

### **Vorbereitung**

Die Bewerbung für das Erasmus+-Programm verlief unkompliziert. Auf der Seite des International Office der MHH findet man alle relevanten Informationen und Fristen. Nach der Bewerbung kommt der wohl schwierigste Abschnitt, das Warten. Da sich für Prag vier Studierende beworben hatten, aber nur drei Plätze zur Verfügung standen, wurden die Plätze ausgelost. Glücklicherweise durfte ich einen dieser Plätze antreten. Nachdem Frau Steinhilber unsere Daten an die Charles University weitergegeben hatte, kam recht schnell eine E-Mail der Erasmuskordinatorin vor Ort. Die Kurse müssen individuell selbst zusammengestellt werden. Dafür gibt es auf der Seite der Fakultät zum einen die Study Plans, in denen das Kursangebot und die Kursbeschreibungen eingesehen werden konnten und die Time Tables, in denen man schauen konnte, wann welche Kurse im letzten Semester stattfanden. Wichtig ist dabei darauf zu achten, dass sich die Kurse nicht überschneiden. Auch die Wahlfächer konnten hier eingesehen werden. Die Erasmuskordinatorin weist nach dem Einreichen des Learning Agreements darauf hin, dass man die Kursleitung anschreiben soll, um eine Bestätigung der Teilnahme zu bekommen. Sie erwartet die Zusagen ein paar Wochen vor Semesterbeginn, sodass es sinnvoll ist, dies direkt nach der Bestätigung des Learning Agreements zu erledigen. Da es in Prag das Learning Agreement noch handschriftlich gibt, muss man also sowohl dies, als auch das OLA der MHH digital ausfüllen. Die Koordinatorin ist von ihrem Umgangston her sehr direkt und etwas schwierig. Mein Tipp dafür wäre also: Alles schnell und akribisch zu beantworten und jedwede Bemerkungen nicht persönlich zu nehmen. Zusätzlich zu den Unikursen wurde auch ein vorgeschalteter, drei-wöchiger Intensiv-Tschechisch-Kurs angeboten, für den man sich ebenfalls bewerben kann. Die E-Mail der Universität dazu kommt relativ kurzfristig (bei mir erst im November). Falls da Interesse dran besteht, sollte man diesen schon vorher einplanen und sich die Zeit gegebenenfalls freihalten.

### **Unterkunft**

Zum Wohnen in Prag gibt es verschiedene Möglichkeiten. Die meisten Studenten wohnen entweder in einer Erasmus-WG oder im Studentenwohnheim. Ich habe mich für Letzteres entschieden, da mir die Mietkosten für WGs (600-700€ (Hörsagen)) dann doch etwas zu hoch waren. Sobald der Kontakt mit der Charles University besteht, bekommt man bei der Online-Registrierung auch das Angebot in einem Wohnheim der Uni zu wohnen. Ich habe in dem Studentenwohnheim in Hostivar gewohnt, welches mir zugeteilt wurde. Die Zimmer dort teilt man sich mit einer weiteren Person (Wünsche können beim Einchecken angegeben werden, falls zum Beispiel Kommilitoninnen zum selben Zeitpunkt da sein sollten). Insgesamt ist das Wohnheim in die Jahre gekommen und spartanisch eingerichtet, mit ein paar Bildern und Pflanzen kann man es sich aber recht gemütlich machen. Für mich persönlich war es vollkommen in Ordnung, da es nur ein absehbarer Zeitraum war und die Miete dafür (~ 200€) sehr günstig war. Die Miete wird Tag genau berechnet, entsprechend sollte man, falls man plant früher abzureisen, dies rechtzeitig dem Accomodation Office mitteilen. Die Lage des Wohnheims ist leider sehr weit außerhalb. In die Stadt braucht man ca. 40 Minuten mit der Tram, oder alle halbe Stunde 15 Minuten mit dem Zug. Zur Uni braucht man ca. 15-20 Minuten mit der Tram. Prinzipiell ist das Netz der öffentlichen Verkehrsmittel aber sehr gut ausgebaut, sodass alles gut erreichbar ist, nur etwas mehr Zeit muss man von dort aus einplanen.

### **Universität/Gasthochschule**

Da ich mich für den oben bereits erwähnten Intensivsprachkurs entschieden habe, ging für mich dieser zunächst online los, da ich in der ersten Woche noch Prüfungen schreiben musste. Danach nahm ich dann in Präsenz in Prag an dem Kurs teil. Der Kurs wird vom Institut für Sprachen ausgerichtet und richtet sich an alle Erasmus-Studenten, unabhängig von der Fachrichtung. Ich kann diesen Kurs nur wärmstens empfehlen. Der Kurs ist super strukturiert und man lernt etwas für den

alltäglichen Gebrauch. Außerdem ergibt sich dadurch die Möglichkeit schon weitere Erasmusstudenten kennenzulernen, auch nicht Mediziner, da später die Fakultäten getrennt sind. Des Weiteren ist es nützlich die Stadt schonmal kennenzulernen, so kann man bei Semesterstart auch den anderen Erasmusstudenten weiterhelfen und Tipps geben.

An Kursen, die ich mir anrechnen lassen konnte, habe ich Ophthalmology und Infection and Geographic Medicine gewählt. Ophthalmology besteht aus nicht anwesenheitspflichtigen Vorlesungen, insgesamt acht Seminaren (50 % Anwesenheitspflicht) und vier Praktika. All dies fand bei mir innerhalb von zwei Wochen vormittags im Zeitraum von 8 bis 13 Uhr statt. Ich kann diesen Kurs auf jeden Fall empfehlen. Infection and Geographic Medicine kann ich auch sehr empfehlen. Der Kurs besteht aus anwesenheitspflichtigen Vorlesungen und Praktika, in denen man Patienten auf Station visitiert und untersucht. Der Kurs geht ebenfalls über zwei Wochen den ganzen Vormittag. Insgesamt ist dieser Kurs schon anspruchsvoll, da dort viel Inhalt durchgegangen wird. Zusätzlich habe ich mich noch für Critical Care eingeschrieben. Der Kurs geht eine Woche, enthält anwesenheitspflichtige Vorlesungen und Seminare. Was mir besonders gut gefallen hat, ist, dass man viele Simulationen hat (ähnlich dem HAINS an der MHH), in denen man das Wissen praktisch üben kann. Die Prüfungen finden in den meisten Fächern mündlich statt. Man muss sich für die Prüfungen eigenständig im Students-Information-System (SIS) anmelden. Dabei gibt es meist Pre-term Termine, also unterm Semester, und Prüfungstermine in der Examination Period.

Zusätzlich zu den Hauptkursen gibt es eine große Auswahl von Wahlfächern, welche sowohl medizinisch, als auch nicht-medizinisch sein können und meist einmal die Woche nachmittags stattfinden. Vor allem den Kurs Basics of Ultrasound Examination würde ich sehr empfehlen. Dort haben wir unterschiedlichste Fachbereiche besucht und durften uns immer dem Thema entsprechend gegenseitig schallen. Am besten gefallen hat mir der interventionelle Kurstag, an dem wir mit Hilfe von Ultraschall in undurchsichtigem Wackelpudding versenkte Paprikas und Luftballons biopsiert haben. An weiteren medizinischen Kurs habe ich noch Intensiv Care Fundamentales belegt, welchen ich empfehlen würde, sollte in dem Bereich Interesse bestehen. An nicht-medizinischen Kursen habe ich mich für einen Sportkurs, Tourism and Exploring Prague and Surroundings und einem Tschechisch Kurs entschieden. Bei dem Sportkurs bekommt man zum Semesterbeginn eine E-Mail, bei der man sich ähnlich wie Hochschulsport für eine Sportart eintragen kann. Die meisten Sportkurse finden am Sportzentrum in Hostivar statt. Von dem Kurs Tourism and Exploring Prague and Surroundings hatte ich ehrlich gesagt zunächst etwas Anderes erwartet, als er tatsächlich war. Im tschechischen heißt dieser Kurs „turistika“ was ins Deutsche übersetzt nicht Tourismus, sondern Wandern bedeutet. Entsprechend war es auch ein Wanderkurs und kein Tourismuskurs. Auch missverständlich war, dass man nicht gemeinsam wandert, sondern pro Woche eine E-Mail mit der Wanderstrecke (ca. 10km) zugeschickt bekommt, diese flexibel wandern und tracken muss und anschließend hochladen muss. Natürlich kann man sich mit anderen zusammentun, was aber in meinem Fall ziemlich schwierig war, da ich kein Kontakt zu den tschechischen Kommilitoninnen hatte. Ganz alleine würde ich den Kurs nicht empfehlen, da man schon in abgelegenen Ecken wandert. Zusätzlich zum Intensivsprachkurs habe ich mich für en Sprachkurs während des Semesters eingetragen. Es war gut, um in der Sprache drin zu bleiben, aber ich würde ihn nicht noch einmal belegen, da der Intensivkurs schon sehr viel gebracht hat und dadurch das er jeden Tag war auch die Erfolgserlebnisse deutlich größer waren. Sollte man de Intensivkurs nicht belegt haben, würde ich den Sprachkurs aber auf jeden Fall empfehlen, um ein bisschen die tschechische Sprache kennenzulernen.

### **Alltag und Freizeit**

Prag selber ist eine wunderschöne Stadt. Auch nach Monaten gibt es immer wieder neue Dinge zu entdecken. Obwohl es eine Großstadt ist, kann man in den verschiedenen Parks schöne ruhige Ecken finden. Außerdem gibt es auch sehr gute Cafés und Restaurants, in denen man für die Uni lernen, ein

Buch lesen oder sich mit Freunden treffen kann. Von der Erasmus-Community gibt es zwei große Organisationen. Zum einen OhMyPrague und zum anderen ESN (Erasmus Student Network). Beide Veranstalter haben WhatsApp Gruppen und bieten gerade in den ersten Monaten viele Aktionen und Ausflüge an. Ob Karaoke, Pub Quiz oder Stadtführungen. Für jeden ist etwas dabei, sodass man sich gut mit anderen Erasmusstudenten vernetzen kann. Von den Erasmusstudenten der medizinischen Fakultät gibt es ebenfalls eine WhatsApp Gruppe. Von der Fakultät wird jedes Jahr im März ein Fakultätsball in super schönem Ambiente ausgerichtet. Es war ein super schöner Abend und ich würde jedem empfehlen diese Möglichkeit wahrzunehmen. Zum Semesterstart ist es sinnvoll, sich beim Erasmus-Office der Charles University einen Studentenausweis zu holen. Für ein wenig Geld empfehle ich die ISIC zu nehmen. Mit dieser bekommt man viele Rabatte, wie zum Beispiel bei der tschechischen Bahn. Außerdem ist es sinnvoll ein Ticket für die Öffis zu kaufen. Dieses bekommt man zum Beispiel bei der Litacka als physische Karte oder auch als Onlineticket für's Handy (~14€ für drei Monate). Damit kann man in Prag Bus, Tram und Metro, sowie die S-Bahn nutzen. Durch die günstigen öffentlichen Verkehrsmittel bot es sich an Kurztrips an Wochenenden durch Tschechien zu unternehmen. Fast jedes Wochenende waren wir unterwegs, sodass ich super viele Orte in Tschechien kennenlernen konnte. Besonders empfehlen würde ich Kutna Hora, Cheský Krumlov, Decin, Karlsbach, Prachovské skály und Adrspach. Auch weitere Ausflüge in die Nachbarländer sind dank der verschiedenen günstigen Anbieter (Mujvlak, RegioJet, FlixBus) gut zu erkunden.

### **Fazit**

Mein Erasmus in Prag zu machen, war für mich persönlich die genau richtige Entscheidung. Die Stadt ist wunderschön, die Uni Kurse waren alle gut und die Kommunikation mit Englisch funktioniert super. Ich bin in diesen Monaten über mich hinausgewachsen, durfte viele nette neue Menschen kennenlernen und die Erfahrung machen in einem anderen Land auf einer Fremdsprache zu studieren. Ich bin sehr dankbar, dass ich diese Möglichkeit bekommen habe und würde es jedem wärmstens empfehlen, sein Erasmus in Prag zu machen. Vielen Dank nochmal an Frau Steinhäuser und Dr. Fischer für die Unterstützung!

