

### VORBEREITUNG

#### SPRACHE

Ich hatte leider kein Spanisch in der Schule. 2011, in meinem 2. Studienjahr habe ich den 2-Jahre-dauernden Spanischkurs der MHH begonnen und 2013 bin ich für einen Monat nach Valencia gegangen, um einen Intensiv-Sprachkurs zu machen. Danach noch einen B1-Kurs im Bildungsverein Hannover und schließlich hatte ich irgendwie annähernd das erforderliche Niveau. Ich bin für ein Semester, von Januar-Juli 2015 nach Madrid gegangen.

#### FINANZEN

Kosten, die in Madrid monatlich auf euch zukommen: Für ein zentrales, vernünftiges **ZIMMER** solltet ihr mit **350-500€** rechnen. Das **ABONO MENSUAL** für die METRO kostet ca. **63€** (einschließlich Zone B1, die ihr braucht, um zum Campus Cantoblanco zu gelangen) und die **PREPAIDKARTE** fürs Handy ca. **15€**. Zudem geht viel Geld drauf für Essen (gehen), Feiern, Kultur, Reisen, etc. - Eine sehr kostspielige Zeit!

Aber ihr müsst diese Kosten nicht alleine stemmen: Als offizieller ERASMUSler bekommt ihr ja schon mal definitiv das **Mobilitätsstipendium**. Darüber hinaus lohnt sich die Beantragung von **Auslands-Bafög**.

- **Mobilitätsstipendium** (finanzielle Unterstützung aus ERASMUS-Mitteln): Wird im GRANT AGREEMENT zwischen euch und der MHH vereinbart. Betrag in meinem Jahr für Spanien: 210€ für 30 Tage. Das Geld bekommt ihr allerdings nicht monatlich, sondern 70% der Gesamtsumme gleich zu Beginn und die restlichen 30% nach dem Aufenthalt.
- **AUSLANDS-BAFÖG**: Das Studentenwerk Heidelberg ist zuständig für Auslandsaufenthalte in Spanien. Achtung: Der Antrag muss bereits ca. **6 Monate** vor Beginn des Auslandsaufenthalts vorliegen.

#### PAPIERKRAM

Hier ist euch die tatkräftige Unterstützung von Herrn Fischer und Frau Steinhusen gewiss, hier nur eine kurze Auflistung der Dokumente, mit denen ihr euch herumschlagen werdet:

- LEARNING AGREEMENT (Angabe der Kurse, die ihr vor Ort belegen wollt)
- TRANSCRIPT OF RECORDS (Auflistung der Kurse, die ihr an der MHH bereits absolviert habt)
- GRANT AGREEMENT (Vertrag mit der MHH bezüglich des Mobilitätsstipendiums)
- CERTIFICATE OF ENROLMENT (vor Ort, Bestätigung Beginn des Aufenthalts)
- LETTER OF CONFIRMATION (vor Ort, Bestätigung Ende des Aufenthalts)

#### WORAN NOCH DENKEN?

- Versicherungen (europäische Versicherungskarte)
- Kreditkarte
- Wohnung/WG-Zimmer untervermieten
- Handyvertrag kündigen/auf Eis legen, Nebenjob kündigen?
- Urlaubssemester beantragen?

Meiner Meinung nach war es ganz schön viel, was es zu organisieren gab. Anfangs dachte ich, dass ich mit meiner Wohnung, Nebenjobs, Doktorarbeit, Verträgen, Verpflichtungen etc. zu gebunden an Hannover bin. Eine der schönsten ERASMUS-Erfahrungen hatte ich jedoch gleich zu Beginn als ich all das hinter mir ließ, denn auf einmal habe ich mich wie ein unbeschriebenes Blatt und richtig befreit gefühlt 😊 Dennoch will ich niemanden zu ERASMUS *überreden*. Entweder ihr verspürt dieses Fernweh oder eben nicht. Falls ihr es verspürt, nichts wie los! Aber ich denke bei allen Lesern dieser Berichte besteht ein gewisses Interesse, daher hoffe ich euch hiermit den letzten Push oder eben, bei bereits gefällter Entscheidung, hilfreiche Ratschläge zu geben.

## ANKUNFT – DIE ERSTEN TAGE

- Klarkommen.
- Handy-Prepaidkarte besorgen (z.B. bei *Phone House*)
- Metro: ABONO MENSUAL ausstellen lassen (z.B. in der Filiale in der Metrostation SOL, ihr werdet vor Ort ab fotografiert, braucht also keine Passfotos. Karte wird sofort gedruckt.)
- Einschreibung
  - o 1. Am Hauptcampus der UAM: Cercanía in Richtung *Colmenar Viejo* bis *Cantoblanco*. Das Büro (*Oficina de Relaciones Internacionales*) befindet sich auf dem Campus auf der sogenannten *Plaza Mayor*.
  - o 2. In der Facultad de Medicina: Metro (L 10) bis *Begoña*. Die Medizinische Fakultät befindet sich neben dem Krankenhaus *La Paz*.

## UNTERKUNFT

Die erste Woche habe ich mir ein Zimmer in der **Residencia Erasmo** auf dem Unicampus der UAM gemietet (23€ pro Nacht), weil ich irgendwie keine Ahnung hatte wo ich hin sollte für die ersten Tage der Wohnungssuche und die Uni-Nähe mir ein sicheres Gefühl vermittelte. War ganz okay, man hatte sein Zimmerchen mit Bad, Küche und Internet, eine Mensa nebenan und alle Voraussetzungen, um sich in Ruhe auf Wohnungssuche zu begeben. Nachteil war, dass der Campus ziemlich weit vom Stadtzentrum liegt.

## WOHNUNG

Als kleine Orientierungshilfe für die Stadtteilwahl: Das Herz der Stadt ist natürlich das **CENTRO**, das sich aus den Vierteln *Malasaña*, *Chueca*, *Huertas*, *Lavapiés*, *La Latina* und *Palacio* zusammensetzt. Die zentralen Lehrkrankenhäuser befinden sich in **MONCLOA** (*Fundación Jiménez Díaz*), **SALAMANCA** (*La Princesa*) und **CHAMARTIN** (*La Paz*). Ich würde euch auf jeden Fall empfehlen im *Centro* zu wohnen und eines dieser zentralen Krankenhäuser zu wählen.

Ich habe zunächst in **La Latina** gewohnt, bin aber bereits nach 2

Wochen umgezogen, weil ich mich in meiner WG nicht wohl gefühlt habe. Die neue Wohnung lag einige Straßen weiter nördlich im Stadtteil **Palacio** und war ein totaler Glücksgriff mit tollen Mitbewohnern (2 Italienerinnen, 2 Spanier). Natürlich hat jeder seine eigenen Vorstellungen, mir persönlich war bei der Wohnungssuche folgendes wichtig:

- **Spanischsprachige, junge Mitbewohner.** Der schwierigste Part, da man oft nur den Vermieter kennenlernt.
- **Gute Heizung** (im Winter ist es seeehr kalt!)
- **Fenster** (ich war mit meiner *habitación interior* (Fenster zum Innenhof) sehr glücklich. Mit einer *habitación exterior* habt ihr sicherlich eine schönere Aussicht, aber der Lärm kann echt nervig sein).
- **Nebenkosten** im Preis inbegriffen (*gastos incluidos*)
- **Internet** (in meiner ersten Wohnung war die Verbindung so grottig, dass es fast unbrauchbar war, also immer fragen wie viele Leute es sich teilen. *Fibra optica* ist das schnellste/beste).
- **Lage** (Zentrum, oder gute Verkehrsanbindung)



## **STUDIUM AN DER GASTHOCHSCHULE**

### **CAMPUS**

Der UAM-Campus befindet sich 15 km nördlich vom Zentrum und mit der *Cercanía* innerhalb von 20 min. zu erreichen (Haltestelle: *Cantoblanco*). Ein Campus, wie man ihn aus amerikanischen Filmen kennt, mit weiten Sportanlagen und auf dem Rasen chillenden Studenten. Als Mediziner hat man hier eigentlich nicht viel verloren, da wir unsere Kurse ja in den Krankenhäusern haben. Jedoch lohnt es sich aufgrund folgender Angebote doch 1/2-mal pro Woche den Weg auf sich zu nehmen und sich unter das Nicht-Medizinervolk zu mischen: SPRACHKURS, UNI-SPORT, CHOR/ORCHESTER.

### **FUNDACIÓN JIMÉNEZ DÍAZ**

Um von der Metrohaltestelle *Moncloa* zum Krankenhaus zu finden, haltet euch am besten an die Hinweisschilder, die zum *Museo de América* führen, denn das befindet sich direkt neben dem FJD (ihr seid auf dem richtigen Weg, wenn ihr über eine Brücke geht).

Es gibt einen Bereich für die Lehre (*Docencia*), dessen Eingang hier auf dem Bild zu sehen ist. Dort zuerst am besten im Sekretariat melden. Die Hörsäle des 4. und 5. Studienjahres befinden sich direkt nebeneinander. Auf der jeweiligen Pinnwand wird wochenweise der aktuelle Stundenplan ausgehängt.



Vorlesungen finden von 8-9 Uhr und 13-15 Uhr statt. Dazwischen (9:30-12:30) „rotiert“ man auf Station. Es gibt einen Raum mit Spinds, wo man seine Sachen lassen und den Kittel überstreifen kann, um auf Station zu gehen. Für jedes Fach gibt es ein *cuaderno clinico*, in dem beschrieben wird, was man während seiner Rotation gemacht haben sollte: meist einige *historias clinicas*, aber unter anderem auch Teilnahme an *guardias* (ab 15:00 Uhr, Ende individuell) oder OP-Assistenz oder so was. Im selbigen *cuaderno clinico* notiert man auch was man so gesehen/gemacht hat und der zuständige Arzt schreibt die Note hinein. Im Endeffekt kocht aber jede Abteilung ihr eigenes Süppchen und verteilt Anwesenheitszettel oder Ähnliches, DIESE sind am Ende entscheidend.

Ich persönlich habe Vorlesungen der Gyn und Derma besucht und habe auf Station rotiert, obwohl ich die Fächer an der MHH bereits hatte. Mir ging es ehrlich gesagt einfach darum mein Spanisch zu verbessern. Außerdem habe ich *Medicina de Familia* belegt. Die Praktika in diesem Fach fanden in einem *Centro de Salud* statt (in meinem Fall im *Reina Victoria*), wobei wir in einer Gruppe von ca. 7 Studenten mit einem Allgemeinarzt an insgesamt 4 Nachmittagen einen Patientenfall (*caso clinico*) diskutiert haben. Am Ende musste eine Hausarbeit von 15-20 Seiten geschrieben werden, in der dieser Fall zusammengefasst werden sollte.

Ich habe im selbigen *Centro de Salud* dann noch 2 Wochen lang mein Blockpraktikum Allgemeinmedizin gemacht. Das war zwar nicht Bestandteil des Faches an der UAM, sondern ich habe einfach dem Allgemeinarzt aus den *Caso Clinico*-Praktika erzählt, dass wir an der MHH 2 Wochen Praktika mit Benotung am Ende machen müssen und gefragt ob ich das nicht bei ihm machen könne. Das war überhaupt kein Problem und eine meiner besten medizinischen Erfahrungen in Madrid. Im *Centro de Salud Reina Victoria* arbeiten ca. 15 Ärzte, 3 Kinderärzte, 17 Krankenschwestern (die eigene Sprechstunden haben), Hebammen, Sozialarbeiter, Zahnärzte etc. Ich habe einen richtig guten Einblick in das exzellente spanische Gesundheitssystem und seine Primärversorgung (*Atención Primaria*) bekommen.

Belegt hatte ich noch Geriatrie, da habe ich auch die Klausur mitgeschrieben. Die fand ich recht kompliziert, es gab ca. 30 *multiple-choice*-Fragen (Punktabzug für Falschantworten) UND es wurden 4 klinische Fälle beschrieben (jeweils ca. halbe DIN A4-Seite), zu denen je 8 offene Fragen gestellt waren. Die Endnote für das Fach setzte sich aus Examen, Note aus der Rotation und Anwesenheit in allen Seminaren zusammen. Was mich genervt hat war die Undurchsichtigkeit. Niemand – weder Prof. noch Sekretärin - konnte mir z.B. sagen zu welchen Teilen sich die Note zusammensetzt. Weder auf der Homepage gab es aktuelle Informationen und selbst das *Moodle* (sowas wie *Ilias*, nur viel primitiver) wurde partout nie aktualisiert. Allerdings muss ich zugeben, dass am Ende alles hingehauen hat und obwohl ich nicht die leiseste Ahnung habe wie ich zu meiner Note gekommen bin kann ich nicht darüber klagen.

Mit der Lehre an sich war ich aber insgesamt zufrieden. Ich muss sagen, dass ich mit richtig niedrigen Erwartungen reingegangen bin, weil ich von vielen Ex-Erasmuslern gehört hatte, dass man eigentlich nur zugucken darf und eher die Rolle einer Topfpflanze in der Ecke einnimmt. Das stimmt so nicht! Es hängt zum einen sehr von euch selbst ab und wie ihr euch präsentiert. Ich habe z.B. in der Gyn bei Kaiserschnitten assistiert und in der Notaufnahme alleine Patienten befragt und untersucht. Klar, man muss kein Blut abnehmen und so, aber das ist für mich auch kein Kriterium für gute Lehre. Also lasst euch nichts einreden und zeigt ein bisschen Eigeninitiative.

## ALLTAG UND FREIZEIT

Das ist natürlich eine individuelle und persönliche Erfahrung und ergibt sich einfach. Aber einige grobe Eindrücke:

Ich bin recht viel gereist. Anfangs auch mit ESN (Salamanca, Toledo, Valencia), später auf eigene Faust (Barcelona, Valencia, Málaga). Nette Ziele für Tagesausflüge sind z.B. auch Alcalá de Henares, El Escorial oder Aranjuez. Innerhalb Spaniens würde ich Bus oder Flugzeug empfehlen.

Eine wunderbare Erfahrung war das Singen im Chor der UAM. Neben den wöchentlichen Proben hatten wir ein größeres Konzert in Madrid und sind zum Semesterende gemeinsam mit dem Orchester für 6 Tage nach Angers (Frankreich) gefahren, wo wir zwei Konzerte und eine schöne Chorfreizeit hatten. Durch den Chor habe ich super viel Kontakt zu Madrilenen aus allen möglichen Studiengängen gehabt und gute Freunde gefunden. Allerdings hatte ich auch viele internationale ERASMUS-Freunde (meist Italiener, davon gibt's hier 'ne Menge!), die ich durch die ESN-Aktionen der ersten Wochen kennengelernt habe.



Das Kulturelle Angebot ist erschlagend, ehrlich, das Problem ist eher, dass man sich entscheiden muss welche der vielen Möglichkeiten man wählt. Jeden Freitag liegt der Tageszeitung *El País* das Heftchen *Guía de Ocio* bei, wo die Veranstaltungen der kommenden Woche für Theater, Tanz, Kino und Musik angegeben werden. Zudem liegt immer mal wieder ein Stadtfest an, wie z.B. *San Isidro* im Mai.

## FAZIT

ERASMUS in MADRID: ***merece la pena!*** Gerade im Rückblick beim Schreiben dieser Zeilen kann ich gar nicht fassen wie viel ich erlebt habe und wie ich durch diese Zeit geprägt worden bin. Ja, ich habe Studienzeit verloren, aber das war mir von Anfang an klar, das wollte ich sogar – ich brauchte ein Pause nach dem grauen MHH-Alltag und verspüre jetzt wieder die Energie, die ich am Anfang des Studiums noch hatte. Ich denke ich tue mir selber einen Gefallen das Studium mit diesem Motivationsschub zu beenden als aus dem letzten Loch pfeifend.



Die Zeit verfliegt irre schnell, ich würde euch ans Herz legen ein ganzes Jahr zu bleiben. Man liest es immer wieder, weil es einfach stimmt. Und noch eine ernsthafte Warnung zum Schluss: Die schlimmste und schmerzhafteste Erfahrung während dieser Zeit war das Ende und der Abschied.