

Mein Auslandsaufenthalt in Québec



UNIVERSITÉ LAVAL

Auf einen Blick	
Name	Stella Méteau
Studienzyklus (Bachelor, Master, Promotion)	8. Semester Lehramt Sekundarstufe I&II
Studienfach/-fächer	Französisch und Sport
Gastuniversität, Unternehmen	Université Laval
Stadt, Land	Québec, Kanada
Programm (Erasmus+, Ostpartnerschaften, etc.)	PQEE
Aufenthaltsdauer	02.09.2024-22.12.2024
Meine E-Mail-Adresse darf an interessierte Studierende weitergegeben werden	ja
Ich habe mein schriftliches Einverständnis zur Veröffentlichung dieses Berichts erteilt	<input checked="" type="checkbox"/>

Diese Vorbereitungen habe ich für meinen Auslandsaufenthalt getroffen:

(Bewerbung, Anreise, Reiseunterlagen, Unterkunft, etc.)

Bewerbung

Mein Studiengang erfordert einen sechsmonatigen Auslandsaufenthalt. Nach einem ersten Auslandssemester auf der französischen Insel La Réunion, in dem ich die Besonderheiten des Kreolischen und eine neue Kultur kennengelernt hatte, habe ich beschlossen, mich mit Québécois auseinanderzusetzen und eine weitere französischsprachige Region sowie das Alltagsleben jenseits des Atlantiks auf authentische Weise zu entdecken. Für das Auslandssemester hatte ich ursprünglich zwei Städte im Kopf: Montréal und Québec. Die Bewerbungsfrist für das North 2 North-Programm für die UQAM ist Anfang Dezember, und da ich mich auf La Réunion noch mitten in der Prüfungsphase befand, fand ich keine Zeit, mich zu bewerben, und habe ich mich erst nach meiner Rückkehr im Januar an den zweiten Aufenthalt gewidmet. Ich habe mich also für die Laval-Universität in Quebec beworben. Das Zusammenstellen der Bewerbungsunterlagen (Empfehlungsschreiben, Learning Agreement, Übersetzung des Transcript of Records usw.) für das Auslandsaufenthalt kann sehr zeitaufwändig sein, daher empfehle ich, sich frühzeitig darum zu kümmern.

Sobald man die Unterlagen an das International Office geschickt hat, erhält man Zugangscodes, um sich online auf dem Portal der Gastuniversität zu bewerben. Die Antwort von dieser kommt einige Monate später.

Die einzelnen Bewerbungsschritte sowie die benötigten Dokumente sind alle in der Checkliste aufgeführt.

Sobald man eine positive Antwort erhält, kann man seinen Flug buchen und sich um ein Zimmer in einem Studentenwohnheim, ein Visum oder ein Stipendium wie z. B. UdS-mobil bemühen.

Visum

Für einen Aufenthalt von weniger als sechs Monaten ist die Beantragung einer Studierenerlaubnis (Permis d'études) für deutsche oder französische Staatsangehörige nicht erforderlich. Die Beantragung eines AVE (Attestation de Voyage Électronique) zum Preis von 7 \$ ist jedoch obligatorisch. Und wenn Sie einen Anschlussflug in die USA haben, ist ein ESTA (Electronic System for Travel Authorization) ebenfalls Pflicht. Bei einem Aufenthalt von mehr als 6 Monaten ist die Beantragung eines CAQ und anschließend einer Studiengenehmigung erforderlich. Diese erfordern ebenfalls viele Dokumente, weshalb ich Ihnen empfehle, sich frühzeitig darum zu kümmern.

Da ich nur 4 Monate geblieben bin, war für meinen Auslandsaufenthalt nur der AVE-Prozess notwendig.

Anreise

Erst nachdem ich die Zusage der Laval-Universität erhalten habe, habe ich meinen Flug nach Québec gebucht. Ich bin in Paris gestartet, da die französische Hauptstadt günstige Flüge nach Québec anbietet. Ich habe also am Abend vor meinem Flug einen TGV von Saarbrücken genommen und habe bei einer Freundin übernachtet. Am nächsten Morgen bin ich mit der Fluggesellschaft Airtransat nach Montreal geflogen, wo ich einen sechsstündigen Zwischenstopp einlegte, bevor ich weiter nach Québec geflogen bin. Ich durfte ein Gepäckstück von 23 kg aufgeben und zusätzlich ein Handgepäckstück von 10 kg mitnehmen. Der Flug hat mich knapp 500 € gekostet. Von Montreal aus kann man auch mit dem Orléans-Express-Bus nach Québec fahren. Eine billigere Möglichkeit ist auch die Mitfahrgelegenheit, ich empfehle die Apps « Poparide » oder « AmigoExpress ». Aus irgendeinem Grund war mein Anschlussflug nach Québec billiger als ein einfacher Flug nach Montreal. Ich entschied mich also für die erste Option, die mir auch den Stress des Landtransports mit meinem Gepäck ersparte. Als ich am Flughafen von Québec angekommen bin, habe ich mit der App RTC Paiement ein Busticket gekauft und bin mit dem Bus zur Universität gefahren. Ich rate dazu, den Hin- und den Rückflug zusammen zu buchen, da Einzelbuchungen deutlich teurer sind. Ich empfehle Ihnen außerdem, alle Dokumente (Zulassungsschreiben, Unterkunftsbescheinigung...) für Ihren Gang zur Immigration am Flughafen auszudrucken.

Krankenversicherung

An der Universität Laval sind alle Studierenden automatisch bei der Desjardins-Versicherung angemeldet. Diese Versicherung ist obligatorisch. Sie kann nicht durch eine persönliche Versicherung ersetzt werden. Für Gaststudenten kostet sie 356 \$ pro Trimester. Einige Länder haben jedoch eine Gegenseitigkeitsvereinbarung, z. B. Frankreich oder Luxemburg. Da ich Französin bin, konnte ich nach einigen administrativen Schritten bei der französischen Sozialversicherung die RAMQ in Kanada in Anspruch nehmen.

Unterkunft

Um mir den Stress der Unterkunftssuche zu ersparen, habe ich beschlossen, mich um ein Zimmer in einem Studentenwohnheim zu bewerben, und einige Zeit nachdem ich das Formular ausgefüllt hatte, habe ich eine positive Antwort bekommen.

Wenn man kein Zimmer im Studentenwohnheim bekommt, empfehle ich, sich Facebook-Gruppen für Wohngemeinschaften und Wohnungssuche sowie Hochschulgruppen anzuschließen, da dort viele Wohnungsanzeigen zu finden sind.

Die Wohnheime sind eine gute Möglichkeit, Leute kennenzulernen, es werden viele Veranstaltungen organisiert und sie befinden sich auf dem Campus, was vor allem im Winter sehr praktisch ist, da man nicht in der Kälte stehen muss, denn die Wohnheime sind durch Tunnel mit den Unigebäuden verbunden!

Bei der Ankunft kann man sich das Wohnheim aussuchen, in dem man wohnen möchte. Es gibt ein Wohnheim nur für Frauen: das Agathe-Lacerte-Wohnheim. Das Alphonse-Marie-Parent-Wohnheim ist das größte von allen und ebenfalls sehr international. Da ich keine Präferenzen hatte, überließ ich es dem Zufall, aber es ist möglich, die Zimmer in den verschiedenen Wohnheimen auf der Website der Universität einzusehen. Ich bin also im Ernest-Lemieux-Wohnheim gelandet, das nicht allzu groß war und sich in einer guten Lage auf dem Campus befand.

Die Zimmer sind mit einem Waschbecken, einer Kommode, einem Bett, einem Sessel, einem Stuhl und einem Schreibtisch ausgestattet. Es ist möglich, bei der Ankunft ein Bettwäschepaket zu kaufen, ich habe mich jedoch für ein im Laden gekauftes Paket entschieden. Auf jeder Etage befinden sich die Gemeinschaftstoiletten und -duschen, ein Lernraum und ein Müllraum. Die Küche befindet sich im Untergeschoss.

Da das Wohnheim Ernest-Lemieux eher klein ist, ist die Küche daher ruhiger und sauberer als ich es in anderen Wohnheimen erlebt habe. In den Küchen gibt es keine Küchenutensilien, sodass man alles bei der Ankunft kaufen muss. Ich empfehle daher, sich mit dem International Office der UdS in Verbindung zu setzen und zu fragen, ob im Semester vor Ihrer Ankunft Studenten in den Wohnheimen wohnten, da es ein System gibt, bei dem Küchenausstattung, Bettzeug usw. unter den Bewohnern weiterverkauft werden. Es kann daher hilfreich sein, einen Kontakt vor Ort zu haben. Es gibt auch den „Grand Don“, eine Veranstaltung, bei der neue Studierende Utensilien und Sachen von ehemaligen Studierenden abholen können. Diese Veranstaltung fand jedoch erst lange nach meiner Ankunft statt, sodass ich bereits einen Großteil der benötigten Küchenutensilien gekauft hatte. Es gibt auch keine Kühlschränke in den Zimmern, aber die Wohnheime bieten einen Mietservice an.

Finanzierung meines Auslandsaufenthaltes

(Erasmus+ Förderung, UdS mobil, DAAD-Stipendium, Auslands-BAföG, Ersparnisse, etc.)

FINANZEN

Nachdem ich eine Zusage von der Universität Laval erhalten habe, habe ich mich für das UdS-Mobil-Stipendium beworben und wurde glücklicherweise für die Finanzierung ausgewählt. Das Stipendium deckte aufgrund der großen Anzahl an Bewerbern nur einen Teil meines Aufenthalts in Kanada ab, aber es war dennoch eine große finanzielle Erleichterung.

Das Stipendium ist zum Teil für den Aufenthalt bestimmt und deckt auch die Mobilitätskosten, d. h. den Flug zur Gastuniversität.

Indem ich mich für ein Zimmer in einem Studentenwohnheim für 410 \$ entschied, reduzierte ich die Mietkosten, da diese Option billiger ist als eine Wohnung oder eine Wohngemeinschaft.

Das Leben in Kanada ist teurer als in Deutschland, insbesondere wenn es um Einkäufe, Restaurantbesuche und Aktivitäten geht. Nicht zu vergessen sind auch Steuern und Trinkgelder (~15%), die normalerweise nicht im ursprünglichen Preis angegeben sind. Die günstigsten Geschäfte sind Maxi und Walmart, und oft ist es billiger, große Mengen zu kaufen.

Darüber hinaus ist es notwendig, gut gekleidet zu sein, um der Kälte in Québec zu trotzen. Der Kauf von Winterausrüstung kann ebenfalls teuer sein, aber ich empfehle, sich auf Facebook Marketplace umzusehen, wo viele meiner Freunde einen gut erhaltenen Wintermantel, Handschuhe und ich sogar Schlittschuhe gefunden haben! Mit Ausnahme von Unterkunft und Flug, die durch das UdS-Mobil-Stipendium abgedeckt waren, musste ich für alles andere auf meine persönlichen Ersparnisse zurückgreifen.

Verlauf meines Auslandsaufenthaltes

(Ankunft, täglicher Ablauf, Kurse an der Uni/Tätigkeiten bei Praktika, Mobilität, Versorgung)

An der Universität Laval werden zahlreiche Veranstaltungen für neue Studenten organisiert. Einige sind obligatorisch, wie z. B. die Begrüßungsveranstaltung und der Campusbesuch, andere sind optional, wie z. B. „Quoi faire à Québec: introduction à la culture québécoise“, aber ich empfehle sie sehr. Es war übrigens während der Begrüßungsaktivitäten, bei einem Volleyballspiel auf dem Campus am Tag nach meiner Ankunft, dass ich meine zukünftigen Freunde kennengelernt habe!

Die Universität bietet außerdem das ganze Jahr über kostengünstige Aktivitäten an, um Québec zu entdecken. Im Herbst kann man sich beispielsweise ein Eishockeyspiel ansehen, in den Nationalparks wandern, Äpfel pflücken usw. Im Winter kann man Eisangeln, Hundeschlitten fahren, Schneeschuhwandern usw. ausprobieren.

Ich empfehle, diese Angebote zu nutzen und sich vor allem zu Beginn des Studiums für Aktivitäten anzumelden, da diese eine gute Möglichkeit sind, sich zu integrieren und neue Leute kennenzulernen.

Bei meiner Ankunft musste ich auch einen kurzen Abstecher ins Krankenhaus machen, was mich sehr stresste, da ich meine kanadische Krankenversicherungskarte noch nicht erhalten hatte, aber ich konnte Hilfe und Rat bei den Mitarbeitern der Universität finden.

Glücklicherweise begannen die Kurse erst eine Woche später, sodass ich Zeit hatte, mich zu organisieren, mich einzurichten und wieder auf die Beine zu kommen.

Wenn man an der Université Laval für einen Bachelor eingeschrieben ist, muss man insgesamt vier bis fünf Kurse belegen. Jeder Kurs entspricht ungefähr 3 ECTS Laval oder 6CP in Deutschland. Das macht also insgesamt 24 bis 30 Credits. Meine Kurse fanden einmal pro Woche statt und dauerten jeweils drei Stunden. Für jeden Kurs gibt es normalerweise eine Halbjahresprüfung sowie eine Prüfung am Ende des Semesters. Die Kurse erfordern viel Arbeit, die man zu Hause erledigen muss, insbesondere muss man viele Quizfragen beantworten, Arbeiten abgeben, an Foren teilnehmen usw. An der Universität gibt es viele Orte, an denen man sich zum Arbeiten niederlassen kann, sei es in der Bibliothek oder in den Kursgebäuden.

Daher ist es wichtig, zu Beginn des Semesters die Kurse gut auszuwählen, die Bewertungsmodalitäten zu vergleichen usw.

Meine Kurse an der Laval University waren: Mythologie greco-romaine, Sources et Développement de l'histoire de l'art en Europe (1700-1960), Spanisch Elemental I und Découvrir le Québec : un nouveau milieu de vie.

Ich empfehle Ihnen dringend den letzten Kurs, der sich hauptsächlich an ausländische Studenten richtet. In diesem Kurs lernt man die Geschichte und Kultur Québecks kennen. Während meines Austauschs habe ich im Rahmen dieser Kurs die Zitadelle und das Schloss Saint-Louis sowie das Parlament von Québec besichtigt. Es ist ein toller Kurs, um sich zu integrieren und Québec zu entdecken.

Die Université Laval ist ein großer Campus, der über eine Vielzahl von Einrichtungen verfügt. Als Gaststudent hat man kostenlosen Zugang zum Schwimmbad der Universität und zur Eislaufbahn! Außerdem kann man sich für sportliche Aktivitäten im PEPS, dem Pendant zum Hochschulsport, oder im Gym der Universität anmelden. Auch gibt es an der Université Laval nicht nur eine einzige Mensa, sondern mehrere Cafeterien.

Freizeitgestaltung

(Freizeitaktivitäten, soziale Kontakte, Vereine, Reisen, Jobs etc.)

Obwohl Québec kleiner als Montréal ist, gibt es hier nicht weniger zu tun!

Zunächst einmal bietet das Bureau de la Vie Étudiante Aktivitäten für internationale Studenten zu geringen Kosten an, wie z. B. Wanderungen, Stadtbesichtigungen, Besuch einer cabane à sucre usw. Außerdem ist der Campus der Universität sehr lebendig und es ist immer etwas los, von der Verteilung von Keksen bis hin zu einem riesigen Musikfestival! Die Maison Impact, das von katholischen Studenten geführt wird, bietet dienstags ein kostenloses Abendessen für alle Studenten an. Ich habe auch viel Zeit auf der Eisbahn der Universität verbracht und später im Freien, als die Eisbahnen im Stadtzentrum Mitte November eröffnet haben. Gebrauchte Schlittschuhe sind meine beste Investition in Québec und ich kann sie Ihnen nur empfehlen! (Achten Sie jedoch darauf, dass Sie den Zustand Ihrer Schlittschuhe überprüfen und sie schleifen lassen).

Die Stadt Québec selbst organisiert viele Veranstaltungen, so konnte ich zum Beispiel ein Orgelkonzert besuchen oder kostenlos das Observatorium der Stadt besichtigen. An jedem ersten Sonntag im Monat sind beispielsweise einige Museen kostenlos, darunter das Musée de la civilisation. Am Wochenende der Entdeckung der Tourismusberufe konnte ich auch das Château Frontenac besichtigen. Im Winter sind öffentliche Eislaufbahnen kostenlos und an Neujahr findet ein Festival statt.

Nicht weit von der Stadt entfernt befinden sich die Montmorency-Wasserfälle, die ebenfalls einen Besuch wert sind und mit dem Bus erreicht werden können.

Wanderungen in den Nationalparks von Québec sind ebenfalls ein Muss! Ich habe im Vallée Bras-du-Nord, auf dem Mont Saint Anne, im Parc de la Mauricie und auf dem Mont Mégantic gewandert. Die beiden letztgenannten kann ich nur empfehlen, um die Herbstfarben zu bewundern.

Das einzige Manko ist, dass Québec eine große Region ist und die öffentlichen Verkehrsmittel nur die Städte und nicht die Parks bedienen. Es gibt jedoch einige Lösungen, wie z. B. Shuttle-Dienste wie „Navette Nature“, die einen zum Park bringen und zu einer bestimmten Zeit wieder abholen, oder Mietwagen. Turo ist eine App für private Autovermietungen und daher wesentlich günstiger als Autovermietungen, allerdings ist es nicht möglich, ein Auto zu mieten, wenn man jünger als 23 Jahre ist. Wir entschieden uns daher dafür, ein Auto bei einer Agentur am Flughafen zu mieten.

In den umliegenden Städten sind Mitfahrgelegenheiten gut ausgebaut, insbesondere über die Apps Amigo Express oder Poparide. Ich habe mehrmals Mitfahrgelegenheiten genutzt, um mit Freunden über das Wochenende nach Montréal zu fahren und die Stadt zu besichtigen.

Das Semester an der Laval University ist sehr arbeitsintensiv, da man zwischen 24 und 30 Credits absolvieren muss und neben den Vorlesungen viel individuell arbeiten muss. Durch gute Organisation, einen kleinen Vorsprung und harte Arbeit im Anschluss konnte ich dennoch einen Aufenthalt in New York verbringen, als meine beste Freundin mich besuchte. Wir sind mit dem FlixBus dorthin gefahren, aber es gibt auch Greyhounds und Zugverbindungen dorthin.

Eine weitere Reise fand während der Semaine de Lecture statt, einer Woche, in der man normalerweise vor Prüfungen lernt. Da alle meine Prüfungen vor dieser Zeit stattfanden, habe ich die Gelegenheit gehabt, mit Freunden einen Roadtrip durch die Gaspésie zu machen. Wir haben wunderschöne Landschaften gesehen, sind durch die Parks gewandert und haben eine tolle Zeit zusammen verbracht.

Zwei Erlebnisse, die ich nur empfehlen kann, sind der Besuch eines American-Football-Spiels auf dem Campus, bei dem Sie die Universitätsmannschaft „Rouge et Or“ anfeuern. Auch wenn man die Regeln des Sports nicht kennt, macht es riesigen Spaß! Ich empfehle auch, sich ein Eishockeyspiel anzusehen, denn das ist sehr beeindruckend! Schließlich sollten man ab und zu einen Blick auf die Aurora-App oder die Facebook-Gruppen werfen, um nach Polarlichter Ausschau zu halten. Ja ja, es ist möglich, sie in Québec und sogar auf dem Campus zu sehen! Und schließlich können man nicht wieder nach Hause fahren, ohne die Queue de Castor, die glaces trempées von Chocolats Favoris oder eine gute Poutine von Poutineville in Québec oder La Banquise in Montréal probiert zu haben!

Anerkennung meines im Ausland erbrachten Studienleistungen/meines Praktikums

(notwendigen Schritte für die Anerkennung, z.B. Prüfungsamt kontaktieren, Bericht schreiben)

Da ich mein Französischstudium fast abgeschlossen habe, habe ich mich entschieden die zwei Kurse, die ich noch zu belegen hatte, zu behalten, um sie in Saarbrücken zu absolvieren. Letztendlich war es mir nicht möglich, Sportkurse an der Laval-Universität zu belegen, da dieses Programm ausländischen Studierenden nicht offen steht. Ich bevorzugte daher Kurse, die als Teil des Europaicum-Zertifikats angerechnet werden können. Nachdem ich mein Annahmeschreiben von der Laval-Universität erhalten hatte, habe ich mich mit den Koordinatoren des Zertifikats in Verbindung gesetzt, um zu überprüfen, ob die Kurse den in Deutschland angebotenen Kursen gleichwertig waren und anerkannt werden konnten. Nach der Rückkehr aus dem Ausland sollte man nicht vergessen, sein Transcript of Records zu schicken, sobald man es erhalten hat, sowie seinen Mobilitätsbericht, der eine große Hilfe für Studenten ist, die einen Auslandsaufenthalt vorbereiten ;)

Mein Fazit zum Auslandsaufenthalt

FAZIT

Ich kann nur empfehlen, ein Semester an der Laval University zu verbringen! Auch wenn die Bewerbung für ein Auslandssemester und der administrative Aufwand (Kurswahl, Visum etc.) viel Zeit in Anspruch nehmen, ist es eine einzigartige und sehr bereichernde Erfahrung, die sich lohnt.

Das Studium an der Université Laval stellte für mich nicht nur eine Chance dar, das Leben und die Gewohnheiten der Studenten in Québec kennenzulernen, sondern auch neue Fächer und Themenbereiche zu erleben, die an meiner Heimathochschule nicht angeboten werden. Die Wahl der Kurse ist sehr wichtig und ich war mit den Kursen, die ich gewählt hatte, sehr zufrieden. Die Arbeitsbelastung bleibt jedoch ziemlich hoch (wie ein normales Semester in Deutschland), was einem wenig Zeit lassen kann, um die Umgebung zu erkunden. So kann es sich lohnen, vor oder nach dem Semester zu bleiben, um sich die Zeit zu nehmen, die Stadt und die Region richtig zu genießen. In meinem Fall blieb ich zwei Wochen nach Kursende in Québec und konnte so die Aktivitäten, die festliche Stimmung und die Weihnachtsdekoration in der ganzen Stadt genießen. Diese Auslandserfahrung gab mir ebenfalls die Möglichkeit, ein anderes Schulsystem und eine neue Art des Unterrichts kennenzulernen. Die Laval-Universität ist übrigens sehr gut organisiert und gibt regelmäßig wichtige Informationen zu Fristen, Bewerbungsschritten oder zur Einreise nach Kanada bekannt.

Man wird also bei allen Schritten gut begleitet. Außerdem lernt viele nette und interessante Leute kennen und hat die Gelegenheit, die wunderschöne Region Québec zu entdecken.

Für weitere Fragen stehe ich sehr gerne zur Verfügung und wünsche eine tolle Auslandserfahrung in Québec.





