

Erasmus WS 2024/25
Medizinische Universität Innsbruck

Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt

Die Vorbereitungen sind wie bei jedem anderen Erasmus nicht zu unterschätzen. Es lohnt sich, viel Zeit in die Recherche der anzurechnenden Vorlesungen, Seminare und Praktika in Innsbruck zu investieren. Ich habe mein achtens Kölner Semester in Innsbruck verbracht und war bis auf wenige Ausnahmen mit dem neunten Semester vor Ort am rotieren. Mein Ziel war es, alle mir für Köln hilfreichen Kurse zu belegen, die mir irgendetwas für mein Studium in Köln von Nutzen wären. Manchmal lohnt es sich beim Ausfüllen des OLA auch Kurse einzutragen, die nicht direkt auf den ersten Blick kongruent zu Kursen in Köln sind. Wenn es Bedenken seitlich des ZIB gibt, kann eine gute Recherche im Modulhandbuch der Kurse mit Hinweisen auf inhaltliche Überschneidungen mit den kongruenten Kursen in Köln von Vorteil sein. Mein Tipp: Belegt so viel ihr könnt! Einfacher werdet ihr euch Praktika und Klausuren nicht anrechnen lassen können. Ich habe mir, überall wo es möglich war, die Praktika aus Innsbruck als Klausur in Köln anrechnen lassen. So muss ich die Praktika in Köln zwar wiederholen, aber ganz im Ernst, die sind doch meist eh viel spannender.

Meine Motivation für die Bewerbung in Innsbruck primär, ganz klar der Bergsport, insbesondere der Wintersport hier im Wintersemester. Da ich mich schon immer sehr mit Bergen identifizieren kann und lieber in die Kälte als ins Warme fahre, war mir sofort klar, dass es eine landschaftlich einzigartige Destination sein soll. Zunächst träumte ich von Kanada oder Norwegen, bis ich herausfand, dass die Uni Köln im Erasmus-Programm wirklich miese Beziehungen nach Nordamerika sowie Skandinavien hat. Einzige Option für deutsch- und englischsprachige Erasmus Interessenten in benannten Regionen ist Helsinki. Sicherlich auch eine schöne Option, allerdings mit weniger Bergen. So war für mich Innsbruck mit Abstand die erste und am Ende auch einzige Wahl. Natürlich ist es ein deutschsprachiges Land und nur knapp 7 Stunden Zugfahrt von der (Wahl-)Heimat Köln entfernt und somit für viele kein „echtes“ Auslandssemester, aber ihr müsst wissen, wie ihr das Erasmus Programm für euch nutzen wollt. Für mich war es auf eine gewissen Weise auch eine Möglichkeit mit finanzieller Unterstützung (!) eine mögliche Region zu erkunden, in der ich mich später vielleicht mal privat und auch beruflich niederlassen möchte. Dabei neben den privaten Erfahrungen auch Einblicke in den Klinikalltag zu bekommen und mit den Erfahrungen in Deutschland vergleichen zu können war für mich sehr wertvoll. Um das

schonmal Vorweg zunehmen: Ärztin oder Arzt in Tirol zu sein, ist deutlich weniger stressig und ausbeuterisch als in den Kliniken, die ich in Deutschland bisher sehen durfte. Selbst Assistenten scheinen wirklich wertgeschätzt zu werden und bekommen eine hervorragende Oberärztliche Betreuung.

An Versicherungen und Impfungen seid ihr in Innsbruck meist ohne Zusätze sehr gut aufgestellt. Ich brauchte keine zusätzlichen Impfungen und auch keine extra Krankenversicherung. Allerdings empfehle ich, je nachdem wie viel und risikoreich man in den Bergen unterwegs ist eine extra Versicherung für Bergungen (mit Heli oder nicht) abzuschließen. Ich habe dafür die ADAC Auslandskrankenversicherung abgeschlossen (25€/Jahr), die Bergrettung im Wert von 10.000€ einschließt, egal ob verletzter oder unverletzter Notsituation. Eine sehr gute Idee ist auf jeden Fall auch eine Alpenvereinsmitgliedschaft abzuschließen. Da sind (glaube ich) sogar noch höhere Beträge abgedeckt und bietet ohnehin viele Vorteile wie Vergünstigungen bei Hüttenübernachtungen oder dem Verleih von Bergausrüstung ganz bequem in Innsbruck.

Der Auslandsaufenthalt

Gerade in Innsbruck eingetroffen ging der erste Gang ins Büro von Frau Monika Schlager, die Erasmus Beauftragte hier in Innsbruck. Sie ist super nett und antwortet sehr schnell und kümmert sich gerne um all deine Fragen. Bei ihr im Büro bekommst du sofort ein kleines Couvert mit Informationen über die Stadt und die Uni. Ganz wichtig: Du musst vor der richtigen Immatrikulation das online-Formular ausgefüllt haben, einen Link dazu gab es in einer lange zuvor erhaltenen E-Mail. Für die Immatrikulation zahlt man hier die normalen Studiengebühren von ca. 20€. Dazu gibt es für alle Erasmus-Studenten einen Gutschein für den Uniklinik Merch-Shop im Wert von max. 65€ glaube ich. Dort könnt ich euch euer erstes Erinnerungsstück sichern. Und schaut auf jeden Fall auf die Öffnungszeiten der Büros, die sind manchmal sehr dünn und jeden Wochentag anders.

Die Wohnungssuche hat bei vielen Erasmus Studenten zu großen Problemen geführt. Die Deutschen hatten es dabei deutlich einfacher, als anderssprachige Studenten, und ältere Studenten einfacher als jüngere ein WG-Zimmer zu finden. Ich hatte Glück und habe früh ein schönes WG-Zimmer direkt an der Uniklinik gefunden. Bei und auch bei anderen war häufig das Problem, dass man in der Zeit hier noch einmal umziehen musste, da die Zwischenmieten nie so perfekt zu den eigenen Zeiten passen. Einmal vor Ort, ist die Wohnungssuche mit Hilfe

der Community und Freunden einfacher. Auch Zwischenmieten für einzelne Monate sind hier gängig. Schaut auf den auch in Köln üblichen Portalen zur Wohnungssuche (insb. WG gesucht).

Die Lebenshaltungskosten sind wirklich um einiges höher als in Deutschland. Auch wenn man es im Supermarkt vielleicht nicht auf den ersten Blick merkt, am Ende des Monats hab ich es immer gemerkt. Zudem möchte man sich auch gerne mal ein oder zwei Bierchen in den wunderschönen Bars und Kneipen gönnen, was sich auch gerne läppert. Ich habe schnell angefangen mir etwas Geld bei der Plasma- oder Thrombozytenspende dazu zuverdienen und häufig mal bei „To-Good-to-Go“ reinzuschauen, das kann sich sehr lohnen. Das Erasmus-Geld ist bei den meisten schnell durch größere Investitionen wie Freizeitticket oder Bergsportausrüstung weg gewesen.

Ich habe hier kaum öffentlichen Verkehrsmittel genutzt, das Fahrrad taugt super!

Die Praktika in der Klinik sind ziemlich genau wie die bei uns in Köln. Sie gehen meist eine Woche und dauern ca. 2-4h am Tag. Ihr werdet trotz vieler Belegungen sehr viel Freizeit haben. Studium ist hier eher Nebensache, so wie Erasmus auch sein sollte. Für Interessierte gibt es tolle Übungsangebote zu Sonos, Untersuchungen, EKGs und vielem mehr über die „Skalpell“-Seite. Die Plätze sind oft schnell weg, aber es gibt genug Angebote für alle. Oft werden Plätze noch kurz vor Kursbeginn wieder frei.

Was Freizeitaktivitäten angeht steht euch die schier unendliche Palette des Bergsports zu Verfügung. Ich habe hier in der Zeit viel neues ausprobieren dürfen und auch bekannte Sportarten verbessern können. Man lernt schnell Leute kennen, die einen auf seinen ersten Klettersteig mitnehmen oder zum Felsklettern, Mountainbiken, Skitouren, Schneeschuhwandern uvm. Ein klarer Tipp, der hier unter vielen noch nicht bekannt zu sein scheint sind Biwak-Hütten und Winterräume. Wenn die bewirtschafteten Hütten im Winter schließen, bieten die großen Alpenvereinshütten oft Schutzräume für den Winter an. Sie sind meist ausgestattet mit Holzöfen, Matratzen, Decken und Kochgeschirr. So lassen sich verschneite Berglandschaften, wundervolle Sternenhimmel und die Fauna aus einem ganz anderen Blickwinkel beobachten. Ganz nebenbei auch noch eine klasse Teambuilding-Einheit bei Kerzenlicht und Kartenspielen am Holzofen zu sitzen. Aber je nach Bedingungen niemals allein, informiert euch gut und seid auf alles gefasst. Die alpinen Gefahren sind leicht zu unterschätzen.

Nach dem Auslandsaufenthalt

Die Anrechnung der Studienleistungen müsste bald folgen.

Anmerkungen

Wenn ihr persönlich Fragen an mich oder andere Studenten richten möchtet, die hier waren, fragt einfach im ZIB nach, die können die Verbindung herstellen. Persönliche Daten dürfen nicht in den Bericht.