes ayant séjourné dans la ville auparavant.

Pour tous ceux qui s'apprêtent à partir, je leur souhaite juste de passer une année aussi merveilleuse que la mienne. Je leur dirais qu'ils ont pris la meilleure décision, et qu'ils peuvent partir l'esprit tranquille.