

# Erfahrungsbericht Montreal 2023 - 2024

Austauschprogramm zwischen der Universität Heidelberg  
und der Université de Montréal  
Master Physik

## Contents

<b>1</b>	<b>Bewerbung</b>	<b>2</b>
1.1	Unterlagen . . . . .	2
1.2	Das Gespräch . . . . .	2
1.3	Bewerbung an der Udm . . . . .	2
<b>2</b>	<b>Finanzen</b>	<b>3</b>
<b>3</b>	<b>Wohnen</b>	<b>4</b>
<b>4</b>	<b>Vorbereitung</b>	<b>6</b>
4.1	CAQ . . . . .	6
4.2	Permis d'études . . . . .	6
4.3	Flüge . . . . .	6
<b>5</b>	<b>Ankommen</b>	<b>7</b>
5.1	Carte OPUS . . . . .	7
5.2	Telefon Vertrag . . . . .	7
5.3	Bank Konto . . . . .	7
5.4	Numéro d'assurance sociale . . . . .	7
<b>6</b>	<b>Die Vorlesungen</b>	<b>7</b>
<b>7</b>	<b>Forschung</b>	<b>8</b>
<b>8</b>	<b>Sport</b>	<b>9</b>
8.1	Le CEPSUM . . . . .	9
8.2	Das Universitäre Frisbee Team . . . . .	9
8.3	Freizeit Gruppen . . . . .	10
<b>9</b>	<b>Weitere Angebote</b>	<b>10</b>
9.1	Sorties hors-campus . . . . .	10
9.2	Die Fachschaften . . . . .	10
9.3	Kulturelles . . . . .	10
<b>10</b>	<b>Fazit</b>	<b>10</b>

# 1 Bewerbung

Die Bewerbungsfrist habe ich auf der Website des Dezernates für internationale Beziehungen gefunden, dort sind auch alle notwendigen Unterlagen aufgelistet, in meinem Fall waren es

## 1.1 Unterlagen

- Ausformulierter Lebenslauf
- Motivationsschreiben
- Sprachnachweis Französisch
- 2 Empfehlungsschreiben
- Bewerbungsformular (war kombiniert mit den englischsprachigen Unis)

Für die Empfehlungsschreiben ist es wichtig Professor\*innen schon frühzeitig zu kontaktieren, da diese meist ein Gespräch mit einem führen (man darf aber keine Bedenken haben, auch wenn man noch keine Profs aus Arbeitsgruppen oder Prüfungen besser kennt, einfach jemanden anschreiben) und es etwas dauern kann, bis sie die Unterlagen an das Dezernat weitergeleitet haben. Sollte man sich für mehrere Austauschprogramme bewerben, dann ist es empfehlenswert das Schreiben nur einmalig bei den Profs für alle potentiellen Zielorte anzufragen.

Der Sprachnachweis am Besten ein paar Monate im Voraus zu planen, ich habe nur den TOEFL Test gemacht, da ich mich auch für Englischsprachige Ziele beworben habe, und mein französisches Abitur als Nachweis ausreichte.

## 1.2 Das Gespräch

Nachdem die Bewerbung einging wurden die Termine für das Bewerbungsgespräch ausgemacht. Das für Montreal fand erst im Januar statt, die Atmosphäre war entspannt, das Gespräch wurde auf Englisch und Französisch geführt. Ich habe lange in Frankreich gewohnt, weshalb dieser Teil mich nicht sonderlich gestresst hat, ich würde aber empfehlen Gespräche auf Französisch zu üben, wenn man es nicht so gewohnt ist. Vor allem Fragen wie "Warum diese Stadt?", "Wie würden Sie im Austausch Heidelberg beschreiben?" kann man nutzen, um wieder Vokabular einzuarbeiten.

## 1.3 Bewerbung an der UdM

Nach dem Gespräch dauerte es wenige Wochen bis zur Zusage. Ich erhielt den Kontakt der anderen Person, die auch den Austauschplatz an der UdM erhalten hatte, so konnten wir uns über den weiteren Bewerbungsverlauf austauschen.

Die Bewerbung an der UdM ist nach Erhalt des Nominierungsbriefes eher eine Formalität. Trotzdem sind einige Fristen zu beachten, hier ist beispielsweise der Sprachnachweis wieder relevant, und auch Dokumente wie die Geburtsurkunde notwendig. In diesem Schritt reicht man auch sein "plan d'études" ein (mehr dazu unter "Vorlesungen").

## 2 Finanzen

**Uni und Versicherung** Über das Direktaustauschprogramm entfallen die Gebühren für die Kurse. Es bleibt nur den Beitrag zur universitären Krankenversicherung, die verpflichtend ist (ca. 300 CAD im Trimester). Ich habe keine gesundheitlichen Dienstleistungen in Anspruch nehmen müssen, aber es ist wohl recht aufwendig einen Arzttermin zu erhalten.

**Stipendium** Ich hatte das Glück, das Baden-Württemberg Stipendium zu erhalten. Die finanzielle Unterstützung betrug 800€/Monat, allerdings nur 4 Monate lang, obwohl ich 8.5 in Kanada blieb. Die Bewerbung hierfür ist nach der Nominierung sehr einfach, es gibt aber auch andere Stipendien, bei denen es sinnvoll ist, sich schon deutlich früher zu bewerben.

**Lebenserhaltungskosten** In Montreal muss man auf jeden Fall damit rechnen, dass die Ausgaben steigen. Für ein WG Zimmer kann man schon mit mindestens 600 CAD rechnen (Details unter "Wohnen"), Lebensmittel sind etwas teurer als in Deutschland, vor Allem frisches Obst und Gemüse. Für den Einkauf sind mindestens 300 CAD/Monat einzurechnen, wenn man in günstigeren Supermärkten einkauft (z.B. Maxi).

An dem Campus an dem ich war (Campus MIL) gab es keine richtige Kantine, und an dem Hauptcampus (Pavillon Jean-Brillant) gibt es recht teures und einseitiges Essen (Burger für 10 CAD z.B.), deshalb habe ich mir angewöhnt mein Essen mitzunehmen.

**Transport** Als StudentIn zahlte man in Montreal 60 CAD/Monat, um den Nahverkehr in der Stadt nutzen zu können (Bus und U-Bahn). Dieser ist meiner Meinung nach sehr gut ausgebaut, mein Fahrrad hat mir kaum gefehlt. Trotzdem kann man in den warmen Monaten ein Abo für die Leihfahrräder abschließen, oder sich ein Fahrrad kaufen (die sind in Montreal auch gebraucht teuer). Für mich war das überflüssig, ich habe es sehr genossen die letzten paar hundert Meter ab der Haltestelle zu Fuß zu gehen, auch im tiefen Winter.

Communauto ist ein car sharing Angebot, bei dem überall in der Stadt Autos zur Verfügung stehen. Sobald man seinen Account freigeschaltet hat kann man für lange Strecken ein Auto reservieren, oder für spontane, kurze Strecken einfach einsteigen. Die Preise sind vergleichbar mit klassischen Mietautos aber die Flexibilität fand ich überzeugend.

**Winterkleidung** Mir hat mein Skianorak aus Deutschland den Winter über gereicht (in dem Jahr waren die Temperaturen aber auch recht mild). Thermounterwäsche hatte ich ebenfalls mitgenommen, diese war insbesondere für Ausflüge außerhalb der Stadt wichtig. Ich habe mir nur vor Ort Winterstiefel (ca. 100 CAD) gekauft, weil ich keine besaß. Man kann sich außerdem Schlittschuhe kaufen, z.B. bei Decathlon für ca. 40 CAD, und dann den gesamten Winter den Zugang zu den meisten Schittschuhbahnen kostenlos genießen.

Allgemein gibt es teilweise second-hand gute Sachen zu finden, z.B. in den "Renaissance" Läden (hier kann man auch seine Sachen vor seiner Abfahrt gut spendieren).

**Freizeit** Auch im Bereich Freizeit sind die Preise etwas teurer, das gilt für Essen gehen, Kino, Feiern gehen (Alkohol ist deutlich teurer, und härterer Alkohol kann nur in gesonderten



Man kann auch so rumlaufen



Aber irgendwann kauft man sich Winterschuhe

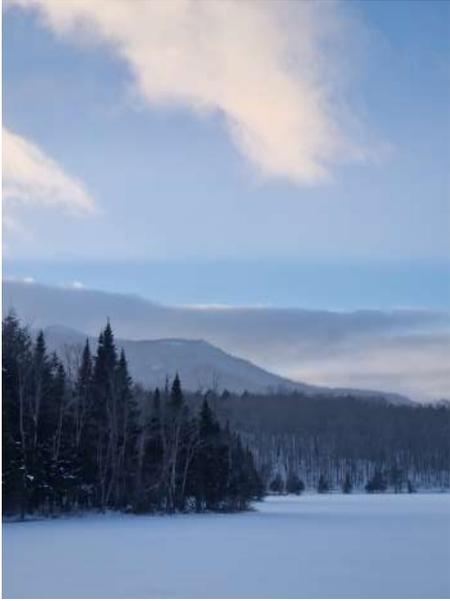
Läden erhalten werden), es gibt sogar Eintritt um in Naturschutzgebieten zu spazieren.

**Reisen** Wie viel man für zusätzliche Reisen ausgibt ist sehr modulierbar. An dieser Stelle fand ich sehr praktisch ein "Communauto" Abo geschlossen zu haben. Ich konnte ein Auto für geplante Reisen sehr flexibel reservieren oder auch mal spontan auf der Straße ausleihen. Hier ein paar Ausflüge, Reiseziele, die ich besucht habe.

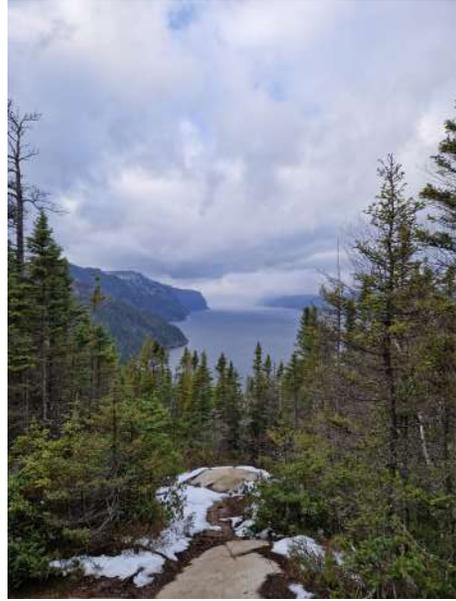
### 3 Wohnen

Der Wohnungsmarkt ist sehr dynamisch. Die meisten Mietverträge werden von Juli bis Juli geschlossen, trotzdem kann man auch einfach über kleinere Zeiträume mieten, wenn man die Angebote aussortiert, bei denen Langzeitmieter gesucht werden. Facebook ist hier, wie bei vielen anderen Suchen ein guter Anlaufpunkt, ich habe beide meine WGs unter "Logement et colocation UdeM/Poly/HEC" gefunden. Natürlich muss auf Betrug geachtet werden, mir reichte eine Video-Besichtigung aus, da es mir wichtig war im Voraus eine Wohnung zu haben, manche Leute suchen diese aber erst vor Ort, und bevorzugen Besichtigungen in Person. Meine erste Wohnung habe ich gewechselt, da mir das WG Leben und die Sauberkeit nicht ausgereicht haben, zum Glück sind viele Verträge sehr flexibel, und mein erster Vertrag war nur für wenige Monate geschlossen, sodass ich einfach wechseln konnte.

Günstige Einrichtung (Decke, Kissen, Handtücher für den Anfang) findet man bei Walmart. Andere kleine Sachen bei Dollarama zum Beispiel. Ich würde stark empfehlen, eine möblierte Wohnung zu wählen, da in einer Großstadt der Transport von Möbeln schwierig sein kann.



Mont Orford



Saguenay



New York



Quebec City

## 4 Vorbereitung

Die nächsten Schritte sind frühzeitig anzugehen, ich konnte bis zur finalen Zusage der UdM warten, aber man sollte die aktuelle Bearbeitungsdauer beachten, da diese stark schwanken kann.

### 4.1 CAQ

Hierfür reichen der Ausweis, ein paar Formulare und die Zulassungsbestätigung an der Uni.

### 4.2 Permis d'études

Das CAQ ist nur ausreichend, wenn man unter 6 Monaten in Kanada bleibt. Da das in meinem Fall überschritten wurde, musste ich auch einen permis d'études anfordern. Der Erhalt des CAQs ist die erste Voraussetzung, dazu kommt ein Schreiben, in dem man bestätigt, nur für das Studium und eine begrenzte Dauer einzureisen. Zusätzlich muss man seine finanzielle Lage belegen, und erklären, woher man den Aufenthalt finanzieren kann. In meinem Fall habe ich ein Auszug meines Bank Kontos hinzugefügt, eine Bestätigung meiner Eltern, dass sie mich monatlich unterstützen (+Ausweis und Lohnnachweis als Beleg). Im Zuge des Antrags müssen auch die Fingerabdrücke abgelegt werden, dafür gibt es in Düsseldorf eine Stelle, hier ist ein früher Termin recht wichtig, meiner war im Juni.

### 4.3 Flüge

Am Günstigsten ist es meistens, einen Hin- und Rückflug zusammen zu buchen, wobei das Datum der Rückreise verschiebbar ist. Es kann helfen, sich dafür in einem Reisebüro beraten lassen. Ich habe meine Flüge erst ca. einen Monat vorher gebucht, und keinen starken Preisanstieg gemerkt.

## 5 Ankommen

Viele Sachen kann man erst vor Ort organisieren, da ich ca. 2 Wochen vor Uni Beginn da war, ließ mir das genug Zeit, um mich um folgende Punkte zu kümmern.

### 5.1 Carte OPUS

Mit dem entsprechenden Beleg der Uni (online verfügbar) kann man sich eine Nahverkehrskarte holen, mit der man Zugang zu den studentischen Preisen hat. Dafür musste ich mich an die zentrale Stelle mit dem ausgefüllten Formular begeben, um ein Foto für die Karte zu machen, und eine Unterschrift abzulegen.

### 5.2 Telefon Vertrag

Einen Vertrag mit mobilen Daten zu haben war sehr hilfreich, um Maps zu nutzen. Ich habe eine monatlich kündigbaren Vertrag gewählt, bei dem ich ca. 35 CAD für 5 GB gezahlt habe.

Ich war bei Koodo, den Vertrag habe ich in einem Laden geschlossen, habe meine SIM-Karte direkt mitnehmen können, und den Vertrag online bearbeiten können, zum Beispiel konnte ich kündigen, als ich schon zurück in Deutschland war. Eine kanadische Telefon Nummer war für mich sinnvoll, da mein Telefonanbieter in Deutschland kein gutes Angebot für mobile Daten in Kanada hatte, und es in manchen administrativen Schritten geholfen hat (Bankkonto, Online-Formulare, bei denen keine ausländische Nummern akzeptiert werden...).

### 5.3 Bank Konto

Für mich war es hilfreich, ein kanadisches Konto zu haben, da somit die Uni-Gebühren einfacher zu zahlen waren, ich an Kanadier direkt Überweisungen machen konnte (kaum jemand hat Paypal), und keine weiteren Gebühren anfielen. Ich habe Scotia banque ausgewählt, dort konnte recht einfach ein kostenloses Studi-konto eröffnet werden, auch bevor ich meine kanadische Telefonnummer hatte, diese habe ich aber nachreichen müssen.

### 5.4 Numéro d'assurance sociale

Diese habe ich beantragt, um für mein Forschungsprojekt bezahlt werden zu können. Es ist allgemein zum Arbeiten notwendig, eine solche Nummer zu haben. Die kann man online beantragen, und erhält sie wenige Tage später per Brief

## 6 Die Vorlesungen

In meinem Fall war es hilfreich mich mit dem "Fachberater" in Kontakt zu setzen, die Auswahl in dem "plan d'études" ist noch nicht endgültig (man kann nicht davon ausgehen, dass man nur die Wunschveranstaltungen besucht) aber sollte trotzdem zu den Einschränkungen des Austauschprogramms passen, und eure Erwartungen erfüllen. Ich kann ein bisschen was zu meinen Vorlesungen sagen, die ich im Rahmen der "maîtrise de physique" belegt habe. Die Kurse in medizinischer Physik sind eigentlich nicht für Austausch Studis verfügbar, ich bin aber mit einem der Professoren in Kontakt getreten, der mich dann für die Vorlesungen in beiden Trimestern zugelassen hat.

Es gibt einen erheblichen Unterschied, ob man im Bachelor (1er cycle) oder Master (2ème cycle) ist. Im Master wurde mir empfohlen 2 bis 3 Vorlesungen pro Trimester anzuhören.

### Semestre d'automne

- **Fondements théoriques du modèle standard:** 2 Vorlesungen pro Woche, ein Übungszettel alle 2-3 Wochen. Gut struktuiert, wir waren nur 4 Studis, daher sehr entspannte Atmosphäre, auch um Details nachzufragen. Machbar wenn man QFT gehört hat, oder viel nacharbeitet, das war meine schwerste Vorlesung. Take-home midterm und Klausur.
- **Physique du rayonnement en milieu médical:** 2 Vorlesungen pro Woche, Übungszettel alle 2-3 Wochen. Sehr einfache Vorlesung, gutes Skript. Report zu schreiben, und es gab eine mündliche Prüfung.

- **Physique statistique des systèmes en équilibre:** 2 Vorlesungen pro Woche. Ein Übungszettel, ein Midterm, eine Klausur (take-home). Wurden nicht korrigiert sondern ohne Kommentar mit A+ bewertet. Die Vorlesung bestand aus reinem Frontalunterricht, wir konnten Fragen stellen, da wir nur 6 Leute waren, aber es war nicht sehr interaktiv gestaltet.
- **Biophysique:** Auch kleine Runde, nur eine Vorlesung pro Woche, alle 2-3 Wochen ein Übungszettel, diese Vorlesung hat mir viel Spaß gemacht, ist aber inhaltlich weniger als "Theoretical Biophysics". Keine Klausur.

## Semestre d'hiver

- **Fondements expérimentaux du modèle standard:** Deutlich einfacher als der Theorie Teil, es gab ein paar Übungszettel mit Rechnungen zur experimentellen Teilchenphysik, und am Ende ein report, den man mündlich verteidigen musste (nicht streng bewertet, entspannte Atmosphäre).
- **Dosimétrie en radio-oncologie:** Teilweise ähnlichen Inhalt wie in Medical Physics I, dafür mehr Anwendung und Simulationen. Sonst wie "Physique du rayonnement en milieu médical" nur mit einer schriftlichen Prüfung.

## 7 Forschung

Im zweiten Trimester habe ich weniger Vorlesungen gehört (auch wenn 2 für das Austauschprogramm im Master reichen), und deshalb einen Einstieg in die Forschung gesucht. Mein Professor in Biophysik hat mir sogar ein bezahltes Praktikum angeboten, in dem ich 2 Tage pro Woche an einem Projekt mit Molecular Dynamics Simulations gearbeitet habe.

## 8 Sport

### 8.1 Le CEPSUM

Zu Beginn des Trimesters empfiehlt es sich seinen Account im CEPSUM freizuschalten. Den Zugang erhält man dann über seine Studi-Karte. Der Zugang zum Zentrum ist kostenfrei, somit hat man Zugang zum Schwimmbad, der Sauna, der indoor-Rennbahn. Zusätzlich kann man ein Abo bei dem Gym abschließen, Kurse buchen oder Zugang zum Kletterblock erhalten.

### 8.2 Das Universitäre Frisbee Team

Ich wollte das universitäre Frisbee erleben, und habe dafür an den Tryouts Ende August teilgenommen, und einen Platz in dem 2. Team bekommen. Die Outdoor-Saison geht nur 6 Wochen lang, in denen wir intensiv trainiert haben, und an vielen Turnieren teilgenommen haben. Dies hat mir meine meisten kanadischen Kontakte gebracht, da wir auf die Turniere gemeinsam im Auto gefahren sind, und meistens auch in Airbnbs übernachtet haben.



Universitäres Frisbee Team



Football Spiel am CEPSUM

### **8.3 Freizeit Gruppen**

Nach der Outdoor-Saison habe ich mich auch für eine außeruniversitäre Indoor Saison eingeschrieben, in einer Facebook Gruppe werden regelmäßig ErsatzspielerInnen gesucht, somit konnte ich auch Kontakt zu neuen Teams aufbauen. Es lohnt sich einfach nach weiteren Angeboten in seiner Sportart zu fragen, da bei einer solchen Großstadt sehr viel privat organisiertes anbietet.

## **9 Weitere Angebote**

### **9.1 Sorties hors-campus**

Dies ist eine Gruppe, die von der Uni organisiert wird, bei der man hauptsächlich als Austausch-Studi an verschiedenen Ausflügen teilnehmen kann. Es ist sehr zu empfehlen, daran teilzunehmen, da die anderen Leute auch nach Kontakten, neuen Aktivitäten, Reisen in Kanada usw. suchen.

### **9.2 Die Fachschaften**

Die Fachschaften organisieren auch einige Aktivitäten, es lohnt sich auf Facebook den entsprechenden Gruppen zu folgen, da man so auch lokale Leute sehr gut kennenlernt.



Die Stadt hat ruhige Ecken



Aber auch Innenstadt

### 9.3 Kulturelles

**Gesang** Ich habe an einem chant populaire (pop) teilgenommen, die Atmosphäre war sehr entspannt, die Lehrerin sehr geduldig und motivierend.

**Ciné-campus** Es wird im Uni-Kino (richtige Kinossessel!) wöchentlich ein Film gezeigt, die meisten sind Original Französisch, sonst Englisch mit französischen Untertiteln. Ich fand es sehr bereichernd, da die französischsprachige Filmwelt viel zu bieten hat. Es lohnt sich bei beliebten Filmen im Voraus zu buchen, ansonsten kann man auch vor Ort zahlen.

## 10 Fazit

Ich fand die Erfahrung sehr bereichernd. Ich ziehe deutlich mehr Positives aus dem Aufenthalt, auch wenn manche Situationen nicht so einfach waren. Ich denke, dass es wichtig mit einer passenden Denkweise an den Austausch ranzugehen, da ich auch Menschen kennengelernt habe, die eine schlechtere Erfahrung gemacht haben. Ich traue mich viel mehr, auf Leute zuzugehen, empfinde Vorfreude für Neues. Auch die Erfahrung, in einer Großstadt gelebt zu haben war für mich sehr wertvoll. Ich komme aus einem kleinen Dorf, und habe sonst nur in Heidelberg gewohnt. Montreal hat zwar längere Wege, trotzdem habe ich es sehr genossen diese Größe und Lebendigkeit zu erleben. An viele Unterschiede gewöhnt man sich gut, ein paar andere Sachen bleiben einem fremd, trotzdem würde ich sagen, dass ich nach nicht einmal der Hälfte der Zeit mich zu Hause gefühlt habe. Manche Zwischenmenschliche Beziehungen, die ich dort aufgebaut habe, werden mich noch lange nostalgisch auf meine Zeit dort zurückblicken lassen.