

## MAXIME - STAGE EN LABORATOIRE À TRIESTE (ITALIE)

**L3 Physique, stage de fin de licence de deux mois et demi (Avril 2013–Juin 2013) au synchrotron Elettra - Titulaire de la bourse d'excellence attribuée par la Faculté**



### Le logement

Le choix le plus simple, le moins coûteux : la colocation.

Il n'y a pas d'autre possibilité sur Trieste, étant donné qu'il n'y a pas de famille pour une durée si courte. Il y a peut-être quelques possibilités avec l'Université, mais il faut les contacter assez tôt.

Pour ma part, j'étais logé dans Trieste même, au centre de la ville, non loin de la Piazza Unità ; logement très convenable et dans les hauteurs de la ville. Je payais 300€ par mois.

### Le coût de la vie sur place

La vie en Italie peut coûter assez cher, en fonction de ce que l'on achète.

Pour ma part je faisais mes courses aux petites superettes à dix minutes de l'appartement.

Pour manger correctement il faut compter environ 150-200€ par mois (pour un repas par jour - le soir en ce qui me concerne - et les week-ends).

Au niveau des restaurants, contrairement à ce que l'on pourrait penser, ce n'est pas si cher que cela. J'ai mangé dans certains restaurants (entrée, plat, dessert, café) je m'en tirais pour environ 20-25€ au maximum.

En revanche, le café, outre d'être excellent, et très peu cher (70-80 centimes pour un expresso).

### Les repas

Au labo', c'était café-t. Il fallait compter entre 6 et 10€ pour manger correctement mais c'était bon : les menus étaient différents chaque jour et le choix est relativement important. En Italie,

les menus sont faits par vous-même, en fonction de ce qui est disponible. Primi, Secondi, Contorni (en français: "Entrée, plat, accompagnement") constituent le repas, modulable à souhait.

### **Les transports**

Pour rejoindre le labo', j'avais le choix entre deux bus: un direct qui allait au labo' et un autre qui y passait de temps en temps.

Il y a 56 lignes de bus à Trieste, et le prix du ticket toute ligne confondu, au mois est de 32,55€. Ce ticket permet d'emprunter n'importe quelle ligne de bus du réseau Trieste Trasporti, qui lie Trieste aux grandes villes des alentours.

En revanche, c'est assez compliqué de comprendre du premier coup les horaires de certaines lignes (la 30 par exemple) et le plan du réseau est une chose assez difficile à se procurer !).

### **Les choses sympas à faire, les endroits sympas où aller**

> VISITER la ville. Trieste est une ville extrêmement riche en histoire. Italienne à 100% depuis seulement 80 ans elle présente des vestiges de l'ère Romaine (vieux théâtre, ruines), du Moyen-Âge (Château San Giusto) et l'architecture est extrêmement variée : on passe d'un style à l'autre au détour d'une rue ou en traversant le boulevard !

Le château de Miramare est un incontournable. Construit pour l'archiduc de l'empire Austro-Hongrois comme résidence de vacances, il est classé réserve naturelle ! Autant dire qu'il y a des choses à voir !

> Le « Bar Unita » est très bien. Les serveurs sont très sympas, les tarifs ne sont pas exorbitants, et en plus on découvre de nombreuses boissons italiennes, et slovènes (la Lasko est une bière slovène, très très bonne, à tester absolument !!!!). La nourriture italienne est à tester absolument aussi, des pâtes aux glaces en passant par les pizzas. Tout est différent par rapport à la France, et cela permet de découvrir plein de nouvelles choses !

> La Piazza Cavana est très vivante en début de soirée jusqu'en début/milieu de nuit. C'est l'endroit avec la Piazza Unità où tous les étudiants se réunissent pour passer du temps ensemble.

### **Les choses ou les endroits à éviter**

Deux mois et demi en Italie et je n'ai eu aucun problème, quelle que soit l'heure du jour ou de la nuit.

### **Le stage, l'ambiance et la vie au laboratoire**

L'ambiance était très bonne et l'intégration dans l'équipe s'est faite très rapidement.

J'ai tout de suite commencé à travailler sur mon sujet de stage et appris en parallèle tout ce que je devais savoir sur la source de rayon X. La vie au synchrotron est rythmée sur le fonctionnement de la machine. Sur 10 semaines de stage, la machine a fonctionné 8 semaines. Pendant ces périodes la vie au synchrotron va à 200 à l'heure.

Tous les scientifiques sur les différentes lignes de lumière se sont montrés très gentils et ouverts avec moi. J'ai bossé avec pas mal de scientifiques et j'ai toujours eu plaisir à les rencontrer car ils sont vraiment très sympas et prêts à aider !

J'ai vraiment aimé y travailler, et si je devais y retourner je n'hésiterais pas une seconde !

J'espère que ceci vous convaincra de prendre la bonne décision en partant au moins pour un stage à l'étranger. C'est comme ça, en se plongeant dans la vie et la culture d'un pays, qu'on

apprécie vraiment d'être parti et je vous y encourage vraiment beaucoup !

## CONTACT

Maxence Boutet  
international-sciences@u-pec.fr  
Tel.: +33 (0)1 45 17 13 12

## ADRESSE, ACCÈS

Université Paris-Est Créteil  
Campus Centre de Créteil  
Faculté des Sciences et Technologie  
Bâtiment P, bureau P2-020  
61 avenue du Général de Gaulle  
94000 Créteil  
> plan d'accès - Access

## OUVERTURE AU PUBLIC

lun mar jeu 9h30-13h / 14h-18h  
ven 9h30-13h