

## **Vorbereitungen**

Es gab 10 Interessenten für die 4 Plätze für den Austausch nach Finnland. Deswegen wurde mittels Losverfahren ermittelt, wer das Glück hatte, sein Wunschziel zu erhalten.

Nach der Platzvergabe wurde man bei der Gastuniversität, in diesem Fall bei der University of Eastern Finland (UEF), nominiert und hat auch kurz später die Zusage mit dem „Acceptance Letter“ bekommen. Ab dann kann man sich für ein Wohnplatz bei „Kuopas“ bewerben.

Auf der Webseite der UEF findet man über „Peppi“ die angebotenen Kurse und kann diese sozusagen vorläufig wählen, indem man sie in das Online Learning Agreement (OLA) aufnimmt. Da ich zunächst von zwei Kursen aufgrund mangelnder Plätze abgelehnt wurde, wurde auch mein OLA zuerst einmal abgelehnt, wurde nach einer Überarbeitung aber final genehmigt.

Die richtige Kursanmeldung funktioniert erst, wenn man im Januar vor Ort ist und einen Account bei der Universität hat.

Eine absolute Empfehlung ist, sich rechtzeitig um das so genannte „Survival Package“ zu kümmern. Dort sind Bettwäsche, Handtücher, sowie notwendige Küchenutensilien, drin. Hierfür muss zunächst eine Mitgliedschaft beim ISYY (Studentenwerk der UEF, Kosten: 40 Euro) beantragen und kann dann per Mail ein Survival Package reservieren (Kosten: 20 Euro + 30 Euro Pfand). <https://www.isyy.fi/en/services/survival-packages/kuopio.html>

## **Anreise**

Ich bin mit dem Flugzeug von Hamburg nach Helsinki und von Helsinki nach Kuopio geflogen. Die Busse vom Flughafen in die Stadt fahren nur unter der Woche und dann nur bis 18:18 Uhr (Stand Mai 2024).

Sollte man außerhalb dieser Zeit ankommen, muss man von dort also entweder ein Taxi nehmen oder man hat das Glück, dass die Tutoren anbieten, einen abzuholen, was natürlich nicht selbstverständlich ist!

Eine gute Alternative ist es, nach Helsinki zu fliegen und von dort aus weiter mit dem Zug (das Unternehmen heißt VR) zu fahren. Vom Bahnhof kommt man im Gegensatz zum Flughafen auch am Wochenende und nachts gut weg. <https://www.vr.fi/en>

## **Unterkunft**

Das Unternehmen „Kuopas“ vermietet Wohnungen und Zimmer in Wohnkomplexen und ist für das Auslandssemester zu empfehlen. Es sind bezahlbare Zimmer sind mit dem Komfort, dass alles schon möbliert ist. In dem ganzen Komplex wohnen viele Studierende, sodass man

dort gut Kontakte knüpfen bzw. den Kontakt zu den Menschen halten, die man in der Uni kennenlernt.

Es gibt zwei Unterkünfte, in denen Erasmus Studierende untergebracht werden:

1. „Katiska“ -> Straße Katiskanimie im Stadtteil Rauhalati
  - > Reines Studierendenwohnheim (v.a. Erasmus-Studierende)
  - > Apartments sind kleiner und etwas günstiger
  - > der Bus wird für so gut wie alle Aktivitäten benötigt, auch um zur Universität/zum Krankenhaus zu kommen
  
2. „Kuntokuja“ -> Straße Kuntokuja im Stadtteil Puijonlaakso
  - > Gemischtes Wohnheim, auch Familien leben dort
  - > Apartments sind geräumiger und etwas teurer
  - > die Uni und das Krankenhaus kann man innerhalb von 15 Minuten zu Fuß erreichen

Ich habe mich für beide Wohnheime beworben und ein Zimmer in Kuntokuja erhalten. Ich war damit sehr zufrieden und froh, dass ich zur Uni laufen konnte und Bewegung an der frischen Luft hatte, da Fahrradfahren bis April praktisch unmöglich war. Studierende, die im anderen Wohnheim untergebracht waren, waren aber auch zufrieden.

<https://www.kuopas.fi/en/>

### **Studieren an der UEF**

Die Universität ist modern und besteht hauptsächlich aus drei Gebäuden, die an einem See gelegen sind. Als Humanmediziner:in hat man zusätzlich theoretischen und praktischen Unterricht im Krankenhaus.

Folgende Fächer habe ich belegen können:

- Neurologie (Januar 2024, 4 Wochen, kann als Neurologie angerechnet werden)
- Neurochirurgie (Januar 2024, 4 Wochen, kann als Wahlfach II angerechnet werden)
- Radiologie (Februar 2024, 2 Wochen, kann als Radiologie angerechnet werden)
- Anästhesie und Notfallmedizin (März 2024, 2 Wochen, kann als Anästhesie und Notfallmedizin angerechnet werden)
- Onkologie (April 2024, 2 Wochen, kann als klinisch-pathologische Konferenz angerechnet werden).
- Finnisch A1 (das ganze Semester über in eigener Arbeit, kann nicht in Deutschland angerechnet werden, hilft aber, sich in Finnland besser zurecht zu finden).

Die Fächer wurden in sehr kleinen Gruppen (6-9 Leute) unterrichtet und die Dozenten haben sich viel Zeit genommen.

In allen Fächern gab es am Ende eine schriftliche Klausur mit Freitext- sowie MC- Fragen. Eine Klausur davon konnte man von zu Hause schreiben, der Rest war in einem Raum in der Universität.

## **Alltag und Freizeit**

Die Freizeit kann vielfältig gestaltet werden und es nicht langweilig, wenn man dies nicht möchte. Hier ein paar Eindrücke und Ideen:

### *- Uni Sport*

Es gibt ein kleines Fitnessstudio in einem der Universitäts- Gebäude und eine Sporthalle, in der man sich frei Plätze buchen konnte (z.B. zum Badminton spielen). Außerdem gibt es ein vielfältiges Angebot an Sportkursen (Pump, ATB, Tanzen, CrossFit, ...) und Mannschaftssportarten (<https://xn--sykett-gua.fi/kuopio/en/> - Registrierung erst nach Anreise mit UEF-Email).

### *- Wintersport*

Von Ende Januar bis Ende März war am Hafen von Kuopio eine Eislaufstrecke geöffnet, die 7km am Stück lang ist. Es gibt auch kleinere Runden auf kleineren Seen. Schlittschuhe kann man sich beim ISYY (Studierendenwerk) kostenlos ausleihen.

Es gibt sehr viele Langlaufstrecken, auf denen man sich ausprobieren kann. Die Langlauf Skier dafür habe ich mir in einem Second Hand Store gekauft.

Man kann auf der Skipiste am sogenannten „Puijon torni“ (das Wahrzeichen der Stadt) sehr gut rodeln gehen. Die meisten haben dies wahrscheinlich das letzte Mal als Kind gemacht – umso mehr Freude bereitet es nun.

Das Skiresort Tahko ist eine knappe Stunde mit dem Auto entfernt. Dort kann man Abfahrt Ski fahren oder eine schöne Schneeschuhwanderung machen.

### *- Ausflüge und Reisen:*

Wenn man in Finnland ist, ist eine Reise nach Lappland ein Muss! „Timetravels“ bietet dorthin und zu einigen weiteren Zielen organisierte Reisen an. Ich habe die Reise nach Lappland und eine Reise mit dem Schiff nach Stockholm auf einem Partyboot mit „Timetravels“ gemacht und habe die restlichen Reisen und Ausflüge selbst organisiert. Darunter gehörten: Turku, Tampere, Jyväskylä, Oulu, Koli Nationalpark, Orinoro Gorge, Kalajanvuori und die Hauptstädte der baltischen Länder Tallinn, Riga und Vilnius.

### *- Ausgehen:*

Es gibt in Finnland sehr viele Partys und Veranstaltungen von und für Studierende und die Finnen leben ihr Studierendenleben gerne aus. Über die App „Kide.app“ kann man ein paar Wochen vorher die Events einsehen und sich dort auch ein Ticket kaufen. <https://kide.app/> Jeder finnische Student hat einen Overall, der bei studentischen Veranstaltungen und Partys getragen wird und für den man „Patches“ („Aufnäher“) sammelt. Als Mediziner:in kann man sich einen Overall in der Farbe schwarz kaufen.

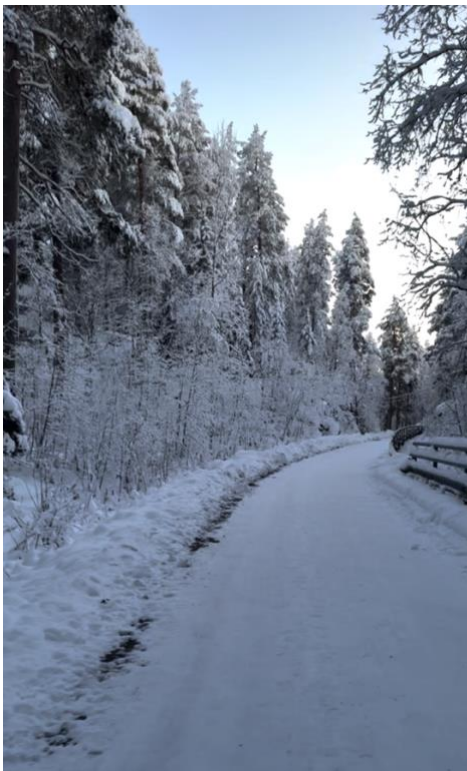
In Finnland ist Karaoke sehr beliebt. In jeder Bar und jedem Club gibt es mindestens einen Karaoke-Raum. Auch wir haben es lieben gelernt und hatten viel Spaß beim gemeinsamen Singen.

*Kleiner Tipp:* Wenn man sowieso eine ESN-Karte (Erasmus Student Network) erwirbt, um zum Beispiel bei Timetravels Rabatte zu erhalten, ist die Garderobe im „Nousu“ vergünstigt.

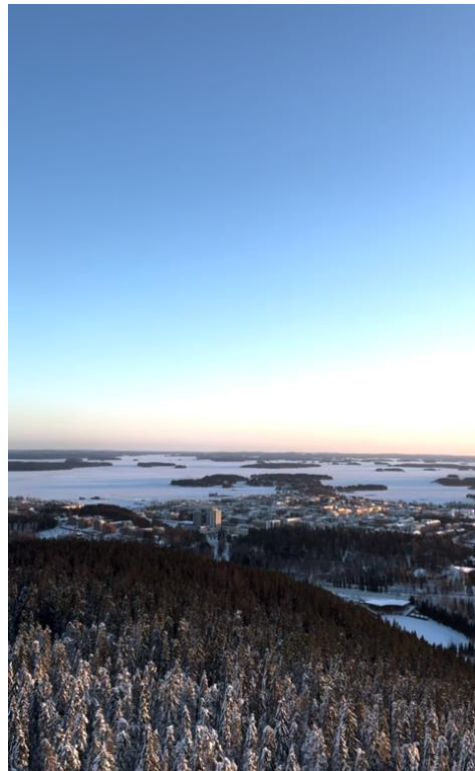
### **Fazit**

Die Zeit in Finnland war eine tolle und unvergessliche Erfahrung. Es war interessant, an einer anderen Universität zu studieren und zu sehen, wie dort Sachen geregelt und geordnet sind. Der Winter ist lang und kommt auch immer wieder, wenn man schon denkt, dass langsam Frühling wird. Es ist dies gut auszuhalten, da man sich die Zeit mit Wintersport gut vertreiben kann und der Schnee eine wunderschöne Landschaft schafft.

Ich würde es immer wieder so machen und Kuopio als meine erste Wahl angeben!



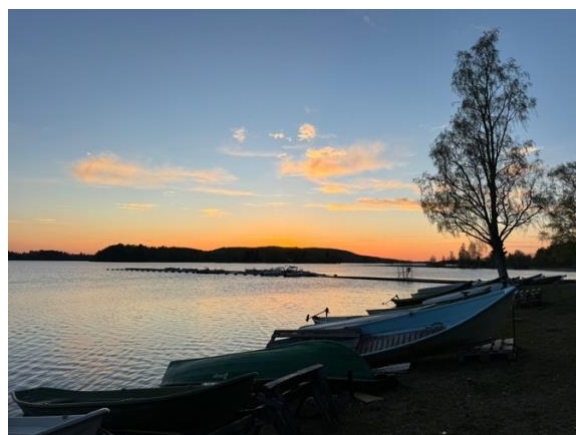
Weg zur Uni (Januar)



Ausblick vom Puijon Tower (Januar)



Polarlichter in Lappland (März)



Sonnenuntergang am See bei Kuntokuja (Mai)