

An aerial photograph of Tallinn, Estonia, showing a dense urban landscape with a mix of red-tiled and grey roofs. A prominent white church with a tall, dark spire is visible on the left. In the background, a harbor with several ships and a distant island are visible under a blue sky with scattered white clouds.

TALLINN

Estonie

La ville: TALLINN

http://www.youtube.com/watch?v=VB0n5GXQvfE&feature=player_embedded

Presented by Tallinn City Tourist Office & Convention Bureau, produced by Allfilm
Duration: 1:06

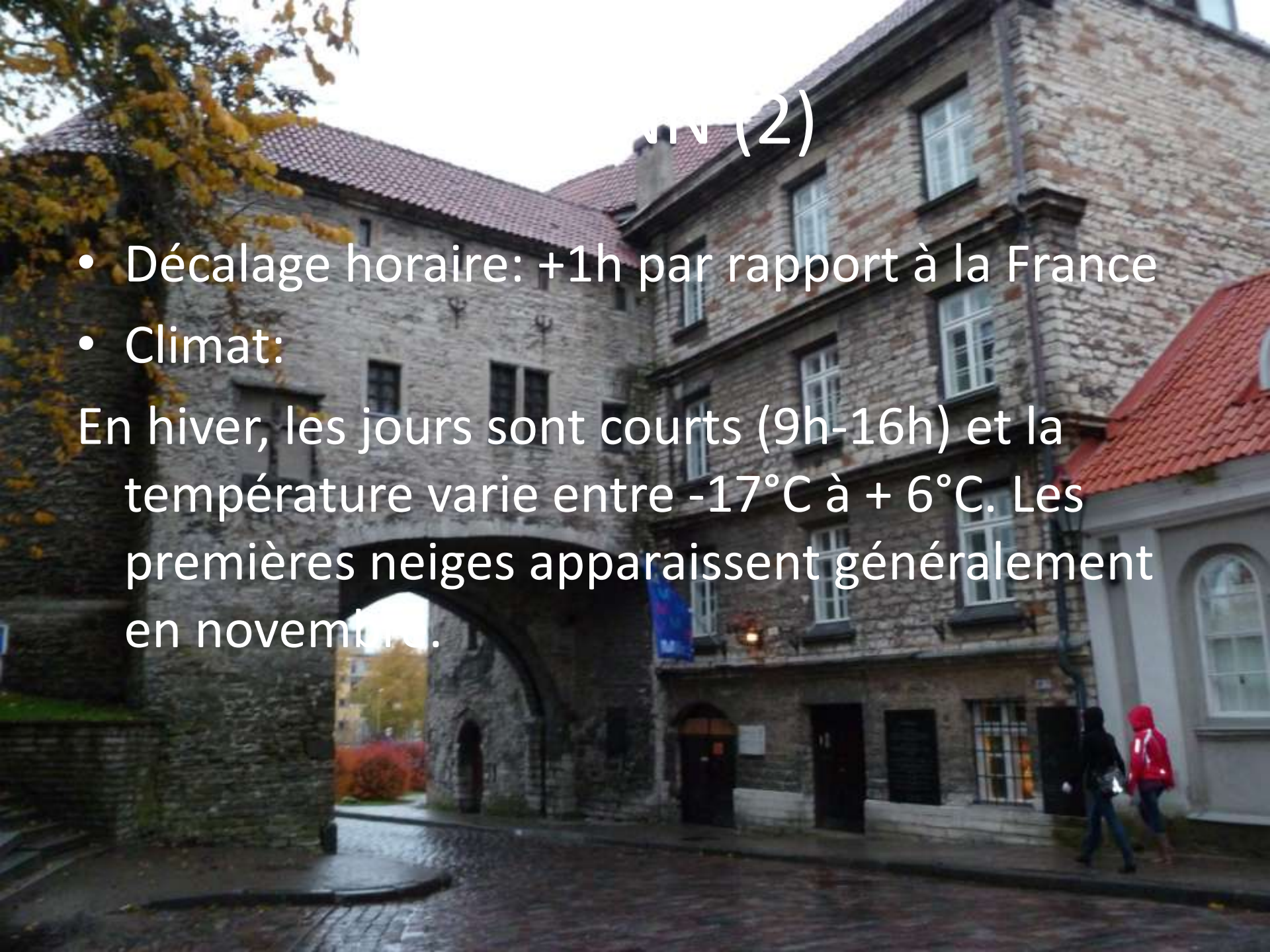
Le Pays: l'ESTONIE

- Ce pays est regroupé avec la Lettonie et la Lituanie dans un ensemble géopolitique appelé pays baltes.
- L'Estonie fait partie de l'Union européenne depuis le 1^{er} mai 2004 et a intégré la zone euro le 1^{er} janvier 2011.
- L'actuel président de l'Estonie est M. Thomas Hendrik ILVES.

Norvège (2)

- Décalage horaire: +1h par rapport à la France
- Climat:

En hiver, les jours sont courts (9h-16h) et la température varie entre -17°C à $+6^{\circ}\text{C}$. Les premières neiges apparaissent généralement en novembre.



Départ

- **Départ:**
 - Avant le départ, contact avec Eve Epner, la coordinatrice Erasmus à Tallinn, 1^{er} contact avec la tutrice, papiers décrivant mon séjour à Tallinn, c'est-à-dire connaître mes lieux de stage, les dates de mes stages...
 - De Francfort-Hahn avec Ryanair
- **Arrivée:**
 - Accueillie par ma tutrice
 - Direction mon logement
 - Visite guidée effectuée par ma tutrice

Logement

- A **l'Academic Hostel**, où il y avait déjà de nombreux autres étudiants Erasmus.
- Dans l'appartement (pour 4 personnes):
 - Une cuisine
 - Un WC
 - Une salle de bain avec douche
 - 2 chambres (partagées par 2 étudiants)
- J'ai partagé le même appartement avec 3 autres filles (2 allemandes et une slovaquienne qui était ma colocataire). A l'étage, nous étions 6 français.
- **Coûts:** 153 euros par mois.

Aspect financier

Bourse de 1600 euros dont 2/3 perçues avant le départ

La vie n'est pas très chère là-haut. Sauf si l'on veut acheter des produits exportés.

- Transports en communs: 10 euros pour un ticket valable 1 mois.
- Budget alimentaire: à peu près 120 euros par mois
- Dans un restaurant "classique" 5 à 6€ mais souvent les prix tendent vers les 10€. Encore une fois selon les goûts et l'endroit où on mange.
- En général la bière est à 2€ pour une pinte, l'expresso 1€, un verre de vin 3€ min.

Lieux de stage

- Au Family Doctor Center (comme un médecin généraliste en France) avec:

- Une infirmière qui parlait russe et estonien
- Un médecin qui parlait anglais

Les soins effectués ont été: les pansements, l'ablation de fils, les prélèvements sanguins, les ECG, prise des mesures chez les nourrissons (taille, poids, périmètre crânien)...

L'infirmière travaille de 8h à 16h.

- Au Home Nursing and Care Service (en France, infirmière libérale):

- Une infirmière

Les soins effectués ont été: des pansements, des poses de sondes urinaires, des prélèvements sanguins...

Les horaires de l'infirmière varie en fonction du nombre de patients qu'elle doit voir.

Apports

- Professionnels:
 - Autonomie
 - Apprentissage de connaissances supplémentaires
 - Connaissance d'autres méthodes de travail
 - Travail en collaboration
 - Perfectionner son anglais
- Personnels:
 - Pouvoir voyager (Laponie, Lettonie, Finlande...)
 - Découvrir d'autres cultures et d'autres modes de vie
 - Rencontre et collocation avec d'autres étudiants Erasmus
 - Apprentissage d'une nouvelle langue l'ESTONIEN

Conclusion

- Satisfactions:
 - ESN (Erasmus Student Network) organisé régulièrement des soirées ou des voyages.
 - Colocation avec d'autres étudiants erasmus.
 - Pouvoir partager la culture française
- Difficultés:
 - La barrière de la langue avec les patients, surtout avec les personnes âgées.
 - Les 1ers soins car les méthodes de travail sont différentes.

Conclusion (2)

Cette expérience en 3 mots:

EXPERIENCE UNIQUE

RENCONTRE

A FAIRE





