

## Erasmus in Kuopio – Frühlingsemester 2015

### Vorbereitung und Unterkunft

„Ist es da nicht mega-kalt und immer total dunkel?“. Das war die Frage, die ich wohl am häufigsten hörte, sobald ich Ende letzten Jahres erzählte ich würde ab Januar 2015 ein Semester lang in Finnland studieren. Eine richtig gute Antwort hatte ich nicht parat – ja, es ist dort im Schnitt kälter als hier und ja, im Winter auch wesentlich länger dunkel. Warum also dorthin? Dass ich während des Studiums nochmal für eine Weile ins Ausland wollte stand für mich fest; am liebsten in einen englischsprachigen Studiengang. Ich informierte mich also Anfang 2014 bei einer Infoveranstaltung des Auslandsamtes der MHH sowie auf deren Internetseite. Da war die Auswahl an passenden Erasmus-Partnerhochschulen direkt schon ziemlich eingeschränkt. Skandinavien fand ich – obwohl ich noch nie dort gewesen war - irgendwie interessant: Mich reizte die Vorstellung von geringer Bevölkerungsdichte und viel Natur um mich herum. Außerdem beschrieben Studenten die vor mir in Kuopio waren ihren Aufenthalt insgesamt sehr positiv und gut organisiert. Daher freute ich mich sehr, als ich – nach einer recht unkomplizierten Bewerbung bestehend aus einem Lebenslauf, dem Abiturzeugnis zum Nachweis der Englischkenntnisse, einer Immatrikulationsbescheinigung und einem kurzen Motivationsschreiben – schlussendlich von der MHH für das Frühlingsemester in Kuopio vorgeschlagen wurde.

Das Warten auf die endgültige Zusage aus Finnland wurde dann ziemlich lang. Erst als ich Anfang November langsam nervös wurde, es waren schließlich nur noch zwei Monate bis zur geplanten Abreise, kam der lang ersehnte, dicke Briefumschlag von der University of Eastern Finland (UEF) mit vielen wichtigen Informationen. Es wurde darin eigentlich ziemlich genau beschrieben, welche Schritte man bis zum Studium in Finnland noch tun müsse.

Wichtig war natürlich vor allem die Beschaffung einer Unterkunft in Kuopio. Eigentlich alle Austauschstudenten wohnen in möblierten 3er/4er-WGs in Wohnheimen der Organisation KUOPAS ([www.kuopas.fi](http://www.kuopas.fi)). Für einen Platz dort bewirbt man sich mittels eines Online-Fragebogens zeitnah nach Erhalt der Unterlagen von der UEF. Die Seite ist wirklich unübersichtlich, aber mithilfe der Anleitungen auf der KUOPAS-Homepage und aus dem Infopaket schafft man es ganz gut. Ich empfehle das Wohnheim „Nuppineula“ in Neulamäki. Es liegt zwar auf einem Hügel knapp 2km von Krankenhaus und Uni entfernt, aber dort wohnen so gut wie alle Austauschstudenten, was gerade in der Anfangszeit zum Leute kennenlernen sehr von Vorteil war. Ansonsten wohnten Einige auch im Wohnheim in Puijonlaakso, das ist ziemlich nah am Krankenhaus (für PJ-Studenten zu empfehlen) und näher an der Innenstadt, aber es finden dort im Wohnheim sehr viel weniger Sachen statt. Wenige hatten auch ein Zimmer in Rauhalahdi bekommen, das ist zwar sehr naturnah gelegen, allerdings wirklich weit weg, nur mit einer schlechten Busverbindung zu erreichen und daher in meinen Augen nicht zu empfehlen.

Nächster wichtiger Schritt war, die zahlreichen angeforderten Gesundheitsuntersuchungen zu besorgen. Ich rate damit zeitig anzufangen, bei mir wurde es durch die Feiertage im Dezember irgendwie doch nochmal stressig. Ich brauchte einen MRSA-Nasen/Rachen-Abstrich sowie einen Salmonellen-Test (kann man, wenn man nett fragt, beides als Student kostenfrei in der Mikrobiologie der MHH bekommen), außerdem einige Bluttests (Hepatitis, HIV,...) und ein allgemeines Gesundheitszeugnis (bekommt man auf Englisch beides beim betriebsärztlichen Dienst der MHH).

Zudem müssen seit letztem Jahr alle Erasmus-Studenten vor und nach dem Aufenthalt einen Sprachtest in der Unterrichtssprache machen. Dieser ist jedoch wirklich entspannt mit Schulkenntnissen in Englisch machbar. Er ist online, überwiegend in multiple-choice-Form und hat keinen Einfluss darauf, ob man für das Erasmus-Programm angenommen wird oder nicht. Ansonsten

muss man sich vor der Abreise auch noch um die Fächerauswahl für das Learning Agreement kümmern. Die auf Englisch angebotenen medizinischen Kurse für Austauschstudenten sind auf der Homepage der UEF zu finden und sollten dann wegen einer möglichen Anrechnung mit Herrn Fischer vom Dekanat abgesprochen werden. Alle weiteren organisatorischen Aspekte werden dann eigentlich ausführlich in der Orientation Week in Kuopio besprochen.

### Studium

Bei mir - wie bei den meisten meiner Kommilitonen in Finnland – änderte sich am Learning Agreement nach der Ankunft noch das Eine oder Andere, da manche Kurse doch nicht stattfanden oder man sich doch noch für andere Fächer interessierte. Der teaching coordinator für internationale Medizinstudenten (Timo Pirskanen) war aber entspannt und hat wirklich versucht unsere Kurswünsche zu erfüllen. Im Prinzip sind alle Kurse in englischer Sprache zeitlich aufeinander abgestimmt, so dass es keine Überschneidungsprobleme geben sollte. Schlussendlich belegte ich die Kurse Augenheilkunde, Radiologie, Geriatrie, Pädiatrie sowie einen Finnischkurs. Viel größer wäre die Auswahl für mich auch nicht gewesen, ich hätte allenfalls noch einen Pharmakologie-Kurs machen können. Zudem besteht auch die Möglichkeit mindestens zweiwöchige klinische Praktika zu machen. Dafür müsste man sich auch – am besten vor Abreise - bei Timo melden.

Generell ist die medizinische Ausbildung darauf ausgelegt, dass man nach dem Studium als Allgemeinmediziner arbeiten kann. Es geht also sehr viel weniger um pathophysiologische Details und seltene Erkrankungen als um das, was man häufig in einem ambulanten Setting sieht. Zudem wird eher symptomorientiert unterrichtet als hier in Deutschland. So konnte die korrekte Antwort auf eine Frage mit Kurzanamnese eines Patienten in der Augenheilkunde-Klausur durchaus lauten: „Ich überweise den Patienten zum Facharzt“. An die offenen Prüfungsformen musste ich mich erstmal wieder gewöhnen, hatte ich doch seit dem Abitur keinen Aufsatz mehr geschrieben. Es war dann aber alles ganz gut machbar, da man in den Prüfungen zwar ein solides Basiswissen aktiv beherrschen musste und häufig mit Patientenfällen konfrontiert war, es aber nicht so sehr auf Detailwissen ankam. Auch die Seminare waren methodisch zunächst ungewohnt: Insgesamt gaben sich die Dozenten durchaus Mühe, erwarteten allerdings auch eine aktive Teilnahme der Studierenden in Form von Referaten, Patientenvorstellungen und Essays. Vor meinem ersten Referat auf Englisch war ich noch aufgeregt. Das legte sich allerdings mit jeder Woche und jetzt habe ich mich zumindest wieder daran gewöhnt vorzutragen. Von der Qualität der Lehre waren die Fächer sehr unterschiedlich: Pädiatrie fand ich außergewöhnlich gut, Augenheilkunde und Radiologie ganz solide, Geriatrie nicht so gut.

Die Kommunikation mit Patienten lief in den Kursen mal mehr mal weniger gut. Die meisten von uns hatten gar keine Finnisch-Kenntnisse, aber zumeist wurden für uns Patienten ausgewählt die gut Englisch sprechen konnten. Ich selbst hatte schon immer Spaß daran Fremdsprachen zu lernen und hatte daher schon in Deutschland ein bisschen Finnisch gelernt, so dass ich in dem Finnisch 2-Kurs der Uni (Finnisch 1 wird leider nur im Herbstsemester angeboten) ganz gut aufgehoben war. Die Sprache ist allerdings so schwer, dass es auch nach dem Kurs wenn überhaupt nur für absolute Basis-Kommunikation reichte. Finnen freuten sich aber immer ein „Hyvää huomenta!“ anstatt eines „Good morning“ zu hören. Über den in beiden Semestern angebotenen Survival-Finnisch-Kurs habe ich leider nicht sehr viel Positives gehört.

### Alltag und Freizeit

Den internationalen Alltag im KUOPAS-Wohnheim fand ich wirklich interessant. Besonders in der Anfangszeit fand sich jeden Abend eine Gruppe Leute irgendwo zum Kochen/Quatschen/Karten spielen zusammen. Die WGs sind küchentechnisch von ehemaligen Austauschstudenten oft schon ziemlich gut ausgestattet. Falls doch etwas fehlt hilft entweder der IKEA oder das Survival Pack

(Bettwäsche, Teller, Tasse, Besteck, Glas, Kochtopf, Pfanne) weiter. Letzteres bekommt man als Mitglied der Student Union (das ist im Prinzip das lokale Studentenwerk, 59€/Semester) für 30 € geliehen, wovon man aber 20€ wieder zurückbekommt, wenn man nach dem Semester Alles wieder zurückbringt. Ich denke eine Mitgliedschaft bei der Student Union lohnt sich, denn man kann sich dann den finnischen Studentenausweis (Frank-Card, [www.frank.fi/en](http://www.frank.fi/en) ) ausstellen lassen, der vergünstigte Mensapreise, 50% Nachlass auf Bahntickets in ganz Finnland, Studentenpreise beim lokalen Busunternehmen und die Möglichkeit das Student Health Care zu nutzen bietet. Außerdem ist man direkt auch Mitglied bei KISA. Das ist die ESN-Gruppe in Kuopio, die über das Semester verteilt viele mal mehr mal weniger lohnende Veranstaltungen (Kino-Abende, Billard, Partys, Sauna) sowie auch Reisen (Lappland, Stockholm, St. Petersburg) organisiert.

Ich habe nur am KISA-Trip nach Lappland Mitte Februar teilgenommen, der sich auch wirklich gelohnt hat! St. Petersburg habe ich stattdessen mit einer anderen Organisation (Bigland – open your Russia) erkundet, die jedes Wochenende visafreie, begleitete Reisen ab Helsinki dorthin für Studierende anbietet. Für mich persönlich war das Sight-Seeing-Programm ein wenig zu straff und zu durchorganisiert, aber das sieht jeder anders. Ansonsten war ich noch ein Wochenende in Helsinki, eines in Tallinn (günstig!) sowie eine Woche mit meinen Eltern und einem Mietwagen an der finnischen Westküste (Schären, Rauma, Turku). Alle drei Trips sind sehr zu empfehlen finde ich ☺.

Auch in der reisefreien Zeit kann man jedoch so manches entdecken und unternehmen, auch wenn in Kuopio sicherlich nicht das Stadtleben schlechthin tobt. Ich habe die Naturnähe und die vielen Outdoor-Möglichkeiten sehr genossen: Die Langlauf-Loipen beginnen direkt hinter dem Wohnheim, Eislaufen kann man sowohl auf den Seen (auf extra präparierten mehrere Kilometer langen Strecken) als auch auf kleinen Flächen in jedem Stadtteil und ab April boten sich dann ausgedehnte Wanderungen zum Beispiel im Kolmisoppi-Naturschutzgebiet 15 Minuten vom Wohnheim entfernt mit anschließendem Grillen am See an. Zum Ausgleich gibt es natürlich auch einige Bars (jeden Donnerstag Bier für 2€ im Ale Pupperi) und Clubs in der Innenstadt, die meisten Partys waren jedoch privat in KUOPAS-WGs organisiert.

Der Unisport bietet ebenfalls ein recht breites Programm für nur 30€ im Semester an. Da ich in Deutschland Badminton im Verein spiele und gerne auch Kontakt zu Finnen haben wollte entschied ich mich aber dafür im lokalen Verein Badminton zu spielen. Das hat sich für mich sehr gelohnt, da ich dort total nette Leute kennen gelernt habe, zu denen ich auch gerne weiter Kontakt halten möchte. Besucht haben sollte man in Kuopio noch die größte Rauchsauna der Welt, wo man im Winter auch Eisbaden sollte (Saunieren kann man übrigens einmal/Woche auch gratis im Wohnheim, sowie beim Unisport). Zudem bietet das internationale Zentrum „Kompassi“ in der Innenstadt einige Veranstaltungen auf Englisch und Finnischkurse an und man sollte sich definitiv den Skisprung-Weltcup sowie ein Eishockey-Spiel der Kalpa angeschaut haben!

### Fazit

Ich habe es absolut nicht bereut mich für Erasmus und für Finnland entschieden zu haben. Besonders froh bin ich, dass Frühlingsemester dort verbracht zu haben, denn so konnte ich die besten Jahreszeiten in Finnland (den grandiosen Winter, den kurzen, aber schönen Frühling und sogar noch ein klein wenig Sommer mit fast 24h Licht) genießen. Man bekommt in Kuopio sicher kein ein Semester nur voll mit Party, Strand und Sommer und muss schon auch damit rechnen zumindest ein Freitertial aufzuwenden, aber wer etwas für Natur und die gelassene Art der Finnen übrig hat ist dort total richtig, ich habe auf jeden Fall eine der besten Zeiten meines Studiums dort erleben dürfen und sehr viel sowohl persönlich als auch studientechnisch gelernt. Traut euch! Bei weiteren Fragen könnt ihr meine Mailadresse gerne im Auslandsamt erfragen!

