

Abschlussbericht Erasmus Riga

Ich habe vom 02.09.-14.10.2023 sechs Wochen in Riga verbracht. Die Anreise war angenehm mit einem Direktflug aus Hannover. Vom Flughafen kann man entspannt mit einem Bolt-Taxi zur Unterkunft fahren. Die ganze Zeit durften wir zu zweit verbringen. Dementsprechend haben wir uns ein Zimmer geteilt. Untergebracht waren wir nicht direkt in Riga, sondern in Jūrmala einem Vorort von Riga. Während der Sommersaison ist Jūrmala ein touristischer Badeort mit vielen Restaurants am Strand und vielen schönen Villen. In der Jūrmala befindet sich das Paul Stradins Medical College of the University of Latvia. Auf dem Campus lag auch unsere Unterkunft. Wir hatten ein Doppelzimmer mit eigenem Badezimmer und Dusche und eine Gemeinschaftsküche/Wohnzimmer, die wir uns mit bis zu 4 anderen Erasmus-Studenten geteilt haben.

Wir wurden auch einmal über das Gelände geführt und hatten die Möglichkeit uns anzusehen, wie alle möglichen Berufe aus dem Gesundheitswesen, dort gelehrt werden. Im Vergleich zu unserer Schule sind die Labore deutlich kleiner und für kleinere Gruppengrößen ausgelegt. Allerdings sind die Ausbildungsjahrgänge auch kleiner als bei uns. In den Laboren waren weniger Geräte als bei uns. Die Stundenpläne, die wir uns angeschaut haben, beinhalten jedoch die gleichen Fächer. Der grundlegende Unterschied ist die Dauer der Ausbildung, die in Lettland nur 2 Jahre geht.

Die Unterkunft lag weniger als 5 Gehminuten vom Strand entfernt. Im September war auch dort dieses Jahr noch sehr schönes Wetter, wodurch wir viel Zeit am Strand verbringen konnten. Es war sehr schön nach der Arbeit nochmal mit einem Buch an den Strand zu gehen, eine Strandspaziergang zu machen oder eine Runde zu joggen. Der Strand bieten auch viele Möglichkeiten für Sportarten, wie Beachvolleyball, Tennis oder Fußball. Sonst ist es im Ort Jūrmala recht ruhig. Der Weg zum Supermarkt dauert auch ca. 20 Minuten zu Fuß. Der Ort erstreckt sich in viele kleine Bereiche. Wir haben in Bulduri gelebt. Aber auch andere Bereiche waren sehr schön z.B. Majori mit einer kleinen Fußgängerzone oder Lielupe mit dem Open-Air-Museum und dem Naturgebiet Ragakapa. Insgesamt definitiv ein angenehmer Ort zum Leben, jedoch merkt man, wenn die Sommersaison vorbei ist und viele Restaurants schließen. Definitiv lohnt es sich mehr im Sommer, da man bei regnerischerem Herbstwetter schon deutlich eingeschränkter ist in der Freizeitgestaltung.

Mit dem Zug, wofür man sich für ein bisschen weniger als 50 Euro ein Monatsticket kaufen kann, kommt man in 30 Minuten zum Hauptbahnhof nach Riga. In Jūrmala ist auch Busfahren sehr günstig. Die meisten Strecken kann man für 50 Cent bis zu ein paar Euro fahren. Dadurch sind die beiden Nationalparks in beide Richtungen gut zu erreichen. Beide sind sehr schön.

In Riga sind die Free-Walking-Touren eine gute Option, die Geschichte und weitere Infos zu erfahren. Ala Pagrabs ist ein gutes lettisches Lokal mit lettischen Speisen, wo am Wochenende auch Livemusik gespielt wird. Mit einer Reservierung ist man dort auf der sicheren Seite.

Auch die Nachbarländer kann man gut mit dem Flixbus übers Wochenende erkunden. Wir waren jeweils eine Nacht in Tallinn und in Vilnius. Auch dort haben wir an beiden Orten Free Walking Tours gemacht, wodurch man die wichtigsten Orte auf keinen Fall verpasst in der kurzen Zeit. In Tallinn gibt es in der Altstadt eine Labor-Bar, die bei unserem Beruf definitiv passend und einen Besuch wert ist.

Mit dem Zug kann man auch einen Tagesausflug nach Sigulda und Cesis machen. Wenn man morgens früh aufbricht, dann reicht ein Tag für beide Orte aus. Es sei denn man möchte in Sigulda zusätzlich die Burg Treyden besichtigen, dann könnte es aufgrund der seltenen

Verbindungen knapp werden. Vorab sollte man sich informieren, wann die Züge fahren, da sie nicht so oft fahren.

Unser Praktikum sollten wir in der klinischen Chemie machen, aber uns wurde die Möglichkeit gegeben in alle Bereiche des Labors einmal reinzuschneppern. Nicht in jedem Bereich konnten wir gut mit anpacken und helfen. In dem Labor konnten nicht alle MitarbeiterInnen Englisch. Außerdem war die Labor-EDV, etc. auf Lettisch. Das hat die Möglichkeiten der Arbeiten für uns eingeschränkt. Dennoch waren alle sehr freundlich zu uns und haben sich bemüht uns Sachen zu erklären.

Der größte Unterschied im Labor ist die Anzahl der Proben, die pro Tag bearbeitet werden. Für ein Universitätskrankenhaus in einer großen Stadt, wie Riga, treffen im Verhältnis z.B. der MHH sehr viel weniger Proben ein. Die meisten Mitarbeiter hatten zwischendurch immer wieder Pausen, in denen sie keine Proben zu bearbeiten hatten. Da wir immer zu zweit an einem Platz eingeteilt waren zusätzlich zur normalen Arbeitskraft, gab es für uns oftmals wenig zu tun. Unsere Aufgabe bestand in der klinischen Chemie hauptsächlich darin, die Proben in den Automaten zu stellen, sie wieder rauszuholen und den Automaten aufzufüllen. Diese Arbeit war allerdings dann für drei Personen zu wenig weswegen wir zwischendurch oft nichts zu tun hatten. Am meisten eigenverantwortliche Aufgaben haben wir in der Mikrobiologie bekommen, weswegen meiner Meinung nach die Mikrobiologie besser für ein Praktikum in diesem Krankenhaus geeignet ist als die klinische Chemie. Außerdem ist der Anteil an MitarbeiterInnen, die Englisch sprechen dort am höchsten, weswegen man bei Fragen nicht zwingend nur auf eine Person angewiesen ist.

Der Arbeitsweg ist relativ lang und vor allem bei Regen nicht besonders angenehm, aber machbar. Zunächst fährt man ab der Station Bulduri ca. 20 Minuten mit dem Zug zur Haltestelle Zaslauks. Ab der Station muss man nochmal 20 Minuten gehen, jedoch ist das nicht der schönste Weg, da man viel an einer großen Straße entlanggeht. Bei Regen wurden wir ordentlich nass. Insgesamt waren wir fast immer eine Stunde unterwegs von der Unterkunft bis zum Krankenhaus oder andersherum.

Insgesamt war es eine schöne Zeit und ein interessantes Land, was viele Möglichkeiten für Unternehmungen und Entdeckungen bot. Ich würde ein Erasmuspraktikum jedem ans Herz legen, der schon immer mal ein paar Wochen im Ausland verbringen wollte. Es ist eine tolle Möglichkeit.

Von Merle Oehlsen

Fotos von links oben nach rechts unten: 1. Jūrmala Strand 2. Riga von oben
Aussichtsplattform der Lettischen Akademie der Wissenschaften 3. Tallinn 4. Burg Cesis



