

## ERASMUS-ERFAHRUNGSBERICHT

**Name: Anonym**

**Studienrichtung: H 066 418**

**Gastinstitution: Insem U1148 LVTS (Praktikum)**

**Studienjahr: 2019**

**Aufenthaltsdauer: von 15.04.2019 bis 15.08.2019**

### Veröffentlichung des Berichts

Ich willige ein, dass der vorliegende Erfahrungsbericht inklusive der oben angegebenen Daten (Studienrichtung, Gastuniversität, Studienjahr, Aufenthaltsdauer) auf der Website des Zentrums für Internationale Beziehungen zum Zwecke des Informationsaustausches in Bezug auf den Studienaufenthalt veröffentlicht, sodass sich künftige interessierte Outgoings über Ihre Erfahrungen an der Gastinstitution informieren können.

ja nein

Die Einwilligung ist freiwillig und kann jederzeit ohne Angabe von Gründen mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden. Ein etwaiger Widerruf kann jederzeit per E-Mail an [erasmus@boku.ac.at](mailto:erasmus@boku.ac.at) erklärt werden.

## FOLGENDE PUNKTE WÄREN FÜR SPÄTERE OUTGOINGS SPANNEND:

### 1. Stadt, Land und Leute + soziale Integration

Paris, Frankreich. Arbeitsplatz war an der nördlichen Peripherie und daher in einem eher schlechteren Viertel. Unsicher fühlte ich mich nie. Die an der südlichen Peripherie liegenden Unterkunft gab mir ein sicheres Gefühl. Ich empfand die Pariser als ganz freundlich, aber habe bemerkt, dass es auch bevorzugt wird, wenn sich jeder um seine Probleme schert. Da ich fließend Französisch spreche, war die Integration sehr einfach. Ich hatte nach all den Jahren nach meiner Matura ein bisschen die Routine verloren, aber nach einigen Wochen war mein Französisch fast wieder auf native speaker Niveau.

Für alle denen es evtl. am Französisch fehlen sollte: Ja, es stimmt, Franzosen sprechen teilweise schreckliches Englisch, aber es gibt einen Teil der (vor allem jüngeren) Bevölkerung der sich sehr gerne verbessern würde und daher andere zum Üben braucht.

### 2. Unterkunft

Ich hatte das große Glück in einem Zimmer der Wohnung eines ehemaligen Schulkollegen sehr billig wohnen zu dürfen. Dies kam erst ein bis zwei Wochen vor Praktikumsantritt zustande. Zuvor hatte ich eine Unterkunft für 550€ in Arbeitsplatznähe in Aussicht (gefunden über [www.wg-gesucht.de](http://www.wg-gesucht.de)), aber ließ diese dann wegen der andere, offensichtlich angenehmeren Wohnsituation fallen.

### 3. Kosten

In etwa pro Monat:

- Miete/Unterkunft: 250€

Die Fixkosten für die Unterkunft waren sehr günstig und für Paris auf keinen Fall die Norm. Normalerweise würde ich mit durchschnittlich 550€ für ein Zimmer rechnen.

- Lebensmittel: 250€

Ich habe hauptsächlich zuhause gegessen und auch mein Essen in die Arbeit mitgenommen. Restaurants sind sehr teuer, ab und zu ging ich in eine Studentenkantine wo es Hauptspeisen für 3-4€ gab.

- Handypaket: 10€

RED by SFR bietet sehr günstige Tarife ohne Bindung. In meinem Fall gab es eine Aktion, die 30 GB pro Monat beinhaltete. Aktionen gibt es fast laufend.

- Transport: 75€

Monatskarte von Navigo für RATP.

- Ausgehen, Unternehmungen etc.: 100€

War nicht sonderlich oft unterwegs wo Geld gebraucht wurde. 3 bis 4x im Monat.

**4. Sonstiges (Visum, Versicherung, etc.)**

Als EU Bürger ist es relativ einfach. Visum wird ja sowieso nicht gebraucht und mit der Rückseite e-card ist man EU-weit versichert. Es kam bei mir zum Glück nicht zu einem Arzt oder Krankenhausbesuch. Aber mir wurde gesagt, dass man im Falle sofort die Rückseite der e-card herzeigen sollte und man sehr wahrscheinlich einen gewissen Selbstbehalt zahlt und/oder die kompletten Kosten im Voraus zahlen muss. In letzterem Fall sollte man ein Formular zu Kostenrückerstattung ausfüllen. Diese kann man sich vorab von der Krankenkasse holen. Ob das mit der Kostenrückerstattung reibungslos abläuft weiß ich allerdings nicht.

**5. Beschreibung der Gastinstitution/des Praktikumsgebers**

INSERM (Institut de la Science et Recherche Médicale) ist die nationale, öffentliche Institution für medizinische Forschung. Dabei gibt es landesweit dutzende verschiedene Einrichtungen („unité“) mit unterschiedlichsten Projekten. Unité 1148 LVTS (Laboratory for Vascular Translational Science) befindet sich am Gelände des Krankenhauses Bichat, im Norden von Paris. Die Einrichtung beschäftigt sich hauptsächlich mit (cardio-) vaskulären Erkrankungen und Therapien. Forscher, Pharmazeuten und Ärzte arbeiten hier zusammen. Die Einrichtung ist in 6 Gruppen aufgeteilt, mit leichten Überschneidungen in den Projekten. Mehr auf [www.lvts.fr](http://www.lvts.fr).

**6. Praktikumsbetreuung vor Ort**

Ich war in einer Gruppe die von einem „chargé de recherche“ (sowas wie Senior Scientist) geleitet wird. Er beaufsichtigt zwei verschiedene Projekte mit jeweils einem/einer Techniker/in, wissenschaftlichen Mitarbeiter/in und PhD Student/in. Es war zu selben Zeit noch eine Masterstudentin vor Ort mit welcher ich die meiste Zeit zusammen arbeitete und die Experimente durchführte. Wir arbeiteten an einem Projekt, welches die mögliche regulatorische Rolle von Blutplättchen bei verschiedenen Krebsarten im lebenden Organismus bewerten soll. Die Betreuung war ausgezeichnet. Von Anfang bis Ende konnte ich bei Unklarheiten so gut wie jederzeit jemanden fragen oder um Hilfe beten.

**7. Anmeldeprozess im Vorfeld**

Von österreichischer Seite (BOKU, OeAD) aus lief alles eigentlich sehr flott und transparent. Die Schwierigkeit lag eher auf Seite der Gastinstitution. In erster Linie dauerte es einige Wochen bis ich die verantwortliche Person überreden konnte, mir das Training Agreement zu unterschreiben, um in weiterer Folge den Bewerbungsverlauf weiterbringen zu können. Grund dafür war die von der Administration gegebene Notwendigkeit zuerst den internen Praktikumsvertrag abzuschließen, was mit einigen Schwierigkeiten verbunden war. Ausländische Praktikanten dürften vor meiner Ankunft wohl sehr rar oder nicht existent gewesen sein. Größtes Problem dabei waren die Unterschiede im Bankensystem. In Frankreich ist der IBAN mit extra Zahlen und einem Sicherheitsschlüssel versehen (für das noch vorhandene Schecksystem). Genau dafür gibt es ein spezielles Dokument, den RIB (relevé d'identité bancaire), welches den Besitz eines

gegebenen Bankkontos bestätigt. Leider gibt es ein solches, offiziell bestätigtes Dokument nicht in Österreich. Dann versuchte ich ein Bankkonto zu eröffnen, was nach kurzer Zeit auch wieder zu vergessen war, da sich bei dem Teufelskreis an notwendigen Dokumenten, die Katze in den Schwanz beißt. Nach zwei Wochen und viel Aufregung für nichts, akzeptierten sie mein Argument, dass es das IBAN System für einen Grund gäbe und zwar genau für meine Situation. Aber gut, dies erinnerte mich erneut daran, dass Franzosen ihr eigenes System für praktisch alles haben und nur dieses akzeptieren wollen. Spaß beiseite, vor Ort hat sich die Dame im Sekretariat ausgezeichnet um alles gekümmert. (ja es gab anfangs noch Probleme mit der Überweisung des Gehaltes, lief aber dann reibungslos.)

#### **8. Tipps und was man sonst noch unbedingt wissen sollte**

Ich empfehle im alltäglichen Leben so oft wie möglich selber zu kochen. Es gibt z.B. sehr günstige und dennoch schmackhafte Tiefkühlgerichte bei Picard. Für die öffentlichen Verkehrsmittel empfehle ich sich die „Navigo Découverte“ Karte zu kaufen, auf die man den Monatspass (etwa 75€, alle Zonen) laden kann. Die Karte ist an jedem RATP Schalter für 5€ erhältlich und man braucht nur ein Foto von sich um sie auszufüllen. In Frankreich sind Arbeitgeber verpflichtet Praktika über 2 Monate zu entschädigen. Die momentane Rate dafür beträgt in etwa (mindestens) 26€ pro angetretenen Arbeitstag, also Wochenenden und Feiertage ausgeschlossen. Ebenso entschädigen viele Arbeitgeber die Hälfte der Transportkosten. Dafür musste ich lediglich die Rechnung kopieren und abgeben. Die Hälfte der angegebenen Kosten wurden dann mit der Entschädigung zusammen überwiesen.

Zum Ausgehen empfehle ich die Gegend um das Moulin Rouge, wo viele Touristen zum Feiern unterwegs sind. Im Südosten (Bercy) gibt es entlang der Seine sehr nette Bars und Restaurants. Die Gegend um Montparnasse war auch einer meiner Favoriten. Dabei sollte man lieber auf die Karte der Restaurants und Bars schauen, da manche extrem teuer sind. Dies sollte man sich eigentlich in ganz Paris zu Herzen nehmen.

#### **9. Resümee**

Alles in allem ist mein Aufenthalt in allen Punkten sehr glücklich verlaufen. Dabei muss ich gestehen, dass ich auch sehr viel Glück mit der Unterkunft hatte. Dadurch konnte ich trotz der hohen üblichen Kosten in Paris mithilfe von allen finanziellen Unterstützungen sehr angenehm leben. Der Praktikumsgeber war sehr kompetent und ermöglichte mir sehr viel Erfahrung zu sammeln. Ich hoffe der Erfahrungsbericht hilft.