



ERASMUS/Kooperation Übersee Studierendenmobilität/PJ <u>Erfahrungsbericht</u>	  MEDIZINISCHE FAKULTÄT Akademisches Auslandsamt/ International Office Medizinische Fakultät
--	--

Land	Gasthochschule	Studienfach
Frankreich / Martinique	Universität des Antilles et de la Guyane	Medizin
Hochschuljahr	Aufenthalt von	Bis
6	21.11.2016	12.03.2017
Nachname (<i>optional</i>)	Vorname (<i>optional</i>)	E-Mail (<i>optional</i>)
	Malte	
Erklärung: Ich bin damit einverstanden, dass ... dieser Bericht anderen Studenten zugänglich gemacht wird. ja/nein dieser Bericht auf der Homepage des AAA veröffentlicht wird. ja/nein meine E-Mail-Adresse an interessierte Studenten weitergegeben wird. ja/nein		

Gastinstitution und Kontaktperson (Name und Adresse):

C.H.U Zobda Quitman Martinique, Fort de France, Kontaktperson: Murielle.Doens@chu-fortdefrance.fr

Kontaktperson für eine Unterkunft: Patricia Perkins besitzt einige sehr interessante Wohnungen perkins.patricia@gmail.com

1. Vorbereitung Heimatland

Etwa ein halbes Jahr vor Praktikumsbeginn habe ich mich an dem C.H.U. Zobda Quitman, Martinique per Mail bei der Personalleiterin Murielle Doens (Murielle.Doens@chu-fortdefrance.fr) beworben. Nach meiner zweiten Mail im Abstand von circa 2 Wochen, erhielt ich prompt eine Zusage. Per Mail sehr kurz angebunden, doch beim persönlichen Kontakt dann sehr freundlich, ist Murielle Doens für die Organisation und die Erasmus-Unterlagen vor Ort zuständig. Um schnell die Erasmus-Formulare unterschrieben zurück zu bekommen, ist es sinnvoll Alles vorab richtig auszufüllen und zu markieren, wo Murielle Doens ihre Unterschriften und Stempel setzen soll.

2. Formalitäten

Ohne jegliche Probleme. Im Vorfeld läuft alles mit Murielle Doens ab (Murielle.Doens@chu-fortdefrance.fr). Vor Ort bleibt lediglich die PJ Bescheinigung, die Erasmusbescheinigung, und eine Äquivalenzbescheinigung vom Dekan zu holen.

3. Unterkunft

Einige habe ihre Wohnung bereits von Deutschland aus übers Internet organisiert. Dazu eignen sich verschiedene Websites. Typisch – Airbnb oder Fewo, aber auch französische wie <https://www.leboncoin.fr> oder <http://www.appartager.com/>. Letztere ist für WG Zimmer gut geeignet. Da 4 Monate nun doch eine etwas längere Zeit ist, habe ich mir für die ersten 10 Tage bei Airbnb etwas gemietet und vor Ort nach einer Bleibe gesucht.

Wohnungspreise sind relativ teuer auf Martinique. Am besten zieht ihr in eine WG oder tut euch mit anderen Pjlern zusammen. In Fort de France direkt zahlt man für relativ schäbige **Zimmer** oft bereits knapp 400€!

Ein sehr wichtiger Tipp ist das **Handeln!** Falls ihr 4 Monate bleibt, empfehle ich vor Ort eine Bleibe zu suchen. Bei allen Preisangeboten, die auf Airbnb etc. gemacht werden, kann generell mindesten 30% wegen Langzeitmiete abgezogen werden. Also um den Mietpreis feilschen nicht vergessen

Ein weiteres absolutes **MUSS** ist ein **AUTO** für die Insel! Ohne erreicht ihr nichts! Öffentliche Transportmöglichkeiten gibt es zwar, aber da die Uni außerhalb der Stadt ist und prinzipiell vor jedem Kreisverkehr Stau ist, ist das Bussystem zur Uni sehr unzuverlässig. In der Nebensaison (Sommermonate) gibt's Mietautos für ca. 10€/Tag und in der Hauptsaison (Wintermonate) für ca. 20€/Tag. Wer sich traut kann auch über eine „private“ Autovermietungsplattform <https://www.carfully.fr/> buchen. Da spart man etwas Geld. **WICHTIG! Unterbodenschutz.**

4. **Finanzen:**

Martinique ist schweineteeur. Ca. 40% höhere Lebenshaltungskosten als Frankreich, vor allem beim Lebensmitteleinkauf bemerkbar.

Zur Info – in Frankreich sind Lebensmittel deutlich teurer als in Deutschland.

Mein persönlicher Tipp: Guckt nicht so sehr auf das Geld, denn wann hat man jemals wieder die Chance vier Monate in der Karibik zu verbringen? Wenn man gegenrechnet, dass man für eine möglicherweise „zu teure“ Erfahrung das nächste Mal erst aus Deutschland hinfliegen müsste, überlegt man vielleicht zweimal, ob es wirklich zu teuer ist.

5. **Was haben Sie gelernt, sowohl in fachlicher als auch in menschlicher Hinsicht?**

Es bleibt einem freigestellt, ob man in den OP geht, in die Konsultation, auf Station bleibt oder „si tu veux“. Ich bin daher die meiste Zeit im OP gewesen.

Aus fachlicher Sicht hielt sich der Lerneffekt in Grenzen, da ich bereits fast alle meiner Famulaturen in der Chirurgie gemacht habe. Wenn man bisher kaum Chirurgieerfahrung hat, lernt man sicherlich viel im OP:

6. **Was hat Ihnen an diesem Auslandsaufenthalt am besten gefallen?**

Unglaubliches Wetter, exzellente Strände, alle erdenklichen Meeressportarten und freundliche Menschen.

7. **Was hat Ihnen an diesem Auslandsaufenthalt am wenigsten gefallen?**

Die Mentalität „Wenn nicht heute, dann halt morgen,... oder nächsten Monat“ – ist sehr beschreibend für die Karibik. Im Alltag kann das manchmal nervig sein. Vor allem im Krankenhaus kann es mitunter etwas lästig werden, wenn 3 Ärzte und 1 Pjler 2 Stunden im OP auf den Patienten warten und dieser nicht erscheint.

Es gibt sehr viele Wartezeiten, wo keine Wartezeiten sein sollten.

Extreme Eigenmotivation ist gefragt um tatsächlich im Team integriert zu werden.

8. **Gab es Verhaltensweisen der Menschen oder Situationen im Gastland, welche Sie irritiert haben? Wenn ja, bitte beschreiben Sie diese.**

Es herrscht immer noch eine sehr unterschwellige Rivalität zwischen Schwarz und Weiß. In Stresssituationen ist dies manchmal zu spüren.

9. **Sonstiges:**

Geldautomaten gibt es quasi überall; mit Visa ist das Bargeldabheben idR kostenlos.

Steckdosen: sog. „Steckdose Typ E“; bei schmalen Steckern ist kein Adapter notwendig

Empfehlenswert: Mitnahme von einem Zigarettenanzünder-auf-USB-Gerät und USB-Handyladekabel

App: Bonjour Martinique (Was befindet sich Sehenswertes in meiner Nähe?)

Sicherheit: als Frau würde ich mich nach Anbruch der Dunkelheit (im Winter schon ab 18 Uhr) nicht mehr alleine draußen aufhalten, da man sehr oft angesprochen wird, dies kann sehr nervig und unangenehm werden.

10. Stadt, Land, Menschen

Aktivitäten abseits der Klinik

Für Aktivitäten abseits der Klinik bleibt, je nach PJ-Platzbesetzung, **sehr viel** Zeit. Im Folgenden habe ich einige mögliche Aktivitäten aufgelistet. Diese Aktivitätenliste wurde mit freundlicher Mithilfe von anderen Pjlern erstellt.

Norden:

- 6h Wanderung von Anse Coleuvre nach Grand Rivière (Rückfahrt mit dem Boot)
- 3h Wanderung (hin und zurück) zur Cascade beim Anse Coleuvre (gleicher Startpunkt wie die 6stündige Wanderung)
- Les Gorges de la Falaise
- Canal des Esclaves
- Strand bei le Carbet
- Anse Coleuvre mit dem dunkelsten Sand, den ich hier gesehen habe, tollem Blick nach Dominica und klarem Wasser)
- Montagne Pelée (wenn man sich auf einen Spaziergang im Nebel einstellt, ist es dort sehr spannend)
- St. Pierre -> altes Theater + altes Gefängnis
- Sehr empfehlenswert finde ich eine Tour mit Katamambo ab Trois Ilets Richtung St. Pierre (vorher gibt es Delfine im Meer vor St. Pierre zu sehen) und dann etappenweise die nördlichere Westküste runter; dort lernt man auch einen schönen Schnorchel-Spot vor Bellefontaine kennen.

FDF (Fort-de-France):

- m.E. ist man hier schnell fertig: Bibliotheque Schoelcher, die kopflose Josephine (Statue) und der große, überdachte Markt (unbedingt Matthias suchen, idR der einzige männliche Verkäufer mit beeindruckenden Fähigkeiten im Öffnen von Kokosnüssen und tollem Obst, das er einen auch mal kosten lässt)
- Etwas außerhalb: Didier Wasserfälle, Coeur Bouliki, Jardin de Balata

Süden:

- Anse Dufour (Schnorcheln)
- Le Diamant (man kann leider nicht zum Rocher schwimmen und auch nicht wirklich SUPen wegen gefährlicher Strömungen)
- La Savane des Esclaves

- Village de la Poterie
- Bei Trois Ilets kann man durch die Mangroven paddeln (buchbar im Village de la Poterie; der Preis ist allerdings deutlich zu hoch)
- Schnorchelpfad
- Grande Anse d'Arlet (hier hatten wir viel Glück mit Schildkröten)

Südosten:

- Cap Macrée
- Les Salines (langer Strand mit Blick auf den Rocher)
- Cap Chevalier (toller Spot zum Windsurfen; zum SUPen ist der Wind idR zu stark)
- Durch den Wind sei es im Bezug auf Moskitos nett, hier am Strand zu nächtigen. Auf keinen Fall sollte man das in den Gruppen von unter 5, besser 10 Leuten zu machen. Das wurde uns einstimmig von allen Einheimischen, die wir gefragt hatten, empfohlen.
- Hafen bei Marin

Osten:

- wunderschöne Wanderung der Presqu'Ile de la Caravelle
- Tartane eignet sich gut zum Surfen, wer will.
- Ruhig sollte man sich mal mit dem Auto nach Trinité begeben und von dort aus die Küste gen Norden erkunden (vor Ste. Marie gibt es z.B. die Felsformation „Pain de Sucre“, zu der man durchs Meer bei ruhigem Wellengang gehen kann)
- Die Distille JM wurde uns auch wärmstens von Kollegen empfohlen. Hier werden Geruchsproben angeboten
- Von St. Jaimes waren wir bzgl. der Erklärungen der Zuckerrohrernte und Rumherstellung recht angetan.
- Baignade de Joséphine -> mit einem kleinen Boot hin

11. Annerkennung

Es sollte zur problemlosen Anerkennung des PJ Tertials kommen.



Le Diamant



Le Vauclin

