

Erfahrungsbericht: Erasmus in Prag - Sommersemester 2024

Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung):

Die Bewerbung für ein Erasmus-Auslandssemester ist an der MHH sehr einfach und unkompliziert. Wenn es mehr Bewerber als Plätze gibt, werden die Plätze ausgelost. Mit der Zusage der Gastuniversität per Mail bekommt man Anweisungen für die weiteren Schritte im Bewerbungsprozess an der Gastuniversität. Zugegebenermaßen zieht sich die ganze Organisation und Vorbereitung und dauert je nachdem, ob man im Winter- oder im Sommersemester geht, über ein Jahr. Die Kurse, die man belegen möchte, muss man selbst zusammenstellen, dabei einerseits mit Herrn Fischer absprechen, ob diese äquivalent zu den Modulen an der MHH sind und angerechnet werden können und andererseits mit der tschechischen Koordinatorin Rücksprache halten. Die Anrechnung an der MHH stellt meistens keine Probleme dar und die Gespräche mit Herrn Fischer laufen sehr unkompliziert. Sehr kompliziert und nervenaufreibend war hingegen der Mail-Kontakt mit der Koordinatorin der Gastuniversität. Durch ihre sehr vorwurfsvolle, unfreundliche und herablassende Art sollte man sich auf keinen Fall verunsichern lassen. Ich kann nur empfehlen, möglichst schnell auf ihre E-Mails zu antworten und alles zu machen, was sie verlangt. Die Zusammenstellung des Stundenplans ist nicht ganz einfach, da man sich die Module, die man belegen möchte, selbst aussucht und dabei auch darauf achten muss, dass sich einzelne Kurse nicht überschneiden. Daher ist es ratsam, sich Tipps zur Wahl der Module im Ausland von ehemaligen Erasmus-Studenten zu holen. Bei den Wahlfächern (z.B. Sportkurse oder Ultraschall) ist es wichtig zu wissen, dass man sich selbst informieren muss, ob noch Plätze verfügbar sind und man daran teilnehmen kann. Dafür muss man, sobald alles mit der Koordinatorin der Gastuniversität abgesprochen ist und sie die Kurswahl bestätigt hat, den jeweiligen Kursleitern eine E-Mail schreiben. Dies setzt sie voraus, erwähnt es aber nicht wirklich im Vorfeld!

Für einen optimalen Studienablauf an der MHH konnte ich die Quintilabfolge problemlos wechseln sowie mich von Modulen, die ich im Ausland absolvieren wollte, abmelden. Ebenso problemlos werde ich in das neue Semester an der MHH starten und die Module belegen, die mir noch für den Gesamtschein fehlen.

Unterkunft:

Als Unterkunft habe ich mich für das Wohnheim entschieden, weil mir diese Option als am einfachsten und zuverlässigsten erschien. Zudem ist die Miete recht günstig, weshalb ich mehr Geld für Reisen und Freizeit übrig hatte. Natürlich muss man im Wohnheim Abstriche machen: Man teilt sich zu zweit ein Zimmer, hat aber ein eigenes Badezimmer mit Toilette, Waschbecken und Dusche; die Kühlschränke sind auf dem Flur, die gemeinsame Küche nutzt man gemeinsam mit ca. 16-20 Leuten; es gibt nur wenige Waschmaschinen für ein ganzes Gebäude, eine Mensa ist trotz vorhandenem Online-Menü nicht vorhanden und alles ist eher alt und nicht schön. Die Zimmer sind sehr klein und einfach eingerichtet mit zwei Betten, zwei Schreibtischen und zwei Stühlen sowie Schränken. Dennoch gewöhnt man sich sehr schnell daran und kann dort gut für diesen begrenzten Zeitraum leben, insbesondere wenn man sowieso viel unterwegs ist. Wichtig zu wissen ist, dass einem außer Bettwäsche nichts zur Verfügung gestellt wird. Handtücher, sowie Besteck, Geschirr, Töpfe, Pfannen und jegliche andere Küchenutensilien sind nicht vorhanden und müssen selbst mitgebracht werden. Auch ein wenig Deko oder Fotos sind ratsam, da die Zimmer sonst doch sehr trist sind.

Einige Wochen vor der Ankunft bekommt man eine E-Mail mit einem Zahlungslink für die erste Miete und Kaution und mit Informationen zum Check-in. Diese waren etwas missverständlich ausgedrückt. Ein Check-in außerhalb der Office-Öffnungszeiten ist nicht möglich, man kann aber dennoch außerhalb der Öffnungszeiten anreisen bzw. einziehen und den Zimmerschlüssel an der Rezeption abholen. Lediglich die Formulare müssen dann während der Öffnungszeiten, zum Beispiel am nächsten Tag,

ausgefüllt werden. Der größte Knackpunkt war, dass sich das Wohnheim in Hostivar (Prag 15) und damit sehr weit außerhalb befindet. Ringsherum gibt es nichts außer einige Supermärkte und das Sportzentrum Hostivar, an dem auch einige Sportkurse stattfinden. Um in das Stadtzentrum zu kommen, braucht man ca. 40 min mit der Tram. Die langen Wegzeiten waren daher etwas nervig. Wohnungen bzw. WGs liegen meist zentraler und sind schöner, aber auch sehr viel teurer und mit deutlich größerem Organisationsaufwand im Vorfeld und teilweise auch mit Problemen verbunden.

Studium an der Gasthochschule:

Als Erasmus-Student aus Hannover studiert man an der dritten medizinischen Fakultät der Karlsuniversität Prag. Man wird in das englische Curriculum eingeteilt und hat demnach Kurse auf Englisch zusammen mit den regulär in Prag studierenden internationalen Studenten. Ich habe „Infection and geographic medicine“ (äquivalent zu Immunologie 2) und „Communication and psychologic medicine“ belegt und mein zweiwöchiges Chirurgie-Blockpraktikum sowie ein freiwilliges vierwöchiges Praktikum in der Neonatologie absolviert. Zudem habe ich den Beginner-Tschechischkurs belegt und als Wahlfächer den Sportkurs „Increasing Physical Ability“ und den Wanderkurs „Tourism – Exploring Prague and Surroundings“ besucht. Mit meiner Fächerwahl war ich sehr zufrieden, da ich eine gute Mischung aus Praxis und Theorie hatte. „Infection and geographic medicine“ waren meine ersten zwei Wochen, die aus Vorlesungen und einigen bedside-practices mit Patientenkontakt bestanden. Die Prüfung ist mündlich und auf Englisch, aber gut machbar, da die Prüfungsfragen im System einsehbar sind und man sich daher gezielt darauf vorbereiten kann. Insgesamt war das Modul sehr spannend, aber auch sehr umfangreich. In dem einwöchigen Modul „Communication and psychologic medicine“ geht es hauptsächlich um die Kommunikation mit Patienten, Übermitteln schlechter Nachrichten sowie die Förderung der Patienten-Compliance und nicht um psychologische Inhalte. Dennoch hat das Modul Spaß gemacht, da Vieles praktisch mit Rollenspielen geübt wird und der Kurs insgesamt sehr interaktiv gestaltet ist. Auch meine Praktika in der Chirurgie und Neonatologie kann ich nur weiterempfehlen. Beide Praktika haben mir sehr viel Spaß gemacht und ich habe viel gesehen, wenn ich auch recht wenig selbst machen durfte. Die Ärzte konnten immer englisch und manchmal sogar deutsch und haben sich sehr bemüht und viel erklärt. In den ersten 10 Wochen habe ich den Beginner-Tschechischkurs besucht, da ich es sehr sinnvoll finde, zumindest die Grundlagen der Landessprache zu beherrschen, um sich im alltäglichen Leben verständigen zu können. Alternativ hätte man auch schon vor dem offiziellen Semesterbeginn einen 3-wöchigen Tschechisch-Intensivkurs belegen können. Gut zu wissen ist, dass der Kurs „Tourism – Exploring Prague and Surroundings“ kein Sightseeing-, sondern ein reiner Wanderkurs ist, den man selbst zeitlich flexibel durchführen kann. Er findet nicht in Präsenz statt, sondern man läuft vorgegebene Wanderungen und trackt sie mit einer App. Daher ist es eventuell ratsam, den Kurs nicht allein zu belegen oder sich mit anderen Studenten zusammenzuschließen. Der Sportkurs „Increasing Physical Ability“ findet im Sportzentrum Hostivar statt und damit in unmittelbarer Nähe zum Wohnheim. In den kälteren Monaten waren wir drinnen in einer kleinen Halle und später draußen, wo wir hauptsächlich Lauftraining gemacht haben. In dem Kurs waren fast ausschließlich tschechische Medizinstudenten und es war immer sehr lustig. Falls man allerdings einen weiteren Weg nach Hostivar hat, lohnt sich die Teilnahme meiner Meinung nach nicht wirklich, da der Kurs immer nur ca. 1 Stunde ging.

Insgesamt hat mir das Studium an der Karlsuniversität sehr gut gefallen und ich habe mich dort wohl gefühlt. Alles war sehr strukturiert und organisiert und die Informationen zu den Modulen waren einfach zu finden. Die Lehre war – zumindest in meinen gewählten Kursen - gut und mit praktisch und klinisch orientierten Inhalten und die Dozenten und Ärzte im Krankenhaus waren supernett und offen. Auch die tschechischen Studenten waren durchweg sehr freundlich und hilfsbereit, zuvorkommend und offen und haben häufig übersetzt oder etwas erklärt.

Alltag und Freizeit:

Prag ist die perfekte Erasmus-Stadt. Es gibt eine große Erasmus-Community und verschiedene Organisationen, die zahlreiche Events anbieten, sodass es sehr einfach ist, andere Erasmus-Studenten kennenzulernen. Von Pub Quiz, Karaoke, verschiedene Partys, Städtetrips, City Tours, Sportevents und vielen weiteren Angeboten ist für jeden etwas dabei. Prag selber hat als Stadt ebenfalls super viel zu bieten und ist vor allem im Frühling mit der Kirschblüte und im Sommer, wenn alles grün ist, eine sehr schöne Stadt. Es gibt viele Sehenswürdigkeiten, schöne Parks und Gärten und jede Menge verschiedene Veranstaltungen, wie Märkte, Festivals, Konzerte etc. Außerdem gibt es sehr viele süße Cafés und gute Restaurants, aber auch viele besondere Bars und Clubs. Neben dem Nachtleben ist auch das Kulturangebot mit zahlreichen Museen (insbesondere die Kunstmuseen), Theatern, Kinos, Ballettstücken, Opern und Konzerten sehr vielfältig und durchaus zu empfehlen. Ein weiteres Highlight war der Ball der 3. Medizinischen Fakultät, der am Anfang des Semesters in einem prunkvollen Gebäude stattfand. In meiner Freizeit hatte ich die Möglichkeit Yoga-Kurse für Erasmus-Studenten zu besuchen, die im Sommer draußen im Park stattfanden. Außerdem habe ich verschiedene Boulder-Hallen ausprobiert und an zwei Charity-Läufen teilgenommen. Von Prag aus kann man auch sehr einfach und günstig mit der Bahn oder dem Flixbus durch ganz Tschechien und auch in die Nachbarländer reisen. So habe ich sehr viele Ausflüge innerhalb Tschechiens unternommen und Städte wie Kutná Hora, Tábor, Český Krumlov, Karlovy Vary oder Pilsen besucht oder auch Wanderungen in der definitiv unterschätzten Natur Tschechiens gemacht. Hier kann ich vor allem den Nationalpark Český ráj (übersetzt böhmisches Paradies) und die Felsenstadt in Adršpach empfehlen. Zudem habe ich längere Trips nach Budapest und Bratislava, Wien, Linz und an den Attersee in Österreich gemacht.

Fazit:

Für mich war mein Erasmus das Tor zur Freiheit und zu ganz neuen Möglichkeiten, ein Vorgeschmack, wie das Leben sein kann und eine Erinnerung daran, dass uns die Welt offensteht, wenn wir nur mutig genug sind, den Schritt zu gehen.

Mein Auslandssemester in Prag war superschön und für mich die beste Zeit meines Lebens. Ich habe so viele verschiedene Menschen kennengelernt, so viel gesehen und gelernt und konnte unglaublich viele Erfahrungen sammeln. Ich kann jedem ein Erasmus-Semester in Prag wärmstens empfehlen.



