

Erfahrungsbericht Austauschprogramme Übersee

<i>Gastland, -stadt und -universität:</i> Uruguay	<i>Zeitraum des Aufenthalts:</i> 29.08.2017-21.12.2018
<i>Aufenthaltszweck (Studium, Praktikum...):</i> Praktikum im Rahmen des praktischen Jahres (letztes Jahr des Medizinstudiums)	<i>Studienfach / -fächer:</i> Humanmedizin
<i>Name, Vorname:</i> Münster, Julia	Bei Fragen kann ich über Herrn Heintz (International Office) kontaktiert werden! ja X / nein

1. Bewerbung:

Die Kommunikation erfolgte unkompliziert und unerwartet schnell. Zuerst mit Andrea und dann Ihrem Nachfolger Javier, beide aus dem Büro der „Asuntos Internacionales“ der Medizinischen Fakultät der Universidad de la República Uruguay. Die Emailadresse ist folgende: internacional@fmed.edu.uy Auf der Webseite <http://www.fmed.edu.uy/institucional/decanato/asuntos-internacionales> findet man einige Informationen. Allerdings sind nicht alle auf dem neuesten Stand. (Zum Beispiel braucht man die Liste der möglichen Unterkünfte nicht beachten. Diese sind alle nicht mehr aktuell. Wir haben es an Javier weitergegeben, vielleicht wird sie bald aktualisiert.)

Zur Bewerbung benötigt ihr ein Anschreiben an den Dekan Prof. Dr. Fernando Tomasina. Dieses sollte eure Motivation, klar formulierte Interessen und die voraussichtlichen Daten enthalten. Ihr könnt es zusammen mit eurem Lebenslauf mit Name und Vorname, Geburtstag und Reisepassnummer (!) → Siehe Praktisches ;-)) an internacional@fmed.edu.uy senden. Des Weiteren wird ein flüssiges Spanisch gefordert und eine offizielle Präsentation/Empfehlung eurer Heimatuniversität. Dieses Dokument sollte von eurem Heimat-Dekan unterschrieben sein. (Die Bewerbung sollte von Seiten der Universidad de la República mindestens 4 Monate im Voraus eintreffen.) Sollte euch die medizinische Fakultät akzeptieren, braucht ihr noch eine Krankenversicherung für das Ausland. Den Nachweis dieser Versicherung könnt ihr ebenfalls per Mail versenden. Und zum guten Schluss ist noch eine Kopie des Flugtickets mit den Daten erforderlich.

2. Visum:

Das Touristen-Visum ist mit deutschem Pass für 90 Tage kostenlos. Bei längerem Aufenthalt kann man einfach ausreisen (Buenos Aires ist per Fähre erreichbar) und dort mindestens 24h verbringen. Bei Wiedereinreise in Uruguay zählen die 90 Tage dann wieder von vorne.

3. Anreise:

Die Airline AirEuropa fliegt von Frankfurt Main über Madrid direkt nach Montevideo. (Tipp: Nehmt euch selbst Beschäftigung mit, es gibt kein Entertainment-System an Board ;-)) Vom

Flughafen aus kommt man günstig per Linienbus in die Stadt rein. Sollten ihr mit Mehreren unterwegs sein und viel Gepäck dabei haben, nimmt euch der Linienbus wahrscheinlich nicht mit. Dann gibt es eine Firma „taxiaerpuerto“ die Fahrten in die Stadt anbietet sozusagen einem Sammeltaxi. Man teilt sich dann mit anderen Gästen einen Van und wird direkt zur Unterkunft gebracht.

Es gibt auch die Möglichkeit nach Buenos Aires per Direktflug zum Beispiel mit der Lufthansa zu fliegen. Dann empfiehlt sich die Weiterreise nach Montevideo mit der Fähre. Es gibt zwei Anbieter ColoniaExpress (die Billigvariante) und BuqueBus (etwas teurer). Bei beiden kauft man ein Kombiticket für Schiff und Bus. Die Abfahrtshäfen sind unterschiedlich ColoniaExpress legt von Darsena Sur ab und BuqueBus bei Darsena Norte. Von Buenos Aires aus schippert man dann ca. 1h über den Río de la Plata bis zur Kolonialstadt „Colonia del Sacramento“ in Uruguay. Von dort fährt ein Reisebus nach Montevideo. Ankunft wird in Tres Cruces (3XXX) sein. Das ist der zentrale und große Busbahnhof. Von dort gibt es einige Anschlussbusse in alle Viertel der Stadt.

Wenn man möchte kann man auch das Schnellboot nehmen, bei dem man ohne Umsteigen in den Bus direkt nach Montevideo an den Hafen gebracht wird. Es heißt Francisco und wird von BuqueBus angeboten. Ist dementsprechend teurer, als die Variante mit Bus.

4. Praktische Tipps/ Unterkunft / Mobilität vor Ort:

Tipp 1: Der praktischste Tipp für Uruguay: **Lern deine Reisepassnummer auswendig!** Das ist kein Scherz. Man benötigt in Uruguay für sehr viele Dinge (Handy-Sim-Karte kaufen) seine Cédula – Die Passnummer. Da Uruguay nur etwas mehr als 3 Millionen Einwohner hat, bekommt jeder Einwohner eine 7-stellige Nummer (natürlich ohne Buchstaben) die auf dem Ausweis steht. Mit dieser Nummer wird die Krankenversicherung überprüft, können Rezepte in der Apotheke eingelöst werden, Fährtickets werden gelöst. Da man sie so oft benötigt und sie einfach zu merken ist, kann jeder Uruguayo seine Cédula auswendig. Es erleichtert dir einiges, wenn du nicht immer den Reisepass rauskramen musst.

Tipp 2: Immer eine Kopie des Reisepasses dabei haben. Manchmal möchten die Uruguayos nicht nur die Nummer sondern auch das Dokument sehen. Mit einer Kopie sind die meisten aber auch zufrieden.

Tipp 3: Solltest du Tipp 1 und Tipp2 nicht beherzigt haben, zeige einfach irgendeine deiner Plastik-Karten mit Bild vor und sage eine der Nummern die darauf steht. -Das passt bei nicht ganz so wichtigen Dingen meistens auch.

Solltest du auch ein Medizinstudent sein, empfehle ich die Auslandsrankenversicherung für PJler, funktioniert sehr einfach und ist günstig (ca. 30€ pro Tertial) über die deutsche Ärztesfinanz. Für andere Studenten gibt es über den DAAD Angebote.

Eine günstige Unterkunft in Montevideo zu finden ist nicht ganz trivial. Es gibt wenige WGs bzw. wenige freie Zimmer darin. Am besten man kennt jemanden der jemanden kennt... Sollte das nicht der Fall sein, empfehle ich zumindest für die ersten Zeit eine Unterkunft vorzubuchen.

Die Studenten wohnen sofern sie aus Montevideo kommen, bei den Eltern. Die Studenten aus dem restlichen Land wohnen meist in Residencias. Es handelt sich hierbei um private

Studentenwohnheime, bei denen sich die Studenten die Zimmer teilen. Meist gibt es 2-6er Zimmer. Man kann es sich auch wie ein Hostel mit Dauerbewohnern vorstellen. Die Residencias sind super um einheimische Studenten kennen zu lernen, man hat jedoch wenig Raum für sich. Vorsicht, nicht alle/ alles entspricht europäischem Standard. Wer etwas mehr Privatsphäre und Komfort möchte, findet sicherlich einen Anbieter von Einzimmerapartments für ca. 500Euro im Monat. Diese sind meist für internationale Studierende ausgelegt. Mit mehreren könnte auch das Mieten einer Wohnung über Anbieter wie AirBNB empfehlenswert sein. Weitere Tipps um Wohnungen zu finden: Die Standards: Facebook-Gruppen (Alquiler Montevideo und ähnliches.) Aushänge an den verschiedenen Fakultäten/Universitäten. **Der Insider: Mercadolibre.com.uy**

Züge gibt es in Uruguay keine. Dafür ist das Busnetz sehr gut ausgebaut. Wichtig ist der zentrale und größte Busbahnhof Tres Cruces (3XXX). Von dort gibt es Busverbindungen ins ganze Land. Auch die Fährtickets nach Buenos Aires kann man hier kaufen. Eventuell empfiehlt sich eine vorherige telefonische Reservierung.

Das urbane Busnetz ist ebenfalls gut. Mit der App Moovit kann man einfach von einem zum anderen Ort gelangen. Aber auch die Menschen auf der Straße helfen einem gerne bei der Orientierung. Die meisten urbanen Busse sind von der Firma cutsca. Es gibt in tres cruces und auch in der Altstadt Filialen der Firma bei der man eine Studenten“Abo“Karte erhalten kann. Die Bestätigung, dass du Student bist, wird von Javier über deine Cédula elektronisch an die Firma übermittelt. Dies kann einige Wochen dauern. Ich empfehle Javier vor Abfahrt danach zu fragen und ihm die Cédula nochmals zukommen zu lassen. Der Normalpreis einer Busfahrt beträgt 33 Pesos (ca. 1 Euro). Mit dem Studententicket kostet die Fahrt nur noch 15pesos (ca. 50cent) und gilt nicht nur für eine Fahrt sondern für eine Stunde. Das heißt man kann innerhalb der Stunde mehrmals in einen anderen Bus kostenlos umsteigen.

5. Finanzen:

Uruguay ist teuer. Montevideo ist teuer. Die Supermärkte und kleinen Kioske haben ähnliche Preise. (Nicht wie in Deutschland, wo der Kiosk immer teurer und er größte Supermarkt meist am günstigsten ist). Jegliche Importware ist dank der hohen Zölle unglaublich teuer. (als Beispiel Nutella 25g kostet ca. 8Euro (Kein Tippfehler, ich meine nicht 250g ;))

Empfehlenswert ist es **auf dem Markt zu kaufen**. Dort gibt es neben frischem Obst und Gemüse, auch leckere Früchte, Eier, Milchprodukte, Fleisch, Fisch, Müsli, Waschmittel, Klopapier, technische Artikel, also fast alles.

Tipp: Jegliche Hygieneartikel sind so teuer, dass es sich lohnt den Koffer damit zu füllen. (Shampoo, Zahnpasta, Tampons, Deo)

Geldabheben ist etwas kompliziert in Uruguay. Es gibt im Prinzip 2 Sorten Geldautomaten. Je nach heimischer und inländischer Bank bekommt man Geld oder auch nicht. Ebenfalls kann es sein, dass man pro Abhebung zahlt. Manchmal kann man nur kleinere Beträge abheben. Es empfiehlt sich eventuell mehr als 1 Kreditkarte mitzunehmen um sicher zu gehen, dass man immer abheben kann.

6. Inhaltliche Beschreibung des Aufenthalts:

Durch das Einreichen meines Erfahrungsberichts beim International Office der Universität des Saarlandes erkläre ich mich mit der Veröffentlichung auf den Übersee-Webseiten einverstanden.

Im Rahmen meines praktischen Jahres verbrachte ich 4 Monate in der Abteilung „Allgemeinchirurgie 2“ des Hospital Maciel, eines der 3 Lehrkrankenhäuser der Universidad de la República Uruguay. Rotationen in die anderen chirurgischen Abteilungen (Viszeral Chirurgie, Neurochirurgie, Thorax-Chirurgie) waren nach Absprache problemlos möglich. Die Mitarbeit als „Interno“ betrifft 3 Bereiche. Die Notaufnahme („puerta de emergencia“), den OP und die Station.

In der Notaufnahme anamnestiziert und untersucht man die Patienten. Zu den weiteren Aufgaben der Internos gehören das Abnehmen arterielle Blutgasanalysen, das Schreiben der EKGs und das Formulieren von Kurzarztbriefen.

Bei Operationen kann man assistieren und je nach Abteilung erlernt man verschiedene Nahttechniken.

Zur Stationsarbeit gehört das Durchführen der Visite mit dem zugehörigen Assistenzarzt und das Aufnehmen der neuen Patienten.

Mit meiner persönlichen Erfahrung und Mitarbeit im Krankenhaus bin ich sehr zufrieden. Um erhöhten Erwartungen vorzubeugen möchte ich an dieser Stelle nochmal betonen, dass die Integration und Mitarbeit im Krankenhaus stark von der eigenen Motivation und der Sprachkenntnisse abhängt. Ebenfalls sind die Möglichkeiten von der Abteilung und dem diensthabenden Personal abhängig.

7. Freizeitaktivitäten:

Unter der Woche kann man in vielen Fitness-Studios Sport treiben, je nach Jahreszeit an der Rambla Laufen gehen, Beachvolleyball spielen, Schwimmen, es gibt einen Boulderraum, und eine Kletterhalle. Als Wochenendausflüge empfehle ich den Besuch in Buenos Aires. An der Westküste ist besonders zu nennen Valizas, Cabo Polonio, Punta del Diablo. Im Osten Colonia del Sacramento. Kleiner „Geheimtipp“: Für die Überfahrt nach Buenos Aires gibt es einen längeren aber auch günstigeren und vor allem unglaublich schönen Weg. Hierbei fährt man mit dem Bus nach Carmelo und mit dem Katamaran durch das Tigre Delta nach Tigre in Argentinien und dann wieder per Bus weiter nach Buenos Aires. Die Firma heißt: cacciola viajes. Ein absolutes Highlight war für mich das Reiten. Sehr zu empfehlen auch für „Nicht Pferd mädchen und -Jungen. (Ich empfehle euch Mauro: <http://cabalgatasvaliceras.com.uy> Gerne könnt ihr liebe Grüße ausrichten)

8. Persönliches Fazit:

Der Aufenthalt in Uruguay war eine spannende Zeit mit vielen Herausforderungen. Ich bin sehr froh, diese Erfahrungen gemacht zu haben.