

Guide pratique du stage à Birmingham



Sommaire

Préambule.....	page 3
I. Birmingham.....	page 3
II. Choix du stage.....	page 3
III. Comment s'y rendre ?.....	page 9
IV. Logement.....	page 10
V. A visiter.....	page 10
VI. Les bonnes adresses.....	page 13
VII. Trucs et astuces pratiques.....	page 14
VIII. Contacts utiles.....	page 15

Préambule

Ce livret est une compilation de retours d'expérience, conseils et suggestions rédigée suite à la première édition (2017) du partenariat entre l'Université de Birmingham, UK et la Faculté de Médecine de Tours, France.

Ce document est écrit par les étudiants pour les étudiants, ainsi n'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements ou précisions (cf VIII. Contacts utiles).

I. Birmingham : mais c'est où ?

Située au centre de l'Angleterre, dans le West Midlands, Birmingham est la deuxième ville la plus peuplée du pays après Londres.

Ville phare lors de la révolution industrielle en Angleterre, elle est maintenant célèbre pour ses canaux, son immense centre commercial - The Bullring - et ses universités.

Sa localisation centrale permet de rejoindre facilement les autres villes touristiques du Royaume-Uni, à savoir : Londres, Oxford, Bristol, Manchester, Liverpool...



II. Choix du stage

Grâce au partenariat établi entre l'Université de Birmingham et la Faculté de Médecine de Tours, deux opportunités s'offrent à vous :

- Effectuer un stage clinique dans un des hôpitaux de Birmingham
- Effectuer un stage de recherche dans les laboratoires de l'Université de Birmingham.

De façon générale, le personnel de l'Université de Birmingham est très accessible et réactif, alors n'hésitez pas à leur envoyer un mail à la moindre interrogation ou si vous avez un problème pendant votre stage.

A. Stage clinique

Le stage clinique se déroule sur six semaines entre Juillet et Août. Il remplace votre stage d'été effectué en France entre les années universitaires de MM1 et MM2.

Le stage s'effectue au sein d'un des nombreux hôpitaux de la ville (Queen Elizabeth, Heartlands, City Hospital, Women's Hospital...).

The Queen Elizabeth Hospital :

Situé juste à côté de la faculté de médecine, elle-même toute proche du campus universitaire. On y accède facilement par le train "London Midland", en descendant à la station "University" (première station après "Selly Oak") ou à pied, depuis Selly Oak Court, en traversant le quartier de Selly Oak puis le campus (25-30 minutes de marche) ou en empruntant le canal, très fréquenté par cyclistes et joggers aux heures d'embauche, et bien agréable par beau temps (15-20 minutes de marche).

C'est un immense hôpital, archi-moderne, avec de nombreux services et plein d'infrastructures dédiées spécialement aux étudiants et à la formation continue (multiples salles de cours et de séminaires, labo de simulation, salle de détente pour les "externes" etc.).

De plus, c'est aussi là que se forment les futurs médecins militaires, et il n'est pas rare de les croiser, en uniforme, dans les couloirs.

Dans chaque service gravitent étudiantes infirmières et "nurses" diplômées, ainsi que de nombreuses infirmières spécialisées. On retrouve aussi les "consultants" (les PH spécialistes de chez nous), des "registrars" (qui correspondent aux "vieux internes" et CCA, eux aussi déjà spécialisés), des "junior doctors" Foundation Year 1 ou 2 (les "internes", qui tournent pendant deux ans dans les différents services de l'hôpital avant de choisir leur spécialité) et enfin les étudiants en médecine (la formation initiale s'effectuant pour eux sur cinq ans uniquement). Le déroulement d'une journée type est assez similaire à celui que l'on connaît en France : visite du service avec le "consultant" le matin, accueil des nouveaux patients l'après-midi, demandes et réalisation d'examens complémentaires etc. La grande différence, c'est que les étudiants (5 en moyenne par service), après avoir assisté à la visite (et après avoir été, parfois, interrogés sur un patient, une pathologie ou une prise en charge), sont laissés en autonomie et peuvent, s'ils le souhaitent, aller voir des patients pour s'entraîner à l'interrogatoire (sans pour autant avoir systématiquement à en donner un compte-rendu, que ce soit oral ou écrit) ou demander à suivre une infirmière pour prendre tension et température, réaliser un ECG, parfois faire un prélèvement. Pas d'OMH à remplir dans le DPP, pas de bons de radios à faxer... En tant qu'étudiant français, on est pris au dépourvu, et on peut vite se retrouver à ne rien faire si l'on ne fait pas soi-même la démarche de consulter les dossiers médicaux pour comprendre les histoires, d'aller voir les patients, de les examiner (ce que ne font pas fréquemment en autonomie les carabins de là-bas : ils le font plutôt lors de la visite, si le patient présente un signe intéressant, ou lors d'ED où le consultant choisit d'emmener son groupe d'étudiants au chevet du malade et en désigne un pour faire un examen complet de l'abdomen par exemple). On peut aussi assister à des consultations, de petites interventions (biopsies rénales, pose ou retrait de voies de dialyse par exemple), des opérations parfois.

A noter : les étudiants de Birmingham commencent leur quatrième année en juillet, mais sont en vacances de la fin juillet jusque mi-août : on se retrouve donc seul "externe" dans le service pendant une partie du stage.

Pour autant, les équipes hospitalières (infirmières, médecins, et tous les autres membres du personnel) sont très soudés et très à l'écoute des étudiants étrangers : ils sont toujours prêts à nous aider et à nous orienter avec bonne humeur!

Retour d'expérience d'Agathe Dio--Cant : ce stage permet de découvrir la vie dans un service de néphrologie, avec un grand panel de patients et de type de pathologies qui sont concernées par cette spécialité. On passe aussi quelques temps dans le service de transplantation rénale, ce qui offre l'opportunité de se familiariser avec la prise en charge pré- et post-greffe, le traitement immunosuppresseur, la gestion des complications etc. On suit l'équipe "acutes" ou "on call", qui se déplace dans tous les services de l'hôpital pour gérer des patients dont la pathologie, non "néphro" à l'origine, affecte la fonction rénale, et qui nécessite un suivi spécial. On assiste à la mise en route de séances d'hémodialyse et de dialyse péritonéale, à des réunions de concertation pluridisciplinaires où sont étudiés les examens d'imagerie de patients "difficiles", où l'on discute des futurs donneurs vivants de reins etc. Enfin, on se rend aux "outpatient" clinics, qui permettent de rencontrer des patients atteints de lupus, de vascularites, ayant une clairance de la créatinine basse de cause indéterminée, projetant de donner un rein, ou venant de bénéficier d'une greffe etc. Ces consultations sont passionnantes, patients et pathologies sont extrêmement variées et le rythme des consultations permet de "débriefer" après chaque rendez-vous le cas du patient avec le "consultant". La néphrologie offre de plus une dimension de réflexion éthique et humaniste: des conversations bouleversantes avec les patients relatant leur vécu de l'hémodialyse à l'hôpital (quatre heures trois fois par semaines, à vie), à la joie du patient nouvellement greffé dont la qualité de vie vient d'être grandement améliorée, aux doutes des futurs donneurs de reins, ce sont autant de parcours de vie que de patients qu'elle offre à étudier. Les infirmières et médecins sont très disponibles et à l'écoute, saisissant la moindre opportunité pour nous en apprendre plus sur tel ou tel versant de la néphro. Les tutoriels qui sont organisés entre midi et deux avec un médecin et les autres étudiants du service, très interactifs, sur l'insuffisance rénale aiguë ou chronique et leur diagnostic, leurs causes, leur prise en charge ou les glomérulonéphrites par exemple) sont aussi très enrichissants. Passée la première semaine, où on lutte avec la vitesse et l'accent de la langue pour comprendre et s'exprimer, c'est un pur bonheur que de n'entendre et parler qu'anglais pendant six semaines!

The Women's Hospital :

Le Women's Hospital est situé lui aussi sur le campus d'Edgbaston, à deux pas du QE Hospital et de l'Université. Il s'agit d'un établissement ultra-spécialisé dans le soin des femmes, très universitaire (beaucoup d'étudiants, de recherches en cours) et où les médecins sont souvent spécialistes dans leur domaine.

On y trouve donc une partie maternité (de niveau 3) mais aussi de la gynécologie, un centre pour le cancer du sein, des consultations pré-natales spécifiques (VIH, troubles psychiatriques, obésité, pré-éclampsie, mutilations génitales féminines, allo-immunisation materno-foetale...)... Pour ce qui est de la chirurgie, les deux blocs du dernier étage sont réservés aux chirurgies programmées plus ou moins urgentes (hystérectomie, chirurgie oncologique, IVG, exploration coelioscopique d'endométriase...) et ceux du rez-de-chaussée, dans la Delivery Suite, pour les césariennes, urgentes ou programmées.

Point positif non négligeable : la cohabitation sur place de beaucoup de professionnels de santé : médecins, sage-femmes, infirmière.s, aide-soignant.e.s, psychologues, aumôniers (à noter que là-bas, il est normal d'avoir une pièce multi-confessionnelle, avec des représentants de différentes religions, pour ceux qui en ressentent le besoin).

L'ambiance y est très agréable, très douce, et l'envie de transmettre est très présente : il y aura toujours quelqu'un pour répondre à vos interrogations, pour vous proposer des pistes, vous parler de consultations à ne pas louper.

Retour d'expérience de Carla Sousa :

En choisissant un stage en gynécologie-obstétrique, je m'attendais à suivre un chef ou être affectée à un service en particulier : même si le Pr Gupta était mon référent, j'avais au final beaucoup de libertés, pas de planning particulier (contrairement aux étudiants locaux) donc j'ai pu passer pas mal de temps dans certaines consultations ou au bloc.

Au début de mon stage, j'ai été dirigée vers Melanie Windmill, une femme dynamique et très amusante qui est responsable des étudiants de notre cycle (les Undergraduates) qui m'a fait visiter l'hôpital et m'a donné un carnet qui indiquait tout ce qu'il était possible, les codes d'accès aux vestiaires et aux blocs (oui oui, on vous fait enfin confiance !) ainsi que mon badge NFS. Dans les hôpitaux britanniques, nul besoin de blouse, vous serez en civil, avec votre badge à la ceinture, en respectant la règle BBE (Bare Below the Elbow) partout où vous allez. Pour toute question, n'hésitez pas à vous diriger vers Ms Windmill : elle sait se rendre disponible et aura toujours une solution.

Pour ce qui est de mon rôle : je n'ai eu aucun travail de service à faire, aucune mission d'externe typique en France, ce qui est au début très perturbant (on peut vite avoir l'impression d'être un P2/D1...) mais vous laisse au final beaucoup plus de temps pour apprendre en consultation, examiner les patients, discuter avec les médecins et les internes de la pratique de cette spécialité, et apprendre à connaître les sage-femmes et les infirmières incroyables de cet hôpital.

Vous serez toujours les bienvenu.e.s partout, et vous avez aussi la possibilité de suivre un interne de garde en gynécologie ou en obstétrique de 17h à 21h ou de faire une journée complète avec les sage-femmes (ce que je n'ai pas pu faire malheureusement, essayez de prévoir cette journée très tôt dans votre stage au cas où la personne responsable de l'organisation est en vacances...).

A ne pas louper : parmi les consultations gynécologiques, celles de la ménopause (une simple matinée vous permet d'être calé.e.s sur l'item), les consultations oncologiques (avec la formidable Dr Abedin), les consultations stérilisation avec une sage-femme, les consultations uro-gynéco (avec séquelles d'épisiotomie, prolapsus, syndrome d'hyperactivité vésicale...), et le Pr Gupta pour tout ce qui est fibromes, endométriose... Les consultations pré-natales d'obstétrique sont très riches, et les praticiens formidables : comme indiqué plus haut, chaque demi-journée est dédiée à une problématique, ce qui vous permet de vraiment bien assimiler les choses et de creuser la question entre deux consultations. Présentez-vous, intéressez-vous, aidez les néo-internes à leur arrivée, et surtout, surtout ! Faites-vous un petit lexique franco-anglais pour vite être fluides et comprendre ce qui se passe.

Les blocs avec les Dr Abedin, Dr Robinsons, Dr Singh et le Pr Gupta sont hautement recommandés : vous pouvez vous habiller et assister (mais ne vous attendez pas à suturer ou faire autre chose que tenir des écarteurs, sachant que les néo-internes sont souvent eux-mêmes en train d'apprendre à faire ce que nous apprenons en tant qu'externes en chirurgie...) et les chirurgiens vous expliquent toujours ce qu'ils font, pourquoi ils le font, et

posent des questions (rien de très méchant, utilisez vos neurones un minimum et ils vous auront à la bonne !).

Le triage (= nos urgences) pour le rythme et la diversité des motifs d'entrée ; ainsi que les sessions de colposcopie pour les diagnostics de néoplasies du col et les hystéroscopies (majoritairement diagnostiques à l'avenir, étant donné la fin programmée de la pose d'implants Essure), très utiles pour l'oncologie et vous habituer aux images et méthodes diagnostiques.

Au final, je recommande vraiment ce stage qui vous permettra de découvrir à quel point la spécialité peut être vaste et passionnante, et qui surtout donne beaucoup de pistes pour réussir à approcher au mieux la question du soin des femmes et la relation médecin-patiente (et médecin-autres professionnels de santé, exemplaire au Women's Hospital !)

The Birmingham City Hospital :

Le City Hospital, construit à la fin du 19e siècle, est un hôpital situé à 45 min en bus de Selly Oak donc abonnement de bus obligatoire (£62,5 pour un mois).

Retour d'expérience d'Assia Ramdane :

Le service de cardiologie comprend plusieurs secteurs : le secteur femme, le secteur homme, le cath lab (salle d'angio-coronarographie et où se font les poses de défibrillateur, pace-maker...) ainsi qu'un service d'hospitalisation de jour + les consultations.

Concernant les services d'hospitalisation (femme et homme), l'organisation est différente de celle dont on a l'habitude. Il s'agit d'une grande pièce avec pleins de lits et des rideaux permettent de les individualiser lorsque l'équipe médical souhaite parler au patient. Concernant l'équipe médical et paramédical, les médecins et junior doctors ne portent pas de blouse et il est commun de garder son stéthoscope autour du cou. L'ambiance du service était très sympathique, l'équipe médical et paramédical était très accueillante, les médecins et les internes toujours disponibles pour répondre aux questions, donner des explications, improviser des cours lorsqu'il y a des temps libres dans la journée. Vraiment, un très bon environnement de travail ! C'est aussi l'occasion de rencontrer des étudiants en médecine locaux, toujours très intéressant de discuter des différences entre les deux pays mais aussi de tout un tas d'autres choses et c'est un bon moyen de pratiquer la langue et de progresser.

J'arrivais dans le service vers 8h30. La journée commence par les transmissions : l'équipe médical et paramédical se réunit dans une salle afin de récapituler brièvement tous les patients du service et ce qui est prévu. Ensuite a lieu la visite du service (the ward round) qui dure en général toute la matinée. Les dossiers ne sont pas informatisés, tout est encore sur papier. Nous allons voir chaque patient, en général le médecin chargé de la visite discute avec le patient/explique ce qui est prévu et c'est à l'interne/junior doctor de noter ce qui a été dit afin de garder une trace écrite dans le dossier médical.

Lors de la visite, j'avais un rôle essentiellement d'observation. Certains médecins me posaient des questions de cours, me demandaient d'interpréter les ECG, j'ai même pu plusieurs fois durant le stage jouer le rôle de junior doctor et seconder la visite en notant les éléments du jour dans le dossier médical du patient.

L'après-midi est plus calme, les internes préparent les discharge letters et les ordonnances des patients qui quittent le service. Je pouvais alors par exemple profiter de ce temps pour aller voir les nouveaux patients, les interroger/examiner puis écrire tout cela dans leur dossier médical.

Dans le service, il y a également la possibilité de faire certains gestes : j'ai pu faire des gaz du sang, des prises de sang, prélever des hémocultures, poser une voie veineuse périphérique... Contrairement en France, ce ne sont pas aux étudiants de faire les ECG : un cardiac physiologist vient plusieurs fois dans le service pour faire les enregistrements.

Lors de mon stage, je n'avais pas de planning prédéfini et j'étais plutôt libre d'aller dans les différents secteurs. J'ai pu assister à des échographies, aller plusieurs fois en consultations (que je recommande ++). Ne pas hésiter à aller au cath lab, c'est toujours très intéressant, et si on montre que l'on est motivé, le personnel est toujours enclin à nous expliquer la procédure : j'ai pu assister à des angiogrammes, des PCI (percutaneous coronary intervention = angioplastie), des poses de pace-maker, de défibrillateurs, de reveal device (c'est un petit moniteur cardiaque placé au niveau de la poitrine, juste sous la peau, permettant d'effectuer des enregistrements continus de l'activité électrique du coeur)...

En hospitalisation de jour, j'ai pu assister à des cardioversions électriques réalisées chez des patients avec fibrillation atriale dans le but de rétablir un rythme sinusal, et j'ai même pu en effectuer seule.

Le vendredi midi a lieu la MDT meeting (multidisciplinary team meeting) qui réunit des cardiologues, des radiologues ainsi que des chirurgiens thoraciques et cardiaques qui discutent tous ensemble de l'opérabilité de certains patients, vraiment très intéressant, beaucoup de termes techniques mais cela reste compréhensible.

En résumé, un très bon stage que je recommande fortement !!

Au début, cela peut être un peu difficile car on arrive dans un nouvel environnement, uniquement anglophone, il y a beaucoup d'abréviations, certains accents sont plus difficiles à comprendre... mais on s'y fait très vite et bientôt l'infarctus du myocarde n'aura plus de secret pour vous !

B. Stage de recherche

Le stage de recherche est effectué en vue de l'obtention du Diplôme Préparatoire à la Recherche Biomédicale (DPRB). Il se déroule sur six semaines au sein d'une des équipes du *laboratoire de l'Université de Birmingham* situé juste à côté de la faculté de médecine, elle-même toute proche du campus universitaire. On y accède facilement par le train "London Midland", en descendant à la station "University" (première station après "Selly Oak") ou à pied, depuis Selly Oak Court, en traversant le quartier de Selly Oak puis le campus (25-30 minutes de marche) ou en empruntant le canal, très fréquenté par cyclistes et joggers aux heures d'embauche, et bien agréable par beau temps (15-20 minutes de marche).

Retour d'expérience d'Audrey LEHNEN : J'ai réalisé mon stage de recherche au sein de l'équipe du Pr Tselepis à l' "Institute of Cancer and Genomic Sciences" du 3 juillet au 13 août 2017. Sous la supervision de mon maître de stage, le Dr Richard Horniblow, j'ai pu participé activement au travail de laboratoire et apprendre de nombreuses techniques

laborantines (mesure de pH, synthèse et étalonnage de solutions, culture cellulaire, extraction d'ADN/ARN/protéines, Western Blot...) au fur et à mesure de l'avancé de leur projet. Très bien accueillie et intégrée à l'équipe, le stage s'est très bien déroulé et a été extrêmement formateur aussi bien sur le plan laboratoire que sur le plan linguistique. Côté horaires : je commençais le plus souvent à 8h et finissais vers 16h30, et ce, cinq jours par semaine mais les horaires sont en vérité assez libres. Je me suis vraiment bien entendue avec Richard (dont les conseils logistiques et touristiques nous ont été très précieux!), avec qui je reste en contact régulier a posteriori- une façon de continuer à parler anglais même après le stage!!

III. Comment s'y rendre ?

Pour se rendre à Birmingham depuis la France, deux possibilités s'offrent à vous :

- Prendre l'avion depuis l'aéroport de Paris-Orly jusqu'à Birmingham Airport
- Prendre l'Eurostar depuis Paris (gare du Nord) jusqu'à London (St Pancras) puis un train de London (Euston) à Birmingham

A. Le voyage en avion

Le voyage en avion se fait au départ de l'**aéroport de Paris-Orly** (Note : c'était le plus simple pour nous au départ de Tours, cependant il existe également des départs à partir de l'aéroport de Roissy-Charles de Gaulle) jusqu'à **Birmingham airport**. Cela vous coûtera entre 100 et 150€ l'aller-retour.

Une fois arrivé à Birmingham airport et afin de rejoindre le centre de Birmingham, vous devez prendre une navette en direction de la gare la plus proche appelée "**NEC**" ou "**International**" (Note : nul besoin de réserver quoi que ce soit, c'est gratuit, et il y a des départs en navette toutes les 2 minutes, le lieu est très bien indiqué sur les panneaux au sein de l'aéroport).

Delà, prendre un train à destination de **Birmingham New Street** (Note : nul besoin de réserver, prenez un ticket aux bornes automatiques, cela vous coûtera environ 5£- vous pouvez aussi payer en euros ou directement par carte bancaire. Il y a des trains toutes les 20/30 minutes).

Vous êtes arrivés à la gare centrale de Birmingham.

(Note : pour vous rendre à Selly Oak- quartier étudiant à proximité de l'Université, cf IV. Logement)

B. Le voyage en train

Il faut prendre un premier train de **Tours** à **Paris** (Austerlitz le plus souvent), puis prendre le métro ou un taxi d'Austerlitz à **gare du Nord**. Ensuite, l'Eurostar est direct de Paris à **Londres**. (Que les claustrophobes n'aient crainte: le passage dans le tunnel sous la Manche n'est absolument pas stressant, très court (moins de 30 minutes), on ne s'en rend même pas compte!) On arrive à **St Pancras**, et il faut ensuite se rendre à la **gare Euston** (à

quelques minutes à pied de St Pancras, très facile à trouver) pour reprendre un train jusqu'à **Birmingham New Street**.

Les prix de l'Eurostar, comme ceux du trajet Londres-Birmingham, varient pas mal en fonction de la période à laquelle on les achète : il est conseillé de regarder bien à l'avance les différentes possibilités, et de comparer les prix à quelques jours d'intervalle pour se faire une idée du sens d'évolution. Pour les voyages intra-UK, le plus simple est de comparer les horaires/tarifs et de réserver sur le site <http://www.nationalrail.co.uk/>.

IV. Le logement

Le plus important est d'être logé à proximité de votre lieu de stage, afin d'éviter les longs trajets en bus/train chaque jour.

Été 2017, nous étions logés à la résidence étudiante *Selly Oak Court* (Code postal : B29 6LA) dans le quartier de Selly Oak à Birmingham. C'est situé à 20 minutes à pied de l'Université et de l'hôpital Queen Elizabeth, en passant le long du canal.

Vous pouvez y louer des studios individuels ou bien des collocations, pour environ 100-150£ la semaine par personne. La résidence est équipée d'une lingerie (2,40£ la tournée de linge), d'une salle de sport, salle de travail, salle télévision, billard, connexion wi-fi (en accès gratuit). Nous avons opté pour la colocation et partageons ainsi une salle à manger/cuisine commune, tandis que nous disposons d'une chambre, salle de bain et toilettes privés.

Note : A savoir que les locations ne sont pas entièrement équipées, vous devez ainsi prévoir linge de lit/oreiller/couette, cintres, linge de toilette, vaisselle (assiettes/verres/tupperwares/couverts) et ustensiles de cuisine (casserole, poêle).

Nous vous conseillons, si vous choisissez d'être à plusieurs en colocation, de vous répartir (avant le voyage) le matériel à apporter afin d'en avoir le moins possible à acheter sur place.

Le site internet de l'établissement où vous trouverez toutes les infos : <http://www.crm-students.com/crm-accommodation/birmingham/selly-oak-court/>

V. A visiter

Voici une liste de suggestions de villes/lieux à visiter lors de votre séjour en Angleterre :

- **Birmingham :**
 - **Centre ville :**
 - **The Library of Birmingham** : Impressionnante de par son architecture, la bibliothèque de Birmingham est un des lieux que vous pouvez visiter gratuitement. N'hésitez pas à prendre de la hauteur et admirer la vue depuis les jardins de la bibliothèque. Une exposition dédiée à Shakespeare est également en libre accès au dernier étage.
 - **The Birmingham Museum and Art Gallery** : Situé en ville, près du Council Hall et du Town Hall, ce musée est gratuit et regroupe de nombreux tableaux, dont une grande collection d'oeuvres pré-raphaélites
 - **The Chinese quarter** : situé à quelques minutes de New Street, c'est un petit quartier mais vous y trouverez de nombreux restaurants et des épiceries asiatiques

- **The Bull Ring** : Immense centre commercial, vous y trouverez (après vous être perdu environ 350 fois) de nombreux magasins de grandes marques, des restaurants, fast food...
- **Street art - The Custard Factory** : Si vous êtes addict des graffitis ou simplement curieux, vous pourrez admirer de nombreuses oeuvres à la Custard Factory et dans les rues alentours.
- **The Electric Cinema** : si vous voulez vous faire une petite séance de cinéma un soir, n'hésitez pas à aller à celui ci. Un peu cher (*mais disponible en "2FOR1" cf VIII. Trucs et astuces pratiques*), ce cinéma est très old school. Vous pouvez manger/boire pendant la séance, tout en étant affalé sur un *sofa so comfy* !
- **Brindleyplace** : il est très agréable de se promener au bord du canal, de la "Library" au "Cube", de s'asseoir à la terrasse d'un des nombreux cafés qui bordent les quais, ou de manger dans un des restaurants "branchés" de ce quartier de Birmingham.
- **The Oasis Market** : situé en centre-ville, sur Corporation Street, voilà un temple de la culture alternative/indie : vous y trouverez sur place plusieurs échoppes de fringues de styles variés, des vinyles cultes et abordables, des tatoueurs et des pierceurs...
- **The Gin Vault** : bar à Gin situé au bord des canaux, vous trouverez une ambiance assez edgy pour vous prêter au jeu de la carte entièrement dédiée au Gin revisité, et assez détendue pour le savourer avec un fond de musique optimal. Sans aucun doute le meilleur endroit pour démarrer une liaison fougueuse avec le Gin Tonic, presque aussi facilement rencontré en Grande-Bretagne qu'une pinte de bière.
- **Sur le campus :**
 - **The Barber Institute of Fine Arts**: Là encore gratuit, c'est un musée qui regroupe des oeuvres médiévales, Renaissance, et Époque Moderne et contemporaine (avec notamment une large collection de tableaux impressionnistes français (Monet, Renoir...). Parfait pour s'occuper un dimanche après-midi !
- **Mosley** : quartier très *edgy*, très agréable pour sortir boire ou manger. (cf VI. Les bonnes adresses)
- **Black country living museum** : Il s'agit d'un musée "vivant", une reproduction grandeur nature d'une ville de l'Angleterre victorienne, dans le "Black Country" (dénommé ainsi en raison de son sol, exploité pour son charbon, et qui a permis à cette région de rayonner pendant la révolution industrielle), où évoluent, mêlés aux touristes ou assis au coin du feu dans les maisons meublées à l'ancienne, des personnes en costumes d'époque, détaillant à chaque visiteur les tâches d'un boulanger, d'un pharmacien, d'un forgeron du XVIII-XIXe, les caractéristiques de la vie quotidienne d'un habitant d'une maison "back-to-back" etc. On peut même visiter une mine de charbon et devenir élève pour une demie-heure dans une classe victorienne! Un must-see !

- **Londres** : Londres est accessible en 2h de train depuis Birmingham New street (billet le moins cher, et même vraiment pas cher si on s'y prend une dizaine de jour à l'avance avec l'[application trainline](#)), ou si vous vous sentez de claquer un peu plus, il y a des trains de 1h également. Pour les trajets dans Londres même, vous avez le choix entre les bus ou les métro. Il existe des pass 2 jours, 3 jours ou plus que vous pouvez acheter dans les stations de métro qui vous permettent de faire un nombre de trajet illimité dans la journée à partir de 4 ou 5 trajets payés (assez rentable si on veut voir pleins de quartier différents). Si vous n'avez jamais visité Londres, il y a quelques lieux incontournables à ne pas manquer : **Oxford street** (une rue infinie avec toutes les boutiques de vos rêves), au bout de cette rue vous avez **Picadilly Circus**, une place typique avec beaucoup d'ambiance : musique, spectacle de rue etc. Ensuite il faut vous rendre au **Covent Garden** : un grand marché fermé où il est agréable de se balader. L'incontournable **Big Ben**, **Westminster Abbey**, **the Tower Bridge**, **London eye** (si vous vous sentez de faire 5h de queue pour voir Londres du ciel... ou vous pouvez tout aussi bien le prendre en photo depuis le London bridge), **Trafalgar Square** etc tout au long de la **Tamise** ! Ne manquez pas non plus la **relève de la garde au Buckingham palace** (à vérifier mais qui a lieu normalement vers 11h, plusieurs jours dans la semaine). On vous recommande aussi le **quartier de Camden** avec son grand marché pleins de petites friperies et de stand de nourriture.. et continuer par une promenade le long du canal qui le traverse. Pour sortir le soir, allez au **KOKO** (ancien théâtre qui est devenu une discothèque, avec une magnifique décoration) où vous retrouverez tous les Frenchies aimant faire la fête à Londres. Il y également le **Sky Garden** à ne pas manquer, un bar-jardin en rooftop incroyable où vous aurez une vue immanquable sur tout Londres (de nuit c'est d'autant plus beau). Londres est une ville remplie de parcs plus jolis les uns que les autres.. **Hyde Park** sûrement le plus connu et le plus grand où vous pourrez faire connaissance avec pleins de petits écureuils qui viennent manger dans vos mains, le **St Jame's Park**, le **Regent's Park**.. et bien d'autres. Il y a également énormément de musées tels que le **British museum**, le **Victoria and Albert museum**, le **musée de Madam Tussaud** (comme le musée Grévin en France). Le vrai défi étant d'en faire le maximum en un minimum de temps !
- **Bristol** : Charmante ville parcourue de canaux, Bristol est une ville très vivante et aisément parcourue à pieds. Durant l'été, un festival s'empare de la ville le temps d'un weekend et les rues et parcs sont investis par des spectacles de danse, des concerts, des récitals de poésie, des activités pour tous les âges... On vous recommande chaudement le Thali Café sur North Street, près de la Tobacco Factory, où vos papilles seront à la fois ravies et carbonisées par les épices de ce restaurant indien à la décoration surprenante. De même, la visite guidée organisée par Wherethewall, pour parcourir la ville en découvrant les oeuvres de Street Art impressionnantes et écouter les petites histoires des guides (en espérant que vous tombiez sur Alex !). Et pour les amoureux de la vie nocturne... Faites un tour au Motion Club, à trente minutes à pied du centre-ville, ancien hangar reconverti en boîte de nuit où vous pouvez manger, boire quelques coups, mais surtout danser sur de la house de qualité toute la nuit dans un cadre assez improbable.

- **Liverpool** : Accessible en seulement 2h30 de train (et environ 30£ l'aller-retour), Liverpool est une ville agréable où passer un bon week end. On vous conseille : le Wahaca (restaurant brésilien) +++, le Café Tabac (english breakfast), The Baltic Market ++, balade le long du port (The Albert Dock +), visite des cathédrales : Metropolitan cathedral et Liverpool cathedral, et tout ce qui a trait aux Beatles *obviously* ! → Le site internet de la ville : <https://www.visitliverpool.com/>
- **Manchester** : Fidèle à sa réputation, Manchester est très vivante, surprenante de diversité, berceau de styles musicaux parmi les plus pointus. N'hésitez pas à visiter le Musée d'Art, très fourni et très agréable, la John Rylands Library (grand édifice gothique à l'histoire profondément humaniste, véritable bonheur du bouquiniste, et dotée d'expositions temporaires surprenantes), le People's Museum, ludique et interactif (retraçant l'histoire récente des combats progressistes, à travers le prisme politique, culturel... on parle autant de suffrage universel, des ouvriers, des mouvances politiques, des Suffragettes, des droits LGBT... que du NHS !)... Recommandé : le Hold Fast Bar, situé sous une auberge de jeunesse, pour rencontrer des Mancuniens hilarants et hautement fêtards, écouter de la musique locale de qualité, et vous passionner pour la décoration improbable et recherchée !
- **York** : A trois heures en train de Birmingham, cette ville mélange agréablement restes des invasions Vikings, vestiges de l'occupation romaine et magnifique cathédrale gothique médiévale. Il est très agréable de se balader dans ses étroites rues commerçantes et d'observer ses maisons à colombage. La distance rend difficile l'aller-retour en une journée, mais pourquoi pas un week-end dans cette ville qui vaut le détour?!
- **Chester** : A une heure et demie en train de Birmingham, elle mêle elle aussi murs d'enceinte romains, sur lesquels on peut se promener pour découvrir la ville, et bâtiments d'architecture tudorienne. Accessible plus facilement que York, elle aussi mérite d'être découverte!

VI. Les bonnes adresses

- Bars :
 - **The bristol pear** : A quelques pas de la résidence Selly Oak Court, il est agréable d'aller boire un verre dans ce pub après une bonne journée de stage. La musique est bonne (*bonne, bonne, bonne! pardon...*) et vous pouvez grignoter quelques fantaisies à partager pour accompagner votre verre de Gin tonic, bière ou cidre (*le cidre mangue-framboise +++)*).
 - **The Cosy club** : Ancienne banque, le Cosy Club est un joyau d'architecture et de décor. N'hésitez pas à aller y boire un verre ou y bruncher- même juste pour visiter ce superbe bar!
 - **The Cuban Embassy (The Bulls Head)** : Bar cubain, carte enrichie en cocktails d'Amérique latine, musique cubaine ou soirées soul, funk... Le public est divers, la décoration recherchée, les serveurs drôlement chouettes et on peut même y manger ! N'hésitez pas à y passer après un tour à La

Plancha, que vous vouliez danser ou vous poser en terrasse, il y en aura pour tous les goûts.

- Restaurants :
 - **The Old Joint Stock** : Ancien théâtre, le bâtiment est désormais un pub où vous pouvez boire (de bonnes bières) et manger (de bonnes *pies*) dans un cadre absolument magnifique.
 - **Byron Burger** : Excellents burgers et frites dans une ambiance très vintage.
 - **Bodega** : Restaurant de tapas mexicaines à partager, la déco est originale, la cuisine y est très bonne et les cocktails aussi !
 - **La Plancha** : Située dans le quartier de Mosley, La Plancha est un restaurant espagnol où l'on sert de délicieuses tapas. Prenez en deux-trois par personne et partagez le tout pour plus de convivialité !
 - **Le Fumo** : Restaurant Italien très sympathique avec beaucoup d'ambiance.

VII. Trucs et astuces pratiques

- ❖ Avec votre **carte étudiante de l'Université de Birmingham** (elle vous sera remise par le personnel de l'Université lors de votre premier jour de stage), vous pouvez profiter de certains avantages :
 - Ticket de bus Selly Oak - Birmingham New Street (centre ville) à 1£ au lieu de 2,40£, sur simple présentation de la carte étudiante au chauffeur de bus.
 - 10% de réduction dans certains magasins (ex : HEMA)
- ❖ Lorsque vous prenez le bus, ne jetez pas vos **tickets de bus** : vous y trouverez au dos de nombreuses réductions à valoir dans les fastfood de la ville (réductions très très avantageuses, du genre un menu big mac + frites + boisson pour 1,99£ !! OMG!).
- ❖ Pour certaines attractions, notamment à Londres et Birmingham, vous pouvez profiter de tarifs avantageux (2 entrées pour le prix d'une) lorsque vous justifiez avoir voyagé en train pour vous rendre sur le lieu de la visite. Ce programme s'appelle le "**2FOR1**", vous trouverez toutes les infos complémentaires en cliquant sur le lien suivant :
<https://www.daysoutguide.co.uk/uk-days-out/days-out-in-england/days-out-in-the-west-midlands/days-out-in-birmingham/2for1-birmingham>

VIII. Contacts utiles

Audrey LEHNEN - stage de recherche dans le laboratoire du Pr. Tselepis, Institute of Cancer and Genomic Sciences (été 2017) : audrey.lehnen@etu.univ-tours.fr

Agathe CANT--DIOT - Stage clinique en néphrologie (Queen Elizabeth Hospital) : agathe.cant--diot@etu.univ-tours.fr

Jana AKHRAS - Stage clinique en chirurgie plastique reconstructive (Good hope hospital):
jana.akhras@etu.univ-tours.fr

Carla SOUSA - stage clinique en gynécologie-obstétrique au Women's Hospital :
carla.sousa@etu.univ-tours.fr

Assia RAMDANE - stage clinique en cardiologie au City Hospital :
assia.ramdane@etu.univ-tours.fr