



## TESTIMONIANZA SULL'ESPERIENZA ALL'ESTERO

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <b>Nome</b>                     | Sara   |
| <b>Cognome</b>                  | Russo  |
| <b>Università Ospitante</b>     | Institut d'Etudes Politiques d'Aix-en-Provence |
| <b>Erasmus Code</b>             | F MARSEIL55                                    |
| <b>Città</b>                    | Aix-en-Provence                                |
| <b>Corso di Studi</b>           | Scienze Politiche                              |
| <b>Anno accademico Erasmus+</b> | 2021/2022                                      |
| <b>Durata dell'Erasmus+</b>     | 5 mesi   |
| <b>Informazioni di contatto</b> |  |

### Informazioni sull'università

La facoltà di SciencesPo ad Aix-en-Provence è una realtà circoscritta e altamente prestigiosa che forma in maniera completa e approfondita student\* da tutto il mondo. L'intero iter dell'application è estremamente semplice, inoltre i referenti per la mobilità entrante sono sempre disponibili e pronti a guidare l'applicant qualora riscontrasse delle difficoltà. Il sistema di welfare francese è uno dei più sviluppati al mondo, quindi \*I\* student\* possono beneficiare di numerose agevolazioni e contributi, oltre a quelli attribuiti tramite la borsa di studio Erasmus+; ad esempio una stanza nelle residenze universitarie pubbliche costa intorno ai 250€, nonostante la ricchezza della città e l'abbonamento annuale ai mezzi costa appena 100€. Il catalogo dei corsi proposti a noi student\* internazionali è ampio, diversificato ed estremamente interessante, con proposte appositamente riservate a noi, numerose in lingua inglese. Le lezioni durano circa 2 ore e hanno cadenza mono o bisettimanale, per un totale di 10 lezioni e 4 ECTS; per quanto riguarda l'approccio allo studio e ai programmi è importante sapere che nelle università francesi si presta particolare attenzione alle sfide contemporanee e allo studio pratico delle materie, discostandosi da spiegazioni didascaliche e passive; lo studio risulta estremamente piacevole e si è invogliati ad approfondire autonomamente, anche perché le modalità di esame sono diverse rispetto all'Italia, infatti è spesso prevista la redazione di dossier il cui argomento è a scelta dell\* student\*. All'interno dell'edificio principale di SciencesPo sono presenti una biblioteca e un work café e grazie alla tessera dello studente è possibile accedere a tutte le altre biblioteche dell'università Aix-Marseille, sparse per la città, oltre che alla mensa universitaria, nella quale è possibile mangiare con tariffe agevolate e in base alle proprie esigenze (halal, vegetariano ecc.).

### Informazioni sulla città

Aix-en-Provence, città sempre soleggiata, soprattutto in primavera, è conosciuta come la "ville des eaux" ("la città delle acque") perché sono presenti numerose fontane. Il centro storico è una vera perla, pieno di locali, ristoranti e scorci; come se non bastasse Aix è la città natale di Paul Cézanne ed è quindi possibile visitare il suo atelier, oltre che fare trekking sul Mont Sainte-Victoire, che figura spesso nei suoi dipinti. Aix è una città molto estesa ma ben collegata, anche se consiglio di cercare un alloggio in centro (l'università in questo vi può aiutare perché vengono pubblicati spesso annunci di "studio" da affittare) per avere tutto a portata di mano. Anche le altre zone della città sono comunque ben collegate al centro. La città è molto cara, quindi di conseguenza lo sono i supermercati presenti nel centro città, per questo consiglio di fare la spesa nei discount



come Lidl o Aldi, o di recarsi al centro commerciale Aix-La Pioline in cui è presente un ipermercato Carrefour. Se si hanno esigenze alimentari particolari e si ha la necessità di mangiare plant-based o halal l'offerta nei supermercati e nei ristoranti è varia e vasta, non avrete problemi. I miei ristoranti preferiti sono Naya (coreano), La Maison des Raviolis (cinese), Tita (libanese), Le Campus (fast food francese), Empanadas Club (argentino), anche il sushi del carrefour è molto buono, con numerose opzioni vegane. Aix si trova in una posizione strategica perché situata sia vicino al mare che ad altri punti di interesse come le gole del Verdon, le Calanques, Marsiglia, Tolone, Arles, la Camargue e Valensole, dove viene coltivata la lavanda; se si è automunit\* è molto facile spostarsi per delle brevi gite fuori porta, altrimenti è possibile spostarsi in treno o in pullman. Nonostante sia donna non mi sono mai sentita in pericolo ma sono stata spesso vittima di catcalling, molto più frequentemente che in Italia; in generale sconsiglio di spostarsi da sole di notte coi mezzi o a piedi, ma questo purtroppo fa parte della nostra quotidianità ovunque ci troviamo. Per riassumere, le 2 cose fondamentali sono: alloggio in una posizione centrale e abbonamento dei mezzi, essere automunit\* aiuta ma non è fondamentale, soprattutto se si alloggia in centro.

### **Commento generale e suggerimenti**

Vivere da sola mi ha aiutato: mi sono creata un mio spazio sicuro lontano da casa in cui ho potuto imparare a cavarmela, riflettendo sui miei progetti e curando la mia salute mentale. Ad Aix mi sono sentita in pace. Ho trovato l'ambiente universitario estremamente stimolante e attento alle esigenze di tutt\*. L'unica cosa che cambierei è la posizione dell'alloggio in cui mi trovavo, che era anche molto caro: tornassi indietro sceglierei un'opzione più centrale e meno cara. Nonostante ciò, il fatto che fossi automunita mi ha aiutata molto e mi ha permesso di visitare numerosi luoghi. La Provenza è magnifica. Se si vuole vivere una realtà multietnica, stimolante e vivace Aix è la città giusta, soprattutto quando le giornate iniziano ad allungarsi e le temperature ad alzarsi e quindi si può andare al mare e fare lunghe passeggiate sotto i tigli del centro. Nonostante ci siano stati dei ritardi importanti nella comunicazione delle date di esame e nella pubblicazione dei voti, SciencesPo è una realtà estremamente organizzata, in particolare il suo ufficio delle relazioni internazionali, sempre disponibile ed estremamente celere nelle risposte. Qualora decidessi di partire per un Erasmus, che sia ad Aix o altrove, non dimenticare di contattare la sede ESN (Erasmus Student Network) della città in cui ti troverai perché organizzano spesso uscite e serate che permettono di mettere in contatto tra loro numeros\* student\*.

### **Come valuti l'esperienza da 1 a 5?**

4