

Un an și jumătate în Provence

Mă numesc George-Mihai Murariu, sunt student în anul VI la medicină generală, și am participat la o mobilitate Erasmus în Marseille pe parcursul anului V și primul semestru din anul VI. Încă din primii ani de facultate am visat la ziua în care voi pleca să studiez într-o altă țară, iar după ce m-am interesat despre centrele universitare partenere, am hotărât să aleg Marseille ca opțiune principală.

Procedura de depunere a actelor a fost una simplă, și doresc pe această cale să mulțumesc conducerii Universității și Biroului de Relații Internaționale pentru oportunitate și pentru buna organizare și promptitudinea de care au dat dovadă.

După interviu, a urmat trimiterea și validarea actelor în Franța, iar apoi Sandrine Kilman, coordonatoarea Erasmus din Marseille, a transmis data la care trebuia să fim prezenți la biroul dânei pentru a completa alte acte și pentru a stabili programul stagiilor. În general întâlnirea este fixată la jumătatea lunii septembrie, urmând ca stagiile să înceapă cam la 2 săptămâni după (ultima săptămână din septembrie sau prima din octombrie). Aceste prime 2 săptămâni sunt un timp de instalare, acomodare, și de vizitat.

Stagiile sunt de câte 5 pe semestru, cu durata de câte o lună, iar vacanțele sunt de 2 săptămâni/semestru, la data dorită de voi. Așadar, primul semestru se termină la sfârșitul lui februarie, iar al doilea la sfârșitul lui iulie.

La întâlnire am primit și cardul de student, cu care am putut împrumuta cărți de la bibliotecă și am putut să îmi fac cardul de transport.

Cazarea este asigurată de anul acesta în 2 camine: Lucien Cornil, care a fost inițial unicul cămin disponibil, are avantajul de a se afla la 5 minute de cele 2 spitale (Timone și Conception), stația de metrou Timone, și supermarketurile Casino, Lidl și Super U. Camera de cămin are 9m², care includ și o baie și costă 258 euro/ luna. În acest cămin am locuit un an și jumătate și în mare parte am fost mulțumit de condiții. Spațiul din cameră este bine compartimentat, există dulapuri, rafturi, birou și un mini-frigider. Fiecare etaj are o bucătărie dotată cu cuptor electric, microunde, plită și chiuvetă. Din păcate, se întâmplă ca ceilalți colegi din cămin să lase uneori mizerie în bucătărie sau chiuvetele înfundate.

Cel de-al doilea cămin, Sainte Baume, oferă camere mai mari, cu baie și chicineta, la prețul de 330 euro/ luna. Se afla tot în zona spitalului Timone, dar este ceva mai departe de magazine. Plata se face de la început pentru întreaga perioadă (cu posibilitatea în 2 tranșe), în plus se percepe și o garanție de 250 euro, care va fi returnată la final dacă se predă camera în condiții bune. Pentru a acoperi $\frac{1}{3}$ din costul chiriei, se poate aplica la CAF. (este un proces destul de anevoios, dar merita încercat.)

Masa de prânz se poate lua la cantinele unor cămine din oraș (Galinat, Restaurant Universitaire Canebiere) la prețul de 3,30 euro/masa, iar în unele seri cina este oferită gratuit.



Stagiile

Serviciul public spitalicesc din Marseille (APHM) este compus din cele 4 spitale universitare: La Timone, Conception, Hopital Nord și Hopital Sainte Marguerite și doua institute: Institut Paoli Calmettes (hemato-oncologie) și IHU (boli infectioase).

Majoritatea stagiilor se vor desfășura la Timone, Conception și Nord, pentru ultimul fiind necesar un drum de 45- 50 min cu metroul (linia 1 până la Colbert și autobusul 97).

Echipmentul de spital constă doar într-un halat alb, cu mânecă scurtă, care se pot cumpăra dintr-un magazin de echipamente medicale (20e) sau se poate lua gratuit de la DAV-urile din spital (mașini automate care eliberează costume de spital, pentru aceasta este nevoie de o legitimație de student de la spital, care se obține destul de ușor.)

Stagiile încep la ora 9 pe secțiile clinice, și la 8 pe cele chirurgicale, și durează până în jurul prânzului. Pe fiecare secție eram alături de câțiva studenți (externi) francezi, împreună cu care îi ajutam pe rezidenți (interni) la gestionarea secției. La majoritatea stagiilor, ne împarteam câte un student la 2-3 pacienți, astfel încât am avut ocazia să interacționez și să examinez persoane cu patologii foarte diverse și uneori foarte rare. În calitate de student, am fost tratat mereu ca parte a echipei medicale, iar pacienții erau foarte receptivi și cooperanți, având încredere în ceea ce le transmiteam. Dosarul pacientului este în format electronic, astfel încât există o imagine completă asupra sa (anamneza, istoricul bolii, alte patologii, examene paraclinice, imagistica, scrisori medicale vechi). Studentii francezi și rezidenții au coduri de acces în program, însă nu au nici o problemă să le împărtășească cu studenții Erasmus pentru a avea și noi acces. În plus, de multe ori am avut și eu ca responsabilitate să mă ocup de documentarea pacientului (anamneza, examen clinic la internare, evoluție).

Vizita este obișnuită pe aproape toate secțiile clinice și este condusă de profesor sau de unul dintre medicii de pe secție. Înainte de a intra în salon ne prezentăm pacientul (anamneza, examen clinic, ex paraclinice, evoluție) în fața colectivului de pe secție. Apoi, profesorul mai poate pune anumite întrebări în legătură cu cazul sau cu aspectele teoretice ale patologiei, însă discuțiile sunt deschise și fără presiunea relației profesor-student. Chiar dacă la început pentru fiecare student Erasmus, vizita este un stres, profesorii sunt amabili și încântați de faptul că putem prezenta un pacient în franceză. Pe lângă acestea, se organizează săptămânal și un microcurs despre o patologie anume și prezentări de cazuri clinice.

Desigur, sunt și unele secții unde medicii se ocupa prea puțin de studenți (și de cei francezi), și veți avea impresia ca sprijiniti pereții.

În timpul stagiilor am avut ocazia să îmi exersez și aptitudinile practice. La stagiile chirurgicale, am participat activ la operații (ținut departatoare, realizare suturi, taiere cordon ombilical), iar pe secțiile clinice am fost pus în situația de a practica anumite gesturi (puncție arterială, puncție lombară, lavaj pleural, puncție medulară, biopsie cutanată). Rezidenții erau prezenți pentru a explica procedura sau să o preia dacă nu ne descurcam.

Schimbând stagiul lunar, am cunoscut foarte mulți studenți francezi. Unii au fost interesați să afle de unde vin, cât stau în Franța, cum este în România, dar în general cam la atât se limita interacțiunea mea cu ei. Puțini sunt cei cu care am rămas în contact după terminarea stagiului. Pentru ei, examenul de rezidențiat (ECN) este țelul suprem din facultate, și își dedică foarte mult timp învățării. Pentru fiecare materie există câte un “Collège”, pe care îl împrumutăm lunar de la bibliotecă pentru studiu. Bibliografia rezidențiatului conține peste 20 de Collège-uri, iar întrebările sunt realizate sub formă de cazuri clinice și pun accentul foarte mult pe partea practică a medicinei: criterii clinice și paraclinice de diagnostic și protocoale de tratament. După un an și jumătate în sistemul francez, pot să spun că cel mai mare avantaj pe care îl aduce acesta studenților este faptul că îi pregătește temeinic pentru munca de rezident, astfel încât cei care încep rezidențiatul sunt siguri pe ceea ce au de făcut.

Pe lângă stagii, după-masa sunt organizate câte două cursuri, de la ora 14 și 16, și în funcție de stagiul pe care îl aveam în luna respectivă puteam alege să particip la un curs anume.

Pentru îmbunătățirea nivelului de franceză, am putut opta prin intermediul facultății pentru 2 cursuri săptămânale de franceză, gratuite, care se desfășoară în timpul săptămânii, seara. De asemenea, facultatea organizează înaintea începerii anului școlar o săptămână de integrare (prima din septembrie), în care sunt cursuri zilnice de franceză și tururi de oraș.

Orașul

Marseille este al 2lea cel mai mare oraș al Franței, oraș port cu deschidere la Marea Mediterana. Pentru cei care iubesc soarele și marea, este locul ideal.

Principalele locuri de atracție sunt Portul vechi, cu baruri și restaurante, Le Panier, cartierul pitoresc al orașului, cours Julien, palatul Longchamp, faleză "La Corniche" care se întinde între plajele Prado și Catalans și desigur biserica "Notre Dame de la Garde", unde apusurile de soare sunt de neuitat.

De când am pășit în portul vechi al orașului, am putut observa că ceea ce definește Marseille-ul este multiculturalitatea. Oameni din toate colțurile lumii se bucurau de mare, de razele soarelui, în timp ce pe fundal răsunau ritmuri de muzică africană și orientală. Bogăția culturală a orașului poate fi mai bine înțeleasă prin vizite la principalele muzee din oraș (MUCEM, Vielle Charité, Musée d'Histoire de la ville Marseille).

Pentru iubitorii de fotbal și nu numai, a merge la un meci al echipei Olympique Marseille este esențial pentru a înțelege spiritul acestui oraș. Stade Velodrome este cu siguranță unul dintre cele mai frumoase stadioane din lume, iar atmosfera făcută de fani la fiecare meci este unică.

Un beneficiu major pe care îl oferă Marseille este accesul facil la plaje. Plage des Catalans și plaja Prado sunt principalele destinații pentru zilele de vară, sau plaje din satele vecine (Cassis, La Ciotat)

În vecinătatea Marseillului se află "Le parc national des Calanques", o adevărată bijuterie a naturii. Traseele pe stânci sunt de dificultăți diferite, marcate, iar peisajele fac ca orice efort să nu fie în zadar. Destinația finală a traseelor sunt niște mici golfuri, unde se poate face baie într-o apă cristalină și răcoroasă.

Ca orice oraș, Marseille are și părți negative, care sunt bine de știut. Fiind un oraș aglomerat, este murdar și există mulți hoți, atât pe stradă cât și în mijloacele de transport în comun, așa că este nevoie de o atenție sporită, iar noaptea plimbările nu sunt recomandate decât în grupuri mai mari.



Transport și călătorii

Pentru a ajunge din Timișoara în Marseille există mai multe opțiuni : zbor direct din Budapesta (există firme care asigură transportul de la domiciliu (Timișoara, Arad) până la aeroportul din Budapesta, cost 170 lei); zbor București-Marseille, zboruri de linie din Timișoara cu escală.

Transportul de la aeroport până în Marseille se poate realiza fie cu autobusul (linia 91, autogara la ieșire din aeroport, cost 7 euro) sau cu taxi (cost aprox. 50 euro).

Odată primit cardul de student, se poate face cardul de transport în comun, prin care se pot achiziționa abonamente valabile pe toate mijloacele de transport (36 euro/lună sau 220euro/an).

Personal, mi-am cumpărat abonament lunar doar când aveam stagii departe de casă, în rest cardul se poate reîncărca și se poate valida pentru călătorii unice, valabile o oră, pentru 1,12 euro).

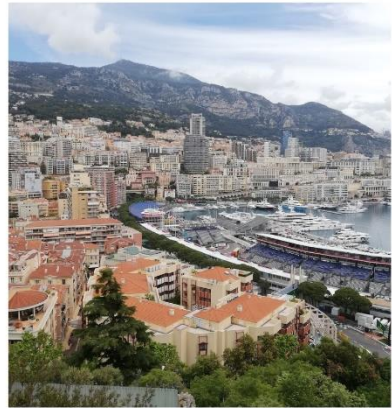
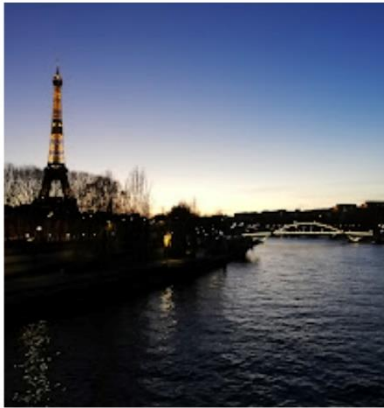
Transportul în comun este foarte bine pus la punct, iar timpii de așteptare nu sunt lungi.

Marseille oferă posibilitatea de acces rapid către atracțiile turistice din Provence: sate și orașe pitorești (Avignon, Arles, Roussillon). De asemenea, pentru orașele de pe riviera franceza exista o foarte bună conexiune feroviară.

Pentru Paris (3h30) și Lyon (1h45), TGV-ul este modalitatea ideala de transport, iar biletele achiziționate din timp pot fi găsite la prețuri foarte bune.

Recomand achiziționarea unei "carte avantage jeune" prin care aveți reducere de 30% la bilete de tren (costa 50 de euro, uneori se găsește redusă la 25).

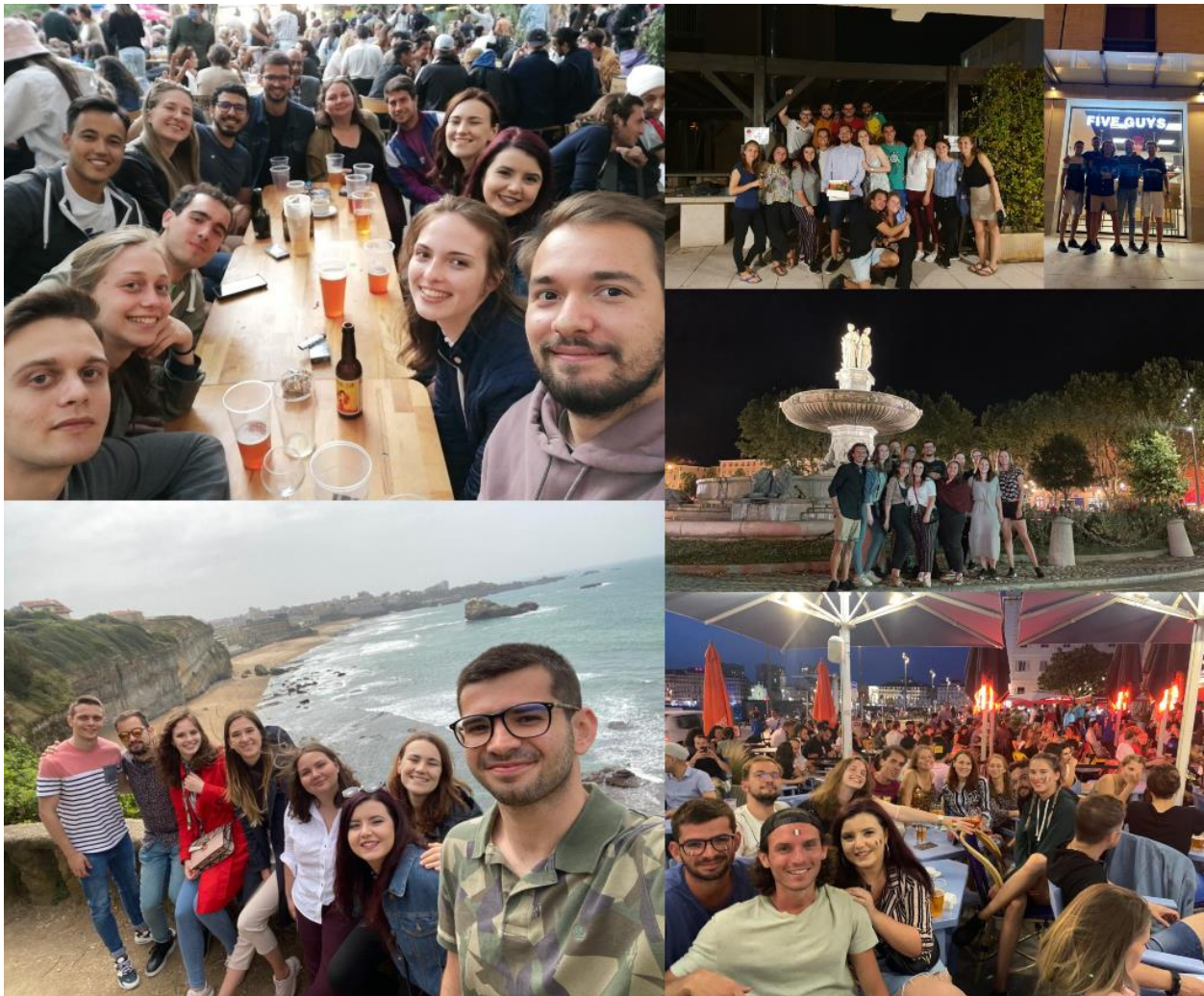
Prin poziția sa, Marseille oferă o larga deschidere la călătorii spre sudul Europei și nordul Africii. Zboruri către destinații apropiate precum Portugalia, Spania, Italia, Maroc se găsesc la preturi bune.



Marrakech, Porto, Mont Blanc, Paris, Bordeaux, Monaco, Barcelona, Biarritz, Saint Paul-de-Vence

Activități extrașcolare

ESN Marseille este asociația care se ocupa de studenții internaționali și care organizează evenimente (excursii, tururi ghidate, petreceri tematice, drumeții, karaoke, seara de board games). Pe lângă colegii români care vin de la alte facultăți din țară și împreună cu care am format o adevărată familie, am avut ocazia să cunosc studenți din toată lumea, cu toții dornici de a descoperi locuri noi și de a profita de această experiență.



Concluzii

Pentru mine, perioada de un an și jumătate petrecută în Marseille a însemnat dezvoltare pe plan personal și profesional. Am învățat cum este să trăiești departe de casă, cum să te acomodezi într-o cultură nouă și cum să lucrezi într-un sistem medical diferit. Am văzut locuri fascinante, am rămas cu amintiri de neuitat și am legat prietenii de durată. Vă îndemn pe toți să profitați de această șansă și să vă bucurați de o experiență care vă va marca din plin studenția și vă va deschide noi perspective.