

Auslandssemester an der ICBAS in Porto, Portugal 02/2022 – 07/2022

Ich habe mein Auslandssemester in Porto verbracht und war in der Zeit vom 09.02.2022 bis zum 26.07.2022 vor Ort, was dem Zeitraum des zweiten Semesters entspricht. Die medizinische Fakultät der Universität zu Köln hat eine Kooperation mit der Partneruniversität Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar (ICBAS) in Porto – nicht zu verwechseln mit der Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP). Es war eine einzigartige und unvergessliche Zeit. Ich empfehle jedem, diese Erfahrungen zu machen – auch wenn man sich am Ende für eine andere Stadt entscheiden sollte.

Organisation

Die Entscheidung ein Semester im Ausland zu verbringen, kam sehr spontan. Da die Bewerbungsfrist schon abgelaufen war, habe ich dem ZIB Med eine E-Mail geschrieben und gefragt, ob es Restplätze gibt. Daraufhin habe ich eine Liste mit Universitäten erhalten, die noch einen Platz angeboten haben. Diese habe ich mir dann angeschaut und mir entsprechende Erfahrungsberichte durchgelesen. Meine Entscheidung fiel schnell und in einem Beratungsgespräch sind wir dann zu dem Entschluss gekommen, dass ich ein Semester in Porto verbringen werde.

Im Anschluss wurden mir die Unterlagen für die Bewerbungsmappe geschickt, die ich dann ausfüllen musste. Neben den Bewerbungsunterlagen, die bereits auf der Checkliste aufgeführt sind, benötigt man für die ICBAS noch eine Kopie des Personalausweises und ein Transcript of Records. Das ToR erhaltet ihr von Frau Nuara Rothgenger.

Die Auslandskoordinatorin an der ICBAS ist Sara Pereira (incoming@icbas.up.pt). Mit ihr ist man im stetigen Austausch. Es kann durchaus mal eine Weile dauern, bis man eine Antwort auf seine Fragen erhält.

Universität

Ich habe mir dann Gedanken darüber gemacht, welche Fächer ich belegen möchte. Auch hier war ich im stetigen Austausch mit dem ZIB Med. Eine Übersicht der Fächer findet ihr hier: https://sigarra.up.pt/icbas/pt/cur_geral.cur_planos_estudos_view?pv_plano_id=23742&pv_an_o_lectivo=2021&pv_tipo_cur_sigla=&pv_origem=CUR

Neben dem Online Learning Agreement (OLA) muss man die Fächer separat nochmal in Porto wählen, was über die Application form läuft. Hier kann es nochmal zu deutlichen Änderungen kommen, da es z.T. auch Einschränkungen seitens der ICBAS gibt wie z.B., dass man nur eine Opção wählen darf. Hier erhält man immer Rückmeldung von Sara während des Bewerbungsprozesses.

Man kann Fächer aus den verschiedenen Jahren kombinieren, wobei deren 3° ano und 4° ano unserer Klinik entsprechen. Man unterscheidet dann noch Bloco Médico und Bloco Cirúrgico und man muss mindestens 20 ECTS belegen. Darunter muss und darf auch nur eine Opção sein. Dies entspricht in etwa unseren Wahlfächern. Die einheimischen Studierenden belegen jedes Semester jeweils die Fächer eines Blocos. Generell kann ich euch empfehlen Fächer aus einem Jahr und im besten Fall auch aus einem Bloco zu belegen. Es vereinfacht die Kombinierbarkeit der Fächer, da der Stundenplan auf das Semester angepasst ist. Man kann aber auch die Fächer aus den verschiedenen Semestern und Blocos kombinieren. Für die praktischen Unterrichtseinheiten wird man den Turmas zugeteilt. Diese entsprechen den Rotationsgruppen in Köln. Man kann nach Ankunft seinen eigenen Turma-Stundenplan erstellen. Allerdings hat dieser nur wenig Wert, da man am Ende auf die freien Plätze verteilt wird. Als Erasmus-Studierender ist man dadurch in der Regel in verschiedenen Turmas. Die Zuteilung in die jeweilige Turma erfolgt durch Júlia bzw. Patricia. Mit ihnen kann man in Ausnahmefällen auch nochmal sprechen, wenn etwas geändert werden muss, falls eine Turma-Zuteilung nicht passen sollte.

In den ersten zwei Wochen finden die Primer statt. Das ist eine Zeit in der nur Vorlesungen gehalten werden. Keiner weiß wirklich, ob diese verpflichtend sind oder nicht und ob diese sich auf die Endnote auswirken. In den meisten Primer sind Unterschriftenlisten rumgegangen, um die Anwesenheit zu erfassen. Nach den Primer findet dann die praktische Lehre in den Turma statt. Anders als in Köln finden die Blockpraktika nicht wochenweise statt, sondern man hat jede Woche jedes Fach. In der Zeit werden in einigen Fächern auch noch zusätzlich Vorlesungen gehalten. Dies ist allerdings überschaubar. Der Fokus liegt deutlich auf der praktischen Lehre.

Ich habe in Porto folgende Fächer belegt: Neurologie, HNO/Augenheilkunde, Geburtshilfe, Urologie und Anästhesiologie (Opção). In den meisten Unterrichtseinheiten beginnt man mit einem theoretischen Teil und im Anschluss sieht man Patienten, die man dann untersuchen soll.

In der nächsten Stunde wird der Fall mit dem theoretischen Hintergrund vorgestellt. Meistens wurde der Fall gemeinsam in der Gruppe bearbeitet, indem man ein Google Doc erstellt hat. Hiervon sollte man sich keinesfalls abschrecken lassen, da es zunächst nach sehr viel Arbeit klingt, aber im Endeffekt doch sehr überschaubar ist. Als Erasmus-Studierender wird man häufig auch nur oberflächlich bis gar nicht in die Fallbearbeitung einbezogen. Allerdings sollte man sich das Dokument für die nächste Stunde anschauen.

In Neurologie muss man einen Patientenfall selbständig erarbeiten. Dazu muss man eine Anamnese erheben, den Patienten untersuchen und den Fall in der nächsten Stunde vorstellen. Die Kommilitonen sind sehr hilfsbereit und unterstützen einen vor allem bei der Anamnese, da diese durch die Sprachbarriere erschwert sein kann. Außerdem muss man noch ein zehnminütiges Referat halten und ein zweiseitiges Resümee über das Referat schreiben.

HNO und Augenheilkunde sind in Porto ein Fach. In HNO muss man ein Referat vorbereiten in Augenheilkunde hängt es von den Lehrenden ab. I.d.R. muss man eine etwa zehnteilige Hausarbeit schreiben. In meiner Turma sollten wir allerdings nur ein zehnminütiges Referat halten.

Urologie ist Teil von Chirurgie II. Hier kommt es auch wieder sehr auf die Turma an, ob man noch eine zusätzliche Arbeit abgeben muss. In meiner Turma mussten wir uns in zwei Gruppen aufteilen und Referate halten.

In Geburtshilfe und Anästhesiologie (Opção) mussten wir keine zusätzlichen Arbeiten erledigen.

Es mag alles nach sehr viel Arbeit klingen, aber es ist sehr gut machbar und wirklich überschaubar. In der Regel gibt es schon Vorlagen für die Hausarbeiten und Referate, an denen man sich orientieren kann. Zudem durfte ich alle meine Arbeiten auf Englisch vorstellen. Auch die Klausuren sind sehr gut lösbar und zum Teil auch auf Englisch verfügbar. Nur Neurologie fand ich etwas anspruchsvoller, aber auch diese Klausur war gut lösbar. Anders als in Köln gibt es für die Klausuren hier auch zwei Prüfungstermine. Ich empfehle den ersten zu belegen, da die Klausuren im ersten Anlauf leichter sind und man nach hinten hin mehr Freizeit hat. Die Endnote setzt sich aus der praktischen Note, die man während der Turmzeit erhält und der

Klausurnote zusammen. Man kann eigentlich nicht durch die praktische Phase in den Turmas durchfallen, außer man überschreitet die Fehlzeiten.

Ihr solltet unbedingt den verschiedenen Facebookgruppen beitreten und den Zugang zur Drive erhalten, da die Kommunikation vor allem über Facebook stattfindet und die Materialien vor allem über die Drive zu Verfügung gestellt werden. Fragt dazu am besten einfach einen der Studierenden.

Sprache

Um an der Universität aufgenommen zu werden, muss man ein A2 Sprachzertifikat in Portugiesisch nachweisen. Dabei reicht auch der Nachweis des OLS-Sprachtests. Sollte man dies bis zum Beginn des Auslandsaufenthaltes nicht erreichen können, kann man einen Nachweis darüber vorlegen, dass man vor Ort einen Kurs belegt wird. An der Faculdade de Letras da Universidade do Porto (FLUP) kann man zudem noch einen Semestersprachkurs belegen. Diesen kann ich sehr empfehlen. Alle Informationen zur Anmeldung und zur Einstufung erhält man nach der Bewerbung an der ICBAS.

Zum Zeitpunkt meiner Bewerbung habe ich kein Wort Portugiesisch gesprochen. Allerdings war ich sehr motiviert die Sprache zu lernen und habe einen dreiwöchigen Intensivkurs belegt. Daraufhin habe ich ein Portugiesisch-Seminar an der Uni belegt und zudem an einem VHS-Kurs teilgenommen. Den VHS-Kurs kann ich nur bedingt empfehlen, da man nur sehr langsam Fortschritte macht, allerdings übt man vor allem hier das Sprechen. Vor Ort habe ich dann noch einen Kurs an der FLUP belegt. In Portugal selbst kommt man sehr gut mit Englisch voran. Im Krankenhaus ist das im Kontakt mit den Patienten dann eher schwierig. Viele Lehrende bieten nochmal an etwas auf Englisch zu erklären und man darf i.d.R. seine Arbeiten auch auf Englisch verfassen, aber die Vorlesungen und Praktika finden nur auf Portugiesisch statt. Als ich hier ankam war ich trotz meiner Vorbereitung mehr als überfordert. Nach einigen Wochen konnte ich dann immerhin den Inhalt mehr oder weniger verstehen. Mit der Zeit und der Übung merkt man deutliche Fortschritte und man sollte sich zu Beginn nicht entmutigen lassen.

Wohnung

Ich habe in einer WG mit drei Portugiesinnen gewohnt in der Nähe der ICBAS. Meine Wohnung habe ich über einen Eintrag in einer Facebook-Gruppe gefunden. Vor der Mobilität erhält man noch eine E-Mail von der Uni Porto mit Links zu verschiedenen Portalen, wo man nach Wohnungen suchen kann. Rückblickend würde ich mich eher für ein WG-Zimmer mit

Erasmus-Studierenden entscheiden. Das WG-Leben in Porto ist nicht zu vergleichen mit dem WG-Leben in Deutschland. Die portugiesischen WGs sind eher Zweck-WGs. WG-Zimmer kosten hier etwa zwischen 250€ und 400€.

Leben in Porto

Natürlich spielt der Unialltag eine wichtige Rolle, allerdings hat Porto unglaublich viel mehr zu bieten. Durch die zentrale Lage der ICBAS ist man mitten im Geschehen.

Das Erasmus Student Network (ESN) organisiert viele verschiedene Veranstaltungen wie z.B. Städtrips, Beach days, etc. Dies ist vor allem zu Beginn eine gute Möglichkeit, um neue Leute kennenzulernen und viele Aktivitäten zu unternehmen. Man kann durch die Gassen Portos mit den unzähligen Cafés schlendern oder man nimmt die Metro oder den Bus Richtung Strand, welcher sich unglaublich gut zum Surfen eignet! In der Nähe von Porto sind auch verschiedene Nationalparks wie Gerês, die man unbedingt besuchen sollte. Auf der anderen Seite des Flusses, in Gaia, kann man auf Porto blicken und die schönsten Sonnenuntergänge erleben. In Gaia gibt es auch ein Lokal, The View, wo jeden Sonntag getanzt wird. Auch als Tanzanfänger kann man dort seine ersten Erfahrungen mit z.B. Batchata oder Salsa sammeln. Auf dem Hawaii von Portugal, auf den Azoren, hat man eine vielseitige Landschaft, durch die man besonders gut wandern kann.

Das ist nur ein kleiner Ausschnitt von dem, was Portugal bzw. Porto zu bieten hat. Ich kann euch sehr ans Herzen legen euer Auslandssemester in Porto zu verbringen und Portugal zu erkunden. Ich liebe die Stadt, das Leben und die portugiesische Leichtigkeit und ich bin mir sicher, dass es auch euch gefallen wird.