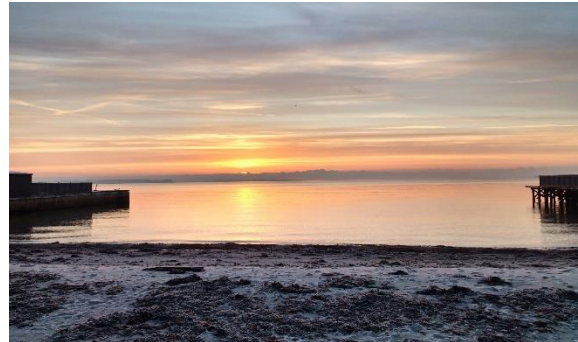


Erasmus in Århus - hyggelicious

(Hinweis: Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird in meinem Text nur die weibliche Form verwendet. Die männliche Form ist selbstverständlich immer mit eingeschlossen.)

Dänemark: das weckt bei den meisten die Assoziationen kalt, dunkel und teuer. Umso überraschter war ich, dass meine extra gekaufte Regenhose, nur 5 Mal zum Einsatz kam und der Winter ziemlich sonnig war. Wer hätte gedacht, dass Århus nur einen halben Regentag mehr pro Jahr hat als Hannover! Es lässt sich nicht bestreiten, dass viele Dinge hier kostspieliger sind (ein Cappuccino im Café kostet gerne mal 5 €). Avocados sind dafür sogar



günstiger als in Deutschland! Spaß beiseite, ich musste mir gerade mithilfe der Erasmusförderung keine Sorgen machen, über die Runden zu kommen. In meiner Lieblingsbar, dem RisRas kostet ein Bier umgerechnet 3,30 €, einen Filterkaffee gibt es überall für max. 2€ und in der Mensa der Royal Library gibt es bereits für 3,30€ ein Salatbuffet, von dem man in der MHH Mensa nur träumen kann.

Vorbereitung

Das internationale Semester in Århus ist auf Englisch, deshalb verlangt die Universität ein C1-Englischzertifikat. Ich habe den DAAD Sprachnachweis an der Leibniz Universität abgelegt (ca. 20€). Die weitere Vorbereitung, gestaltete sich leider nicht so einfach wie erwartet. Der Kurskatalog der Universität Århus war nicht auf dem aktuellen Stand und nach einer kurzen Panik, dass es womöglich gar keine Kurse auf Englisch gibt, fand sich dieser rettende Link (<http://health.au.dk/en/education/exchange-studies/medical-exchange-studies/>), der sehr ausführlich über das internationale Semester informiert. Zuerst habe ich mich beim Auslandsamt der MHH beworben. Danach wurde ich durch das Auslandsamt der MHH nominiert und musste mich dann ein weiteres Mal bei der Universität Århus bewerben. Klingt kompliziert und nach viel Arbeit – ist es aber nicht, da das International Office in Århus, einem sehr präzise Instruktionen zuschickt, wie die Bewerbung über ein von ihnen eingerichtetem Portal abläuft und welche Dokumente (wie z. B. eine Auflistung der Kurse, die ich bereits in Hannover absolviert hatte) benötigt werden. Über dieses Portal, konnte ich mich auch für das Housing Programm bewerben. Ich hatte die Auswahl zwischen einem Platz in einem Wohnheim, einem Haus zusammen mit anderen internationalen Studierenden oder private Untermietzimmer, die auch meistens in Wohnheimen sind. Es ist allerdings nicht garantiert, dass jede ein Zimmer bekommt.

Unterkunft

Ich gehörte zu den Glücklichen, die ein Zimmer durch AU Housing erhalten haben. Generell sind die Wohnheime in Dänemark sehr schön. Ich hatte sogar ein eigenes Bad und eine eigene Küche. Es gibt auch größere Wohnheime, in denen sich die Küche geteilt wird. Das Zusammenleben wird dadurch sehr viel 'hyggeliger' gestaltet. Jedes Wohnheim hat gemeinsame Commonrooms, wo alle Arten von Events stattfinden: Thursdaybars, oder typisch dänisch Fællespisning (gemeinsames Kochen) und Tour de Chambre. Die meisten Wohnheime liegen eher außerhalb, haben aber dafür z. T. eine Sauna, Probe- und Fitnessräume. Auch wenn AU Housing kein Zimmer für dich finden sollte, musst du dir keine Sorgen machen. Über diverse Facebook Gruppen wurden die meisten relativ schnell fündig und ansonsten kannst du dich immer an AU Housing wenden, die dann weiterhin versuchen ein Zimmer zu vermitteln. Für mein zweites Semester bin ich gerade in eine WG gezogen. WG Zimmer sind sehr begehrt, da das sogenannte 'Kollektiv'-Leben hier sehr viel familiärer als in Deutschland ist. Es gibt viele sehr große WGs, die sich ein

Haus mieten, wo jede einen Anteil an der Hausgemeinschaft kauft. Solche Angebote fallen leider raus, aber mit etwas Glück lässt sich auch ein WG Zimmer finden. Die durchschnittliche Miete ist circa 380€, wobei es je nach Lage und Größe auch um einiges günstiger bzw. teurer geht.

Studium an der Gasthochschule

Ich habe mich zwei Wochen vor dem Semesterbeginn auf die Reise nach Århus gemacht, um vorher noch einen 2-wöchigen Dänisch Crash Course zu belegen. Danach habe ich einen semesterbegleitenden Kurs besucht. Das internationale Semester in Århus setzt sich aus den Fächern Gynäkologie, Pädiatrie, Klinische Genetik, Rechtsmedizin und einem Kommunikationskurs zusammen. Die ersten zwei Wochen hatten wir alle gemeinsam Introduction Lectures, die einen ersten Einblick in die Fächer vermittelten. Dann begann je nachdem in welche Rotation man eingeteilt war, für einige die zwei Monate Klinikaufenthalt in Gynäkologie und Pädiatrie oder die zwei Monate Seminare. Ich startete mit den Seminaren und hatte ungefähr jeden Tag ein zwei stündiges Seminar in Genetik, Rechtsmedizin oder Radiologie. Außerdem gab es interdisziplinäre Symposien, z. B. zum Thema Handling of death, zu denen eine Philosophin, eine Priesterin und eine junge Ärztin ihre unterschiedlichen Erfahrungen schilderten. Weitere Themen waren Sexual Assault, Child Abuse und Work between authorities, wo je nach Thema Polizeibeamte, Rechtsmedizinerinnen und Hausärztinnen berichteten. Freitags sind für alle Studierenden den ganzen Tag Vorlesungen. Diese sind sehr am klinischen Alltag orientiert, das heißt es werden viele Cases besprochen. Auch die Prüfungen sind v.a. auf Fallbeispielen aufgebaut. Das Verhältnis zwischen Dozentinnen und Studierenden ist sehr freundschaftlich, was wahrscheinlich auch daran liegt, dass in Dänemark nur die Königsfamilie gesiezt wird. Mein Gefühl war auch, dass die dänischen Studierenden in Vorlesungen mehr diskutieren und eher Kritik äußern. Aufgrund der wenigen Lehrveranstaltungen hatte ich sehr viel Freizeit, allerdings hat das Selbststudium auch einen größeren Stellenwert. Am Anfang erschien mir und meinen Kommilitoninnen das Lehrpensum als sehr schwammig und die Vorlesungen zufällig zusammengewürfelt. Im Endeffekt hatten wir aber alle das Gefühl, ein sehr fundamentales Wissen erworben zu haben, was sicherlich auch an dem langen Klinikaufenthalt lag.

Die zwei Monate Klinikaufenthalt verbrachte ich im Universitätskrankenhaus Århus. Alle Studierenden sind in unterschiedlichen Krankenhäusern, auch außerhalb Århus untergebracht. So waren z.B. einige internationale Studierende in Herning. Allerdings hat die Universität sowohl die Fahrtkosten, als auch die Unterbringung bezahlt. Die Ärztinnen waren unglaublich nett und sehr bemüht einem etwas beizubringen. Da fast alle Patientenkontakte auf Dänisch sind, hat jede einen dänischen Buddy an seiner Seite. Es macht allerdings einen großen Unterschied, ob man bereits etwas Dänisch spricht, da ich auch häufiger ohne meinen Buddy unterwegs war und eine Simultanübersetzung oft nicht realistisch bzw. angemessen ist. Jede „Buddydyad“ hat ein eigenes Rotationsschema, so wird versucht, dass jede möglichst viele unterschiedliche Bereiche kennenlernt. Jede Studierende hat außerdem eine Nachtschicht mit einer Hebamme und muss diverse Fähigkeiten erwerben, die auch in einem Logbuch vermerkt werden (z.B. Mitwirken bei einer Sectio, vier selbst durchgeführte gynäkologische Untersuchungen, sowie eine Case Vorbereitung und Vorstellung etc.). Mittags fand dann immer eine Stunde Unterricht oder eine Case Besprechung statt.

Die Prüfungen setzen sich aus einer schriftlichen MCQ Prüfung und zwei Tagen OSCE zusammen. Bei letztgenannten geht neben dem korrekten Lösen der Fallbeispiele, außerdem das eigene Auftreten, sowie das klinische Denken, als sogenannter Global Score in die Benotung mit ein. Der OSCE bot einerseits einen guten Rahmen, das eigene Wissen anzuwenden und zu präsentieren, sowie Weiteres dazu zu lernen. Die Prüferinnen waren sehr freundlich und zeigten sich interessiert an den eigenen Lösungsvorschlägen. Generell waren alle Prüfungen sehr gut „machbar“.

Alltag und Freizeit

Was Århus, als doch eher kleine Stadt zu bieten hat, ist sehr vielseitig. Zunächst einmal sind da die schönen Stadtstrände, Seen und Wälder in und um Århus herum. Über eine Webseite der Gemeinde, lassen sich diverse Shelter in der Natur buchen. Das schönste ist sicherlich das Shelter am Mariendal Strand.

Mich hat erstaunt wie viel Zeit die Däninnen draußen verbringen. Es gibt unzählige kostenlose Laufclubs und das SICK Projekt, wo sich jeden Sonntag an einer anderen Stelle in der Stadt getroffen und gemeinsam trainiert wird. Wer im Wintersemester nach Århus kommt, sollte sich überlegen sich im Winterbadeclub anzumelden. Der Sprung ins eiskalte Meer und die Sauna danach ist hier quasi eine Religion. Ansonsten kann man in Århus Kitesurfen, Kanu fahren oder dem studentischen Ruderclub beitreten. Außerdem gibt es einen Kletterclub, eine Boulderhalle, sowie viele Yoga und Fitnessstudios, die z.T. sehr günstige Specials für Studierende haben. Bis zum Herbst gibt es außerdem mit „Århus Moves“ mittwochs immer kostenlose Sportangebote draußen: sei das Skaten, Volleyball oder Akroyoga.



Mein Lieblingsort ist der am Hafen gelegene Dome of Visions, eine Glaskuppel die Café/Ausstellung und Veranstaltungsraum in einem ist. Es gibt in Århus viele Künstlerkollektives, die die Stadt neu gestalten, wie z.B. das Institut für X oder Godsbanen. Hier kann man töpfern, mit Holz arbeiten, eine Schreibwerksatt besuchen, Filme entwickeln, sich engagieren bei diversen Gruppen, die ein Pflanzen Café betreiben, ökologisches Gemüse von den lokalen Bäuerinnen verkaufen oder auch einfach diverse

Jazzkonzerte, DIY – Workshops oder Partys besuchen. Hier passieren ständig neue Dinge und vermutlich wäre es einfacher aufzuzählen, was es (noch) nicht gibt!

Auch die Universität Århus liebt ihre internationalen Studierenden und organisiert rund um die Uhr wöchentliche Partys, Konzerte, Ausflüge und zum Wintersemester sogar ein Semestereröffnungs - Musikfestival! Ich selber habe diese Angebote kaum in Anspruch genommen, das sind allerdings super Möglichkeiten um andere internationale Studierende kennenzulernen. Freitags hat jede Fakultät auf dem Campus ihre eigene Fridaybar – die medizinische „Umbilicus“ ist quasi American Pie Feeling pur (no more words needed).

Den nächsten Tag geht man dann lieber ruhiger an, zum Beispiel mit einer Museumstour. Das Panorama von Århus wird wesentlich geprägt durch den Regenbogen des AROS Kunstmuseums. Hier können Austauschstudierende eine Jahreskarte für nur 25 Euro erwerben und damit jederzeit auch eine Freundin mitnehmen. Außerhalb der Stadt liegt das Moesgaard Museum. Das sowohl architektonisch, als auch inhaltlich einiges hergibt – auf jeden Fall kein klassisches Geschichtsmuseum!

Fazit

Mir hat mein Semester in Århus so gut gefallen, dass ich meinen Aufenthalt verlängert habe und nun ein weiteres Semester auf Dänisch studiere. Meine schönste Erfahrung war das Arbeitsumfeld in der Klinik zu erleben. Das geprägt ist von: flachen Hierarchien, freundschaftlicherem Umgang zwischen Ärztinnen, Pflegepersonal und Patientinnen, zuverlässiger Supervision, geregelten Arbeitszeiten, außerdem stellen weibliche Chefärztinnen in Dänemark keine Seltenheit da – hier können wir in Deutschland noch einiges dazulernen. Das Studium in Århus ist auf einem hohen Niveau und dennoch kommt die Freizeit nicht zu kurz. Diese kann je nach Interesse mit zahlreichen Erasmus Veranstaltungen gestaltet werden, bietet aber auch die Möglichkeit die Däninnen und die dänische Kultur kennen und lieben zu lernen.