

Erfahrungsbericht Erasmus - Kuopio

Vorbereitungen:

Beworben für ein Erasmus-Semester in Finnland habe ich mich im Januar 2023. Aufgrund der großen Nachfrage fand ein MHH-internes Losverfahren im März statt, bei dem 4 von 10 Personen ausgelost wurden. Gegen Ende Oktober kam dann die offizielle Zusage von der University of Eastern Finland. Die Erstellung des Learning Agreements verlief unkompliziert und auch die Kommunikation mit den Koordinatoren aus Finnland war sehr einfach. Als die Zusage aus Finnland kam, habe ich mich für eine Unterkunft beim Unternehmen Kuopas beworben, die möblierte Zimmer in den Studentenwohnheimen anbietet. Wenn man sich bei der Student Union der UEF für 40 Euro anmeldet, kann man ein Survival Package erwerben, in dem Bettwäsche, Handtücher und Küchenutensilien enthalten sind, sodass man sich um diese Dinge vor Ort nicht kümmern muss, auch wenn es dort zahlreiche Second Hand Shops gibt. Am 4. Januar 2024 bin ich dann von Hamburg aus über Helsinki nach Kuopio geflogen.

Unterkunft:

In Kuopio kann man sich beim Unternehmen Kuopas für ein Zimmer im Studentenwohnheim in 2er- und 3er WGs bewerben. Dort gibt es 2 Studentenwohnheime, in denen Erasmus-Studenten untergebracht sind - *Katiskaniementie 6* und *Kuntokuja 2*. Während in *Kuntokuja* auch einige Familien und finnische Studenten leben, wohnen in *Katiska* ausschließlich Erasmus-Studierende. Ich hatte mich für beide Wohnheime beworben und ein Zimmer in einer 2er-WG in *Katiska* bekommen und war sehr zufrieden damit. Leider erfährt man vorher nicht, mit wem man zusammen wohnt. Die Wohnungen sind recht groß, die Zimmer sind mit einem Bett inkl. Matratze und Bettwäsche, Schrank, Schreibtisch und einem Stuhl ausgestattet. Die Matratzen sind sehr dünn, weswegen sich viele eine zweite Matratze kaufen. In der Küche ist viel Platz mit einem Tisch und einigen Hockern, sodass man dort gut mit vielen Leuten zusammen sitzen kann. *Katiska* besteht aus separaten Gebäuden von A-G, in denen die Wohnungen auf 2 Etagen verteilt sind. Wenn man in ein anderes Apartment gehen möchte, muss man immer einmal nach draußen gehen, da die Türen direkt nach draußen zeigen. Das Wohnheim liegt zwar etwas außerhalb, aber dafür sehr in der Natur und direkt am See. Mit dem Bus 7 kann man aber sehr einfach direkt zur Uni (15min) und in das City Center (20min) fahren. Daher bietet es sich an, sich eine Busmonatskarte (40 Euro) zu kaufen. Im Sommer kann man auch die Fahrräder von Freebike für wenig Geld mieten.

Studium an der UEF:

Auf der Internetseite Peppi der UEF kann man sich die Kurse anschauen, die auf Englisch für exchange students angeboten werden. Ich hatte mich für Anästhesie, Onkologie, HNO und Neurologie entschieden. Da der Neurologie-Kurs voll war, habe ich ein 4-wöchiges Practical Training in der Neurologie gemacht. Dort habe ich zu Beginn eine Art Stundenplan bekommen, in der genau stand, wann ich wo sein soll und wer an dem Tag meine Ansprechpartner sind. Meistens war morgens eine neuroradiologische Frühbesprechung, dann ging es zur Visite und nachmittags in die Notaufnahme. Eine Woche war ich dann noch in den verschiedenen Abteilungen der Poliklinik und in der letzten Woche war ich in der ICU/ER. Dadurch hat man verschiedene Bereiche und Krankheiten der Neurologie gesehen. Die Ärzte waren nett, nichtsdestotrotz ist die Sprachbarriere nicht wegzudenken. Während der Visite wurde verständlicherweise auf Finnisch geredet, wodurch man natürlich nicht so viel verstanden hat. Meistens wurde einem danach das Wichtigste aber auf Englisch übersetzt, sodass man der Visite recht gut folgen konnte. Ab und zu durfte man auch selber die neurologische Untersuchung durchführen und auch eine Lumbalpunktion durchführen. Anästhesie und Onkologie waren Kurse, die lediglich für exchange students angeboten wurden und somit komplett auf Englisch waren. Der Unterricht findet in Kleingruppen von ca. 8-10 Studierenden statt. Beide Fächer bestanden überwiegend aus Vorlesungen, wobei in Anästhesie an einer Puppe die Reanimation, auch anhand einiger Szenarien, geübt wurde. Beide Kurse gingen circa 2 Wochen lang. Im Anschluss an den Kurs gibt es eine Prüfung, die vor Ort geschrieben wird und aus Freitextaufgaben besteht. Der Kurs, der mir am meisten Spaß gemacht hat, war HNO. In diesem Kurs gibt es nur zwei Plätze für exchange students, da er zusammen mit den finnischen Studenten aus dem 5. Studienjahr ist. Die Ärzte übersetzen einem alles und der Kurs ist sehr praktisch. Man lernt vor allem die HNO-ärztliche Untersuchung und führt diese eigenständig bei Patienten durch und bespricht diese danach. Die Organisation in dem Kurs war sehr gut und man hat dort echt viel gelernt. Außerdem war es interessant zu sehen, wie das finnische Medizinstudium abläuft, welches doch deutlich praxisorientierter ist. Besonders gut ist die Mensa an der UEF. Dort bekommt man z.B. das

vegetarische Gericht für unter 2 Euro inkl. Salatbar und Brot mit dem selbstgemachten Hummus. Das Essen ist sehr lecker, weswegen wir dort fast jeden Tag gegessen haben.

Alltag und Freizeit:

Als ich in Finnland angekommen bin, waren es -30°C . Mit Skihose, dicker Winterjacke, Thermounterwäsche, Skisocken, Schneeschuhe, Mütze, Handschuhe und Schal war es aber auszuhalten. Über den Unisport Sykettä kann man für 40 Euro im Semester das Gym und sämtliche Sportkurse besuchen, was man wirklich empfehlen kann. Jeweils eine Woche vorher kann man sich dann für die Kurse einbuchen. Ende Januar wurde der See am Hafen für das Schlittschuhlaufen freigegeben. Dort ist dann eine Strecke von 7,5km präpariert und im Februar findet auch der Eismarathon in Kuopio statt. Außerdem kann man direkt beim Wohnheim Langlaufen und in Tahko kann man Ski fahren gehen. *Timetravels* bietet organisierte Reisen an. Ich war darüber in Lappland und in den Lofoten, was beides sehr sehenswert ist. In Lappland kann man verschiedene Aktivitäten wie eine Husky-Schlittenfahrt, Schneeschuhwandern oder einen Tagestrip nach Norwegen zum Arktischen Ozean dazubuchen. In den Lofoten wandert man in den Bergen und kann beispielsweise Kajak fahren. Außerdem gibt es eine Schifffahrt von Helsinki nach Stockholm, in der hunderte von Erasmus-Studenten auf dem Schiff sind und abends feiern, dann einige Stunden in Stockholm verbringen und abends wieder zurück fahren. Zusammen mit anderen Erasmus-Studenten haben wir außerdem selbstständig Trips zu den baltischen Ländern, Schweden und Norwegen organisiert. Auch innerhalb Finnlands kann man sehr einfach mit dem Zug in die anderen Städte fahren. In Finnland ist es Brauch, dass jeder Studiengang seinen eigenen Overall hat. Für die Mediziner ist es die Farbe schwarz und den Overall kann man für 50 Euro im Kuolo-Büro kaufen. Der Overall wird zu den verschiedenen Student Events getragen, bei denen man Patches bekommt, die man dann auf den Overall nähen kann. Über das Semester kann man also Stück für Stück seinen Overall mit immer mehr Patches bestücken. In der Kide App werden alle Partys, die über das Semester angeboten werden, angezeigt und man kann sich in der App die Tickets für die Events kaufen. Meistens finden sie im Apteekkari oder im Nousu statt. Das Highlight für die finnischen Studenten ist der sogenannte May Day/Wappu. An dem Tag sind alle Mediziner draußen in ihren Overalls und feiern. Die Mediziner haben ein eigenes Clubhaus im Wald, in dem abends dann zusammen gefeiert wird. Karaoke ist in Finnland groß geschrieben, sodass es in vielen Bars Karaoke gibt. Eine andere finnische Tradition sind die SitSits, bei denen zusammen finnische Lieder gesungen und gleichzeitig getrunken wird. Abseits vom Feiern sollte man unbedingt die kostenlosen Saunazeiten dienstags in den Wohnheimen nutzen oder die Saunatage im Gym an der Uni. Auch die Sauna Saana ist sehr zu empfehlen. Zusammen mit den anderen Erasmus-Studenten haben wir häufig abends zusammen gekocht oder Spiele gespielt. Nachdem es Anfang Mai noch einmal geschneit hatte, wurde es dann ab Mitte Mai in Kuopio auch richtig sommerlich, sodass wir fast jeden Tag am See waren oder BBQ organisiert haben.

Fazit:

Ich habe so unfassbar tolle Freunde im Erasmus kennengelernt, mit denen man viele schöne Erinnerungen geschaffen hat und der Abschied ist allen sichtlich schwer gefallen. Finnland selbst ist ein sehr schönes Land und ich habe mich dort sehr wohl gefühlt. Von anfänglichen -30°C und hohem Schnee bis nahezu $+30^{\circ}\text{C}$ Ende Mai, wo man im See baden konnte, haben wir alles erlebt. Ich kann jedem definitiv empfehlen, ein Erasmus-Auslandssemester generell, aber vor allem auch in Finnland, zu machen!



