

# Erfahrungsbericht Umeå University – Wintersemester 2015/16

Franziska Gross

## Warum Schweden?

Einen Auslandsaufenthalt in Schweden, davon habe ich schon lange geträumt. Nicht nur die guten Arbeits- und Studienbedingungen haben mich überzeugt, nach Schweden zu gehen, sondern auch die wunderschöne Landschaft, die einfach zu lernende Sprache und die völlig neue skandinavische Kultur. So habe ich mich im Internet, über Frau Moll, über Erfahrungsberichte und die Uni-Seite informiert, ob unsere Uni überhaupt eine Partnerschaft mit Schweden hat. Ich konnte zwar noch kein Schwedisch, wollte dies jedoch bis zu meinem Auslandssemester noch lernen. Ich habe mich erstmals im Winter 2013 beworben, in meinem damaligen 5ten Semester, wurde jedoch aufgrund mangelnder Sprachkenntnisse nicht genommen. Dann habe ich zwei Sprachkurse belegt und mich im Winter 2014 für das WiSe 2015/16 nochmals beworben. Damals hatte ich das A2- Niveau in Schwedisch. Nun hat es mit meiner Bewerbung geklappt und ich hatte eine Zusage für die Umeå Universität. Doch nun begannen auch die Schwierigkeiten mit der richtigen Kurswahl. Leider bietet Schweden seit ein paar Jahren nicht mehr, so wie früher, verschiedene Kurse aus verschiedenen Semestern an und so konnte ich im Voraus nur den Kurs „Examensarbete“ (= Examensarbeit) aus dem 10. Semester belegen. Dieser kann als äquivalent zu unserer Doktorarbeit angesehen werden. Es ist jedoch viel strukturierter und jeder Schwede, der Arzt werden möchte, muss diese Arbeit schreiben. Man hat ein Semester Zeit, um sich mit einem Thema zu beschäftigen und wird auch einem Forscher zugeteilt. Ich sollte diese Arbeit auf Englisch verfassen und es sollten mir 30 ECTS Punkte dafür angerechnet werden.

## Vorbereitung

Vor der Reise nach Umeå habe ich mich noch um folgende Dinge gekümmert:

- Wer ein Auslandsaufenthalt in Schweden an einer medizinischen Fakultät macht, der braucht eine Bestätigung, dass er nicht infektiös mit MRSA, Salmonellen, Tuberkulose etc. ist. Diese Tests kann man beim Hausarzt machen und kosten etwa 250 Euro.
- Impfbescheinigung, Datenschutzbescheinigung (diese haben wir mal im Zuge eines Kurses von der Uni bekommen)
- Kreditkarte machen (ich empfehle Jedem die DKB- Karte, mit der VISA kann man überall in Schweden kostenlos abheben und mit der Giro- Karte und VISA überall bargeldlos bezahlen)
- Auslandsversicherung habe ich nicht abgeschlossen, man hat über jede gesetzliche Krankenkasse auch einen Auslandsversicherungsschutz
- Die schwedische Uni bietet Wohnheimplätze an, dafür sollte man schon recht früh die Anzahlung machen. Dann kann man noch aus einer großen Auswahl an freien Wohnheims Plätzen auswählen.
- Sprachkurse unbedingt belegen! Die machen in Würzburg durch die netten Lehrer am Spracheninstitut mehr als Spaß und man lernt dort schon ein paar nette Leute kennen, die auch nach Umeå gehen wollen.

## Anreise

Nach Umeå kommt man super mit SAS. Diese Airline fliegt zwar nicht direkt von Deutschland nach Umeå (obwohl eine Verbindung Düsseldorf→ Umeå geplant ist), sondern macht immer einen Zwischenstopp in Stockholm. Dafür gibt es einen billigen Youth –Tarif, sodass man pro Flug mit etwa

100 Euro rechnen muss. Ein paar Studenten, die ich während meiner Zeit kennen gelernt habe, sind auch mit dem Auto oder dem Zug an- und abgereist und haben dann ein paar Zwischenstopps in den baltischen Ländern gemacht, auch sicher keine schlechte Reisemöglichkeit. Vom Flughafen fährt der Flyggbus (Linie 80) zur Uni. Hier wird man gleich nett empfangen und bekommt durch das IHO seine Schlüssel zum Wohnheim. Über von der Uni zur Verfügung gestellte Taxis wird man dann ins Wohnheim gebracht und kann sich auch gleich ein bisschen einrichten.

## **Wohnen**

Wohnheimsplätze werden von der Uni vergeben, es gibt verschiedene Plätze zum Wohnen. Auswählen kann man zwischen Berghem, Nydala, Mariehem, Gluntensväg und Alidhem. Ich habe in Alidhem, in Historiegränd gewohnt. Hier hatte ich ein Zimmer mit eigener Kitchenette und Bad und unser Korridor hatte auch noch eine Gemeinschaftsküche mit Ofen und einen Aufenthaltsraum. Da allerdings jeder in seinem Zimmerchen gekocht hat, habe ich meine Zimmernachbarn leider überhaupt nicht kennen gelernt, da wir uns nicht in der Küche begegnet sind und es zu keinen gemeinsamen Koch-Abenden oder Fernsehnachmittagen gekommen ist. Das war sehr schade, da ich mir eigentlich gewünscht habe, in Kontakt mit Schweden zu kommen. Ich würde künftigen Studenten empfehlen, ein Zimmer in Nydala auszuwählen (hier sind die schönsten und auch begehrtesten Wohnheimsplätze zu finden, das Wohnheim ist nahe zum See und zum Iksu und zu Uni auch nicht zu weit). Auch Alidhem hat sicher seine Vorteile, was Einkaufsmöglichkeiten und Partys betrifft. Man trifft immer hier immer Jemanden und hat es zu den meisten Korridorpartys und zum Lokal nicht weit. Bezahlt habe ich im Voraus etwa 8000 SEK und dann im Semester nochmal um die 7000 SEK.

## **Anschaffungen**

Während der ersten Woche würde ich mir einige Anschaffungen leisten, die das Leben in Umeå erleichtern. Dazu gehören:

- Ein Fahrrad. Kaufen kann man dieses zwar neu über Biltema allerdings gibt es zahlreiche Verkäufer wie „BellaBella“, die über diverse Facebookseiten („Umea International Bike Market“) Fahrräder verkaufen. Auch hat „Returbutiken Strömpilen“ und ein Sport Second Hand in der Stadt nette Sachen.
- Alidhem Returbutiken: Ein netter aus Bangladesh stammender Schwede verkauft allen möglichen nützlichen und unnützen Krempel. Kaufen sollte man allerdings Thermos, Brotboxen und wer mag ein bisschen Deko fürs Zimmer
- Umeå Bus Card: nützlich für Touren zum Flughafen, um Freunde abzuholen, für Stadtfahrten bei schlechtem Wetter oder Ähnliches- gibt es beim Kiosk
- Telefon SIM-Karte: Empfehlen kann ich „Telia“, hier bekommt man für 100 SEK eine SIM-Karte und zahlt jeden Monat 100 SEK für eine Monatskarte, die 500 MB, 100 SMS und unbegrenzt Telefonminuten enthält. Macht Sinn, weil irgendwann Jeder eine schwedische Nummer hat
- Router. Gibt es auch über Facebookseiten wie „International ebay“ zu verkaufen und ist ganz nützlich, um auch mit dem Handy ins Internet zu kommen
- UmU- Card. So schnell wie möglich aus dem International Office abholen
- Studentenverbindungen-Karte („Campuskort“) Eine Karte mit der man in die Verbindungshäuser reinkommt und hier billige Getränke und Essen kaufen kann. Absolut empfehlenswert

## **Kurse in Umeå**

Leider bietet die Uni Umeå keine klinischen englischsprachigen Kurse mehr an, bei denen sich internationale Studenten eintragen können und so war der einzige Kurs, den ich im Voraus belegen konnte, die Examensarbeit. Etwa zwei Wochen vor Antritt meines Auslandsaufenthalts habe ich das Thema meiner künftigen Examensarbeit bekommen, welches in der Neurologie gemacht werden sollte. Ich sollte MRT-Bilder auswerten. Anfangs habe ich noch vorgehabt, die Arbeit zu schreiben und den Kurs zu belegen und habe die zugehörigen Vorlesungen besucht (Statistik), die wegen mir als Austauschstudenten auf Englisch gehalten wurden. Die Dozenten und Professoren waren alle sehr interessiert und hilfreich und haben mir das Infomaterial zukommen lassen. Allerdings habe ich mich dann nach einigen Treffen mit meinem Betreuer doch noch gegen die Arbeit entschieden, nachdem ich Rücksprache mit einigen deutschen Professoren gehalten habe. Anfangs habe ich versucht, die Examensarbeit als Doktorarbeit anrechnen zu lassen und habe mich ein bisschen in der Würzburger Neurologie informiert, ob eine Zusammenarbeit mit der schwedischen Klinik möglich wäre. Leider forschen jedoch die Würzburger Ärzte nicht an dem gleichen Thema wie die Schwedischen Kollegen und die Examensarbeit würde nicht dem Umfang entsprechen, den eine deutsche Doktorarbeit hier hätte. So entstanden daraus zwei Probleme: Ich hätte noch weitere Untersuchungen machen müssen, damit ich auf den Umfang einer deutschen Doktorarbeit kommen würde, diese Untersuchungen könnte aber kein Arzt in Würzburg betreuen, da es sich um ein komplett neues Forschungsprojekt handelt, das hier nicht behandelt wird. Außerdem könnte sich auch kein Forscher um mein Kolloquium kümmern, welches ich im Zuge der Doktorarbeit bestehen müsste. So habe ich mich letzten Endes nach 4 Wochen in Schweden gegen die Examensarbeit entschieden. Vielleicht könnte man, wenn man das Thema schon früher weiß, sich schon hier in Deutschland persönlich mit Doktoren in Verbindung setzen und eine Zusammenarbeit besprechen.

Nun habe ich in Schweden einen Sprachkurs belegt: A2+, welcher in der Uni stattfindet. Außerdem habe ich auch das Tandem-Programm gewählt und habe so einen super Kontakt zu einer netten Schwedin hergestellt (dazu später mehr).

Carina Johansson (die Koordinatorin der medizinischen Fakultät in Umeå) hat mir dann schließlich zugesagt, dass ich einige klinische Praktika belegen kann. Leider hat sich das etwas hingezogen, bis Carina mit den Verantwortlichen geredet hat und so habe ich in dieser Zeit ein paar freie Vorlesungen besucht und mich dem Schwedisch-Kurs gewidmet. Schließlich konnte ich im November das klinische Praktikum Dermatologie für zwei Wochen besuchen was mir sehr viel Spaß gemacht hat und ich auch viel lernen konnte. Die Studenten mussten Patienten aufnehmen, untersuchen und dann später in einem Seminar den anderen vorführen und weitere diagnostische Schritte erklären.

Schließlich habe ich noch ein Praktikum auf der Intensivstation bekommen, welches zwei Wochen ging. Auch hier konnte ich viel lernen, allerdings waren beide Praktika auf Schwedisch, das heißt dass ich Vieles verstanden habe, aber oft auch auf Englisch nachfragen musste. Jedoch waren alle Ärzte immer hilfsbereit und nett und haben mir Fragen gestellt und mich viel untersuchen lassen. Auch war es schön, mal den klinischen Alltag in Schweden mitzuerleben.

## **Freizeitgestaltung**

Die ersten Wochen in Schweden war es noch schön warm und man konnte viel draußen unternehmen und das Land bietet jedem Outdoor-Fan eine große Palette an Aktivitäten. So waren wir fast jedes Wochenende wandern, Klettern, im See schwimmen und saunieren, haben eine Tour ans Nordkap gemacht, waren im Süden, in Stockholm unterwegs und zum Schluss im Winter noch in Abisko.

Das große Fitnesszentrum IKSU bietet für Jeden interessante Kurse und Geräte an und über Iksu alpin oder IKSU friluft kann man Touren buchen und zum Beispiel Ski fahren gehen, Wandern gehen oder eine Höhlentour machen. Es lohnt sich auf Jeden Fall Mitglied zu werden und für eine 4monatige Mitgliedschaft zahlt man auch nur 2000 Kronen, was für die Leistungen des Studios wirklich nicht viel ist. Außerdem ist hier fast jeder Student eingeschrieben und es macht Spaß, sich gemeinsam abends noch auszupeinern. Die Uni bietet außerdem ein Buddy-Programme an, an welchem ich Jedem empfehle, teil zu nehmen. Eine Buddy- Gruppe besteht aus ungefähr 30 Internationalen Studenten und 10 Schweden. Man unternimmt viel in dieser Gruppe und wir waren zusammen Lasertack spielen, haben viel Brännball gespielt, waren auf der Stadtrally und Fotoralley und haben ein paar Mal zusammen gekocht und waren zusammen auf Partys. Diese Buddy-Events haben auch deshalb so Spaß gemacht, weil man hierüber viele Schweden kennen gelernt hat und mal Schwedisch sprechen konnte.

Außerdem habe ich über das Tandemprogramm (für welches man von der Uni 3 ECTS Punkte bekommt) eine sehr nette Schwedin kennen gelernt, bei deren Hochzeit ich dann auch über Silvester war. Diese Freundschaft, da bin ich mir recht sicher, wird noch über die Jahre halten. Bei den anderen Schweden bin ich mir nicht sicher, ob wir noch Kontakt halten werden. Die Schweden sind ein sehr zurückhaltendes Völkchen, es braucht seine Zeit, mit ihnen in Kontakt zu kommen und sie würden dich eher selten fragen, ob du Lust, hast, was zu unternehmen. Da ist dann schon Eigeninitiative gefragt.

### **Fazit**

Ein Auslandsaufenthalt? Auf Jeden Fall!!

In Umeå, in Schweden? Ja und Nein!

Ich würde jedem Mediziner raten, einen Auslandsaufenthalt zu machen. Es geht nicht nur um die Verbesserung der sprachlichen Fähigkeiten sondern auch um die persönliche Weiterentwicklung. Ich habe viele unterschiedlichen Leute kennen gelernt und auch ein paar richtige Freunde kennen gelernt. Leider ist die Universität in Umeå nicht so ein Traum für einen Mediziner, der sich alle Kurse anrechnen lassen möchte und deshalb auch kein Semester verlieren möchte. Leider muss man nämlich das Semester hier in Deutschland komplett wiederholen. Ich habe mit einigen Programmverantwortlichen reden können und auf die derzeitige Situation für internationale Studenten aufmerksam gemacht und mir wurde versprochen, die Kurse zu ändern und für zukünftige Semester ein besseres Angebot aufzustellen. Ich hoffe, dass sich diese Pläne bald in die Tat umsetzen und Du schon bald in Umeå ein tolles Semester verbringen kannst.

