

# Erfahrungsbericht Erasmus+ Riga, Lettland 2023

## Vorbereitung (Planung, Organisation, Bewerbung)

Ich hatte mich noch nie wirklich mit dem Land zuvor auseinandergesetzt und es war auch nie ein geplantes Reiseziel, als ich aber während meiner Praktikumsplatz suche darauf angesprochen wurde, ob das nicht etwas für mich wäre, habe ich mich genauer informiert. Schnell fand ich es doch sehr interessant in ein Land zu fahren, das ich vorher gar nicht so beachtet habe. Ich habe von Frau Buchroth den Kontakt zu Frau Grauduma in Lettland bekommen, sie arbeitet an der Universität und ist für Studenten aus dem Ausland zuständig. Ich habe ihr eine E-Mail gesendet und einige Tage gewartet, als dann noch keine Antwort kam, habe ich mich entschieden sie anzurufen, erfolgreich. Sie hatte sofort abgenommen und zudem auch noch den Praktikumsplatz zugesagt. Nach und nach habe ich alle Unterlagen zusammen bekommen, es gestaltete sich natürlich etwas zeitaufwendig, aber doch sehr einfach.

## Unterkunft und Anreise

Bei der Suche nach den Fahrtmöglichkeiten waren zu dieser Zeit die Flugpreise sehr hoch, ich entschied mich daher, mit dem FlixBus zu fahren, dies dauerte zwar wirklich lange, war aber um Welten günstiger. Die Fahrt verlief sehr gut und problemlos.

Als Unterkunft habe ich mir ein Airbnb ganz nah am Klinikum ausgesucht, der Fußweg beträgt um die fünf Minuten. In meinem Airbnb hatte ich ein Apartment für mich alleine, mit Schlafzimmer, Küche, Essbereich, Badezimmer und sogar einer Waschmaschine. Der Hausbesitzer war so freundlich und hat mir die Bolt App empfohlen, um innerhalb Riga mobil zu sein. Das ist eine Art Taxi System, das wirklich sehr gut war, ich habe es regelmäßig genutzt.

## Arbeiten auf Station

Ich wurde sehr herzlich aufgenommen und habe mich in all der Zeit sehr Wohlfühlt. Das Pflegesystem war natürlich ganz anders, ich wurde mit anderen Schwerpunkten konfrontiert, aber ich wurde dazu sehr gut angeleitet und begleitet. Nach einiger Zeit wusste ich, welche Aufgaben für mich anstehen, wenn ich zum Dienst komme, es wurde auch erwartet, dass ich diese Aufgaben selbständig erledigen konnte. Ich war hauptsächlich in der Intensivüberwachung der Neurochirurgie beschäftigt, ich durfte aber auch die neurochirurgische Station kennenlernen, ich hatte viele OP-Tage und durfte auch die Allgemeine Intensivstation kennenlernen. Auf meinen Wunsch durfte ich zudem auch mal einen Einblick in den Nachtdienst gewinnen.

## Freizeit

Ich hatte sehr viel Freizeit in Riga, die ich natürlich selbst bestimmen durfte. Ich habe mir ausführlich die Altstadt angeschaut, viel außerhalb essen gegangen, aber auch mal den

Lieferdienst ausprobiert und selbst gekocht. Mobil wurde ich durch die Bolt Taxis, die teilweise nur 1€/km kosten oder auch mit dem Bus/Tram Ticket, für 30 Tage, 30€ gekostet haben. Für eine Zugfahrt an den Strand in Jūrmala habe ich nur 88 Cent bezahlt. Am teuersten finde ich die Hygieneartikel. Abgesehen von dem guten Essen habe ich auch einige Museen besucht, Einkaufszentren, Bars, den Wald, den Zoo, Aufführungen und berühmte Sehenswürdigkeiten.



## Fazit

Es war eine sehr schöne Erfahrung und einfach mal entspannend anders als der Alltag in Deutschland. Ich habe die Zeit hier sehr genossen, viel gesehen und erlebt. Meine sozialen Kontakte habe ich Vor Ort sehr schnell über die App Bumble gefunden, somit habe ich wirklich viele neue Leute treffen können. Mit der englischen Sprache bin ich sehr gut zurechtgekommen, für den Patientenkontakt haben mich russische Vorkenntnisse aber auch weitergebracht. Die Patienten sprachen hauptsächlich Lettisch aber auch Russisch, Englisch, Deutsch.