

Mon témoignage

ERASMUS

SOLÈNE HURSON | 2024



REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier Erika Bourguet, Luigi Menghini et la Mobilité internationale pour m'avoir accompagnée dans mon projet.

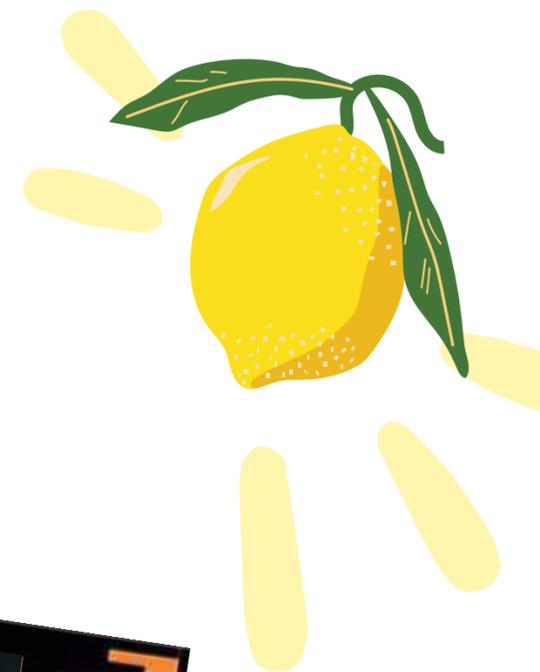
Je suis partie en Erasmus sur le premier semestre de ma 4e année de pharmacie et cette expérience a changé ma vie, je souhaite à tout le monde d'avoir la chance de découvrir cette bulle si spéciale qu'est l'Erasmus.

Si vous avez la moindre question, n'hésitez pas à me joindre sur mon mail perso : hurson.soso51@gmail.com

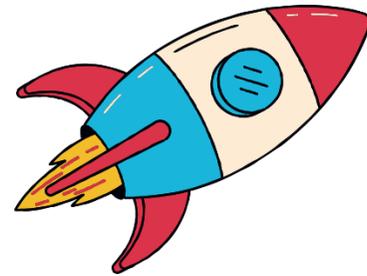


REMERCIEMENTS

Une pensée à Beatriz, Johanna, Inês, Petr, Constança, Magdaléna, Pia, Marco, Victoria, Seray, Clément, Sara, Igor, Gonçalo, Alexandra, Yasmine, Catarina, Dana et Claudio qui m'ont fait me sentir chez moi dans ce petit bout d'Italie.



SOMMAIRE



Université

- Les bourses 2
- Le campus de Chieti 4
- Les cours 5
- Examens 11
- Applications utiles à installer 12

Vie sociale

- ESN 14

Transports

- Prendre l'avion 17
- Rejoindre l'Université 18
- Bus inter villes 19
- Location de voitures 20
- Location de trottinettes 21



SOMMAIRE

La vie à Pescara

- Plan 23
- Où habiter ? 24
- Magasins du quotidien 25
- Restaurants 26
- Bars 28
- Boites de nuit 29
- Stade de foot 31
- Marché de Noël 32
- Cartes postales 33



SOMMAIRE

Voyages

- Baie de Naples 35
- Varsovie 38
- Rome 41
- Milan et Florence 44
- Sulmona 47

Randonnées

- Parc national de la Majella 49
- Lacs de San Domenico et Scanno 51



A photograph of a university courtyard. In the foreground, a stone balustrade with a decorative, carved pattern runs across the frame. In the background, a building with a series of arches and columns is visible. The word "UNIVERSITÉ" is overlaid in white text on the balustrade.

UNIVERSITÉ

BOURSE ERASMUS



DOCUMENTS NÉCESSAIRES

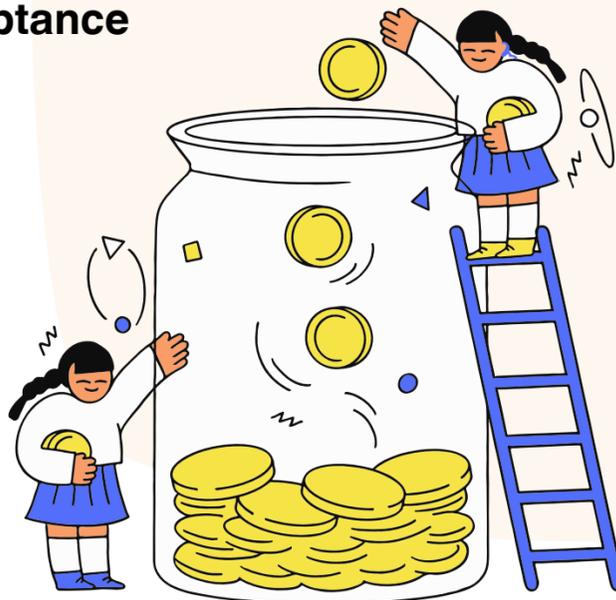
- RIB
- Certificat d'inscription à l'URCA
- Copie carte d'identité ou passeport
- Copie carte vitale et carte européenne d'assurance maladie
- Copie de l'attestation responsabilité civile/individuelle/rapatriement
- Copie d'imposition des parents
- Copie de notification Crous pour le boursiers sur critères sociaux
- Déclaration sur l'honneur complément étudiant(e) avec moins d'opportunité
- Attestation CAF
- Justificatif en cas d'handicap ou ALD

- Dossier à remplir et à renvoyer accompagné de pièces jointes à l'adresse : mobilite-internationale@univ-reims.fr
- J'ai déposé mon dossier en juillet puis en octobre j'ai reçu la notification d'attribution de bourse Erasmus+ ainsi que 70% du montant total estimé.
- En partant en Italie je pouvais espérer recevoir 300€ par mois.
- A la fin de la mobilité le montant a été recalculé au jour près, pour ma part mon dernier examen a eu lieu le vendredi 26 janvier 2024, donc ma bourse a été revue à la baisse par rapport aux dates de fin supposées en début de mobilité.

BOURSE RÉGION GRAND EST

DOCUMENTS NÉCESSAIRES

- RIB
- Certificat de scolarité de l'établissement en France, pour l'année en cours
- Attestation de mobilité
- Attestation de fin de mobilité
- Attestation sur l'honneur de résidence dans le pays où a lieu la mobilité
- Letter of acceptance

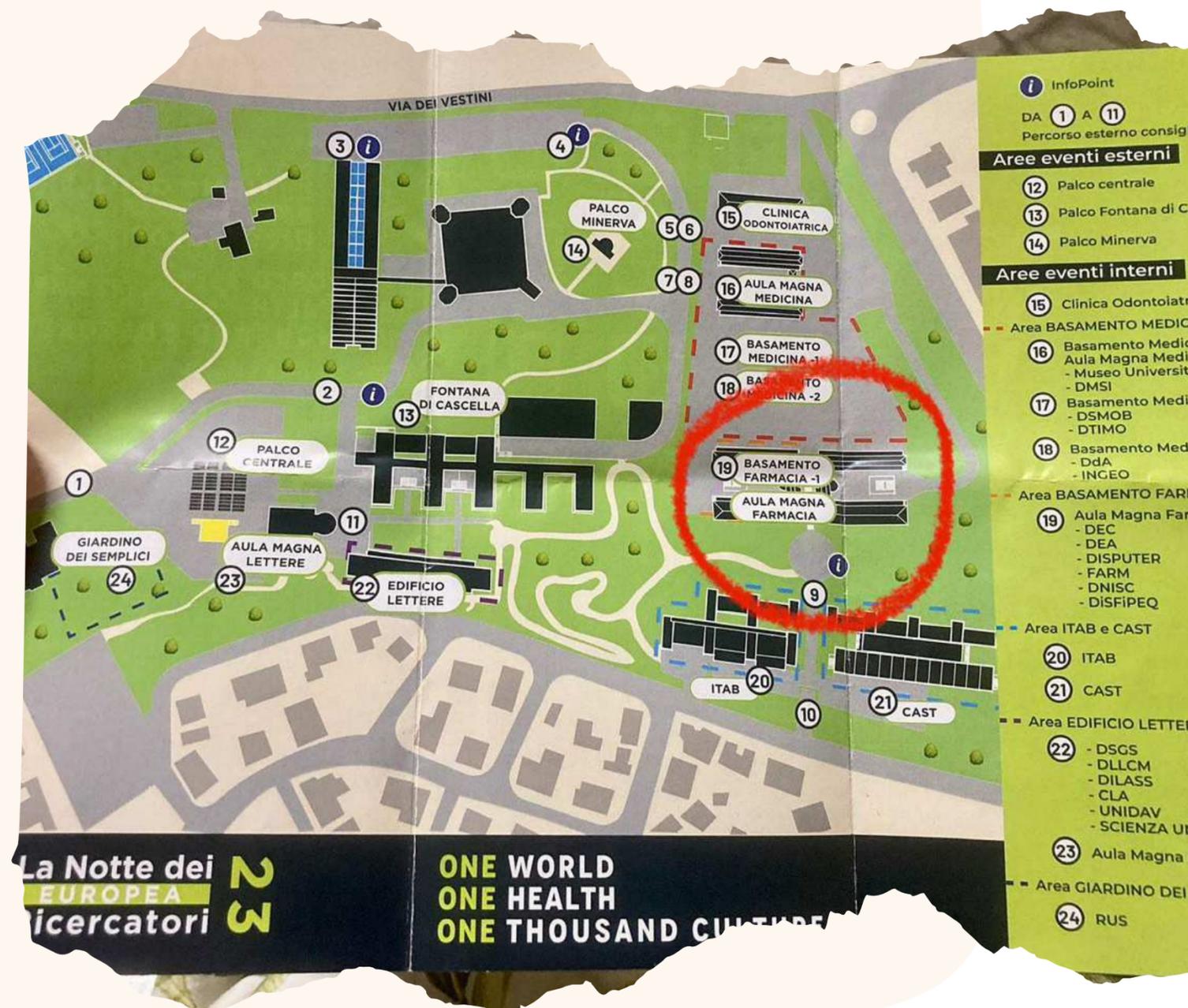


- Il faut déposer sa demande avant la mobilité.
- Sur le site GrandEst > Vos aides régionales > Aide à la mobilité internationale des étudiants > Déposer votre candidature > Créer un compte dans l'espace usager > Déposer une demande d'aide
- On peut espérer recevoir 500€ en une fois.
- J'ai reçu à 2 reprise des demandes de pièces complémentaires : une fois en novembre pour justifier ma présence sur place et une fois en mars après la mobilité pour valider mon retour en France.
- Ma bourse a été acceptée le 09 janvier et j'ai reçu le virement le 05 février.

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI "G. D'ANNUNZIO" CHIETI – PESCARA

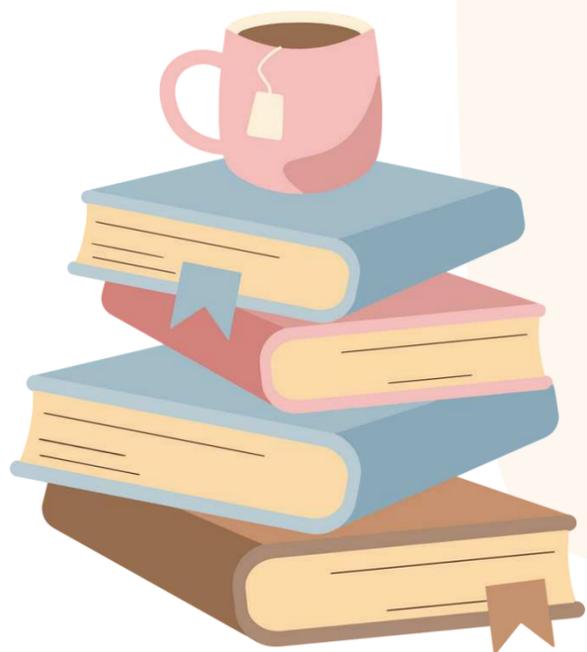


- Le département de Pharmacie se trouve sur le Campus de Chieti, tous les cours et les TP auront lieu dans ce bâtiment.
- Si vous voulez avoir un aperçu du campus avant la rentrée vous pourrez aller à La Notte dei Ricercatori, ce sont des portes ouvertes pour les plus jeunes.
- Une fois que vous aurez vos emplois du temps ne vous fiez pas aux salles indiquées, chaque jours les salles de cours sont indiquées dans le hall sur un écran.



CHOISIR SES COURS

- Essayez de prendre un maximum de cours provenant de la même année d'étude pour ne pas avoir de chevauchement d'emplois du temps.
- Pour ma part j'ai suivis 3 cours de 3e année de pharma et 1 cours de Master qui venait se caler dans les trous de mon emplois du temps.
- Les cours sont en italien, c'est parfois compliqué à suivre selon les accents et le débit de parole des profs, mais sur les diapos c'est très transparent.
- Je recommande de prendre + de crédits que nécessaires, il en faut 30 pour revenir, faites en sorte de pouvoir rater un de vos examens.



ANALISI DEI MEDICINALI 1

Cours de 3e année en italien

Cristina CAMPESTRE

Ne parle pas anglais et ne fera pas l'effort d'essayer...

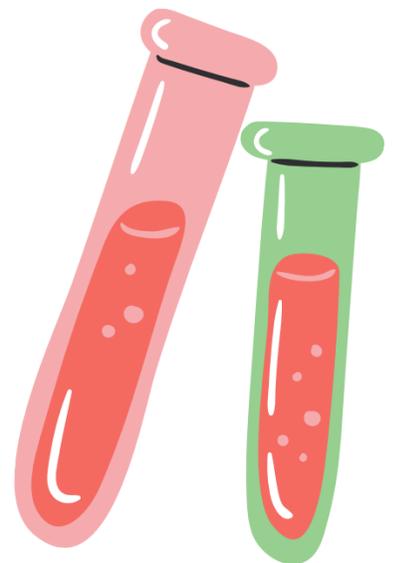
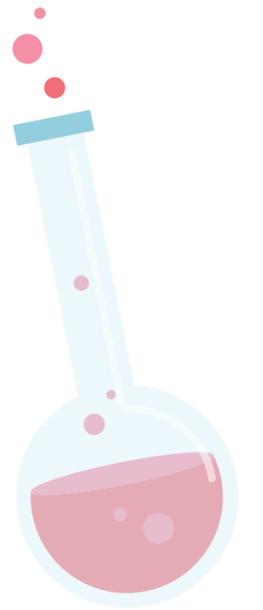
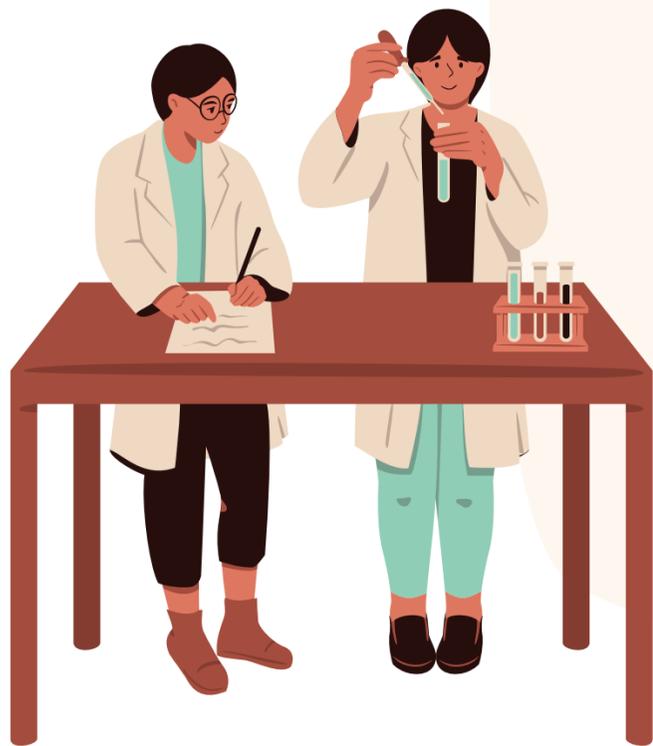
TP 3h par semaine

13 crédits

L'examen écrit en anglais se présente sous la forme de 3 exercices de calculs.

La prof corrige l'examen immédiatement sous vos yeux en ne regardant que la réponse finale, elle n'attribue aucun points aux détails du calcul.

Mot de passe pour ouvrir les pdf : Medicinali1



FISIOLOGIA GENERALE

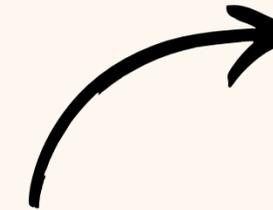
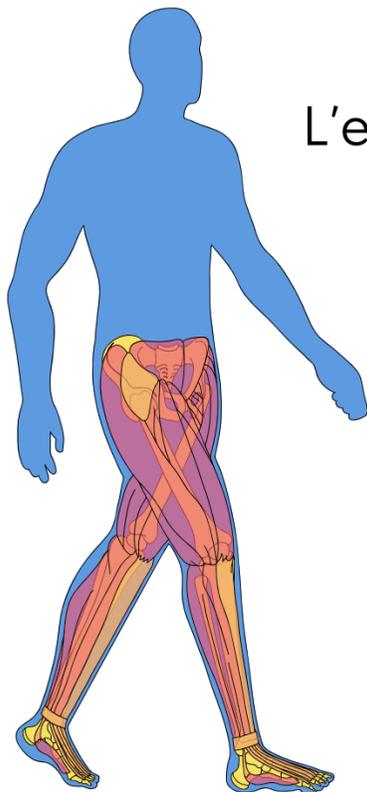
Cours de 3e année en italien

Stefania FULLE

11 crédits

A chaque début de cours elle projette un code à 5 caractères pour faire l'appel, il faut justifier sa présence sur l'application de l'université en rentrant le code, les étudiants locaux doivent avoir un minimum de participation aux cours, je ne suis pas sûre que cela compte pour les Erasmus.

L'examen est en anglais sous la forme de 30 QCM à réponse unique en 1h.



PATOLOGIA GENERALE

Cours de 3e année en italien

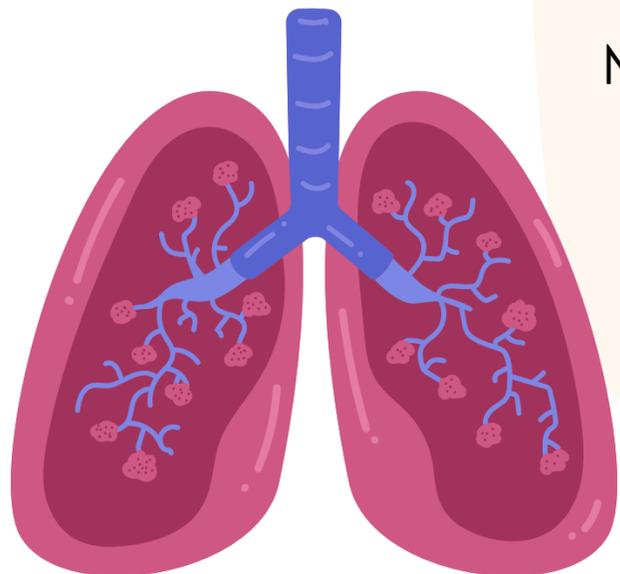
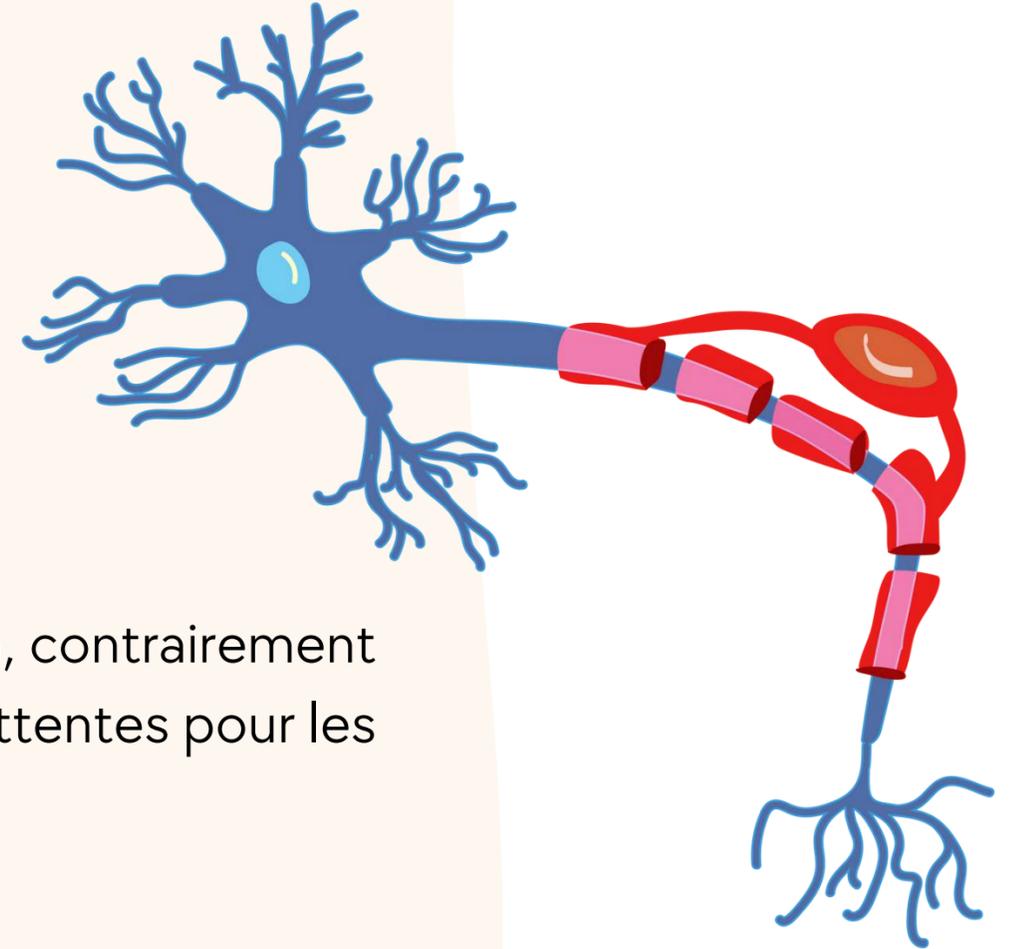
Laura DE LELLIS et Serena VESCHI

11 crédits

Elles parlent très bien anglais.

L'examen est en anglais sous forme de 3 questions à rédiger en 1h, contrairement aux autres cours, il faut vraiment réviser car elles ont les mêmes attentes pour les étudiants Erasmus que pour les locaux.

Mot de passe pour ouvrir les pdf : S1ara



RADIONUCLIDI

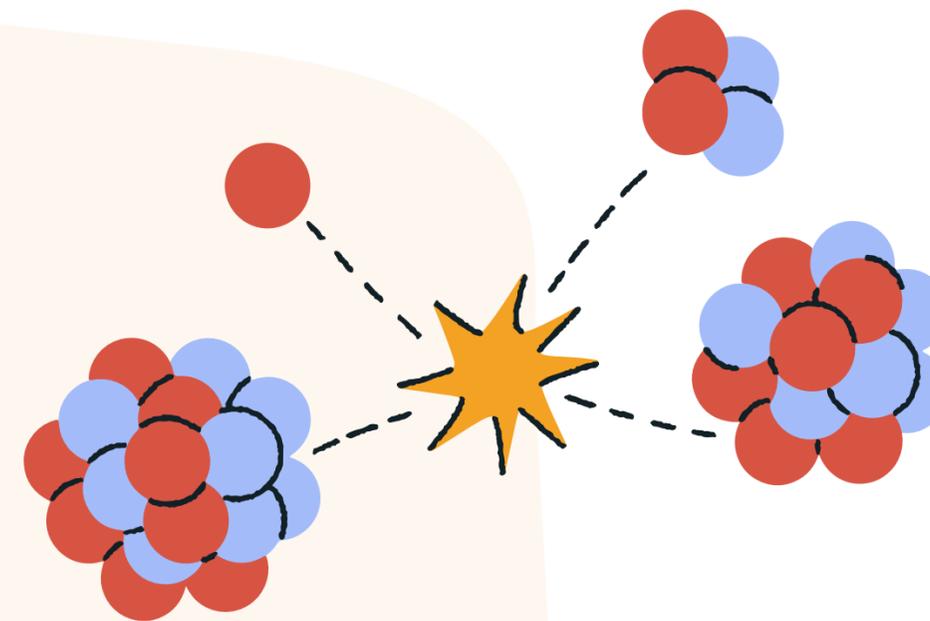
Cours de Master en italien

Nazzareno RE

6 crédits

Ce prof est très gentil et parle couramment français car il est déjà venu travailler à la fac de Reims (il adore parler de champagne).

L'examen sera donc traduit en français, je vous ai mis des exemples sur le Drive.



GOOGLE DRIVE



Je vous ai mis tous les pdf des cours et des examens pour que vous puissiez avoir un aperçu des sujets abordés.

J'ai également créé ce drive pour vous rassurer et vous permettre de lire un peu d'italien, on se rend très vite compte que la langue est transparente à l'écrit et ne pose aucun problème dans la compréhension.



LES EXAMENS

- En Italie les cours du premier semestre commencent début octobre et ont lieu jusque fin janvier suivis des examens fin février.
- Il faudra donc voir individuellement avec chaque prof pour s'accorder sur une date de partiel et la forme de l'examen.
- Les copies sont notées sur 30 et il faut avoir minimum 18/30 pour avoir la moyenne.
- Vous devez valider chaque examen individuellement pour obtenir les crédits.



APPLICATIONS UTILES



- Ud'A pour faire l'appel
- ADSUCh.EAT pour la cantine :
Il y a une cantine sur chaque campus de l'Université, à Chieti et à Pescara.

A group of people are gathered in a dimly lit room, celebrating with lit sparklers. The scene is filled with warm, golden light from the sparklers and ambient party lighting. In the foreground, a man in a purple shirt is smiling and looking towards the center. To his right, another man in a blue shirt is clapping. In the background, several other people are visible, some holding sparklers and others looking on. The overall atmosphere is festive and social.

VIE SOCIALE

ERASMUS STUDENT NETWORK

- Compte insta : esnchietipescara
- C'est une association d'étudiants locaux qui vont vous faire visiter la ville et organiser les voyages, soirées, jeux, repas ...
- Ils vous contacteront avant votre départ pour vous ajouter dans un groupe Whatsapp regroupant tous les Erasmus en mobilité, c'est grâce à ce groupe que j'ai rencontré ma coloc de Serbie. Par ailleurs Whatsapp sera votre meilleur ami, si vous n'avez pas l'habitude de vous en servir, attendez vous à n'utiliser plus que ça!
- Tous les mois ils préparent un calendrier des événements.
- Le bureau se trouve sur le campus universitaire de Pescara - *Viale Pindaro*



CARTE ERASMUS

- En adhérant à l'ESN vous recevez une carte eramus.
- Au dos de cette carte il y a un QR code qui vous donne accès à des avantages en partenariat avec de nombreuses marques notamment avec Ryanair, qui vous offre un pourcentage de réduction sur le prix du billet et un bagage en soute gratuit pour 4 vols
- Il est possible aussi d'avoir des reduc dans les bars partenaires de la ville en présentant la carte
- Prévoir une photo d'identité et du liquide pour s'inscrire, 10€ de mémoire



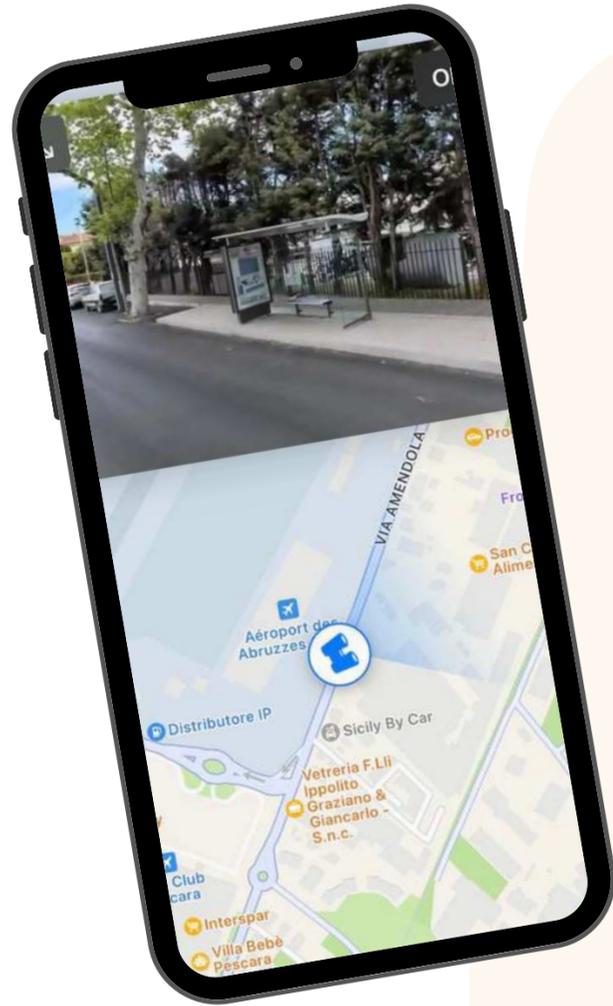
BOTTIC

STAZIONE VENETA

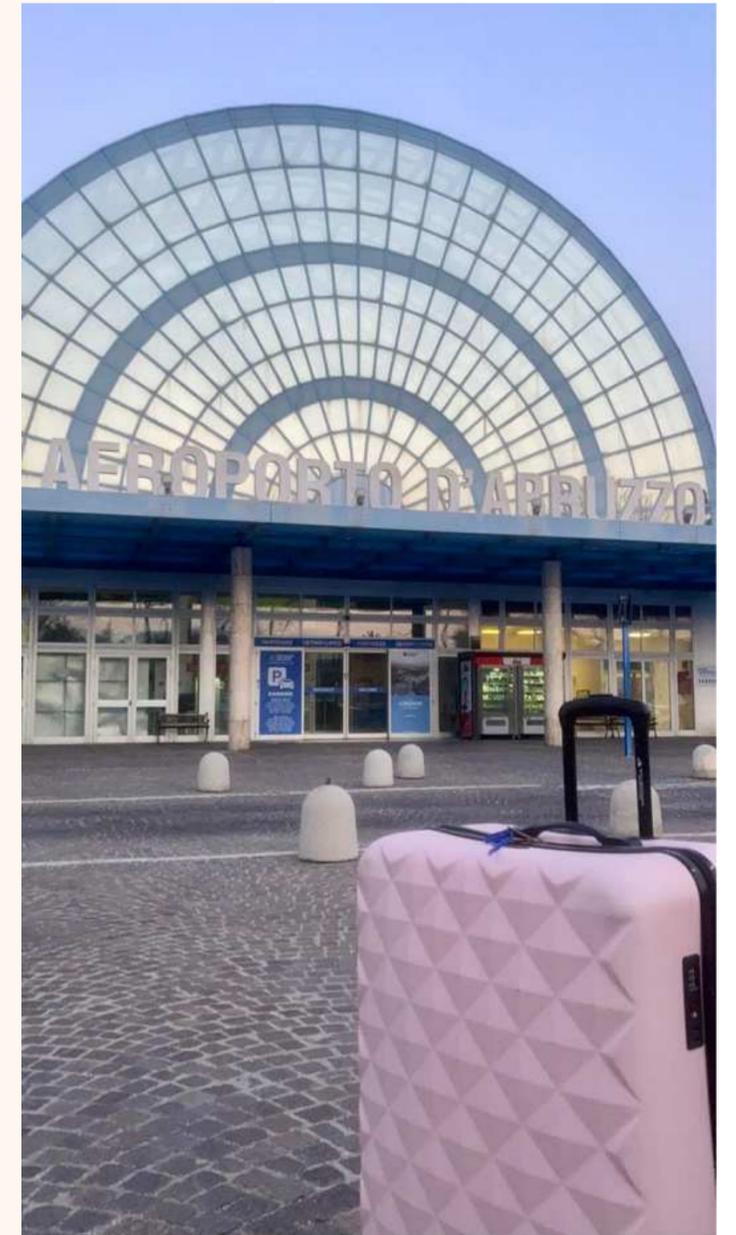
TRANSPORTS

1

PRENDRE L'AVION



- Depuis l'aéroport de Charleroi en Belgique à 2h30 en voiture de Reims.
- Il y a des vols directs de 2h avec Ryanair qui permettent le meilleur rapport temps/prix.
- Une fois à l'aéroport des Abruzzes, il y a un arrêt de bus *Via Amendola* pour rejoindre la gare du centre ville en 20 min, sinon tous les taxi en direction du centre ville feront le trajet pour 20€.



(Super valise de chez Action je recommande)

REJOINDRE L'UNIVERSITÉ



- **En train** : Billets en ligne sur l'application Trenitalia :

15 min de trajet depuis la gare *Pescara Centrale* ou *Porta Nuova*, prendre le train direction *Sulmona* jusque *Chieti Madonna delle Piane*, une fois à la gare de Chieti, compter 10 min à pieds pour aller sur le campus, l'entrée se fait *Via Pescara*.

- **En bus** : Horaires et trajets sur l'application Moovit :

Au départ de *Pescara Centrale*, environ 30 min de trajet, il me semble que c'est moins cher que le train.



BUS INTER VILLES



Depuis la gare *Pescara Centrale*, il y a plusieurs compagnies disponibles selon la destination (pour aller à Naples, à l'aéroport de Rome, ...).

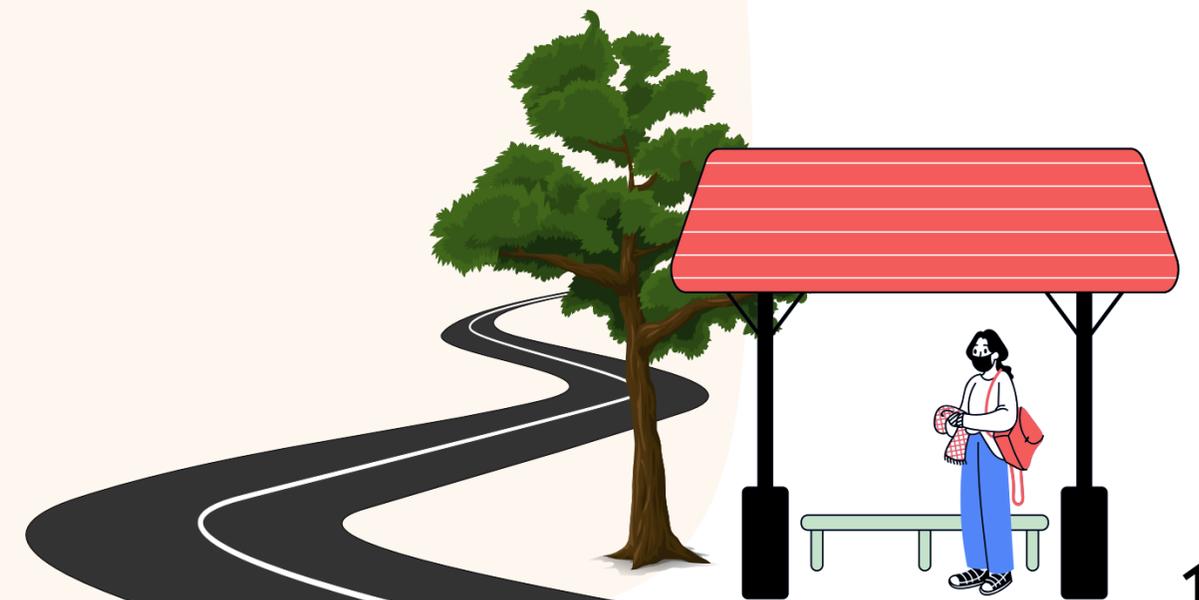


Clickbus

Dicarlobus



Prontobus



LOCATION DE VOITURES

- Agence Paris Speed Rent :
Viale G. Marconi, 255, 65127 Pescara PE, Italie
- Pour nos locations de voiture sur la journée il fallait compter en moyenne entre 50 et 70€ selon les modèles de voiture disponibles (+ essence).
- On allait à cette agence car ils n'augmentent pas les tarifs pour les moins de 25 ans contrairement à beaucoup d'autres.
- Il faut laisser une caution de 500€ (par CB) qui sera rendue dans la semaine après la remise de la voiture.



TROTTINETTES



Avec l'application Bit :

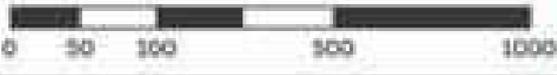
- Location de trottinettes électriques en libre accès un peu partout dans la ville.
- Les trottinettes sont géolocalisables et apparaissent directement sur le plan, vous pouvez les laisser n'importe où après utilisation.





LA VIE À PESCARA

Pescara
hand drawn map



Centre ville

Fleuve

Appartement

Gare Pescara Centrale



Zone des bars

**Gare Pescara Porto
Nuova**

Rue principale

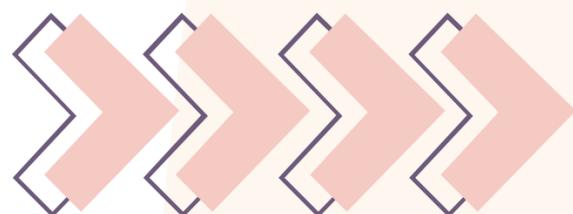
OÙ HABITER ?



- Entre nous, pour se situer on prenait comme repère le fleuve, il y avait ceux qui habitaient du côté avec les bars et ceux qui habitaient du côté du centre ville.
- Personnellement (petite maison sur le plan *Via Torquato Tasso*) j'habitais à 2 min à pieds de la plage, 15 min de la gare, 12 min des bars, 10 min du centre ville, 8 min du supermarché, 5 min des boites de nuit, ... je recommande cette zone.
- Du moment que vous n'êtes pas trop loin de la plage pour en profiter, ni des gares pour aller à la fac tout ira bien.
- Les colocs à 2 ou 3 sont le meilleur plan, avec des erasmus de nationalités différentes en priorité ou des locaux.



MAGASINS DU QUOTIDIEN



Supermarchés : Tigre et Todis

Hygiène et ménage : Acqua&Sapone



- Les prix sont relativement les mêmes qu'en France, peut être même un peu moins chers.
- Dites adieu à notre superbe choix de fromages français... mais souhaitez la bienvenue au choix de Kinder et de gâteaux Mulino Bianco!



OÙ MANGER ?

- Pizza et italien : **Toccaffero**
Trieste pizza
Pizzeria Wood
Osteria del pepe nero

Il faut absolument tester les arrosticini, souvent 1€ la brochette de viande.

- Restaurant de Sushi : **Shabu Shabu**

- Restaurant de poissons : **Fish Market**

Les pâtes aux coques sont une des spécialités à essayer

- Kebab : **Kapitol Kebab**

Juste à côté de la rue des bars bien sûr...



OÙ MANGER ?

- Brunch américain : **White Bakery**

- Café pour réviser : **Fiorilli Coffee Lab**

Les serveurs parlent anglais et passent de la bonne musique, chargeurs de téléphone et prises à disposition

- Glaces : **Gelateria 80 voglia**

C'est un jeu de mot, en italien ça se prononce "ottanta voglia" qui se rapproche de l'expression "tanta voglia" signifiant "beaucoup d'envie"

- Restaurant allemand : **König Ludwig**





OÙ SORTIR ?



- La zone autour de *Corso Gabriele Manthone* devient très active après minuit jusque 4h du matin, on retrouve tous les bars à cocktails, bars à shot, bars dansants, ... répartis sur 3 rues, ça devient presque impossible de se déplacer.
- Mes petits préférés :
Zanardi
Chupiteria
- En semaine, pour aller dans un bar plus tranquille et plus tôt dans la soirée je conseille le *Jayson's irish pub* situé sur la grande rue principale.

- Ceux avec des reduc Erasmus :
Room 33
Mug disco



BOITES DE NUIT

- Le *Mega Disco Dinner* reste le meilleur club et plus grand avec principalement des musiques latino.
- Au *Cuttys Shark* il y a une majorité d'adultes mais c'est possible de faire des aller-retours en dehors de la boîte avec un tampon sur le poignet ce qui est très pratique.
- Le *Club zero11* est plus petit avec de la musique techno.





STADE DE FOOT

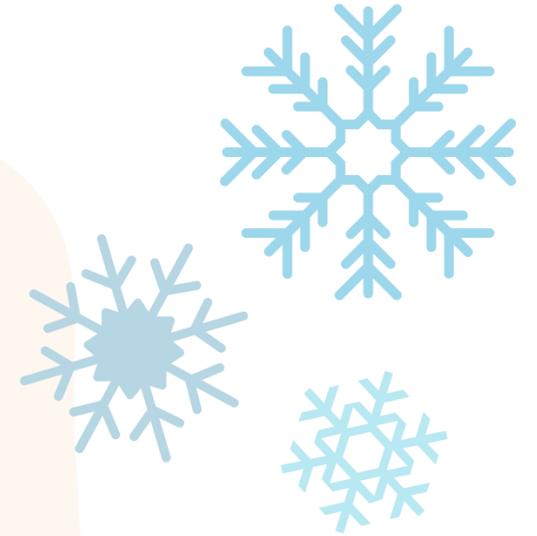


- Au moins une fois pendant votre séjour je recommande d'aller au stade de foot *Adriatico*, l'ambiance avec les ultras et les musiques italiennes est incroyable.
- Même pour soutenir l'équipe de la ville c'est top, la mascotte Ciuffo est trop chou c'est un petit dauphin.



MARCHÉ DE NOËL

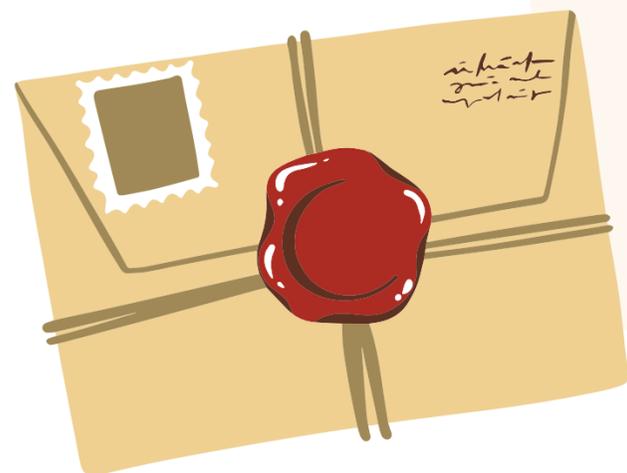
- Le marché de Noël est ouvert pendant plus d'un mois en face de la gare centrale.
- De mémoire il doit y avoir une trentaine de stands sur la grande rue menant jusque la plage.
- La location de patins pour la grande patinoire sur la place revient à 8€ l'heure



CARTES POSTALES



- Si vous êtes comme moi des adeptes de cartes postales je vous conseille d'acheter vos timbres internationaux dans un bureau de tabac et vos enveloppes à la *librairie Regina* juste à coté de la poste centrale.
- Il y a toujours beaucoup trop de monde, donc les boites aux lettres extérieures restent la meilleure solution pour déposer vos cartes.
- Si vous voulez envoyer/recevoir un colis prévoyez une marge d'au moins 3 semaines, les italiens sont bien connus pour prendre leur temps...

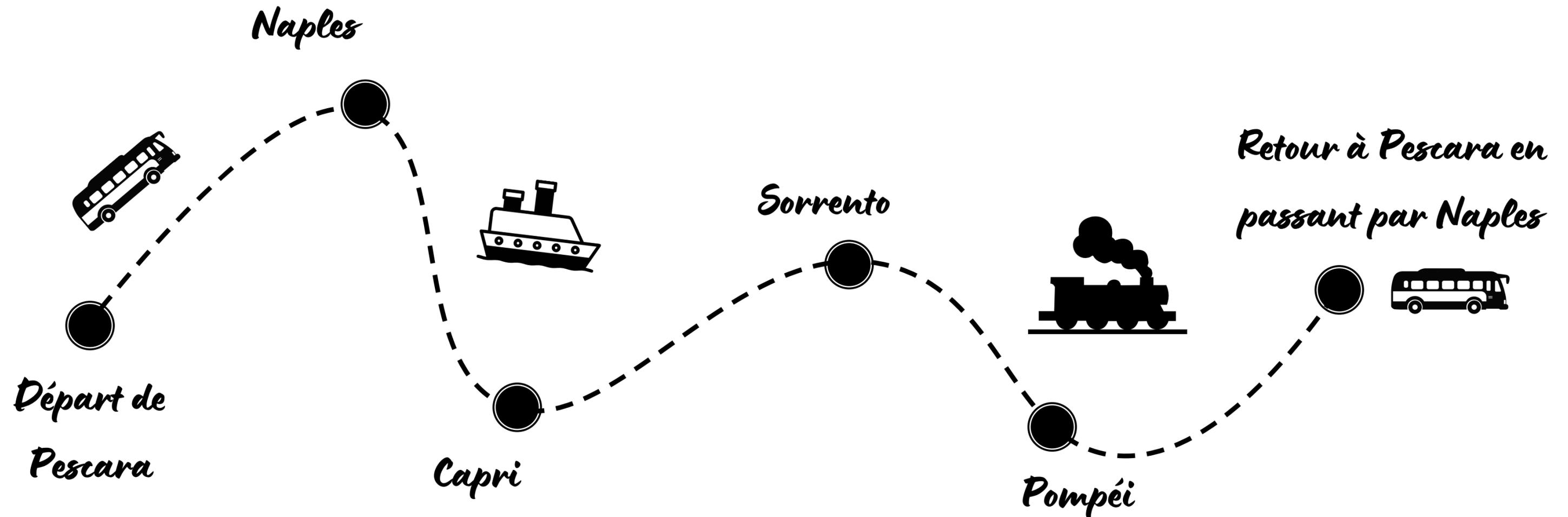




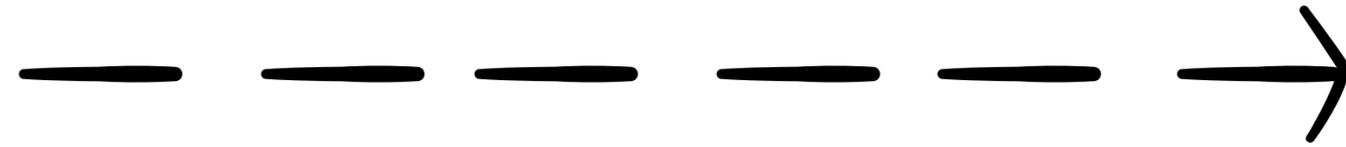
VOYAGES



BOUCLE EN SAC À DOS DANS LA BAIE DE NAPOLI



LE PLANNING



JOUR 1

Départ de Pescara
Trajet en bus de 3h50
Arrivée à *Naples Piazza
Garibaldi*
Visite du centre
historique
Point de vue au
belvédère *San Martino*
Musée d'archéologie
nationale
Nuit à Naples

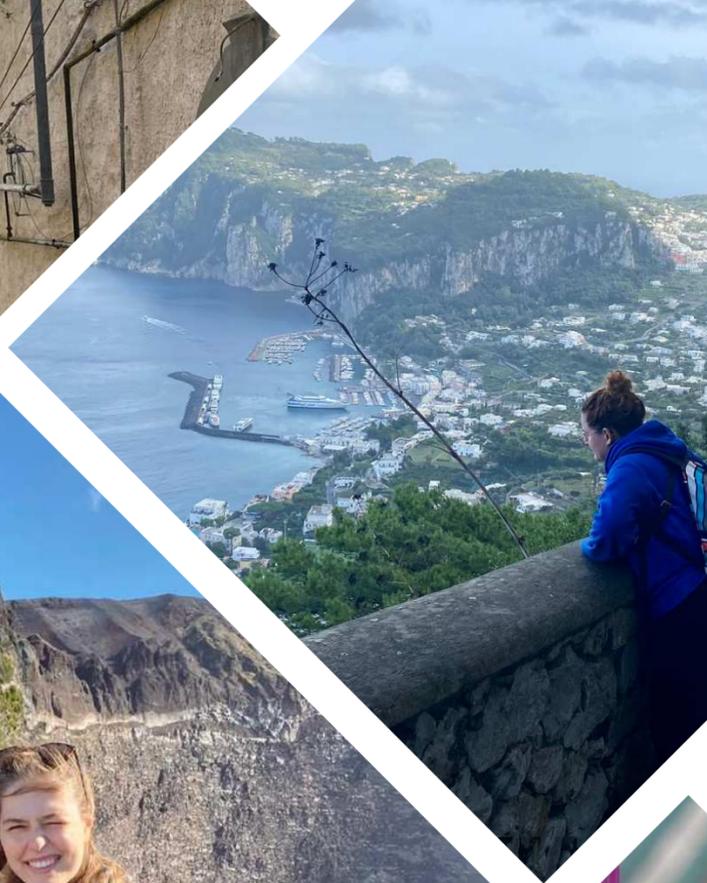
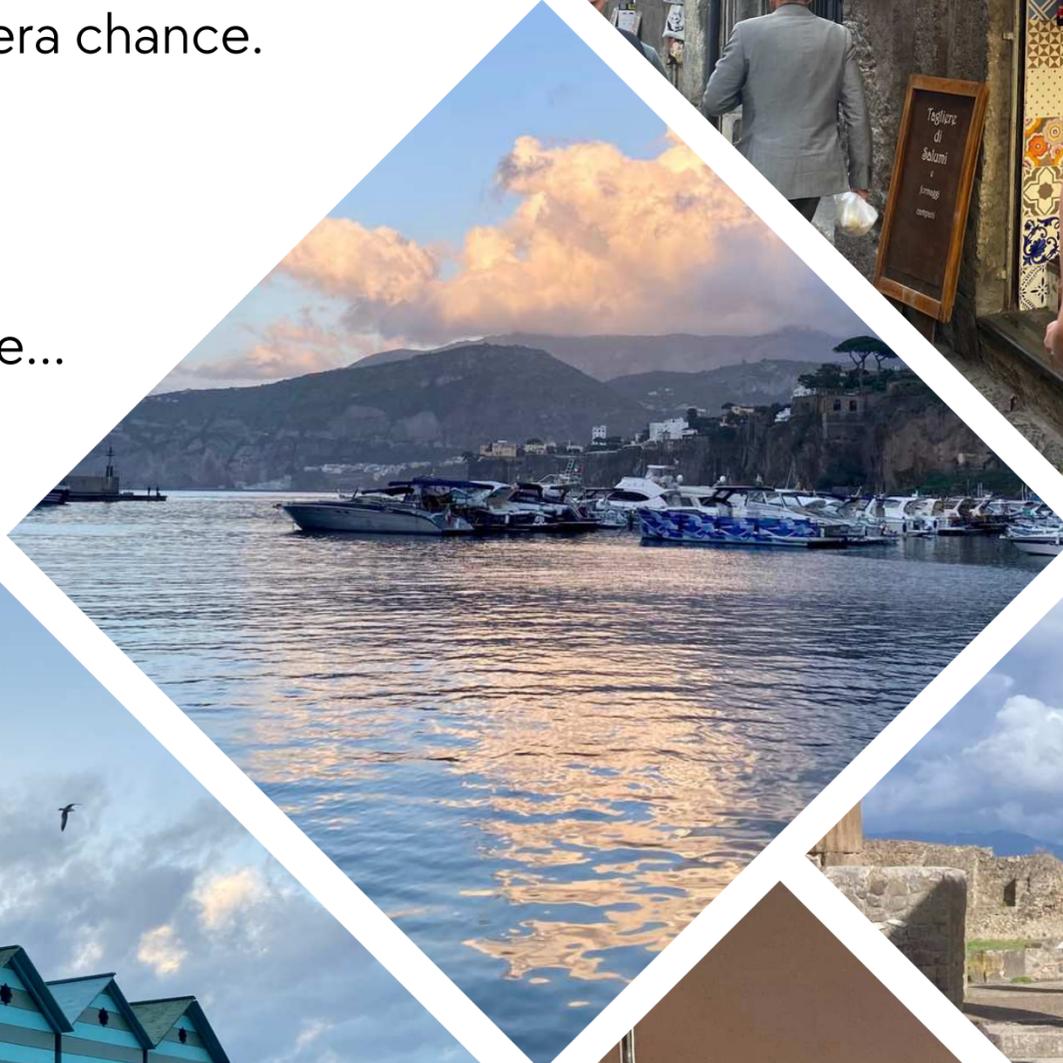
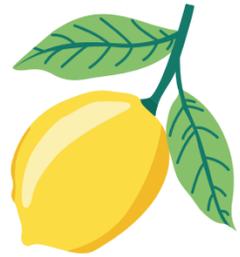
JOUR 2

Départ de Naples
Trajet en ferry de 50 min
Arrivée à Capri
Visite de la ville de Capri
en prenant le
téléphérique
Visite de la ville
d'Anacapri
Trajet en ferry de 25 min
jusque Sorrento
Nuit à Sorrento

JOUR 3

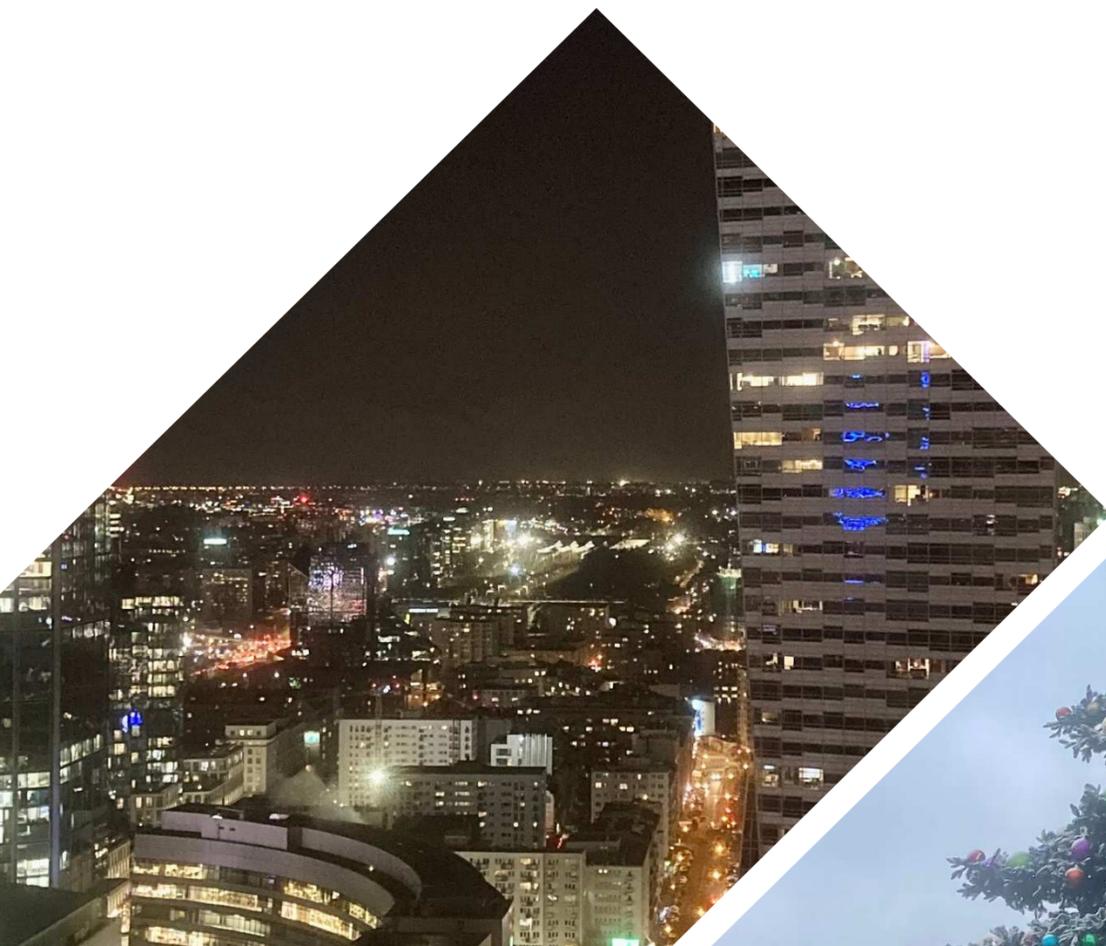
Départ de Sorrento
Trajet en train de 40 min
jusque *Pompei Scavi Villa
dei Misteri*
Ascension du Vésuve
Visite des ruines de Pompei
Départ de Pompei
Trajet en train de 40 min
jusque Naples
Trajet retour de 3h50 en
bus jusque Pescara

- Le matin on a fait Capri sous la pluie ça avait comme un air de Jurassic Parc, mais l'après midi on a eu le droit au soleil sur cette belle île au symbole de citron.
- J'ai d'ailleurs acheté un pendentif citron en souvenir, en revanche à Naples ce sont des pendentifs piments que vous trouverez, si vous en offrez un à quelqu'un ça lui portera chance.
- Attention quand vous descendez le Vésuve, la roche volcanique ça glisse...

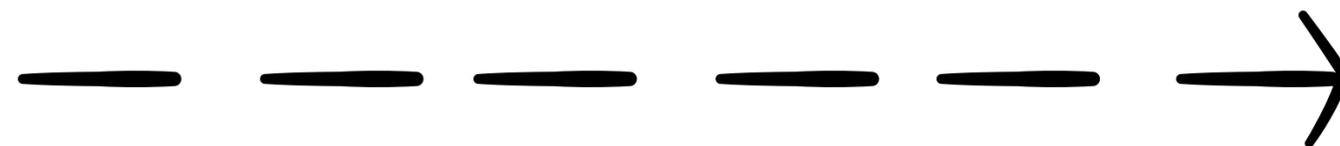


NOËL À VARSOVIE

On avait trop chaud en Italie pour avoir la sensation d'être à Noël donc on est parties dans le froid polonais! A savoir qu'à cette période de l'année il fait nuit à 15h30 donc on profite vraiment des illuminations de Noël.



LE PLANNING



JOUR 1

Départ de Pescara
Trajet en bus de 3h
jusque Rome Ciampino
Vol de 2h15 jusque
Varsovie
Installation au Airbnb
Musée de l'illusion
Restaurant de pierogi

JOUR 2

Petit déjeuner au Green
Café Nero
Polin Museum (compter
4h de visite)
Point de vue en haut de la
tour du Palais de la
Culture
Centre historique de nuit
avec le marché de Noël
Restaurant de pierogi

JOUR 3

Petit déjeuner au Green
Café Nero
Centre historique de jour
avec le marché de Noël
Musée de la vodka
Séance piercing en
souvenir
Musée immersion Van
Gogh
Repas au Food Hall
Soirée au bar

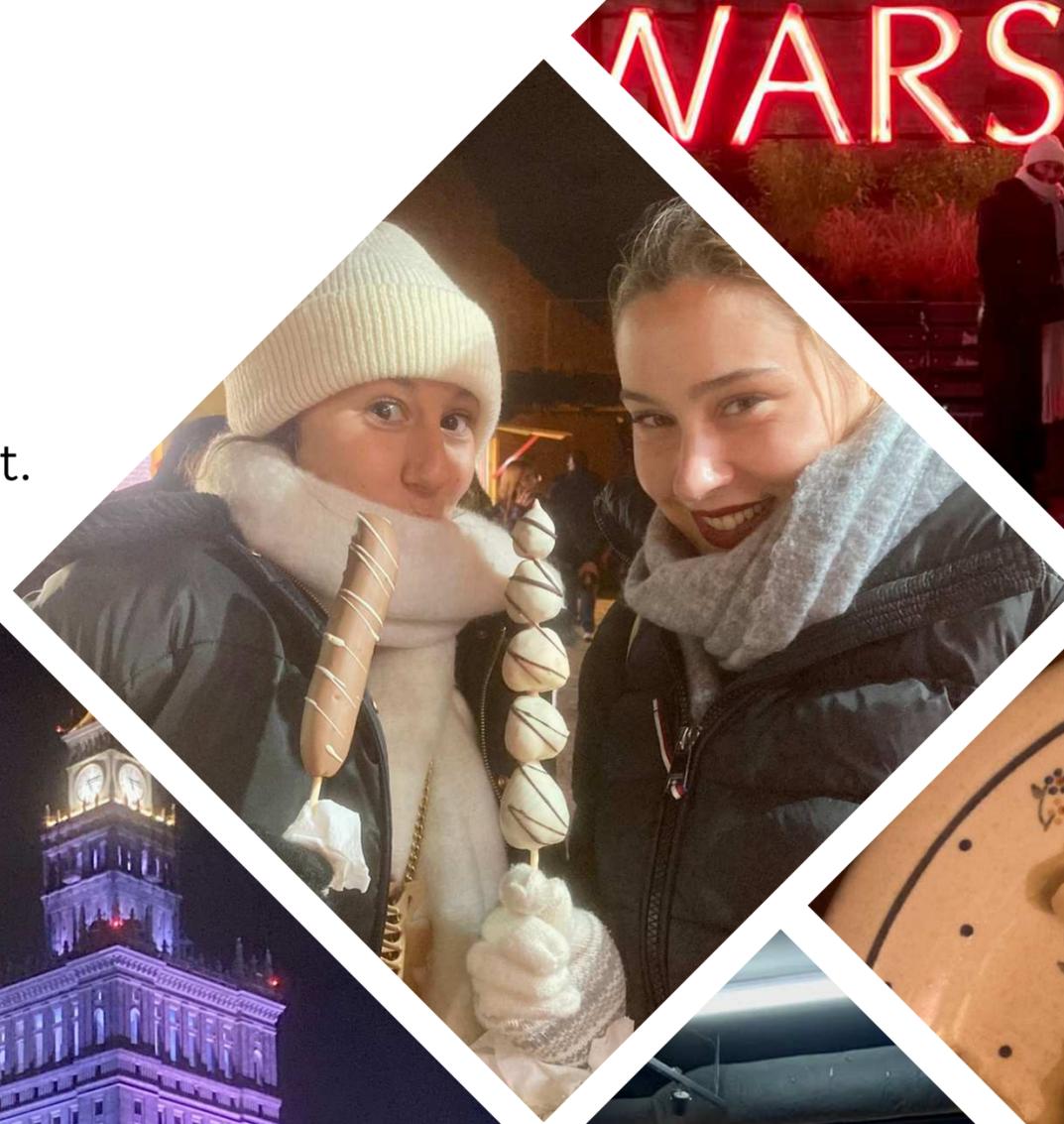
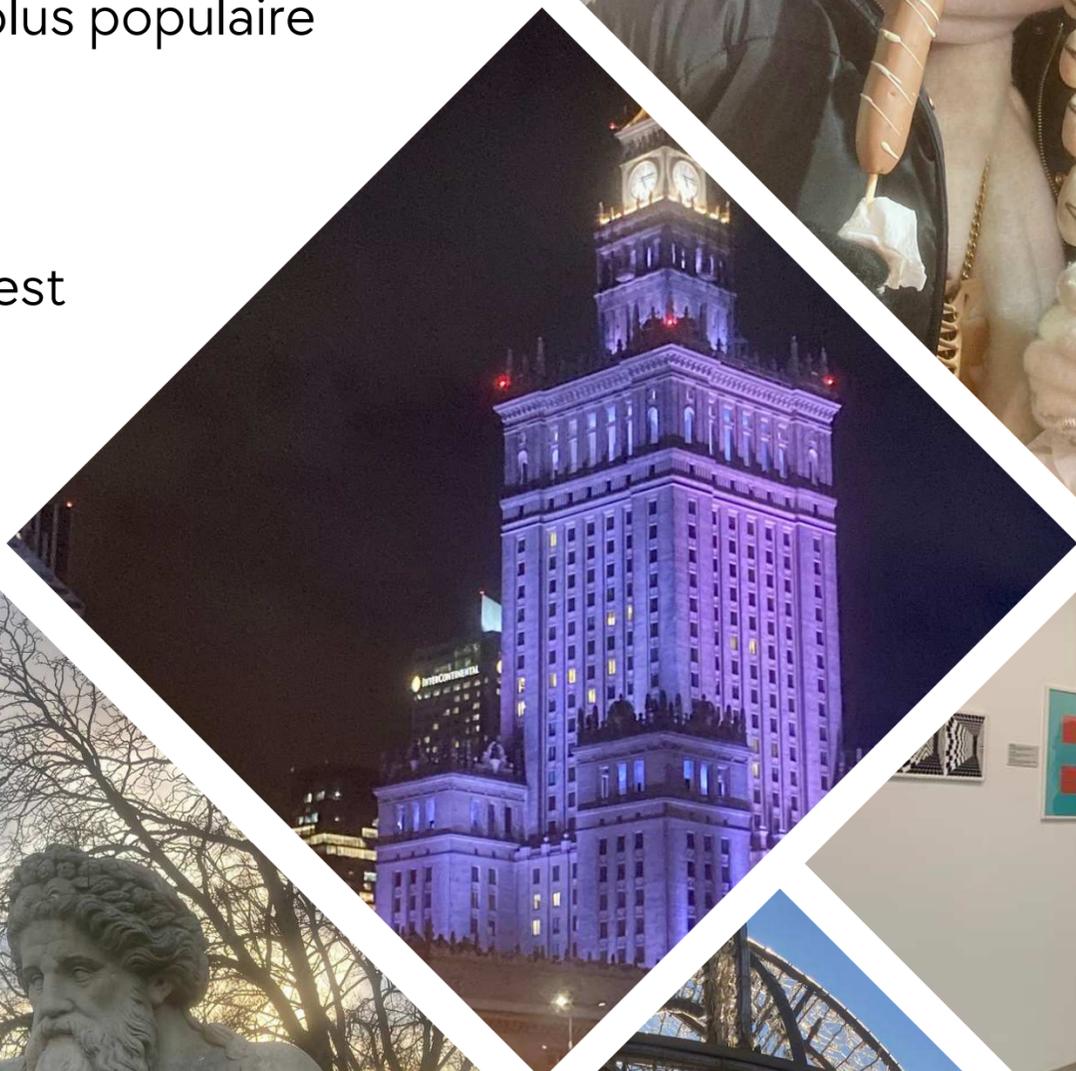
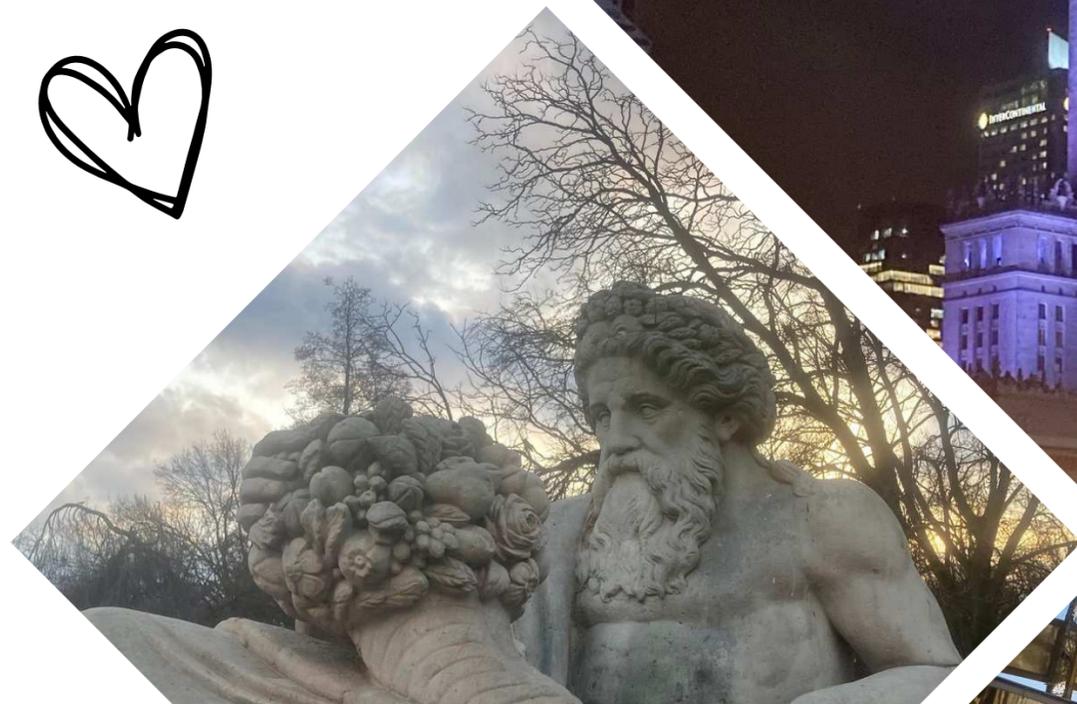
JOUR 4

Petit déjeuner au Green
Café Nero
Wilanow Palace
Parc Lasienki
Restaurant de pierogi
Trajet en bus jusque
l'aéroport de Varsovie
Vol retour à Rome
Trajet en bus retour
jusque Pescara

- Les pierogi sont une des meilleures choses existant sur cette terre, vous devez absolument goûter aux dumplings bouillis ou frits, salés ou sucrés, d'autant qu'il est possible de commander à l'unité chaque goût.

- La chaîne de resto la plus populaire s'appelle Zapiecek.

- La monnaie sur place est le Złoty :
1zł = 0,23€



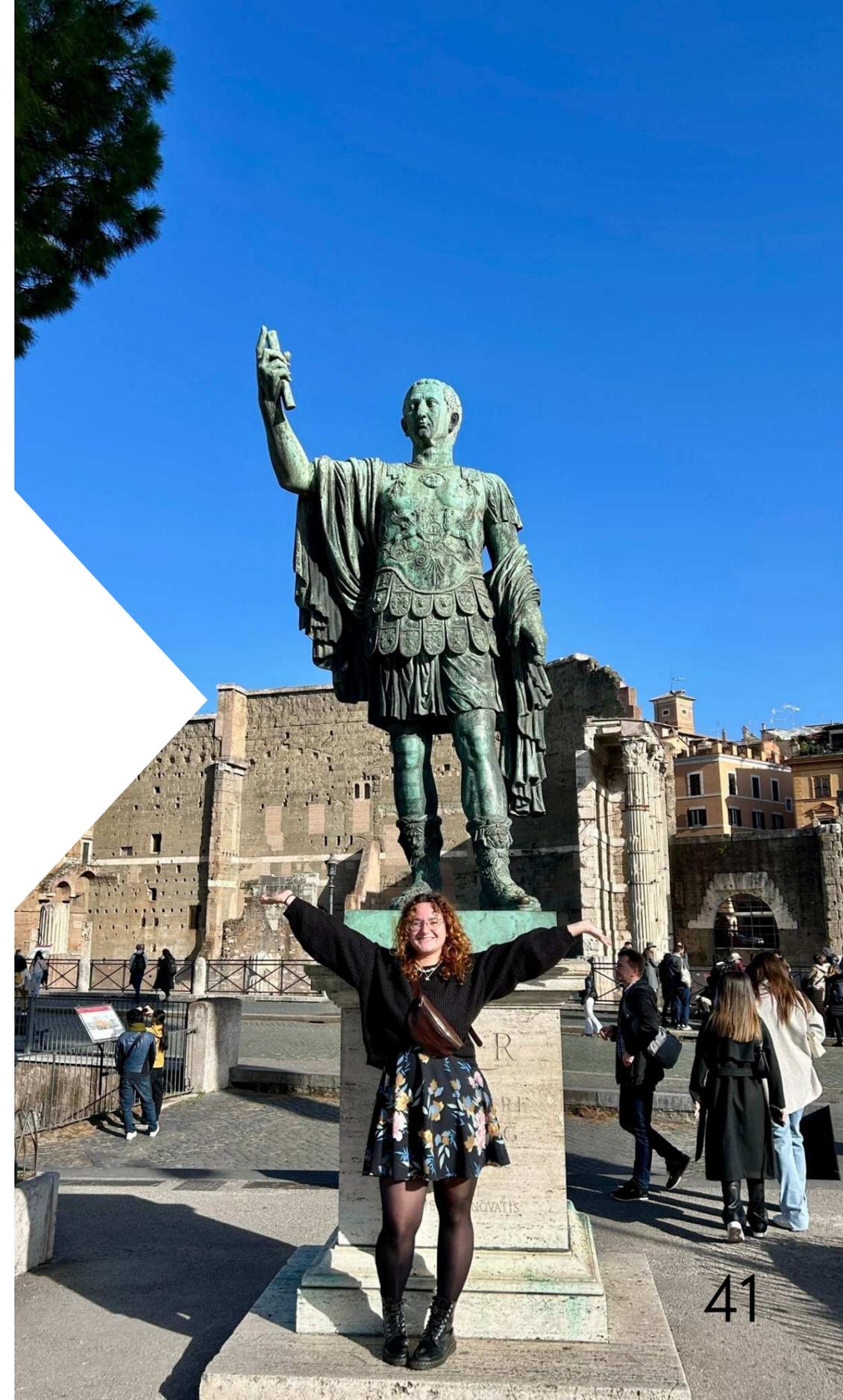
WARSZAWA





UNE JOURNÉE À ROME

à 2h en bus de Pescara

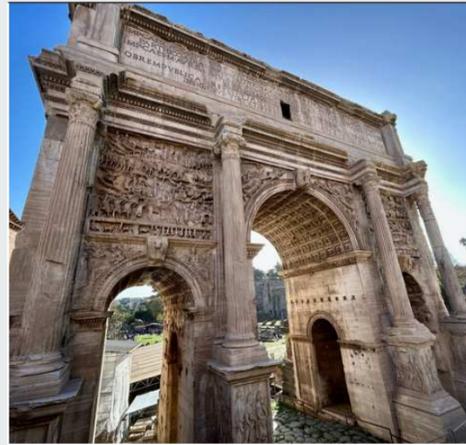


LES MONUMENTS

ENTRÉES GRATUITES LES PREMIERS DIMANCHES DU MOIS



Colisée



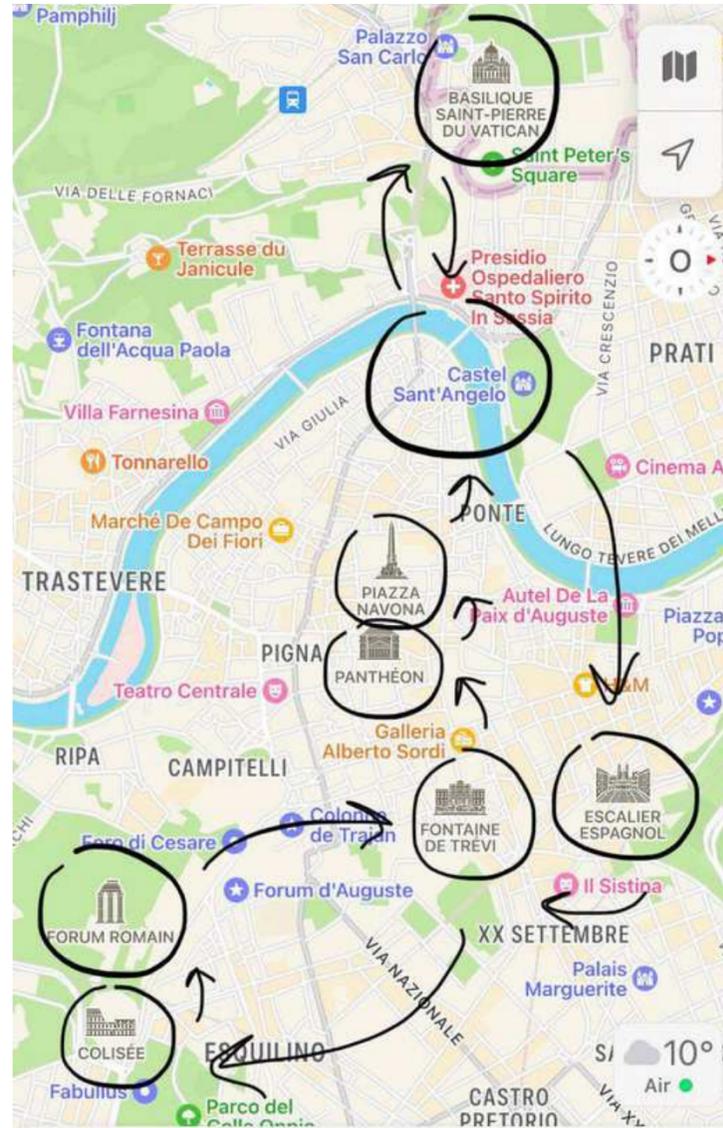
Forum Romain



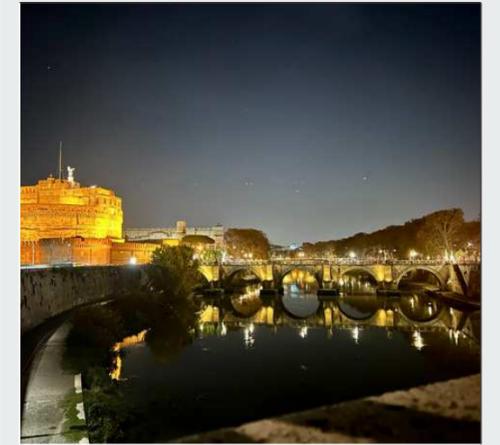
Fontaine de Trevi



Panthéon



Piazza Navona



Chateau San Angelo



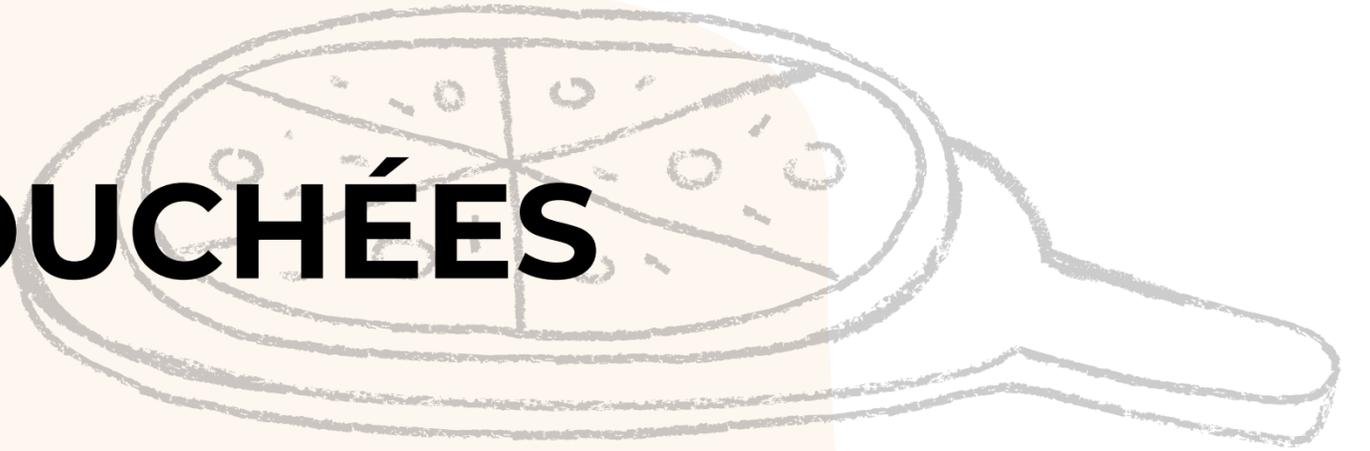
Vatican



Escaliers Espagnols

En faisant ce petit tour vous pouvez compter environ 18km à pieds

ROME EN 3 BOUCHÉES



1



Une brioche à la crème pour le petit déjeuner, à côté de la Fontaine de Trevi

2



Une pizza pour le déjeuner dans une des meilleures pizzeria de Rome chez *Mariuccia*

3



Un tiramisu pour le goûter, de la boutique *100 tiramisu* qui propose 100 recettes différentes

MILAN ET FLORENCE

Milan reste assez loin de Pescara, mais en vous y prenant bien à l'avance vous pourrez bénéficier de tarifs de train raisonnables; à savoir qu'il existe aussi un Pass Italia in Tour de 3 à 5 jours pour prendre les trains régionaux à volonté.



LE PLANNING



JOUR 1

Départ de Pescara
Trajet en train de 4h
jusque Milan
Marché de Noël sur la
piazza del Duomo
Visite de l'intérieur du
Duomo
Galerie Vittorio
Emanuele
Nuit à Milan

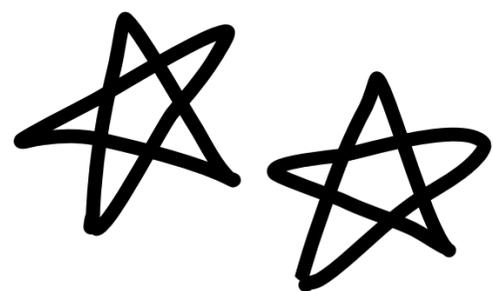
JOUR 2

Visite du château des Sforza
Balade dans le parc
Sempione jusqu'à l'Arc de la
Paix
Visite de l'Aquarium Civique
Visite de la Pinacoteca di
Brera
Promenades dans les rues
commerçantes
Trajet en train de 2h jusque
Florence

JOUR 3

Après une nuit à Florence
Visite du centre
historique de Florence
Cathédrale St Maria del
Fiore
Ponte Vecchio
Maison de Galilée
Trajet retour en train
jusqu'à Pescara

- Vous saviez qu'il y a un sanglier à Florence qui porte chance? Il suffit de lui caresser le museau et de jeter une pièce.
- Avec Milan et Florence on continue la visites des sublimes cathédrales d'Italie.





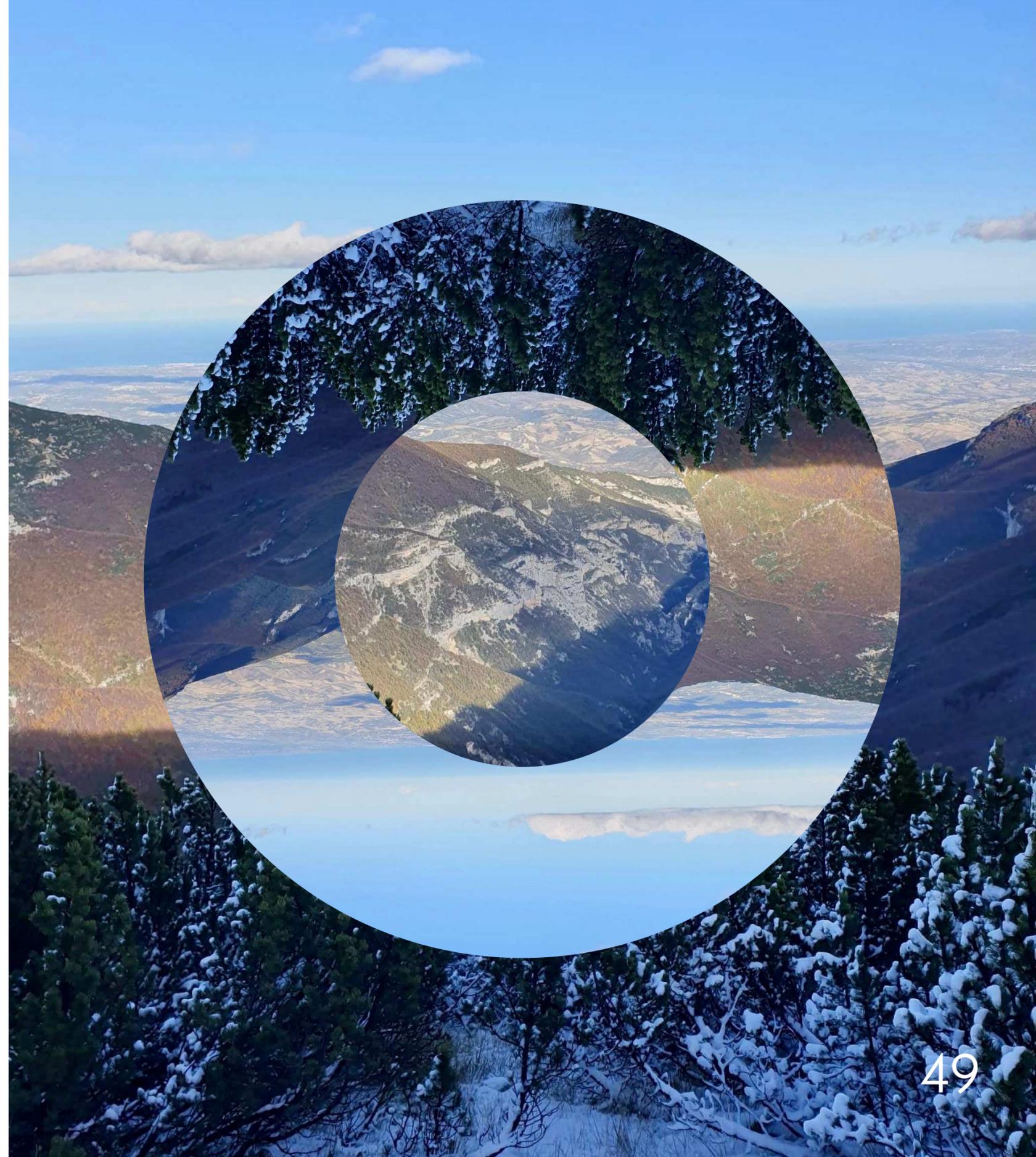
SULMONA

A l'occasion laissez
vous porter jusqu'au
terminus du train de
l'Université...



RANDONNÉES

PARC DE LA MAJELLA

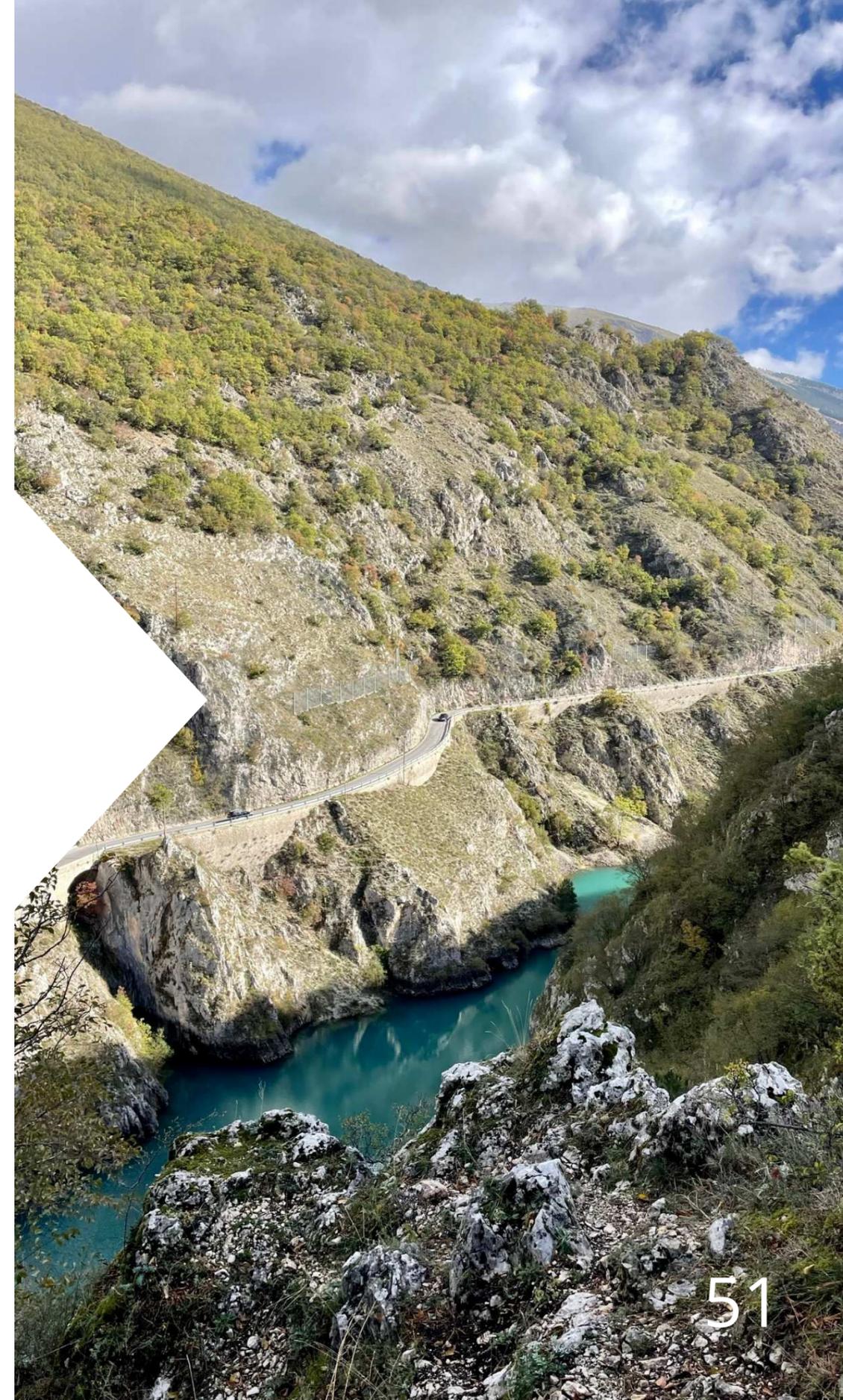


- Le parc national est accessible en voiture à moins d'1h de route de Pescara.
- Il y a une multitude de départs de randonnées, pour la notre nous sommes montées dans un refuge au dessus des stations de ski pour partir sur les crêtes.





LAC DE SAN DOMENICO ET LAC DE SCANNO





- Pour cette journée on s'est laissés porter dans les petites routes de montagnes direction le lac de Scanno qui a pour réputation d'avoir la forme d'un cœur.
- Tout compte fait le lac de San Domenico sur le chemin a attiré notre attention.
- Puis on a visité le petit village perché de Scanno





À votre tour maintenant, lancez vous...