

Atemberaubende Natur, hervorragendes Essen, freundliche Leute und ordentlich was los (wahrscheinlich sogar noch mehr, wenn es dieses Virus nicht gegeben hätte...).

Lausanne ist eine Stadt inmitten einer der schönsten Regionen der Schweiz. Wer sich auf Google-Maps zum ersten Mal ein Bild verschafft, versteht schnell, warum diese Stadt gerade für Outdoor-Fans ein paradiesischer Ausgangspunkt für abwechslungsreiche Aktivitäten ist. Wassersport auf dem Lac Léman/ Genfer See, Klettern, Wandern, Skifahren, Langlaufen, und jede andere Form des Bergsports sind möglich, sowohl im flacheren Jura (westlich) und den Waadtländer Alpen (östlich) als auch südlich, in den „hohen Bergen“. Rennradfahren oder Mountainbike in der nördlich gelegenen Ebene und um den See beziehungsweise in den Bergen, daneben Höhlenerkundungen, und vieles mehr. Außerdem bietet Lausanne und die Region kulturell eine ganze Bandbreite, darunter Museen, Konzerthäuser, Open-Air, Kirchen oder Weinwanderungen. Das renommierte Jazz-Festival in Montreux oder die Festspiele in Verbier sind beispielsweise konkrete, hochkarätige Schmankerl der Musikszene, um nur zwei direkt hervorzuheben.

Die Universitäten in Lausanne beherbergen das zweitgrößte "Erasmus"-Netzwerk Europas (Erasmus Student Network, ESN). Maßgeblich trägt dazu die naturwissenschaftliche École Polytechnique Fédérale Lausanne, EPFL bei. In ihm finden sich viele sehr engagierte Menschen, die über das Jahr hinweg abwechslungsreiche Events organisieren und bei denen man nicht wenig interessante und nette Leute kennen lernen kann. Auch der Kontakt zu den Schweizern ist möglich und sobald man gegenseitig etwas aufgetaut ist, können sich Freundschaften entwickeln. In meinem Jahr war es leider gerade sozial schwierig von diesem Auslandssemester zu profitieren, durch die Pandemie versteht sich.

Nicht zuletzt hierdurch legte ich meinen persönlichen Fokus neben sozialen Aktivitäten in diesem Jahr vor allem auf die sportlichen Möglichkeiten die Lausanne und die Umgebung bieten. Diese gut auszunutzen und einiges auszuprobieren, stand im Vordergrund. Alles drei funktionierte mal mehr mal weniger und würde wahrscheinlich in allen Details ausgeführt, allein schon einen separaten Erfahrungsbericht füllen.

Nun aber zu einigen konkreten Details, von denen ich in diesem Erfahrungsbericht erzählen will. Für die Vorbereitung ganz allgemein gilt: schau Dir auf alle Fälle auch die anderen Erfahrungsberichte an, da jeder Erfahrungsbericht einen unterschiedlichen persönlichen Fokus hat – stöbern lohnt sich:

Einmal entschlossen lief die Vorbereitung auf Hochtouren. Mit Hilfe früherer SEMP (Swiss-European-Mobility-Programm)-Studierenden, die in den vergangenen Jahren in Lausanne waren und den Erfahrungsberichten im Internet, war der Großteil recht überschaubar. Nur bei der Wohnungsfindung hatte ich persönlich Probleme – doch dazu gleich mehr. Wer jedoch meint, die Stundenpläne in Lausanne nach seinen Wünschen ordentlich aufmischen zu können (so wie ich), der irrt sich gewaltig. Mein individuell zusammengestellter "Masterplan Lausanne" des 4. und 5. Studienjahres wurde mehrfach abgelehnt und beinhaltete am Ende einen mit einem älteren Learning Agreement (LA) aus Hannover, welches das dortige vierten Studienjahr beinhaltete, nahezu identischen Plan (heißt konkret: ich belegte das gesamte vierten Studienjahr dort und tauschte nur das Modul „Généralisme“ gegen den Block aus Neurologie und Psychiatrie des dritten Jahres. Bei der Erstellung hilft es auf alle Fälle sich an alte LAs zu halten und sich die Mühe zu ersparen, in einen solchen Email-Strudel zu geraten. Abgesehen von dieser ersten Tat erhaltet ihr alle wichtigen organisatorischen Informationen nach Anerkennung des LAs vorab von Lausanne, was schließlich in eine nahtlose vor-Ort-Organisation in den ersten Wochen mündet. Entspannte zwei Tage kann man

circa dafür einplanen. Die Checkliste der Uni, die man dabei erhält, hilft sehr gut. Für alle weiteren Dinge (Zugang zur Wäsche-Pool des Krankenhauses sowie dessen Ausweis mit Geld für die Mensa aufladen, etc.) fragt man am besten die Lausanner Studierenden oder bei der Association des étudiants en médecine de Lausanne, kurz AEML nach.

Trotz all der Hilfe bin ich in ein paar Fallen getappt: um das SEMP-Stipendium zu erhalten, muss zwingend ein Schweizer-Konto (am einfachsten bei der kantonalen Banc Cantonale Vaudoise, BCV, oder andere wie PostFinance etc.) eingerichtet werden, wofür eine Schweizer Anschrift benötigt wird (also erst einmal eine Wohnung suchen und finden und anschließend alle weiteren Punkte abhaken, denn gleiches gilt auch für die Visabeantragung und Meldung bei der örtlichen Behörde). Die Wohnungssuche war bei mir schwieriger als bei früheren Jahrgängen. Ausgelöst wurde mein Problem dadurch, dass der Prozess der LA-Anerkennung sich zu lange hingezogen hat und ich währenddessen noch nicht nach einer Bleibe in Lausanne suchte. In der Regel vermietet nämlich die sogenannte Fondation Maisons pour Etudiants Lausanne (FMEL) Zimmer an Studierende aus dem Ausland. Allerdings muss man sich dafür einmal innerhalb einer gewissen internen Frist bei ihr (an)melden (war meines Wissens so im Mai/Juni). Diese habe ich durch den Verzug mit dem LA verpasst. Daraufhin blieb mir nichts anderes übrig, als anderweitig nach einer Wohnung zu suchen, wofür es mehrere Möglichkeiten (aus der Distanz war esg trotzdem herausfordernd) gab: eine von den Universitäten gesammelte Anzeigenliste (wöchentlich aktualisiert), Wg-gesucht, Facebook-Gruppen oder Vitamin B vor Ort. Am Ende habe ich alles Mögliche ausprobiert, dabei über 40 Emails geschrieben und bin schließlich privat mit einem anderen Studenten der Université de Lausanne, kurz UNIL bei einem Ehepaar um die 60 eingezogen. Wenn ich mich zu gleichen Umständen nochmal auf Wohnungssuche begeben müsste, würde ich persönlich vermutlich präferieren, in eine WG mit einheimischen Studierenden (denn das ist auch sprachlich von Vorteil) nach Möglichkeit recht zentral oder in Seenähe gelegen zu ziehen. Sollte das nicht möglichst sein, wäre ein Zimmer der FMEL oder anderen studentischen Einrichtungen wohl die nächste Wahl, vor allem um Leute kennenzulernen. (Interessant, wenn auch im Durchschnitt teurer, ist das VORTEX, ein Studierendenwohnheim mit eigener Bar in Nähe des Hauptcampus ca. 35min mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu den Veranstaltungsorten des Medizinstudiums entfernt). Eine private Wohnungssuche würde ich wahrscheinlich nicht nochmal versuchen, da sie sehr langweilig und mit Distanz schwer umsetzbar ist – sie ist aber möglich. Hierbei kann man nämlich durchaus Glück haben und stark einbezogen werden, aber andererseits eben auch, wie bei mir, an etwas distanzierte aber auf den ersten Blick offene Schweizer geraten. Betrachtet man die Wohnsituation mit etwas mehr Überblick ist Lausanne ein recht teures Pflaster (zwischen 450 im FMEL zu 1500CHF). Die FMELs sind meist in Einzel - oder Doppelzimmer entweder in Flure (z.B. im Falaise nahe des Universitätsklinikums Centre Hospitalier Universitaire Vaudoise CHUV) oder WGs (z.B. Cèdres, mit sehr schöner Umgebung in Seenähe) gegliedert. Je nach Lage kann man dort mit mehr oder weniger Medizinstudierenden rechnen (am besten mal gegenchecken vor der Bewerbung). Ich persönlich würde empfehlen nicht zu weit entfernt vom Zentrums nach einer Wohnung zu suchen. Die öffentlichen Verkehrsmittel sind zwar sehr gut ausgebaut und mit etwas über 50CHF im Monat auch leicht erschwinglich, jedoch existiert die Option auch mit dem Fahrrad in Lausanne unterwegs zu sein. Wenn Du, wie ich so mobil ist, kannst du die Anstrengung in circa 500CHF umwandeln und anderweitig investieren. Abseits von Lausanne macht Bahnfahren in der Schweiz wirklich Spaß (Pünktlichkeit, Sauberkeit, und gute Anbindungen). Jedem der auch nur etwas reisen möchte, empfehle ich sich direkt ein sogenanntes Halbtax (entspricht in der Schweiz einer Bahncard 50) zu besorgen und darüber hinaus einen Blick auf das 7/25 zu werfen, ein Ticket mit dem alle unter 25 nach

7 Uhr abends (und 5 Uhr morgens, am Wochenende und Feiertagen 7 Uhr morgens) kostenlos Bahnfahrten können (darin enthalten sind auch einige Fährten auf dem Lac Léman, sowie Bergbahnen...).

Nun zu allem was mit der Uni zu tun hat: Erstmal - zur Sprache. Für mich ist französisch die zweite Fremdsprache gewesen (6.-10. Klasse), wie bei den meisten Deutschen ERASMUS. Der Einstieg war dementsprechend hart, unter anderem weil wir nach ein paar Wochen Präsenzunterricht auf Online-Lehre gewechselt sind und dies das Studium noch schwieriger gemacht hat, vor allem in Bezug auf die Konzentration beim Vorlesung-Anhören und der Verständlichkeit der Dozierenden. Was für letztgenanntes half, war die Möglichkeit Videogeswindigkeiten und damit das gesprochene Französisch zu verlangsamen. Damit hatte zwar jede Vorlesung mal schnell die doppelte Länge, am Ende blieb aber mehr hängen. Trotzdem habe ich recht schnell das systematische und sehr sorgfältige Vokabellernen aufgegeben, nachdem jeden Tag 4-5 neue Seiten für mich dazukamen. Am Ende war aber klar: die wirklich wichtigen Vokabeln kommen immer wieder und es lohnt sich das Vokabel lernen ohne viel Druck nebenbei laufen zu lassen. Zum Thema Sprachkurs als Vorbereitung habe ich im Vorfeld unterschiedliche Meinungen gehört. Rückblickend wäre wohl ein Intensivkurs französisch für mich sinnvoll gewesen. Wenn Du ein wenig Anstrengung nicht scheust, geht es aber auch ohne die kostspieligen Angebote von meist mehreren hundert Schweizer Franken zum Beispiel beim École Française Langue Étrangère, EFLE. Nichtsdestotrotz denke ich, dass so ein Kurs den Einstieg und auch den direkten Kontakt zu den Schweizern zu Beginn erleichtert. Das Studium an sich (4. Studienjahr) beginnt mit einem Vorlesungsmarathon bis zu den Weihnachtsferien, während denen man sich dann auf die wöchentlichen Prüfungen im Januar/Februar vorbereitet hat. Highlight war für mich in dieser Zeit ein Wahlfach mit dem Thema "Spiritualité et médecine". Interessant war sich in ihm mit den Gesundheitskonzepten und -narrativen großer Religionen und dem Einfluss metaphysischen Denkens auf die Gesundheit zu beschäftigen. Ein weiterer Pluspunkt, dieses Seminar wurde noch in Präsenz, eine willkommene Abwechslung zu den sonst trockenen Online-Studiumstagen. Im Kontrast dazu besteht das Sommersemester aus den schon in anderen Erfahrungsbereichen positiv erwähnten Cours-Blocs (einem Praktika-Rotationsplan durch verschiedene Kliniken und Abteilungen in der französischen-sprachigen Schweiz). Während meines Sommersemesters wurden diese leider umgestellt, sodass sie nun vorwiegend aus drei- bis sechswöchigen Abschnitten bestanden (schade, weil die Diversität dadurch etwas zurückging). Man wählt hierbei aus über 40 verschiedenen Rotationen eine aus. Je nachdem welche Kombination man erhält, lassen sich mehr oder weniger Fächer an der MHH einbringen - doch davon sollte man sich nicht beeinflussen lassen. Persönlich empfehlen kann ich die Pädiatrie in Yverdon, Neurologie am CHUV und Innere Medizin in Sion. Die Praktika geben neben verschiedenen Einblicken in Krankenhausabläufe, die von Haus zu Haus durchaus stark variieren können, vor allem auch die Möglichkeit sich sprachlich sehr weiterzuentwickeln. Eigeninitiative und Interesse ist allerdings mehr als gefragt. Über das Jahr betrachtet ergibt sich so ein abwechslungsreiches und spannendes Programm. Die Professorinnen und Professoren scheinen im Querschnitt näher an den Studierenden zu sein als in Deutschland, sowohl im Hinblick auf die Betreuung während der Praktika als auch im ersten Semester im Rahmen der Vorlesungen. Studiert wird das gesamte Jahr von der UNIL aus in an das CHUV angrenzenden Lehrsälen und den oben bereits erwähnten Lehrkrankenhäusern (z.B. Yverdon-les-Bains, Sion, Rennaz u.v.m.) der französischen Schweiz.

Zur Freizeitgestaltung habe ich anfangs ja schon kurz erwähnt, dass es in Lausanne mehr als genug Möglichkeiten gibt, vor allem im Bereich des Outdoorsports sich vollends auszuholen. Hier deshalb

darüber hinausgehend noch ein paar "Geheimtipps": Zunächst sollte man die Veranstaltungen des ESN immer im Blick behalten. Hier sind sehr abwechslungsreiche und interessanten Sachen dabei – sehr preiswert verpackt (z.B. Swiss Train Rally, die leider bei uns Pandemie-bedingt ausfiel, Stadtbesichtigungen, Sport- und Kulturveranstaltungen). Außerdem gibt es für verschiedenste Sportbezogene Whatsapp- und Telegram-Gruppen: Dazu zählen die sogenannten MedSport-Gruppen der medizinischen Universität, ESN-Sportgruppen zu Tennis, Volleyball, Joggen und weiteren Sportarten und Gruppen der EPFL - sehr empfehlenswert – unter anderem zu den Themen Rennradsport, Skitouren und Klettern beziehungsweise den uniinternen "Club de la montagne"; letztere bieten zum Beispiel Skitourinitiations- oder Wanderwochenenden an. Der Hochschulsport bietet außerdem die Möglichkeit zu guten Konditionen mehrere Sportarten gemeinsam im Paket auszuprobieren. Erwähnenswert sind vor allem die Wassersportangebote (Segeln, Windsurfen...). Skifahrende haben mit dem "Magic Pass" und einer Saisonkarte für das Freeride-Eldorado Verbier zwei Sahneschnitten des Wintersportangebots in der Schweiz quasi direkt vor der Haustür. Achtung!: schon früh im Oktober bucht es sich mit satten Rabatten. Und zu guter Letzt noch ein paar persönliche Wanderfavoriten von mir: Pointe de Bellevue (Wandern, Skitour, im Wallis), Gletschergarten und Gornergrat (Wandern im Wallis), offizielle "Tour de Lac" (meist im Juni/Juli), Aletsch-Gletscher und Zinal-Höhlen (im Waadt, beste Zeit als Schneeschuhtour im Winter). Natürlich gibt es noch sehr viel mehr in diesem bergreichen Land, nicht nur wenn man gerne wandert. Fündig wird man hierfür auch mithilfe der Schweizmobil-App und/ oder auf wandern.ch.

Insgesamt fällt es mir schwer einzelne übergeordnete positive wie negative Erlebnisse herauszugreifen, weil dieses Jahr so unglaublich vielseitig war – mit extremen Höhen aber auch Tiefen. Ich kann Dir, lieber Leser nur empfehlen deine Aus- und Studienzeit in diese wunderschöne Region zu verlegen und von den Erfahrungen und Perspektiven, die sich Dir dadurch eröffnen zu profitieren. Offen formulierte Ziele, realistische Erwartungen, ein langes Darauf-Freuen und "Sich-Tragen-Lassen" während der Zeit werden den Aufenthalt noch schöner machen!

Viel Spaß!