

BioSan's Newsletter

N ° 6 : EDITION SPECIALE SEMESTRE A
L'ETRANGER

Pour son 5^{ème} semestre, la promo 2021 des CMI BioSan a eu comme défi de partir étudier à l'étranger ! C'est pourquoi dans cette édition spéciale, ils partagent leurs aventures aux quatre coins du monde : Canada, Italie, Espagne, Corée du Sud ou encore Brésil !



Première destination : l'Espagne !



Lili Miranda, Agathe Falck et Coralie Pomykala, trois élèves de troisième année sont parties ensemble en Espagne à Alicante, une des destinations possibles dans la liste proposée par le cursus, dans le cadre de leur cinquième semestre à l'international.

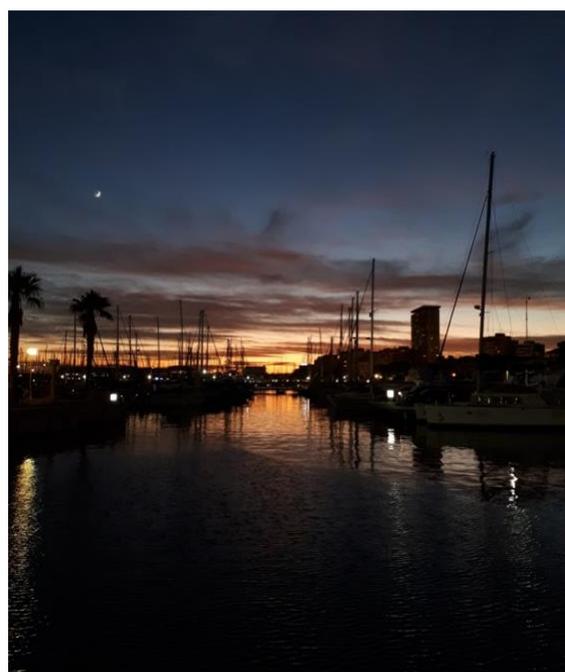
“Nous cherchions un endroit qui ne soit pas loin de notre pays, pas trop cher mais pas trop froid non plus. De plus, nous pensions que quitte à aller un semestre dans un autre pays, autant que cela nous soit utile pour apprendre une nouvelle langue”, témoignent les jeunes étudiantes.

Pari gagné pour les demoiselles, en effet, une fois arrivées sur place, tous les critères étaient réunis.

Ensuite, une fois que les cours ont débuté, elles ont intégré une classe où elles se sont tout de suite senties accueillies.

“Une chose qui nous aura vraiment marquées c'est le fait que les étudiants là-bas sont particulièrement gentils, ouverts d'esprit, respectueux, simples, avec un grand esprit d'équipe et d'entraide. En fait, là-bas nous n'avons pas besoin de demander de l'aide pour être soutenues, ils le voient tout de suite et offrent leur appui”, s'accordent à dire Lili, Agathe et Coralie.

Pour finir sur le témoignage de cette expérience à l'étranger, les 3 étudiantes en CMI BioSan ont eu la chance de suivre des cours dans la magnifique université d'Alicante.



“Nous nous souvenons de la première fois où nous avons mis les pieds dans cette université, c’était tout simplement irréal! Le campus est gigantesque avec énormément de verdure, des fontaines, des points d’eau et même des petits

animaux comme des chats sauvages, des canards et des écureuils. Le cadre idyllique que possède cette université est une chose que nous aurions aimé ramener ici, à Cergy, sans oublier le Soleil” nous ont rapporté les filles.



On traverse l’Atlantique, nous voilà au **Canada** !

Julie Barreau, Rose Gesdon et Juliette Lardet sont parties étudier à l’université de Sherbrooke, Evely Sachou est allée à l’université du Québec à Trois-Rivières et Mélinda Benkhaled, Aurélien Gomes et Jean-Philippe Tosiani ont été à Saguenay.

Sherbrooke :



« Nous avons effectué un semestre **d’étude à l’étranger** à l’université de Sherbrooke, au Canada. Cette expérience s’est révélée très **enrichissante**, d’abord d’un point de vue universitaire, avec des cours en petits groupes d’une trentaine de personnes maximum et des professeurs **très à l’écoute** des étudiants. D’un point de vue personnel, cette expérience nous a également permis de **découvrir un nouveau pays**

*avec sa culture et son histoire, mais également de faire la **rencontre** de nouvelles personnes.*

*Les résidences universitaires offrent notamment l’occasion de **partager** des espaces communs avec d’autres étudiants*





Sherbrooke étant une ville étudiante, son **campus** est **très animé** et de nombreux **événements** y sont

organisés tels que des **matches de football américain**, des **concerts** ou encore des **spectacles**. De plus, la carte étudiante nous a permis d'emprunter le réseau de bus de la ville gratuitement.

Cette expérience, et les voyages que nous avons pu réaliser durant ces quelques mois, nous ont permis de **gagner en maturité et en autonomie**, et de nous **ouvrir encore davantage au monde**. Alors, si jamais vous ou un de vos proches avez l'occasion de partir étudier à Sherbrooke, ou n'importe où à l'étranger, n'hésitez-pas, foncez ! **Vous ne le regretterez pas.** »

Saguenay, les escapades d'Aurélien et Jean-Philippe



Ce que l'on a particulièrement apprécié dans cette Université c'est le fait que tout est extrêmement **bien organisé**, on est très suivis par les professeurs, ils prennent le temps de répondre à toutes nos questions et surtout ils répondent aux mails qu'on leur envoie au plus tard en fin de journée.

L'ambiance est très **chaleureuse**, on est aidé dans toutes les démarches administratives et autres.

En plus du cadre très appréciable de l'université, les Saguenéens sont extrêmement gentils, l'ambiance est particulièrement **paisible** et **favorable au travail**. Cependant malgré nos trois jours de cours par semaine, il y avait une quantité de **travail personnel très importante** à fournir. Il nous a donc été impossible de voyager à part lors de notre semaine de relâche début octobre.

Heureusement de par l'écart de valeur entre l'euro et le dollar Canadien, la vie au Canada n'est **pas très chère** à part quelques produits tels que les fromages !



Malgré une légère réticence à partir à l'étranger, on ne retiendra de cette expérience **que du positif**, tant sur la manière de travailler que sur la vie en général.

Saguenay, l'aventure de Mélinda



Lorsque je me suis engagée dans un cursus CMI, je savais que j'aurais la chance d'effectuer une **mobilité internationale**.

J'ai eu cette **chance** dès ma troisième année de licence en Biologie. J'ai ensuite eu une liste de **destinations** où il serait possible d'effectuer mon semestre, à savoir un large choix de destinations, dont le Canada, j'ai tout de suite été séduite par le mythe autour du continent américain. J'ai alors entrepris toutes mes démarches pour m'y rendre avec l'appui du responsable de ma filière et l'aide du bureau de l'**international**.

Et voilà comment trois mois après je me suis retrouvée à plus de 6 000 km de la France avec ma valise et ma sœur pour découvrir le pays canadien. J'avais réservé un **logement** avant mon arrivée sur le territoire via le site kijiji, mais malheureusement ce dernier s'est avéré en travaux et complètement différents des photos indiquées, j'ai donc grâce à l'aide d'une étudiante sur place avant moi pu

trouver un autre logement le lendemain de mon arrivée complètement conforme à mes exigences avec **tous le confort nécessaire** pour environ 260 € par mois.



J'ai ensuite commencé ma **première journée de cours** le 27 août 2018, légèrement stressée, car j'ignorais tout du système universitaire québécois, mais le professeur a tout de suite réussi à me **mettre à l'aise** et surtout le cours était composé de plus de moitié d'étudiants internationaux. Les autres cours ont alors suivi, avec à chaque début de cours la **distribution d'un plan de cours détaillé** comprenant tout ce qui allait être effectué pendant le semestre à savoir le titre de cours et les dates d'examen. Le point positif principal dans ce système se trouve dans le système de notation qui est séparé en plusieurs examens et travaux à rendre en groupe.

Concernant la notation, les critères d'évaluation sont beaucoup plus complexes mais expliqués par le professeur en début de session. Cependant comme le temps de cours est de 15 h par semaine, nous avons eu **beaucoup de temps pour nous organiser** un maximum pour réviser, mais aussi pour profiter des diverses activités que propose l'université (match de hockey, salle de sport).

Les travaux en groupe sont très présents dans notre évaluation ce qui nous a permis d'apprendre à gérer plusieurs **travaux de groupe** en même temps et à nous **adapter** à d'autres personnes qui n'ont pas le même mode de travail et de fonctionnement que nous. Et surtout les cours s'effectuaient en petits groupes d'une cinquantaine d'élèves dans des classes et pas dans des amphithéâtres comme en France ce qui nous a permis de travailler dans de **meilleures conditions** et dans un certain **confort**.

Ma **première impression** était que cette expérience allait être riche en **émotions** et cela s'est avéré. J'ai appris énormément de choses au cours de ce séjour aussi bien culturellement que sur moi-même et je remercie mon université et le réseau Figure de m'avoir donné cette chance. La **qualité des cours** est vraiment excellente, les professeurs sont **à l'écoute des élèves** et n'hésitent pas expliquer les mêmes notions plusieurs fois.

Les conseils que je pourrais donner seraient par rapport au **climat** et au niveau de vie. À partir de mi-novembre, les températures ont commencé à chuter avoisinant parfois les - 20°C, il a donc fallu vite s'équiper en con-

séquences, mais le Québec possède tous les équipements nécessaires donc **ne pas s'encombrer** avec trop de vêtements (manteau, bonnet) que nous possédons en France, car ils ne sont pas du tout adaptés.

De plus, les Québécois sont très **amicaux** et n'hésiteront pas à vous donner les meilleures adresses pour un équipement de qualité à très bon prix. Le niveau de vie, au Québec est très abordable concernant le quotidien (pour la nourriture, le logement, et les activités comptées environ 400 € par mois) et surtout au niveau des **voyages** (environ 300 €) notamment vers Toronto et les Etats-Unis, ce qui nous a permis de découvrir plein de nouveaux horizons. Ce fut donc une expérience riche en émotions et je tiens à remercier chacune des personnes qui y ont contribué



Trois rivières, l'aventure d'Evely Sachou



J'ai fait le choix de partir à l'étranger seule. En effet, je souhaitais être en **immersion totale** dans un environnement totalement inconnu. L'objectif était de **m'affranchir de ma timidité** en ayant d'autre choix que d'aller vers les autres. Cela a été très concluant. Au cours de ce semestre j'ai pu faire de formidables rencontres. L'entraide a fait partie intégrante de ce voyage.

L'équipe de choc !



Le campus de Trois-Rivières est très grand mais grâce à une superbe **journée d'intégration** j'ai pu trouver mes repères assez vite. Concernant la langue, tous mes cours étaient en français. La seule subtilité était de comprendre l'accent et les expressions québécoises. Cela a créé de petits quiproquos assez drôles avec le recul. Partir à l'étranger c'est avoir d'opportunité de choisir des cours différents de son université d'origine. Pour ma part j'ai eu la grande chance de pouvoir aller à la morgue découvrir le corps humain. Les **cours d'anatomie à la morgue** m'ont offert une vision 3D de l'ensemble des cours théoriques. C'était une **expérience très enrichissante** !



Ce semestre au Canada a été l'occasion de découvrir une nouvelle culture. Il faut totalement oublier la bonne gastronomie française. Nombreux de nos aliments n'existent pas au Canada ou n'ont pas du tout le même goût : le jambon ; les lardons, les bonnes baguettes. En revanche j'ai pu découvrir de très bonnes choses comme les bonbons au sirop d'érable ou la **POUTINE**.



Le Canada est un territoire très vaste. J'ai pu partir tous les week-ends visiter un nouveau lieu. Les bus low cost permettent de voyager de nuit afin de ne pas perdre une journée. La location de voiture demeure aussi rentable lors qu'on part en petit groupe. Ainsi j'ai été à **Toronto**, à **Ottawa**, à **Québec**, à **Montréal**, à **Mont-Tremblant**. Ces petits séjours m'ont permis découvrir des **lieux hallucinants** ainsi que des **animaux emblématiques**.



Partir de fin août à fin décembre est selon moi la meilleure période car j'ai pu voir l'été, l'automne et l'hiver.



Le choc des températures est assez impressionnant. L'hiver est glacial mais les équipements sont à la hauteur tant niveau vêtements que niveau transport.

Cette expérience a vraiment été très enrichissante. Je tiens à remercier les représentants de mon université de nous avoir offert à chacun une si belle opportunité. Je remercie tous ceux qui ont contribué à concrétiser ce voyage.

Dirigeons-nous maintenant vers le sud, et hop le Brésil !

Deux des étudiantes ont décidé d'explorer le continent d'Amérique du Sud en allant à l'Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) : Marjolaine Garnier et Delphine Capillon.



« Nous avons voulu **partir à l'aventure** car nous voulions découvrir une culture complètement différente de celle d'Europe tout en ayant des cours de biologie différents que ceux donnés en France tel que la biologie marine ou encore une discipline sur les arbovirus et tout ça dans une **langue inconnue** : le portugais. Durant toute notre mobilité l'université, les professeurs et les étudiants ont tout fait pour nous intégrer, ce qui est plutôt plaisant dans un pays totalement inconnu. Par exemple, avant notre arrivée, l'UFRN nous a affecté une marraine à chacune, cette marraine est étudiante en biologie à la même fac et va répondre aux questions qu'on se pose sur le Brésil ou les cours mais surtout va nous aider à effectuer tout l'administratif avec la police fédérale. Cette aide est très utile pour nous car nous ne connaissions ni le pays ni la langue, c'est un des points forts de cette université ». Les deux jeunes filles ont également apprécié les **relations** au sein de l'établissement « Les professeurs étaient aussi très réceptifs au fait que nous ne maîtrisons pas la langue, ils répétaient parfois en anglais ou français les passages de cours difficiles. Les étudiants se proposaient aussi pour nous donner leur cours si nous n'arrivions pas à tout noter en cours.



Toutes **ces aides** nous ont permis de **bien nous intégrer** à la fac mais aussi au Brésil et de **nous sentir comme chez nous** et non comme des étrangers.

Les cours étaient eux aussi très intéressants car il y a une grande interaction entre le professeur et les élèves. Les élèves sont très motivés et

intéressés. Les cours sont de 40 élèves maximum ce qui augmente la concentration. ». Quant au cadre de vie, les deux étudiantes n'ont pas regretté leur choix « On avait la possibilité de voyager au Brésil en visitant des villes ou des régions et on a pu constater la **richesse de ce pays**. En effet, étant donné le niveau de vie de là-bas, tout était peu cher et ça a vraiment été un plus pour profiter à fond de notre expérience ». Finalement les deux étudiantes reviennent en France avec le rythme brésilien dans la peau et l'envie de faire partager cette expérience inoubliable à toute personne susceptible de pouvoir en vivre une.



Traversons maintenant le Pacifique et découvrons la **Corée-du-sud**

« Je m'appelle Clara Barbut-Julien et je suis partie du 11 août au 12 janvier en Corée du Sud avec une autre étudiante de licence, plus exactement à Pusan dans le Sud du pays. J'ai étudié au sein de l'Université nationale de Pusan (soit Pusan National University).





Lors de ce semestre j'ai suivi tous mes cours de biologie en Anglais et ai eu la chance de pouvoir apprendre le coréen. J'ai vécu au sein de mon campus, qui se situe dans un quartier très vivant de la ville. Les horaires de cours étant moins intenses qu'à l'Université de Cergy-Pontoise, j'ai pu en profiter pour visiter le reste de ce magnifique pays.

Comme tous les cours doivent être appris par cœur et que les cours des professeurs ne représentent qu'une partie des connaissances en

plus du manuel et de nos recherches personnelles, le travail personnel demandé à l'université coréenne est beaucoup plus important qu'en France. J'ai donc pu apprendre une nouvelle pédagogie et développer un mode d'apprentissage et un rythme de vie qui me convient mieux.



Pour résumer cette expérience était formidable et je recommande à tous les étudiants de partir à l'étranger pour un semestre.»



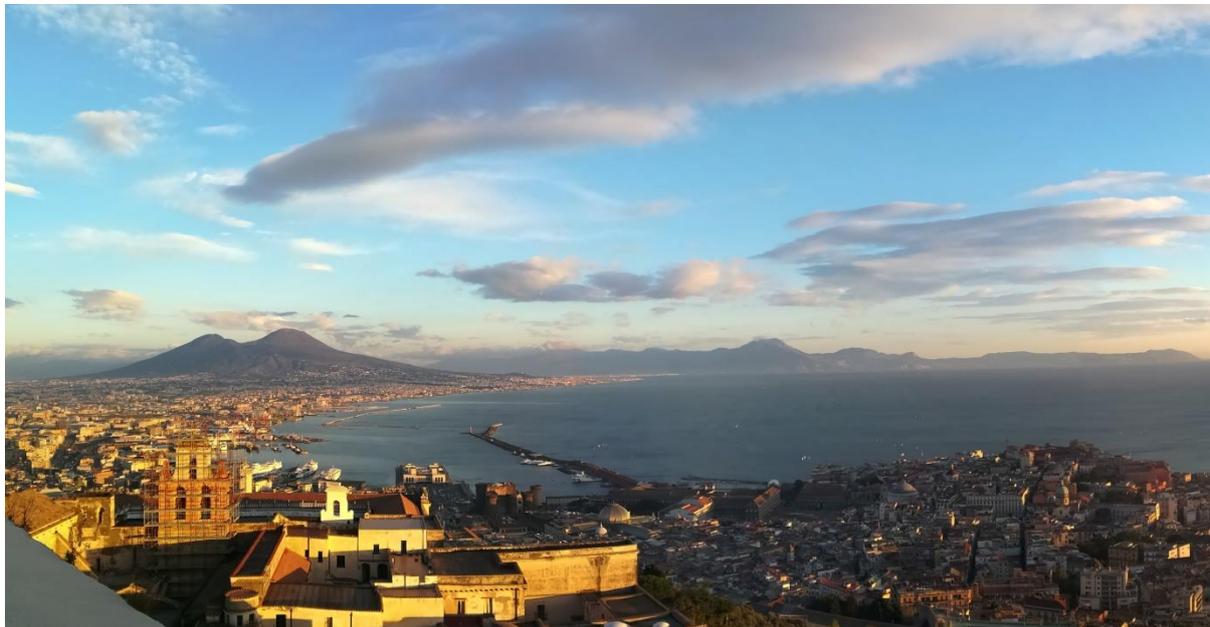
Et avant de retourner en France, une petite halte en Italie !

Alyssia Behloui , Wijdane Jamai et Mathilde Minguy ont eu la chance de partir étudier dans l'Université de Naples Federico II et sont tombées amoureuses d'une ville et d'une culture.

Wijdane : « Mon aventure à Naples a commencé le 2 septembre 2018. Dès mon arrivée, je me suis retrouvée complètement aspirée dans un nouveau monde : culture, langue, gastronomie, tout était nouveau pour moi... »

Mathilde : « Quand je suis arrivée à Naples, j'ai grimacé devant l'état des rues. Aujourd'hui de retour en France, je voudrais simplement y retourner. »

Alyssia : « Je suis contente d'avoir pu découvrir Naples et de dire que non, ce n'est pas une ville dangereuse pour les étudiants comme j'ai pu l'entendre à plusieurs reprises. C'est une ville pleine d'histoire et de secrets où on y mange très bien et pour pas cher. »



Naples est insalubre, bruyante, pauvre, odorante, taguée, connue pour sa mafia, peu écologique, etc...

Un ami Italien nous disait : « *Quand tu viens à Naples, tu pleures deux fois : quand tu arrives et quand tu t'en vas* ».

Et en effet, derrière l'insalubrité et la saleté de la ville, la pollution et la circulation bruyante, se cache des trésors inestimables et une ville dans laquelle on ne s'imagine pas être malheureux. On fait vite abstraction du système de transport en commun peu fiable et des poubelles qui débordent quand, au coin d'une rue sombre du quartier historique, on tombe sur un jardin somptueux ou un monument magnifique.

Bien loin de la surexposition de publicités ou des grands gratte-ciels, on vit dans une cité un peu antique et médiévale, un peu moderne et contemporaine. La ville offre un panorama époustouflant où il est possible de contempler le Vésuve et la mer, tout en prenant un café.

C'est une ville à la fois, dans l'air du temps et à la fois figée dans sa propre époque. Comme on dit ici "tu vois Naples et puis tu meurs".

Les napolitains, eux, ont le caractère de leur ville. Bruts et bruyants au premier abord, on sent ensuite toute leur générosité et leur chaleur.

Quand les Napolitains ont quelque-chose à dire ou à demander ils n'hésitent pas une seconde à le faire savoir le plus fort possible, sans avoir peur

de l'indiscrétion. Et au final on se sent vite proches d'eux. Tellement proches qu'on se questionne sur l'existence de l'espace vital.

Ce franc parler et cette honnêteté en font des personnes généreuses en paroles mais pas que. La générosité des Napolitains est visible tant dans la gastronomie locale que dans la vie de tous les jours. « *Une bonne pizza est une pizza qui dépasse de l'assiette.* » Ils sont à l'écoute et toujours prêt à aider leur prochain aux moindres problèmes.

C'est de cette franchise et cette honnêteté que vient cette singularité qu'on pourrait qualifier au premier abord comme de l'indiscrétion puis qui se transforme en une profonde chaleur caractéristique de la baie de Naples

Concernant les cours, un des gros points positifs de cet Erasmus étaient les cours d'italien.

Organisés par l'université durant le mois de septembre, nous y avons fait des rencontres de tous les horizons et nous y avons acquis les bases qui ont rendus l'apprentissage de la langue beaucoup plus évident.

Puis à partir d'octobre, nous avons assistés à beaucoup de cours très intéressants et très axés sur l'aspect médical de la biologie comme la microbiologie clinique ou encore la pathologie générale.

Cet axe différent de ce que nous connaissions en France s'inscrivait dans le lieu d'étude puisque nous avons cours dans l'hôpital de Naples.

Ces cours étaient malheureusement en italien mais les professeurs étaient très compréhensifs : toutes les diapos étaient disponibles en ligne et ils nous ont permis de choisir notre langue d'examen entre l'italien ou l'anglais, que ce soit pour le QCM ou l'oral.

Les cours en Italie, sont seulement théoriques, ce que nous déplorons. Ainsi, le mode de travail est radicalement différent. Là où en France, nous avons de la pratique et des exercices, les italiens doivent réciter un cours appris par cœur sur les diapos et dans les livres. De plus, il n'y a aucun endroit où il est possible de travailler tard en dehors de chez soi : il n'y a pas de bibliothèque universitaire.

Cependant, la faculté est très bien équipée en terme technique. Dans chaque salle on peut ac-

cueillir une centaine d'étudiants et elles peuvent être divisées en deux salles plus petites. Dans une grande salle, il y a deux projecteurs afin que tout le monde voie, des microphones fonctionnels et un technicien est toujours présent en cas de problème



De plus, nous avons eu la chance d'assister à une conférence organisée par notre département et donnée par le Prix Nobel 2012 de chimie, Richard Lefkowitz. C'était une présentation de son travail sur les récepteurs couplés aux protéines G et un moment de partage concernant son ressenti lorsqu'il a gagné le prix Nobel.



Wijdane : « L'expérience Erasmus est une nouvelle voie vers la découverte, on prend conscience de la beauté de ce monde mais surtout on en apprend plus sur nous-même. On apprend à gérer de nouvelles situations parfois loufoques. Cette ville m'a

forgé un nouveau caractère, m'a construite et elle continuera de m'inspirer tout le long de ma vie. »

Alyssia : « Bien entendu, nous avons connu des hauts et des bas mais c'est avec une grande satisfaction que je suis revenue en France, avec de nouvelles connaissances sur la science mais aussi sur moi-même. Faire ses études à l'étranger est une expérience que je souhaite à tous les étudiants de faire. »

Mathilde : « Personne n'a dit que c'était facile mais ça vaut le coup. Partir, c'est s'imprégner d'une nouvelle culture : en prendre le meilleur, se l'approprier, devenir un peu napolitaine et

s'enrichir le cœur et l'esprit. C'est maîtriser une nouvelle langue, rencontrer de nouvelles personnes, c'est riche en émotions parfois contraires : on est content de rentrer mais triste de partir. C'est aussi trop court, ou parfois trop long, c'est stressant et en même temps ce sont des souvenirs parmi les meilleurs que j'ai. En somme c'est un apprentissage, sur nous-mêmes, sur les autres et sur la vie en général. J'ai gagné en tolérance et en objectivité, j'ai appris l'italien et un peu de napolitain, j'ai fait face à mes peurs et j'ai apprécié le temps qui m'était accordé. J'ai changé, j'ai grandi, mais par-dessus tout, j'ai pris confiance en moi. »



Remerciements

Nous souhaitons, à travers cette édition, montrer notre gratitude vis-à-vis de cette expérience unique.

Cette aventure n'aurait pu être mise en place par nous seuls. Nous souhaitons donc remercier les référents et l'équipe pédagogique des CMI BIOSAN ainsi que les Relations Internationales du département de Biologie de l'université de Cergy-Pontoise, avec une attention particulière pour Mr Michel Boissière, qui a participé à mettre en place ce semestre à l'étranger et qui nous a accompagné durant notre séjour.

Nous souhaitons également nous montrer reconnaissants envers les étudiants des promotions précédentes pour leurs conseils et les témoignages de leur expérience à l'étranger.

Nous tenons à exprimer notre gratitude envers les mécènes de la Fondation de l'Université de Cergy-Pontoise qui ont permis que la mobilité de chacun d'entre nous soit accompagnée d'une aide de 300 euros.

Et pour finir, nous remercions nos familles qui ont soutenu le projet de toutes les manières possibles.