



**ŠTUDIJSKA POROČILA ERASMUS+ ŠTUDENTOV MEDICINSKE  
FAKULTETE UNIVERZE V LJUBLJANI**  
(poročila so v obliki, kot so jih predložili študenti)

za študijsko leto 2021/2022



## Vsebina

KONČNA POROČILA - ŠTUDIJSKE IZMENJAVE .....	5
1. AVSTRIJA - Medicinska univerza na Dunaju (Nika Špes) .....	5
2. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Gradcu (Neža Pezdirc).....	6
3. BELGIJA – Univerza v Antwerpnu (Tinkara Stražišar) .....	9
4. BRAZILIJA – FMUSP, Sao Paulo (Katarina Bole).....	10
5. BRAZILIJA – FMUSP, Sao Paulo (Žiga Gašperšič) .....	12
6. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Neža Divjak) .....	13
7. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Vid Rotvejn Pajič) .....	14
8. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Katarina Miklavec).....	15
9. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Vesna Bukovec).....	16
10. DANSKA – Univerza v Aarhusu (Maja Osojnik).....	17
11. DANSKA – Univerza v Kopenhagnu (Tilen Vaupotič) .....	19
12. ESTONIJA - Univerza v Tartuju (Jerca Samotorčan).....	20
13. FINSKA – Univerza v Ouluju (Tina Travenšek).....	22
14. FRANCIJA – Univerza v Parizu (Sara Črepinšek).....	23
15. GRČIJA – Univerza na Kreti (Nina Gošnjak) .....	24
16. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Matej Jereb).....	25
17. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Satja Škobalj) .....	27
18. HRVAŠKA – Univerza v Zagrebu (Ema Dobrin).....	30
19. ITALIJA – Univerza v Bologni (Rok Renko) .....	31
20. KAZAHSTAN – Univerza v Astani (Maja Sevčnikar) .....	32
21. KAZAHSTAN – Univerza v Astani (Nika Jeromel) .....	33
22. NEMČIJA – Univerza v Aachnu (Ingrid Tušar).....	35
23. NEMČIJA – Univerza RWTH Aachen (Maruša Jerše).....	36
24. NEMČIJA – Univerza Charité Berlin (Gaja Markovič) .....	38
25. NEMČIJA – Univerza Charité Berlin (Miha Tavčar).....	39
26. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Univerza v Freiburgu (Miha Kerin).....	43
27. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Univerza v Freiburgu (Jan Kafol).....	44
28. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Ines Žabkar) .....	45
29. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Melisa Lazarevič) .....	48
30. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Jakob Timotej Stojanov Konda) .	49
31. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Lucija Marzel Djuranovič) .....	51
32. NEMČIJA – Univerza v Lübecku (Kaja Kobale) .....	53
33. NEMČIJA – Univerza v Lübecku (Petra Šter) .....	55

34.	NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Jan Stanič) .....	57
35.	NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Jerca Kunšič).....	58
36.	NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Ana Markelič).....	60
37.	POLJSKA – Medicinska fakulteta Univerze v Gdansku (Tadej Počivavšek).....	61
38.	POLJSKA - Jagiellonska univerza v Krakowu (Paula Djukanović) .....	62
39.	PORTUGALSKA – Univerza v Portu (Elena Marvin) .....	64
40.	PORTUGALSKA - Univerza v Lizboni (Zala Mlinarič) .....	66
41.	ŠPANIJA – Univerza De Las Palmas De Gran Canaria (Anja Lukan).....	68
42.	ŠPANIJA – Univerza De Las Palmas De Gran Canaria (Sara Mlakar).....	69
43.	ŠPANIJA – Univerza v Kantabriji (Maja Ravnikar Zabukovšek).....	71
44.	ŠPANIJA – Avtonomna univerza v Madridu (Veronika Brundula Blatnik) .....	72
45.	ŠPANIJA –Univerza v Salamanci (Irena Tavčar).....	73
46.	ŠPANIJA –Univerza v Salamanci (Tia Knific) .....	75
47.	ŠVEDSKA – Univerza v Göteborgu (Eva Jančič).....	76
48.	ŠVICA – Univerza v Zürichu (Aljaž Pirc) .....	77
49.	TURČIJA – Univerza Acibadem v Istanbulu (Uroš Nanič) .....	79
	POROČILA – PRAKTIČNA USPOSABLJANJA.....	80
1.	AVSTRIJA – KABEG Celovec (Lučka Marija Neudauer) .....	80
2.	AVSTRIJA - KABEG Celovec (Urša Pogačar).....	80
3.	AVSTRIJA – Medicinska univerza na Dunaju (Domen Lenarčič).....	81
4.	AVSTRIJA – LKH Gradec (Gregor Pungersšek).....	83
5.	AVSTRIJA – LKH Gradec, Stomatološka klinika (Špela Juvančič).....	83
6.	BELGIJA – Onkološki inštitutu Jules Bordet v Bruslju (Maša Auprih).....	84
7.	BELGIJA – Univerzitetna bolnišnica Gent (Eva Možina) .....	85
8.	BELGIJA – Univerzitetna bolnišnica Leuven (Tin Centrih) .....	86
9.	ČEŠKA REPUBLIKA - 1. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Janja Smolar) .	87
10.	ČEŠKA REPUBLIKA - 1. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Katja Cesar) .	89
11.	ČEŠKA REPUBLIKA - 2. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Tadej Pungertnik).....	91
12.	DANSKA – Univerzitetna bolnišnica Univerze v Kopenhagnu (Nina Kobal) .....	93
13.	FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Sebastijan Plušček).....	94
14.	FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Tina Vaupot) .....	95
14.	FRANCIJA – Saint-Joseph Hopital, Pariz (Jana Gulin).....	97
15.	FRANCIJA – American Hospital of Paris, Pariz (Anamarija Skrt) .....	98
16.	FRANCIJA - Hôpital Paris Saint-Joseph (Taja Knific).....	99
17.	FRANCIJA – Hôpital L'Archet, Nica (Luka Pušnik).....	100

18.	HRVAŠKA – Univerza na Rijeki (Nika Dobrilovič).....	101
14.	ITALIJA – Inštitut Human Technopole Milano (Sara Vidmar).....	101
15.	ITALIJA - Università Degli Studi di Padova (Olga Gordeeva) .....	103
16.	ITALIJA – Univerza v Sassariju (Maja Jankovič).....	104
17.	ITALIJA – Bolnišnica San Matteo, Pavia (Gaja Cvejić Vidali).....	105
18.	NEMČIJA – Uniklinik Aachen, Aachen (Domen Lenarčič) .....	105
19.	NEMČIJA – Uniklinik Aachen, Aachen (Maruša Jerše) .....	107
20.	NEMČIJA – Schön Klinik Bad Aibling Harthausen, Bad Aibling (Maida Beganović) 108	
21.	NEMČIJA – Charité – Universitätsmedizin, Berlin (Nika Jaki) .....	109
22.	NEMČIJA - Klinikum Großhadern, LMU München (Tajda Tornič).....	111
23.	NEMČIJA - Nürnberg Hospital (Tim Hropot) .....	112
24.	NIZOZEMSKA - VUMC Amsterdam (Lucija Rožman) .....	113
25.	PORTUGALSKA – Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Anita Prša).....	114
26.	PORTUGALSKA Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Nađa Delić) .....	115
27.	PORTUGALSKA – Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Samo Gregorčič).....	116
28.	PORTUGALSKA - Hospital de Santa Maria, Lizbona (Ina Zalar) .....	117
29.	ŠPANIJA - Clínico Dental Bejar, Barcelona (Urša Žun).....	118
30.	ŠPANIJA – Univerzitetni klinični center San Cecili, Granada (Anisija Stojkowska)....	119
31.	ŠPANIJA –Hospital Universitario Virgen del Rocío, Sevilla (Ana Benkovič) .....	121
32.	ŠPANIJA – Hospital Universitario Virgen del Rocío, Sevilla (Ela Rednak) .....	122
33.	ŠPANIJA – Les Clínicas de la Universitat de València (Liza Kuhar) .....	122
34.	TURČIJA – Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Andraž Jahič) .....	123

# KONČNA POROČILA - ŠTUDIJSKE IZMENJAVE

## 1. AVSTRIJA - Medicinska univerza na Dunaju (Nika Špes)

Erasmus+ študijsko izmenjavo sem opravljala v poletnem semestru 5. letnika na Medicinski univerzi na Dunaju, Medizinische Universität Wien (MUW).

Bivanje in potovanje:

Študij v poletnem semestru se na dunajski Medicinski univerzi prične uradno 28. februarja, sama pa sem na Dunaj prispela šele 4. marca, saj sem izmenjavo pričela z opravljanjem enomesečnega praktičnega usposabljanja na Oddelku za pediatrično nefrologijo, revmatologijo in gastroenterologijo. (Famulatur) v Vsesplošni bolnišnici Dunaj (Allgemeines Krankenhaus Wien). V prvih dneh sem na zavodu za priseljevanje opravila prijavo bivališča ter se vselila v študentski dom. Zaradi takratne epidemiološke situacije je bilo potrebno na spletni strani zavoda za priseljevanje vnaprej rezervirati željen termin prijave. Prav tako je bilo potrebno s seboj imeti veljaven PCR COVID-19 negativni test ter potrdilo o opravljenem cepljenju. Vsem, ki želijo na MUW opravljati izmenjavo, zato svetujem, da si pred opravljanjem izmenjave natančno preberejo navodila ob prihodu in spremljajo aktualno epidemiološko stanje. Tekom študija sem živela v 19. okrožju (Bezirk) v študentskem domu Viennabase 19. Sobo sem izbrala na podlagi nasveta kolegov, ki so izmenjavo tukaj opravljali v preteklih letih, hkrati pa sem ob prijavi od MUW prejela tudi povezave različnih spletnih strani, kje je bilo možno najti različna stanovanja, študentske domove ter deljena stanovanja (Wohngemeinschaft). Mesečna najemnina lastne sobe s kopalnico je znašala 357€, na voljo pa sem imela tudi skupno kuhinjo, prostor za druženje, glasbeno sobo, fitnes ter sobo za učenje. Zaradi velikega povpraševanja in najema ugodnega stanovanja/sobe svetujem karseda hitro iskanje namestitve. Potovanje na Dunaj in iz Dunaja je zelo preprosto, saj je ponudb ogromno (Flixbus, Vlaku, GoOpti, iGOLine, prevozi...). Prav tako je javni promet v samem mestu izredno dobro organiziran, zato priporočam nakup študentske semestrskе vozovnice, ki stane 75€ (v primeru, da ob prijavi dunajskega naslova le tega navedete za vaš glavni naslov bivanja) in omogoča uporabo vseh javnih prevoznih sredstev znotraj zvezne dežele (podzemna, S-Bahn, avtobus, tramvaj...).

Jezik, prijava in predmeti:

Za opravljanje izmenjave na Dunaju je ključnega pomena dobro znanje nemškega jezika, saj celoten pouk tudi za Erasmus+ študente poteka v nemščini. Prav tako poznavanje jezika zagotovi pridobitev več izkušenj v praksi, hkrati pa je tudi veliko lažje slediti delu v bolnici. Tako bi priporočila pred začetkom izmenjave udeležbo nemškega jezikovnega tečaja vsem, ki bi želeli izboljšati svojo raven znanja jezika, vendar pa se je zanj potrebno prijaviti posebej na Univerzi na Dunaju, saj se v okviru MUW žal ne izvaja. Prijavni postopek na MUW je ob dobrem sodelovanju mednarodnih pisarn ULMF in MUW precej preprost. Registracija in izbira rotacije potekata v celoti preko njihove spletne platforme (Mobility Online), mesec pred pričetkom novega semestra pa je možna tudi izbira zelenih izbirnih predmetov. Na Medicinski univerzi na Dunaju je možno opravljati le en semester in sicer le predmete 5. letnika, prav tako pa je potrebno upoštevati tudi, da skoki med rotacijami, oz. njihova menjava, ni možna. Na izmenjavi sem tako opravljala predmete Ginekologija in porodništvo, Oftalmologija, Otorinolaringologija ter 2 izbirna predmeta (Leukämie und Lymphome in Adipositas: Pathophysiologie und Therapie).

Pouk in izpiti:

Vsak predmet obsega predavanja, seminarje in vaje, pri čemer je podobno kot pri nas prisotnost na predavanjih neobvezna, na seminarjih in vajah pa 80-100%. Za izvedbo in sledenje pouku je pomembno pozorno spremljanje ter izpolnjevanje nalog preko spletne učilnice. Slednja je zelo dobro pregledna ter vsebuje vse potrebne informacije za opravljanje posameznih predmetov. Prav



tako je potrebno podrobno spremljanje univerzitetnega E-maila, kamor posredujejo profesorji vse dodatne informacije ter morebitne spremembe urnika. Predavanja in seminarji potekajo po podobnem principu kot na naši univerzi, izvedba vaj pa se v marsičem razlikuje, saj univerza študente razdeli v različne bolnišnice po Dunaju. Tako sem vaje sprva opravljala v največji bolnišnici AKH, nato v bolnišnici Donauspital in nazadnje v nekoliko manjši bolnišnici blizu centra – Krankenhaus der Barmherzigen Brüder. Zaradi takšne porazdelitve in večjega števila bolnišnic je učenje v praksi zelo olajšano, saj sem bila večinoma na oddelku ali v ambulanti sama z mentorjem, ki se mi je lahko bolj posvetil. Princip izvedbe vaj je sicer podoben našemu. Študenti smo se sami razporedili in rotirali med ambulanto, oddelkom ter operacijskimi dvoranami. Tako sem večinoma bila v ambulantah ali na oddelkih, pogosto pa sem asistirala tudi pri operacijah. Pri predmetih so Erasmus+ študenti pomešani z domačimi študenti, ki so zelo prijazni in zmeraj pripravljeni pomagati, prednost tega pa je tudi vadba nemškega jezika. Prav tako zaposleni v bolnišnicah zaradi mešanih narodnosti (veliko zdravnikov prihaja iz držav bivše Jugoslavije, Madžarske ali Češke) razumejo, da je sporazumevanje za študente na izmenjavi nekoliko težje in so pripravljeni komunicirati tudi v angleškem jeziku. Posebnost za Erasmus+ študente na MUW so ponedeljki, ki so pouka prosti dnevi namenjeni domačim študentom. Ti imajo takrat posebne seminarje, v ponedeljkovih popoldnevih pa tako zato večinoma poteka izvedba izbirnih predmetov.

Študenti na MUW opravljajo izpite na koncu študijskega leta oz. semestra v t.i. izpitu SIP (za 5. letnik SIP5a), podobno kot študenti prvih treh letnikov v Sloveniji. Izpit je izključno pisni in vsebuje vprašanja s 5 možnimi odgovori, pri čemer študent obkroži 1 ali več možnih odgovorov (Multiple choice questions) ter zajema vse predmete (Tertiale), ki jih študent želi na izmenjavi opravljati (vsi Tertiale se pišejo na en dan). Večina Erasmus+ študentov piše po 2 ali 3 Tertiale naenkrat, posamezni predmet pa vsebuje 30 vprašanj (skupno torej od 60-90 vprašanj). Vse informacije o Izpitu in sami prijavi na izpit posreduje MUW po elektronski pošti, ki jo študent prejme na začasen elektronski naslov dodeljen s strani MUW. Tekom posameznih predmetov (Tertialov) mora študent za priznavanje Tertiala opraviti tudi določene naloge na spletni učilnici, napisati poročila o pacientih, rešiti spletne kolokvije ter izvesti praktični pregled tekom vaj. Sam izpit se mi ni zdel pretirano zahteven. Erasmus+ študentom je dovoljeno na izpit s seboj prinesiti nemedicinski jezikovni slovar, za reševanje pa je na voljo tudi dovolj časa. Izpit je izveden v poletnem semestru konec junija ali v začetku julija. Pri tem je potrebno čas učenja prilagoditi predvsem lastnemu znanju nemškega jezika, paziti pa je potrebno tudi na to, da se pouk med poletnim semestrom velikokrat izvaja tudi do predzadnjega tedna v juniju zaradi številnih avstrijskih praznikov.

Socialno življenje:

Zaradi same epidemiološke situacije MUW ni organizirala »Welcome Weeka« ali podobnih spoznavnih aktivnosti, njihova študentska organizacija pa nas je dodala v Facebook in Whatsapp skupine, v okviru katerih smo se Erasmus+ študenti nato tudi povezali ter sami zorganizirali druženja. Pogosto smo se dobivali tudi v znanem baru (Charlie P's), kjer so ob torkovih večerih potekali t.i. Medicinski torki. Po končanem izpitu je študentska organizacija organizirala poizpitno zabavo v Klubu, kljub vsemu pa je socialno življenje na Dunaju izredno pestro, saj nikdar ne zmanjka aktivnosti in lokacij, ki jih je potrebno obiskati. Erasmus+ študenti smo se tako med seboj super povezali, družbe pa zaradi bivanja v študentskem domu prav tako nikoli nisem pogrešala.

## 2. AVSTRIJA - Medicinska univerza v Gradcu (Neža Pezdirc)

V zimskem semestru študijskega leta 2021/2022 sem del obveznosti 6. letnika smeri Splošna medicina opravila v okviru študijske izmenjave na Medicinski univerzi v Gradcu. V Gradcu sem opravila študijske obveznosti, ki so se mi priznale v okviru naših predmetov Klinična pediatrija, Kirurgija in Interna medicina. Dodatno sem obiskala še intenzivni tečaj nemščine za tuje študente, ki ga Medicinska univerza v Gradcu organizira v sklopu »Welcome days« pred začetkom semestra

(zadnja 2 tedna v septembru, vsak dan 9h-13h, zadnji dan je preizkus znanja), in nadaljevalni tečaj nemščine, ki poteka 1x tedensko med semestrom v popoldanskem času (ponedeljki 15:30-17:30). Vsak od jezikovnih tečajev je vreden 3 ECTS, enega pa na naši fakulteti lahko uveljaviš kot izbirni predmet oz. kot dodatne študijske obveznosti. Čeprav tečaj nemščine obiskujejo študenze z zelo različnim nivojem znanja jezika, vam ne glede na predhodno znanje nemščine zelo priporočam oba tečaja. Tečaja sta izvrstna priložnost za ponovitev ključnih slovničnih pravil in osnov komunikacije v nemščini, poleg tega pa velik del vsebine predstavlja tudi medicinska nemščina, ki zelo prav pride kasneje pri pouku oz. na vajah. Zelo priporočam, da si medicinsko terminologijo in osnove medicinske nemščine pogledate tudi sami pred pričetkom izmenjave, tečaja nemščine pa naj služita kot ponovitev in nadgradnja znanja. Poleg tega je tečaj nemščine tudi izvrstna priložnost za spoznavanje in druženje z ostalimi Erasmus študenti.

Predavanja oz. pouk na Medicinski univerzi v Gradcu poteka v celoti v nemščini, prav tako tudi izpiti. Erasmus študentje lahko pišejo izpit 15 minut dlje, pri sebi pa je dovoljeno imeti slovar.

V okviru obveznosti pri predmetu Klinična pediatrija sem v Gradcu opravljala modul »Medizin des Kindes- und Jugendalters«, ki je tam sicer obvezni predmet v 4. letniku. Gre za 5-tedenski modul, ki je sestavljen iz 3 obveznih delov – vaj, seminarjev in pisnega izpita. Pri nas sem morala dodatno opraviti še 1 teden kliničnih vaj in izpit v celoti (pisni, praktični in ustni del). Zaradi zapore javnega življenja v Avstriji v začetku decembra 2021 zaradi epidemije, so se predavanja preselila na splet oz. na spletno učilnico, namesto seminarjev pa smo morali dodatno napisati seminarsko nalogo na vnaprej določeno temo (seveda v nemščini, kar mi je predstavljalo svojevrsten izziv 😊). Vsa literatura s predavanj in posnetki predavanj in seminarjev so bili dostopni za študij tudi na spletni učilnici. Klinične vaje na oddelkih Pediatrične klinike so kljub zapori javnega življenja na srečo potekale normalno, razdeljeni smo bili v skupine po 4 študente; vaje so bile organizirane podobno kot pri nas. Pediatrični modul v Gradcu bi priporočila; vsebinsko je bil zelo kvaliteten in zanimiv, čeprav obsežen. Nekoliko časovno in organizacijsko zahtevnejše je le, če želiš sproti čim prej opraviti tudi izpit Klinična pediatrija doma. Sama sem preostanek vaj doma uspela opraviti pred odhodom na izmenjavo, izpit pa sem opravila kmalu po koncu modula v Gradcu.

Poleg pediatričnega modula sem v Gradcu opravila še 8 tednov famulature, ki se mi je priznala v okviru vaj pri predmetu Kirurgija (6 tednov vaj) in Interna medicina (2 tedna vaj). Kirurški del famulature sem opravljala 4 tedne na travmatologiji – eden izmed obveznih oddelkov (v Gradcu je ta oddelek skupaj z ortopedijo) in 2 tedna na žilni kirurgiji. V okviru vaj na travmatologiji sem večino časa skupaj z zdravniki pripravniki in specializanti krožila na travmatološki urgenci in v kontrolni travmatološki ambulanti, pomagala pa sem tudi pri jemanju krvi na oddelku in asistirala v operacijski pri manjših in večjih posegih, ko so me potrebovali. Najbolj zanimiv in poučen del vaj v okviru tega oddelka je bil na urgenci in v kontrolni ambulanti, kjer sem imela priložnost uporabiti in izboljšati svoje komunikacijske veščine s pacienti v nemščini (in veščine kliničnega pregleda), ter sodelovati pri celotnem postopku obravnave pacientov (napotitve na preiskave, pisanje izvidov, sprejemi...). Preostala 2 tedna kirurških vaj sem opravila na oddelku za žilno kirurgijo. V okviru vaj na tem oddelku sem večji del časa preživela v operacijski, kjer sem lahko asistirala; en dan vaj pa sem preživela tudi v njihovem simulacijskem centru. Dan se je začel ob 7:30 z jutranjim sestankom in vizito, kmalu po sestanku pa se je začel program v operacijski. Oddelek mi je bil všeč zlasti s stališča pridobivanja novih praktičnih veščin, dobro sem se ujela z zdravniki specializanti na oddelku, ki so me vključili v postopke obravnave pacientov od sprejema na oddelek, do operacije in odpusta; radi so mi pokazali tudi kakšno praktično kirurško stvar (šivanje, vozlanje) in me učili oz. popravljali pri asistiranju v operacijski. Če bi na oddelku ostala še kakšen teden več, bi gotovo lahko kakšno praktično stvar več poskusila tudi sama.

Poleg vaj kirurgije sem kot famulantka opravila še 2 tedna vaj interne medicine na oddelku za endokrinologijo in diabetologijo. Na oddelku sem bila razporejena k enemu od zdravnikov

pripravnikov oz. specializantov, s katerim sva bila pod nadzorom specialista vsak dan zadolžena za paciente v 3 sobah (okoli 12 pacientov naenkrat). Na oddelku sem pričevala ob 7:30 zjutraj z jemanjem krvi, ob 8:30 se je začela vizita. Po viziti sem svojemu nadzornemu zdravniku pomagala z novimi sprejemi, urejanjem dokumentacije pacientov, napotitvami na preiskave, pisanjem odpustnih pisem, med 14. in 15. uro pa smo imeli še zaključni posvet s specialistom glede plana za naslednji dan. Vaje na tem oddelku so bile zame zagotovo uporabna izkušnja, kljub temu da so bili kakšni dnevi kar naporni in dolgi. Mislim, da sem tu največ pridobila na samostojnosti in suverenosti pri delu s pacienti, poleg tega pa sem imela priložnost videti in sodelovati pri obravnavi številnih kompleksnih internističnih primerov. Dobro za moje nadaljnje delo se mi zdi tudi to, da sem videla potek dela na internističnem oddelku še izven naše države. Preostalih 6 tednov vaj iz interne medicine sem opravila na UKC Ljubljana predhodno med poletnimi počitnicami.

Vpisni postopek in komunikacija z mednarodno pisarno Medicinske univerze v Gradcu se je začela nekje v sredini marca 2021. Najprej smo uskladili okvirni program in časovni okvir izmenjave, obvestili so me tudi o dokumentaciji, ki sem jo morala predložiti ob vpisu (potrdilo o cepljenjih, learning agreement, CV, dokazila o znanju jezika...). S stališča organizacije je vpisni postopek ves čas potekal brez težav, navodila in roki so bili jasni, o vsem potrebnem sem bila pravočasno obveščena. Mednarodni pisarni obeh fakultet (gostujoče in matične) sta bili ves čas zelo dostopni in hitro odzivni v primeru kakršnih koli vprašanj; s komunikacijo sem bila zelo zadovoljna.

Pred izmenjavo sem si morala samostojno organizirati tudi nastanitev, saj univerza v Gradcu ne ponuja lastnih namestitvenih kapacitet. Glede na poročila in izkušnje študentov preteklih let, sem se odločila za bivanje v študentskem domu Friedrich Schiller Studentenheim, ki je od bolnišnice oddaljen dobrih 5 minut hoje in po mojem mnenju glede na lokacijo in kakovost bivanja tudi cenovno ugoden. Zaradi precejšnje zasedenosti domov svetujem, da se za nastanitev začnete dogovarjati že takoj ko z univerzo potrdite časovni okvir izmenjave. Svojo nastanitev v domu sem si (s podpisano pogodbo) rezervirala v začetku maja.

Mesto Gradec je po velikosti in tudi sicer zelo podobno Ljubljani, življenjski stroški pa so v Avstriji nekoliko višji kot pri nas. Študentskih bonov žal ni, kot famulantka pa sem imela možnost dobiti kosilo v glavni bolnišnični menzi po nekoliko ugodnejši ceni. V bližini doma v katerem sem stanovala je več trgovin z živili (Spar, Billa), najbolj cenovno ugoden se mi je zdel sicer Hofer. Cene živil so nekoliko višje kot v Sloveniji, odvisno tudi od izdelka. Zaradi bližine študentskega doma, bolnišnice in trgovin sem si hrano večinoma pripravljala sama doma in nosila s seboj na vaje; med vajami si si okrog poldneva vedno lahko vzel nekaj časa za malico oz. kosilo. Za transport po Gradcu zelo priporočam lastno kolo, sicer pa ima mesto tudi zelo dobro razvit sistem javnega prevoza. Sama sem si svoje kolo pripeljala z vlakom iz Ljubljane. Ob prihodu je potrebno na izpostavi mesta Gradec prijaviti začasno bivališče in se ob odhodu odjaviti. V primeru bivanja dlje kot 3 mesece se je potrebno prijaviti tudi v zvezni deželi Štajerski (strošek okoli 30€). Vse potrebne informacije glede bivanja v Gradcu posreduje tudi mednarodna pisarna gostujoče univerze.

Študijska izmenjava, bivanje v tujini in vpogled v delo v tujini je bila zame neprecenljiva izkušnja za katero bi se gotovo odločila še enkrat in na enak način. Največji izziv zame je bila zagotovo uporaba in izboljšanje nemškega jezika v praksi, z nadgradnjo uporabe nemščine pri strokovnem delu (medicinska terminologija, komunikacija s pacienti in zdravniki). Velik pomen izmenjave bi pripisala tudi spoznavanju novih ljudi, kar bi lahko morda v prihodnosti vodilo v kakšno mednarodno/strokovno sodelovanje. Obenem sem se v času izmenjave še bolj začela zavedati tudi pomena doma, domačega okolja in vsekakor tudi kvalitete študija, ki sem je vsa ta leta deležna na naši fakulteti s strani profesorjev, učiteljev in mentorjev. Medicinski fakulteti in Univerzi v Ljubljani se zahvaljujem za dano priložnost izkušnje študijske izmenjave v tujini, ki mi je dala dodaten zagon in motivacijo za nadaljnji študij in bo dobra popotnica za moje zdravniško delo v prihodnosti.



### 3. BELGIJA – Univerza v Antwerpnu (Tinkara Stražišar)

V Antwerpnu sem preživela 5 mesecev v poletnem semestru 4. letnika študija. Opravljala sem predmete Prebavila, Sečila, Gibala, Ginekologija in porodništvo, Revmatske in imunske bolezni ter izbirni predmet (jezikovni tečaj francoščine) in prakso.

#### PRIJAVNI POSTOPEK IN ŠTUDIJ

Prijava na fakulteto ni bila zapletena, vključuje pa veliko administracije. Od tuje univerze sem vse potrebne informacije prejela v elektronskih sporočilih, kjer je bilo vse jasno razloženo. Večina informacij v zvezi s študijem je bila objavljenih na spletni učilnici Blackboard. Tam je dostopen urnik, študijsko gradivo, izpitni roki itd. Pomembno je, da se pred začetkom vsakega predmeta kontaktira predstojnika in pridobi informacije o obveznostih in izpiti. Pri nekaterih predmetih je bila namreč zmeda, saj profesorji niso vedeli, da bodo v predavalnici tudi Erasmus študenti. Predavanja niso obvezna. Nekatera so v angleščini, nekatera pa v nizozemščini, kar je razvidno na predmetniku že ob prijavi. Izpiti so vsi v angleščini. Preko Buddy sistema, ki korelira z našim sistemom tutorstva, vsak študent dobi svojega Buddy-ja, ki mu pri študiju pomaga. Gradivo za učenje so večinoma angleške knjige in PowerPoint predstavitve s predavanj. Zaradi korone, so bila predavanja tudi posneta in objavljena na Blackboard-u.

Na izmenjavi sem opravljala jezikovni tečaj francoščine, ki sem ga uveljavila kot izbirni predmet. Tečaj sem obiskovala v šoli Linguapolis, ki študentom nudi popust. Tečaj je bil res zelo dobro organiziran in kvaliteten.

Izpitni roki so bili razdeljeni v dveh tednih, pri nekaterih predmetih pa se je bilo možno o datumu izpita dogovoriti individualno. Večinoma so izpiti ustni s pisno pripravo, težavnost pa je primerljiva z našo. Ocene izpitov izveš šele ob koncu izpitnega obdobja.

V času izmenjave sem opravljala tudi enomesečno prakso na Oddelku za anesteziologijo, kjer sem se naučila veliko novega in pridobila veliko praktičnega znanja.

#### NASTANITEV IN OKVIRNI ŽIVLJENJSKI STROŠKI

Ob prijavi lahko zaprosiš za študentski dom, kar sem storila tudi sama, a ga žal nisem dobila. Soba sem tako našla preko Kotweba, spletne strani, ki ponuja sobe študentom in je preverjena ter varna. Rada bi opozorila, da je potrebno biti pazljiv pri ponudbah na facebooku in drugih platformah, saj je dosti študentov bilo ogoljufanih. Tudi univerza sama pošlje predloge stanovanj, ki so na Kotwebu. Izmenjavo so mi dokončno odobrili malo več kot mesec dni prej in takrat je bilo že dosti sob oddanih, zato predlagam, da si jo poiščete čim prej. Fakulteta je oddaljena 6km od centra. Jaz sem sobo vzela bližje fakulteti, česar ne obžalujem, vendar samo v vednost; kolesarjenje do centra je bilo v vetru kar velik zalogaj. Za sobo, z deljeno kopalnico in kuhinjo, ki sem jo delila z eno osebo, sem skupaj s stroški plačevala 400 evrov.

Večinoma sem si kuhala v stanovanju in hrano kupovala v Lidlju in Colruyту, kjer so bile cene primerljive z našimi. Cene v restavracijah so bile dosti dražje kot pri nas. Žal v Belgiji nimajo študentskih bonov, vendar je na voljo Komida, študentka menza, ki nudi študentom popust.

Februarja sem se do centra mesta vozila z avtobusom, ki pa je zelo nezanesljiv in ponoči ne vozi redno. Ko so bile temperature višje sem najela kolo. Dolgo časa sem izbirala katerega naj vzamem, vendar sem se na koncu odločila za Swapfiets, ki je res kvalitetno kolo in v ceni nudi tudi brezplačen servis. Med drugim lahko prejmeš pri naročnini popust, če se prijatelji naročijo nanj s tvojo kodo.

#### PRIMERI DOBRE PRAKSE, KI BI JIH ŽELELI PRENESTI NA UL MF

Po mojem mnenju je program na tamkajšnji univerzi boljši, saj imajo klinične predmete že od samega začetka. Njihov študij je razdeljen na bachelor (naša prva tri leta) in master (naša zadnja tri leta), tako imajo npr. ginekologijo 1, ki je v bachelor in ginekologijo 2, ki je v master. Bistveno večja je povezava teorije s prakso. Klinične primere imajo integrirane v skoraj vsa predavanja in izpite, kar je super, saj se prek njih naučiš razmišljanja in kako uporabiti teoretično znanje, ki si ga pridobil.

Prav tako bi izpostavila organizacijo prakse v bolnici, kjer je vsakemu študentu dodeljen en mentor. Tako lahko študent odnese bistveno več znanja in ima možnost tudi poskusiti več.

#### PREDNOSTI IN SLABOSTI IZMENJAVE

Z izmenjavo sem bila zelo zadovoljna in bi jo priporočala prav vsakemu. Menjava okolja in samostojnost me je naučila ogromno in pripomogla k mojemu osebnemu razvoju. Prav tako sem spoznala ljudi iz različnih držav in kultur ter pridobila veliko novih prijateljev. Izpilila sem tudi dva tuja jezika – angleščino in francoščino. Pohvalila bi tudi socialni program, ki je bil organiziran s strani univerze in študentske organizacije ESN, ki je skrbel za pestro dogajanje v času izmenjave. Slaba stran izmenjave je bila zame vreme, predvsem veter. Prav tako sem dostikrat pogrešala naravo in naše gore.

Za kakršnekoli informacije o izmenjavi me lahko kontaktiraš na facebooku.

#### 4. BRAZILIJA – FMUSP, Sao Paulo (Katarina Bole)

Sao Paulo. 5. največje mesto na svetu. Finančno in kulturno središče Južne Amerike. Betonska džungla, kjer sem med februarjem in junijem 2022 preživela 5 raznolikih mesecev izmenjave na najboljši javni univerzi (FMUSP) in najboljši javni bolnici v Braziliji (Hospital das Clinicas).

V Sao Paulu sem v okviru Mednarodne kreditne mobilnosti opravljala vaje iz kirurgije in interne medicine ter dva elektiva po lastni izbiri, saj je bilo na voljo dovolj Erasmus sredstev za podaljšanje izmenjave. Na koncu sem tako opravila 5 štiritedenskih praks: Plastična kirurgija, Splošna kirurgija, Ginekologija in porodništvo, Srčno popuščanje (INCOR) in Internistična onkologija (ICESP).

#### PRED ODHODOM

Tako naša kot njihova mednarodna pisarna sta bili zelo odzivni pri odgovarjanju na elektronsko pošto. Ker sem ostala dlje kot 90 dni sem si morala urediti posebno vizo (VITEM IV), za kar si je potrebno rezervirati termin na brazilski ambasadi v Ljubljani in natančno prebrati seznam dokumentov, ki jih potrebuješ. Zaprošila sem tudi za brazilsko davčno številko (CPF), brez katere zelo težko aktivirate sim kartico, ne morete vedno nakupovati po internetu, ... Brez problema sem vse uredila en mesec pred odhodom, stroške vise pa tako kot stroške letalske karte povsem povrne Erasmus štipendija. S postopkom vise po prihodu mi je pomagala njihova mednarodna pisarna, zavarovanje pa mi je uredil Erasmus referent in sem ga dobila direktno na email.

#### PORTUGALŠČINA

Za znanje portugalsčine sem se pred odhodom zanašala le na Duolingo. Kljub enoletnemu streaku in znanju španščine mi ni pomagalo toliko kot pričakovano... z angleščino pa sploh ne prideš nikamor. Jaz sem si potem v mestu dobila učitelja in se hitro dokaj dobro naučila jezik, kar je zelo izboljšalo mojo izkušnjo. Začnite že doma! V brošuri sicer piše, da so možni tečaji tudi v sklopu njihove univerze, vendar meni niso odgovorili niti na mail.

#### PRIHOD

Priletela sem na največje mednarodno letališče v Braziliji, Guarulhos (GRU) s postankom v Parizu. Čeprav je po novem letališče povezano z mrežo podzemne železnice (4R\$), priporočam, da za prvič uporabite Uber (70R\$) za prevoz do rezidence. Vedno ga naročite z aplikacijo! Pogoste so namreč goljufije voznikov, ki se na licu mesta predstavljajo kot Uber in potem zaračunajo nesramno več (70USD).

#### NASTANITEV

Nastanitev, ki jo priskrbi univerza, je znotraj bolnišničnega kompleksa. Noben od uslužbencev ne govori angleško, zato je prihod dokaj... stresen. Sobe so za 2 osebi s skupno kopalnico, kuhinja je ena na celo nadstropje. Na voljo sta dva velika deljena hladilnika. V vsakem nadstropju sta tudi dve

večji »študijski« sobi in v pritličju skupni prostori. Na teraso je prepovedan vstop. Voda v SP je načeloma pitna, ampak slabega okusa. Vsako nadstropje ima filter za vodo iz čigar si točimo vodo za pitje in kuhanje. Posoda je deljena, vendar sem si jaz, ker rada kuham, kupila kar svojo. Poseben je tudi WC, saj se papirja po uporabi ne odlaga v školjko, ampak v koš za smeti.

Lokacija ne bi mogla biti boljša - 5 minut od glavne bolnice, zraven dveh velikih metro postaj in velike avtobusne postaje. Do glavne avenije Paulista zlahka pridete tudi peš. Po drugi strani je hrup bolnišničnega generatorja prisoten ves čas, zato si nujno spakirajte čepke za ušesa. Če se odpravljate v mrzlem delu leta pa obvezno topla oblačila, saj je stavba brez izolacije in prepišna.

Za vse stanovalce je zagotovljena perica, ki ji lahko daš oprat do 20 kosov na teden. Včasih pride kaj zaprano in kaj izgine, vendar je vseeno zelo priročno. Čistilke izpraznijo smeti in pometejo vsak dan, enkrat na teden zamenjajo posteljnino in brisače, enkrat na mesec pa ima vsaka soba generalno čiščenje. Če si tisti dan doma, ne očistijo.

Na voljo je tudi športni center, kjer sem s pridom uporabljala zunanji olimpijski bazen, včasih tudi teniško igrišče. Ni dlje kot 10 minut hoje od rezidence.

## HRANA

Za osnoven zajtrk je med tednom poskrbljeno v 3. nadstropju hiše: štručka z maslom, sadje, kava. V stavbi univerze in bolnišnični menzi smo študenti upravičeni do zelo ugodnega kosila in večerje tipa samopostrežnega bifeja (2R\$ oz 0,4EUR). V onkološki stavbi je na voljo bife, kjer se naješ za povprečno 5EUR, vendar z neprecenljivim razgledom na celo mesto. Zunaj ograde bolnice so cene hrane podobne ljubljanskim. Ker je mesto veliko in z ogromno populacijo različnih priseljencev, predvsem Italijanov in Japoncev, je kulinarika zelo raznolika in vredna preizkušanja!

## BOLNICA

Delo na oddelkih je bilo zanimivo, vendar zelo odvisno od ljudi, s katerimi si prišel v stik. Jaz in prijatelj, ki je imel plastično kirurgijo en mesec za mano, sva npr. imela čisto različno klinično izkušnjo. V splošnem bi rekla, da kirurgi slabše govorijo angleško kot internisti in tudi nimajo toliko časa, da bi se ukvarjali s tabo. Videla sem veliko zanimivih operacij, ampak priložnosti za šivanje strelnih in bolj travmatičnih ran (ki sem jih stereotipno pričakovala) nisem dobila. Na ginekologiji sem imela čudovito priložnost veliko bolj praktičnega usposabljanja kot smo ga deležni doma. Na koncu mi je bil najljubši del izmenjave onkološki inštitut, saj sem imela res dobre mentorje in sem se veliko naučila. Preko njih sem dobila tudi priložnost ogleda patološkega oddelka in sanitarne obdukcije, kar je bilo zame prvič.

Po navadi te vsak prvi dan rotacije referent iz mednarodne pisarne odpelje do oddelka, kjer ti pokažejo kam naprej. Po navadi na oddelku nihče ne ve kdo si in zakaj si prišel, zato je vedno dobro, da se na začetku predstaviš in poveš, kaj bi te zanimalo videti, kam bi rad šel. Meni se je zdelo organizacijsko gledano dokaj zmedeno, ker so bili zelo skopi z informacijami. Če kaj želiš vedeti, moraš vedno direktno vprašati - običajno več različnih ljudi.

## SPLOŠNO

V Braziliji uporabljajo valuto Real, ki se je v času mojega bivanja tam gibala okoli vrednosti 1EUR = 5 do 6R\$. Priporočam, da s seboj na pot vzamete kreditno kartico in pa zalogo dolarjev, ki jih z lahkoto zamenjate v nakupovalnih centrih (s seboj morate imeti potni list, če ne, se ne da). Jaz sem imela NKBM debetno Visa, ki je delovala v 99% primerov. Zatajila je le včasih pri online nakupih, kar je pač brazilska posebnost. Imajo pa tudi ulični prodajalci in včasih celo berači POS terminal, po celi državi je plačevanje namreč večinoma s kartico. Gotovino rabiš le za metro in avtobus.

Glede varnosti se povsod priporoča običajne ukrepe, kot je to, da ne nosite nakita, nimate po nepotrebem v roki telefona, ne izzivate z buljenjem v brezdomce in posebneže, ne kupujete drog... Bolnica je sicer v enem najdražjih in najvarnejših predelov Sao Paula, zato sem se počutila kar sproščeno. Vseeno tudi tisti bolj vprašljivi deli mesta kot so center ali nakupovalni Bras in Bom Retiro niso noben babbav, če se ne obnašaš kot turist.

Za začetno spoznavanje mesta in dobre nasvete glede skritih kotičkov najbolj priporočam Sao Paulo Free Walking Tour in obisk turistične pisarne na Av. Paulista. Meni je res pomagalo, saj je Sao Paulo s svojimi 20 milijoni ljudi tako gigantski, da je težko vedeti, kje začeti z odkrivanjem. Z zdravjem razen covida nisem imela nobenih problemov, imajo pa v krizi na voljo neskončno veliko zdravnikov vseh specialnosti h katerim se lahko naročite kar po internetu (Doctoralia, zasebniki). Jaz sem bila z vizo sicer upravičena do njihovega javnega zdravja SUS. Če vas skrbijo komarji, vam zagotavljam, da vsaj v mestu niso problem. V prvem tednu doma sem namreč že imela več pikov kot prej v petih mesecih Brazilije.

## ZAKLJUČNI VTISI

Brazilija je povsem samostojen in čisto drugačen kulturni prostor kot preostala Latinska Amerika. Začetek izmenjave je bil zaradi kulturnega šoka in konstantnih nepričakovanih ovir bolj trnova in zahtevna pot, kot sem pričakovala. Je pa zato konec izmenjave toliko slajši, saj me je ta izkušnja naredila še bolj prepričano vase in v svoje sposobnosti ter približala novo kulturo na način, ki ga le s potovanjem ne dobiš.

Upam, da sem v tem (pre)dolgem zapisu podala dovolj uporabnih informacij, da vam bo začetek kaj lažji, kot je bil meni. V vsakem primeru pričakujte nepričakovano ;) in pogumno naprej.

Če si želiš več informacij, bom pa vedno z veseljem povedala še kaj več, zgodb je ogromno. Piši mi na [katarina.bole@hotmail.com](mailto:katarina.bole@hotmail.com)

## 5. BRAZILIJA – FMUSP, Sao Paulo (Žiga Gašperšič)

V aprilu in maju sem se odločil za opravljanje vaj iz kirurgije v Sao Paulu v Braziliji. Vaje sem potem se podaljšal za 3 tedne v juniju. Vse skupaj sem tako opravil 4 tedne na oddelku plasticne kirurgije in 7 tednov na oddelku iz splosne in urgentne kirurgije. Bolnica v kateri opravljaš vaje je najboljša v Latinski Ameriki. Res, da ne zgleda najbolj moderna, a v njej delujejo največji specialisti vseh strok. Znanje portugalskega jezika je velika prednost. Zdravniki sicer v večini govorijo anglesko, ampak si kljub temu prikrajsan za interakcijo s pacienti, saj tudi na kirurških oddelkih veliko sodelujes v ambulantah. Na oddelku iz plasticne kirurgije imas bolj proste roke in se priključis operacijam, ki te zanimajo. Veliko je operacij z različnimi reznji, kot sanacija amputacij prometnih nesrec in opeklinških poškodb. Če pokažes zanimanje lahko asistiras na koncu kaj zašiješ, je pa res da je ponavadi okoli operacijske mize veliko specializantov, ki se borijo za to da lahko čim več naredijo. Na oddelku iz splosne in nujne kirurgije sem imel poseben urnik za studente, ki ne govorijo portugalsko. Večinoma časa sem tako preživel v operacijski dvorani in opazoval različne onkološke operacije, operacije kil, operacije zaradi različnih travmatskih poškodb.. ob sredah zvečer sem hodil v mrtvasnico, kjer sem skupaj s specializanti splosne kirurgije lahko vadil različne posege (torakotomija, traheotomija) in se učil anatomije - zelo zanimiva izkusnja, kjer pridobis veliko prakticnega znanja. Ob petkih sem bil prisoten v ambulanti, kjer so mi primere ponavadi prevajali brazilski studentje.

Živel sem v studentskem domu zraven bolnice (zastonj). 6. nadstropje je rezervirano za tuje studente, soba je namenjena za 2 osebi in ima 1 kopalnico. Za vstop potrebuješ lastno kartico, sobo ti redno čistijo, vsak teden preoblečejo posteljnino, gosti niso dovoljeni, prav tako je prepovedan vnos alkohola. V studentskem domu dobis skromen zajtrk, kosilo in večerjo pa v bolnici (obrok stane 2 reala = 0,4e).

Za prevoz obstaja metro, ki je zelo enostaven za uporabo, večinoma pa se uporablja uber, ki je prav tako poceni.

Fakulteta in celotna univerza je zelo sportno orientirana. Sam sem se vključil v tenisko ekipo, treniralo se je 3x na teden, za vikend tekme. Interuspi je tekmovanje vseh sportov vseh fakultet Univerze v Sao Paulu v juniju - res zanimiva izkusnja.

Preostal čas sem porabil za potovanje po Braziliji - rio v času karnevala, Florianapolis, Paraty, Pantanal, Santos.. ponavadi je v studentskem domu veliko drugih studentov in se hitro zorganiziras za izlet med vikendi.

Brazilija je bila za mene nepozabna izkusnja, ki jo priporocam vsakomur. Edino stvar, ki bi jo spremenil je, da bi se pred odhodom poskusa nauciti vsaj za silo portugalsko.

Za vse dodatne informacije me lahko kontaktirate na ziga.gaspersic@gmail.com ali telefon 031 213 555.

## 6. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Neža Divjak)

Za svojo študijsko izmenjavo, ki sem jo opravljala v prvem semestru 5. letnika, sem izbrala Brno, drugo največje mesto na Češkem. Priznam, da pred tem o mestu prav veliko nisem vedela. Na srečo pa se je takoj po mojem prihodu izkazalo, da je bila odločitev več kot na mestu.

Z iskanjem nastanitve se nisem veliko ukvarjala. Zdelo se mi je smiselno, da izberem nastanitev v študentskem domu, saj se bom tam imela možnost družiti z drugimi študenti, ki so prišli na izmenjavo. Po prebiranju starih poročil sem se odločila, da se bom prijavila v študentski dom Vinarska (mesta so omejena, pošla so v nekaj minutah!). Ta študentski dom je »pravo malo naselje«, polno je študentov, med domovi so igrišča za odbojko, mize za namizni tenis, prostor za žar in podobno. Sobe v domu so urejene tako, da si dva študenta delita spalnico, majhno kuhinjo in kopalnico. Blok A1, kjer bivam, je delno prenovljen. Imela sem srečo in dobila sobo s prenovljeno kopalnico in kuhinjo, soba pa ima še staro pohištvo – na to pa se zelo hitro navadiš. Mesečno je okvirna najemnina 210 eurov.

Na splošno so življenjski stroški malenkost nižji kot pri nas – pivo stane slaba 2 eura, kosilo v menzi okoli 4 eura, v restavraciji pa kakšnih 7-8. Tudi vsa potovanja, na katera smo se do zdaj odpravili, so s študentskimi ugodnostmi zelo poceni. Avtobusna karta do Prage, na primer, stane z ISIC kartico le 2 eura.

Smiselno je kupiti kartico za avtobus in tramvaj (vsa navodila ti prej posreduje koordinatorka njihove univerze). Je zelo poceni, za študente, mlajše od 26 let stane trimesečna vozovnica okoli 25 eurov. Sicer pa je (proti slovenskemu) javni prevoz odlično urejen. Tramvaji vozijo zelo pogosto, zaradi tega ni potrebno skorajda nikoli gledati na vozni red. Promet je urejen tudi ponoči.

ISIC kartico, ki je v bistvu študentska izkaznica, naročiš pred prihodom na Češko. Brez nje praktično ne moreš. Uporabljaš jo za odpiranje vrat v študentski dom, identifikacijo, za popuste pri nakupih vozovnic, uporabo menze ...

Nekaj problema je bilo s potrjevanjem spletnega učnega sporazuma, zato smo morali LA narediti ročno, na star način. Sicer pa je celoten prijavi postopek po tem, ko si sprejet na fakulteto, precej enostaven. Njihov sistem te namreč dobro vodi in opozori na vse dokumente, ki jih je potrebno oddati, prav tako pa sta koordinatorki tako univerze kot fakultete zelo ustrežljivi in hitro odzivni na maile. Pomirili sta nas tudi, da je vse stvari tudi na izmenjavi še vedno mogoče spreminjati.

Na univerzi v Brnu sem opravljala naslednje predmete: kardiologijo, pulmologijo, endokrinologijo, kirurgijo 1 (saj ta dopolnjuje Obtočila in Dihala), oftalmologijo, ORL, stomatologijo in izbirni predmet anesteziologijo. Vse predmete imajo ločene v »practice« in »lecture« del, kredite za »practice« del dobiš po opravljenih vajah, »lecture« del pa po opravljenem izpitu.

Na začetku študijskega leta je univerza sklenila, da bo pouk, ne glede na epidemiološko situacijo potekal v živo (seveda ob upoštevanju PCT pogoja) – ves pouk (z izjemo enega izbirnega predmeta, kjer imamo v živo le vaje) tako poteka v bolnici.

Pouk na fakulteti je organiziran podobno kot pri nas. Organiziran je v bloke, ki trajajo okvirno dva tedna, v tem času pa opraviš vse vaje in seminarje ter predavanja pri predmetu. Na koncu nekaterih



predmetov so pisni, na koncu drugih pa ustni izpiti. Na izpite se prijaviš preko njihovega operacijskega sistema (kot »spletna učilnica«), za večino izpitov je veliko razpisanih rokov, so pa mesta – sploh, če je izpit ustni – omejena. Pouk opravljaš z rednimi študenti angleškega programa, v tem času spoznaš veliko različnih skupin, saj se zamenjajo pri skorajda vsakem predmetu. Z organizacijo pouka lepe izkušnje. Predmete, ki jih bom opravljala na izmenjavi, je šlo brez problema organizirati v urnik. Pri tem se je zelo potrudila njihova koordinatorica. Zaradi tega mi LA ni bilo potrebno spreminjati.

V primerjavi z UL MF so bloki (torej predmet) nekoliko krajši, imaš pa zato pouk pet ur na dan. Izgleda tako, da z vajami začneš okoli 7:30 (če pozneje, kar je mogoče, ti to sporočijo). Skoraj vsak dan si na oddelku in imaš možnost narediti anamnezo in klinični status. Predavanj je sicer nekoliko manj, oziroma so v veliki večini zamenjana s seminarji, se pa veliko naučiš ob diskusiji z mentorjem. Pouk, kot že rečeno, poteka v angleščini. Profesorji (vsaj večinoma) govorijo dobro angleščino in z razumevanjem ni težav. Pri pogovoru s pacienti, ki so večinoma starejši, pa je dobro znati vsaj osnove medicinske češčine, saj se na ta način veliko lažje znajdeš. Na vajah delaš v parih, tako da ti lahko (vsaj na začetku, da se znajdeš) pomaga tudi kolega, ki je verjetno redni študent, in češčine bolj navajen.

Edina pomanjkljivost, ki je bila do sedaj »neprijetna« je bil zaplet s potrjevanjem spletnega učnega sporazuma, ki je dolgo časa niso potrdili, nato pa so nam rekli, da naj naredimo še en učni sporazum na star način. Študente nas je to naredilo nekoliko nervozne, saj nismo vedeli, kaj pričakovati. Kot že rečeno, pa je bilo konec koncev vse dobro, saj so nove učne sporazume hitro podpisali. Zelo pozitivno me je v Brnu presenetila količina kliničnih vaj, še posebej pri internističnih predmetih. Kot zapisano zgoraj, smo bili na oddelku vsak dan. Poleg medicinskega dela pa seveda tudi ljudje, ki jih v tem času spoznaš. Pol leta praktično bivaš, se zabavaš in počitnikuješ z njimi. Izmenjava je neverjetna, predvsem pa nepozabna izkušnja. Če te še kaj zanima, me lahko vedno kontaktiraš na mail: [nezadivjak@gmail.com](mailto:nezadivjak@gmail.com).

## 7. ČEŠKA REPUBLIKA– Masarykova univerza, Brno (Vid Rotvejn Pajič)

Brno je drugo največje mesto na Češkem in glavno mesto Moravske. Turistično sicer ni tako zanimiv kot Praga, vendar pa je veliko prijetneje tam živeti. Slovi kot študentsko mesto, saj v njem študira več tisoč študentov, tako Čehov kot tudi tujcev. Po mestu in po vsej državi je mogoče hitro in poceni potovati z javnim prevozom, ki ponuja odlične cene za študente. Jezik, ki ga govorijo, je seveda Češčina, ki je dokaj podobna Slovenščini in se je lahko naučimo hitro, še posebej, če se vpišemo na kakšen tečaj (te ponuja tudi univerza).

### ŠTUDIJSKI PROCES

V Brno sem se odpravil v zimskem semestru svojega 6. letnika in tam opravil del vaj iz interne medicine, kirurgije in pediatrije. Izpitov nisem opravljal. Interna in kirurgija sta potekala v univerzitetni bolnišnici Bohunice, pediatrija pa v otroški bolnišnici na drugem koncu mesta.

Erasmus študenti se pridružimo tujim študentom, ki na Masarykovi univerzi študirajo redno. Ti prihajajo resnično iz celega sveta, iz Japonske, Libije, Saudske Arabije ipd., zato so možnosti za razširjanje obzorij široke.

Najprej sem opravil 5 tednov vaj iz kirurgije. V moji skupini nas je bilo 5. Razdeljeni smo bili po oddelkih in jih vsak teden menjavali. Delovni dan se je začel ob 7.00 oziroma 6.00 na intenzivni, ko smo se pridružili zdravnikom na viziti. Dopoldne so nam kirurgi predavali o različnih temah, ki se lahko pojavijo na izpitu (na Češkem je vsak izpit v 6. letniku pred komisijo, imajo stalni seznam vprašanj, ki jih lahko dobijo, zato se učijo po tem seznamu). Po predavanjih (oziroma tudi pred njimi) smo se lahko pridružili operacijam, za kar pa si se mogel s tajnico dogovarjati sam. Na sploh so te vaje potekale nekoliko neorganizirano in po mojem okusu preveč teoretično.



Vaje iz interne medicine sem imel razdeljene na 2 dela, najprej 1 teden na hematološkem oddelku potem 3 tedne pediatrije in nato še 3 tedni na kardiologiji in pulmologiji. Spet nas je bilo v skupini 5. Vaje so spet bile bolj teoretične, saj so smo vsak dan imeli predavanja o različnih hematoloških temah, občasno pa smo šli tudi pogledat kakšnega pacienta ali poseg. Na kardiologiji je bilo nekaj več prakse, poleg vizit smo dobili tudi vsak svojega pacienta in o njem morali napisati poročilo. Ogleдали smo si tudi nekaj posegov in operacij.

Pediatrija je bila mešanica prakse in predavanj, jemali smo anamnezo in status ter napisali poročilo o pacientu.

S predavanji in kakovostjo predavateljev sem na splošno zadovoljen, a menim, da je pouk v 6. letniku preveč usmerjen v teorijo in opravljanje izpita in da bi lahko imeli več prakse. Kakovost pouka omejuje tudi (ne)znanje jezika, saj večina pacientov ne govori angleško, zato je komunikacija otežena. Razen tega pa je vse podobno kot pri nas.

## ŽIVLJENJE

Brno je študentsko mesto. Študentje imamo tam veliko popustov, od kinov do javnega prometa in kebabov, ki so dostopni s kartico ISIC (avtobus do Prage je tako stal samo 2 evra). Lokalni ESN organizira veliko dogodkov za mednarodne študente, med drugim karaoke, namizne igre, predstavitve držav ter pub kvize, dobimo pa tudi vouchere za ogled gradu in za letalske karte (Ryanair). Okolica Brna ponuja kar nekaj lepih izletov do zgodovinskih mest (Znojmo, Olomouc), narave (Palava in Mikulov) ali pa uživanja ob jezerih (Marianske Udoli, Brnenska Prehrada), lahko pa se seveda gre tudi dlje, do Prage, Libereca, Slovaške ali pa s poceni leti nekam v tujino.

Cene hrane so podobne kot pri nas in se razlikujejo od trgovine do trgovine. Najdražja sta Albert in Tesco, najcenejši pa Lidl. Češka je dežela piv, zato je v vseh barih pivo dosti cenejše kot pri nas. Češka hrana je tudi vredna svoje cene, osebno lahko priporočim Svičkovo (govedina v posebni omaki Svičkova in s kruhovimi cmoki).

## NASTANITEV

Živel sem v študentskem domu na Vinarski, ki najbolj znan študentski dom. Je dokaj v redu, sicer ne ravno moderen, vendar pa ponuja veliko (fitnes, odbojka, košarka, soba za študij ipd.). Vsekakor ga lahko priporočim, vendar pa so sobe hitro zasedene, zato se jih splača rezervirati čimprej (velja tudi za druge domove).

## SPLOŠNI VTIS

Menim, da Brno ponuja enega najboljših Erasmus doživetij. Lokalni ESN organizira res veliko dogodkov, mesto je polno študentov, za razliko od Prage pa je turistov veliko manj. Nočno življenje je bogato, vedno se nekaj dogaja. Študijski proces bi lahko bil bolj usmerjen v prakso, vendar pa menim, da sem se vseeno tam veliko naučil.

## 8. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Katarina Miklavec)

Erasmus izmenjavo sem opravljal v poletnem semestru na 1st Faculty of medicine v Pragi. Takoj velja omeniti, da ima Praga 3 medicinske fakultete in so ti ob prijavi na Erasmus ponujeni predmeti ter urnik, ki ga ima 1. fakulteta, se pa da z Erasmus koordinatorico v Pragi dogovoriti, da opravljaš tudi kakšen predmet na 2. ali 3. fakulteti. To pride v poštev predvsem, če bi rad opravljal predmet, ki ga 1. fakulteta ne ponuja za tuje študente ali pa se ti glede na urnik ne izide. Sicer pa urnika ni težko sestaviti, ker imajo v Pragi tako kot mi »block courses« in več različnih terminov za nekatere predmete.

Opravljal sem Otorinolaringologijo, Oftalmologijo, Hematologijo, Ginekologijo in porodništvo, Anesteziologijo in urgentno medicino ter 2 izbirna predmeta – Clinical skills ter Clerkship in general practice. Ob prijavi dobiš seznam na katere izbirne predmete se lahko prijaviš, je pa še veliko drugih, ki so po mojem mnenju bolj zanimivi kot tisti, ki so na začetku ponujeni Erasmus študentom.


Potekajo v angleščini skupaj z angleško paralelko, tako da se lahko prijaviš tudi na tiste, če veš da obstajajo in posebej vprašaj koordinatorico za seznam. Pri nas so mi priznali vse predmete, doma sem morala opraviti praktični izpit za ORL, ustni izpit za Ginekologijo in vaje v simulacijskem centru za Perioperativno medicino.

Kvaliteta predmetov se razlikuje od predmeta do predmeta, nekje so zelo dobro organizirani, drugje pa sploh ne zares vejo, da imajo študente na vajah, govorijo slabo angleško ter jim je čisto vseeno ali si tam ali ne. Priporočam ORL ter Anesteziologijo in urgentno medicino, ki sta res odlično organizirana predmeta, potrudijo se da je zelo zanimivo, veliko je vaj in se tudi zelo veliko naučiš. Vaj iz kirurgije jaz tukaj nisem imela, vendar glede na izkušnje Erasmus kolegov priporočam tudi to, če planirate izmenjavo opravljati v 6. letniku – predvsem v bolnišnici Motol, kjer študentje lahko zelo veliko samostojno delajo in ves čas asistirajo. Tudi izbirni predmet Clinical skills je super, sestavljen je iz 5 vaj, kjer se učiš drug na drugem samo praktične stvari npr. jemanje krvi, vstavljanje IV kanala, ultrazvok ...

Prijava na fakulteto poteka enostavno, vsa navodila dobiš že zelo hitro po nominaciji s strani naše fakultete, njihova Erasmus koordinatorica pa je hitro odzivna za vsa vprašanja. Ob prijavi lahko izbereš bivanje v študentskem domu. Če ne želiš izgubljati časa z iskanjem stanovanja in te ne moti par mesečno življenje v precej starem domu v sobi, ki si jo deliš še z enim študentom, je to najbolj enostavna opcija. Jaz sem živela v Troji, ki naj bi bil od vseh domov še najboljši, je pa v ostalih domovih več Erasmus študentov in dogajanja. Lokacija Troje je tudi kar se tiče narave zelo lepa, saj je čisto ob reki in je veliko možnosti za šport. Sicer pa so vsi domovi precej daleč iz centra, saj je Praga zelo veliko mesto in ker različni predmeti potekajo v različnih bolnišnicah, se sčasoma navadiš, da moraš zjutraj prišteti včasih še 1 dodatno uro zgolj za javni prevoz do bolnišnice.

Javni prevoz je izjemno poceni za študente z ISIC kartico – karta za 3 mesece je 15€, ostali življenjski stroški pa niti niso tako poceni, kot se sliši, če greš na Erasmus na Češko. Ostala češka mesta so za naše razmere poceni, vendar je Praga kot glavno mesto izjema, tako da so cene za nekatere stvari enake kot pri nas, za nekatere pa višje. Če ti je bolj všeč pivo je Praga pravo mesto zate, saj je zelo poceni, če pa ti je bolj všeč kava, se pripravi, da boš zanjo plačal včasih tudi 3-4€.

Še ena stvar, ki jo zelo priporočam so izleti z ESO organizacijo – vsak semester češki študenti medicinske fakultete organizirajo par izletov na katerih je za Erasmus študente vse organizirano in plačano, fakulteta krije prevoz, vstopnine itd. Peljejo te pogledat nekaj najbolj znanih čeških krajev, mi smo skupaj z ostalimi Erasmus študenti šli na izlet v Český Krumlov, Karlovy vary, Bohemian Switzerland in celo na dvodnevni izlet v Brno in Lednice.

Praga je zelo lepo mesto, katerikoli dan si želiš karkoli početi imaš ogromno možnosti za raziskovanje mesta, ogledovanje znamenitosti, različne aktivnosti in zabavo, veliko je tudi Erasmus študentov, tako da študentskega dogajanja ne manjka. Vsekakor priporočam bolj poletni semester, od februarja do aprila je bilo letos še zelo nepričakovano mraz, maja in junija pa se začne veliko aktivnosti odvijati na prostem in ima mesto čisto drugačen utrip. Je tudi odlično izhodišče za potovanja po celotni Evropi, kar se tiče fakultete in pridobljenega znanja pa je malo odvisno od predmeta in samoiniciativnosti – vsekakor boste hitro ugotovili, da je naša fakulteta v primerjavi z ostalimi zelo dobra. Če te zanima še kaj, me lahko kontaktiraš na katarina.miklavc@hotmail.com ali fb .

## 9. ČEŠKA REPUBLIKA– Karlova univerza, Praga (Vesna Bukovec)

Drugi semester 5. letnika sem opravljala na Karlovi Univerzi (1. medicinska fakulteta) v Pragi. Tam sem opravljala predmete: ORL, Oftalmologija, Ginekologija in porodništvo, dva izbirna predmeta (Tropska medicina in Češčina).

Kaj hitro po nominaciji na izmenjavo, moraš izbrati predmete, ki bi jih rad na izmenjavi opravljal, gre po principu "kdor prvi pride, prvi melje", tako da se spleča hitro odgovoriti na email. Tako kot pri nas se predmeti izvajajo v obliki blokov, izpiti so takoj po zaključku predmeta. Nekateri

predmeti so organizirani posebej za Erasmus študente, ponekod pa se pridružiš angleški paralelki. Večina ocenjevanj poteka v obliki ustnih izpitov. Pri ORL je potrebno po prihodu domov opraviti še praktični del izpita. Za Ginekologijo in porodništvo nudijo v Pragi dva predmeta, če izbereš tistega s 3 ECTS (traja 2 tedna), ti priznajo predavanja in vaje, v Sloveniji je potrebno opraviti še ustni in pisni izpit. Tropske medicine ne priporočam, saj so predavanja še kar dolgočasna, Erasmus študenti ga redko izberejo, prav tako pa je letos potekal v petek popoldan.. Na vajah se mentorji še kar trudijo, je pa veliko odvisno od samega študenta, koliko časa želi preživeti na vajah. Je tudi veliko možnosti za ogled in asistiranje pri operacijah.

Ob prijavi imaš možnost izbire bivanja v študentskem domu, tam lahko tudi dopišesh svojo željo za določen študentski dom in mislim, da to večinoma tudi upoštevajo. Jaz sem bivala v študentskem domu Troja. Najemnina je okoli 150 evrov na mesec, je pa kar daleč iz centra, z javnim prevozom okoli pol ure, vendar se tudi tega hitro navadiš. Sobe so dvoposteljne, kuhinjo in kopalnico pa si deliš še z eno sobo. V kleti je menza, v sosednji stavbi pa še kavarna. Na voljo je tudi pralnica, plača se na uro, je pa včasih težko dobiti ključ, zaradi velikega števila študentov. V bližini doma žal ni trgovine, le manjša trgovinica v domu, kjer pa so cene še kar višje, tako da je najboljšo iti po nakupih na poti s faksa. Za sobo v centru pa so letos kolegi z Erasmusom odšteli vsaj 500 evrov, verjetno se da najti tudi kaj bolj poceni. Sama bi se še enkrat odločila za študentski dom. Cene živil so v trgovinah in tudi restavracijah primerljive slovenskim, velikokrat tudi cenejše. Za poceni in dobro kosilo priporočam gostilno "Uterus" (tako so jo poimenovali študenti), ki je v bližini fakultete. Javni prevoz je v Pragi odlično organiziran (tramvaji, avtobusi in podzemna), za 3-mesečno karto pa sem plačala le 14 evrov.

Praga je čudovito mesto, polno skritih koticov in kavarn. V mestu se res vsak dan nekaj dogaja. Različne študentske organizacije vsakodnevno organizirajo aktivnosti in so tudi dobra priložnost za spoznavanje drugih študentov. Organizirajo zabave, piknike, druženja, športne aktivnosti, izlete itd. Praga je tudi dobro izhodišče za razne enodnevne izlete po Češki, pa tudi drugam. Izmenjava v Pragi je bila res super izkušnja in bi jo vsem priporočala.

Za vsa vprašanja me lahko kontaktirate na facebooku ali preko emaila: [vesna.tbukovec@gmail.com](mailto:vesna.tbukovec@gmail.com)

## 10. DANSKA – Univerza v Aarhusu (Maja Osojnik)

Aarhusu sem opravila v drugem semestru 5. letnika, kjer sem opravljala danski 11. semester - ginekologija, porodništvo in pediatrija (vključuje tudi klinično genetiko). Na izmenjavo sem se odpravila konec januarja za prvi teden spoznavanj, predavanja pa so se začela začetek februarja. Prva dva meseca smo imeli predavanja, delo v manjših skupinah za klinično genetiko in TBL (team based learning), druga dva meseca pa klinične vaje (1 mesec pediatrije in 1 mesec ginekologije s porodništvom), zadnji mesec je na voljo nekaj časa za učenje in izpit (MCQ in ustni izpiti OSCE). Celotni semester je potekal v angleščini (zahtevajo raven C1), tudi za danske študente.

Prijava na program je bila zelo enostavna, saj se v sistemu AU prijaviš samo za en modul Gynecology-obstetrics and Pediatrics, ki obsega 30 ECTS. Za poletni semester je bil rok prijave konec septembra. Skupaj s prijavo na program si se lahko prijavil tudi za študentsko bivanje (AU housing). Dobro se je prijaviti zgodaj v mesecu septembru, malo po odprtju prijav, saj imaš večjo možnost bivanja preko AU housing, kjer je vključeno pohoštvo. Sama nisem dobila bivanja preko tega portala, ampak sem se prijavila preko Student Housinga, kjer pohoštvo ni bilo vključeno. Pohoštvo se da zelo lahko dobiti (in prodati) v secondhand trgovinah (rdeči križ/Røde Kors in takeNOW), preko Facebook marketplace-a ali preko skupin na Facebook-u. Nekaj tujih študentov je dobilo stanovanja na glavnem kampusu tudi preko Facebook skupin. Sama sem živela v dvosobnem stanovanju v študentskem domu Skejbo Kollegiet, ki je 10 minut oddaljen od bolnice, 20 minut od univerze in pol ure od mesta. Stanovanje je bilo prijetno, vendar bi raje bila nastanjena

v študentskem domu bližje mestu, kjer si deliš skupne prostore z več tujimi študenti, dostop do bolnice pa je dober tudi z javnim prevozom (avtobus in tram). Zaradi oddaljenosti od središča mesta sem se veliko vozila z javnim prevozom (3 evre na vožnjo, ceneje z 'urbano', ki jo lahko kupiš preko Midttrafik, ko imaš CRP številko) in s kolesom, ki sem ga najela preko Swapfiets-a.

Večina stvari na Danskem je digitaliziranih, zato je proces registracije ob prihodu bolj kompleksen tudi za mednarodne študente, ki so tam manj kot pol leta. Prvi dan po prihodu sem si uredila CRP številko na javnem uradu (DOKK1 v pristanišču, ki je tudi super knjižnica). Kasneje ti domov pošljejo rumeno kartico, ki je kot osebna/zdravstvena izkaznica in jo rabiš včasih tudi pri prehodu meje (meni so jo ponavadi preverili ob vračanju na Dansko). Prejmeš tudi vso potrebno dokumentacijo za vzpostavitev NemID (digitalna identiteta), ki jo rabiš za vpis v bolnišnični sistem in da prejemaš uradna sporočila na eBok (uradni e-poštni naslov), npr. zdravniška naročila. Omenjen proces je malo kompliciran, vendar pa potem nimaš več težav z birokracijo, hkrati pa imaš dostop do enakih storitev kot danski prebivalci. Poleg tega v barih, restavracijah in trgovinah plačujejo večinoma s karticami in Mobilepay-om (danska verzija Monete, ki pa jo lahko dobiš samo z danskim bančnim računom - sama ga nisem imela). Osebni zdravnik ti je dodeljen, s tem ko prejmeš CRP številko, zobozdravstvo pa je v celoti zasebno, tudi če je urgentno (minimalno plačilo okoli 200 evrov).

Študentski kampus se nahaja 10 minut iz mesta in je zelo prijeten. Od ogromne zelenice, do več kantin z ugodnimi cenami obrokov, knjižnice s kornukopijo danskega peciva in prijetnih prostorov za učenje in sprostitev (od masažnih stolov, do pinkponk miz in playstation postaj). Ob petkih ima vsaka fakulteta tudi svoj petkov bar, medicinski je eden izmed največjih.

Dva meseca predavanj so potekala hibridno (v živo in preko spleta), seminarji in delo v manjših skupinah pa je bil v živo. Predavanja so bila posneta in kasneje dostopna na spletni učilnici (Brightspace). Večinoma so bila zelo dobra predavanja, ki se jim je dalo slediti in si od njih veliko odnesel. Klinika je bila razdeljena na dva dela: pediatrija in ginekologija s porodništvom. Na začetku rotacije si preje Logbook, kjer si beležil svoj napredek v komunikaciji s pacientom. Razmerje med številom študentov na bolnika je zelo dobro, saj so študenti razdeljeni po ginekoloških oddelkih tako da en študent spremlja enega specializanta/specialista, ki ima okoli 4-5 bolnikov na dan, na pediatričnih oddelkih pa si v paru z danskim študentom. Izpit je bil sestavljen iz dveh delov: MCQ in OSCE, ki je bil dvodnevni ustni izpit s postajami. OSCE izpit je zahteval več priprave, saj dobiš 11 kliničnih primerov (10 minut/primer), skozi katerega te vodijo s podvprašanji in te točkujejo glede na pravilne odgovore.

Mesečno se stroški bivanja bližajo 1000 evrov, predvsem zaradi cene živil in hrane/pijače v restavracijah/barih (obrok okoli 12 evrov, pijača med 7-10 evrov). Za najema kolesa sem mesečno plačala 20 evrov, najemnina pa se je večinoma gibala okoli 350 evrov.

Aarhus je zelo študentsko in mednarodno mesto, kjer je organiziranih veliko študentskih dogodkov. V prvem tednu in potem tudi čez celotni semester večino dogodkov organizira Studenterhus/Študentska hiša, ki je organizacija s prostori na kampusu, s katero AU neposredno sodeluje za izvajanje dogodkov za študente. Izvajajo tudi tečaj danščine, ki poteka cel semester. Za vikend izlete ima Aarhus dober dostop do številnih severnih evropskih mest (Hamburg, Berlin, Riga, Malmo, Oslo ...), ki so ponavadi tudi v dostopnem cenovno rangi. Izkušnja je bila super in bi jo priporočala vsakemu.

## 11. DANSKA – Univerza v Kopenhagnu (Tilen Vaupotič)

Februarja sem pričel s štirimesečno študijsko izmenjavo v Kopenhagnu, na Danskem.

**NASTANITEV:** Prebival sem v študentskem domu Mariendalsvej kollegiet, ki se nahaja 15 minut s kolesom od glavne bolnice v mestu Rigshospitalet. Prebival sem v stanovanju s štirimi cimri. Dom je namenjen samo mednarodnim študentom. V mestu je tudi veliko preostalih bolnic kot so Hvidovre, ki je oddaljena približno 30 minut s kolesom oz. mogoče še nekoliko več z javnim prevozom, bolnica Frederiksberg, Bispebjerg in tako naprej. Do mesta je približno 15 minut s kolesom oz. 20 z javnim prevozom (M3-linija metroja). Dom je sestavljen iz treh stavb. In sicer stavba A, B, C (v kateri je fitness verige fitness world in ni del študentskega doma) ter stavba D v kateri sem prebival sam. Za bivanje v študentskem domu sem se odločil, saj se mi je zdelo, da bom sobo dobil hitreje kot pa s samostojnim iskanjem po internetu.

**FAKULTETA:** Opravljal sem pet tednov vaj iz interne medicine, 6 tednov iz kirurgije in 2 tedna iz anesteziologije. Izpita prvih dveh bom opravil ob vrnitvi nazaj v Slovenijo, predmet Perioperativna medicina pa sem opravil že pred prihodom na Dansko. Prvih 11 tednov vaj sem opravljal v bolnici Hvidovre. Gre za bolnico, ki pokriva celotni južni del Kopenhagna kar zajema približno pol milijona ljudi. Bolnica vsebuje različne internistične in kirurške oddelke. Moji dnevi so se začeli z jutranjo konferenco ob 7:45 ali pa 8:00 uri. Na kardiološkem oddelku so se sicer velikokrat prilagodili in ponudili konferenco v angleščini, vendar je poleg tega komunikacija med zdravniki in pacienti velikokrat potekala v danskem jeziku, predvsem pa s sterejšimi pacienti kar ni pomagalo pri vključenosti tujih študentov. Sicer je osebje vedno ponudilo razlago v angleščini, vendar za to občasno tudi niso imeli časa. Zato si lahko kot tuj študent večinoma samo opazoval oziroma z mlajšimi pacienti tudi sam opravil pregled. Na splošno je delo potekalo zelo umirjeno, na oddelku pa so bili pacienti tudi z ostalimi problemi, torej ni bilo totalne specializiranosti samo v kardiološko smer. Kot študent si bil razporejen na različne konce oddelka. Npr. en dan s hospitaliziranimi pacienti, drugič na obremenitvenih testih, potem na ultrazvokih, vsakodnevnih pregledih in urgenci. Problem urgence je bil, da se v jutranjih urah ni veliko dogajalo, saj se lahko pacienti obrnejo na svoje osebne zdravnike, zato je bilo bolj zanimivo v popoldanskem oz. večernem času. Velikokrat je bilo zelo zanimivo slediti specializantu, s katerim si se lahko tudi veliko naučil, saj so bili zelo komunikativni.

Sledilo je 6 tednov abdominalne kirurgije, kjer si lahko kot študent velikokrat pomagal pri perioperativnem delu, občasno asistiral pri odprtih operacijah in načeloma ne pri laparaskopskih, saj je bilo na voljo veliko specializantov ali pa zdravnikov, ki so opravljali sekundarij. V takih primerih se je ponavadi opazovalo posege na zaslonu. Zdravniki so velikokrat ponudili razlago. Pri tem je bil na voljo tudi vpogled v endoskopsko delo in vsakodnevno pregledovanje pacientov ter urgencia. Oddelki so bili razdeljeni v del s pacienti s patologijo zgornjih prebavil in pa spodnjih.

Zadnje dva tedna sem preživel v glavni bolnici v Kopenhagnu in sicer Rigshospitalet. Dodeljen sem bil na anesteziološki del v povezavi z abdominalnim, urološkimi in vaskularnimi posegi. Izmed vseh treh delov mi je bil ta najbolj zanimiv, saj sem bil veliko vključen v delo in pripravi pacientov na operaciji. Predvsem je pomagalo tudi dejstvo, da so me še dodatno uporabili, saj so vedeli, da sem že opravil predmet anesteziologije v Sloveniji. Poleg tega pa je z osebjem komunikacija v večini potekala v angleščini dela z budnimi pacienti pa ni bilo veliko.

Hkrati mi je fakulteta vzporedno ponudila tudi program predmetov v povezavi z dansko kulturo. Odločil sem se za izbiro Danish film, television and streaming. Del predmeta so bila vsakotedenska predavanja z ogledom filma. Trajanje vsega skupaj je bilo 4 ure/teden. Na koncu je bilo zahtevano oddati seminar s poljubnim naslovom dolžine 11-15 strani. Na voljo je tudi Course in Danish culture, za katerega se je odločila večina tujih študentov, saj je za priznavanje kreditov le tega potrebna le prisotnost na predavanjih.



**PROSTI ČAS:** Na fakulteti, v študentskem domu in v mesto sem spoznal veliko ljudi. Kopenhagen je eno izmed najbolj popularnih mest v Skandinaviji, ki ponuja ogromno opcij za socialno, nočno življenje z veliko študenti iz različnih koncev sveta. Predvsem sem se družil s študenti medicine in health science campus, cimri, ljudmi iz doma in preostalimi Slovenci, ki živijo tukaj. Danci dajejo občutek prijaznosti, vendar vseeno zaprtosti in distance, ki ju držijo do tujcev. Vikendi ponujajo možnost za izlet na okoliško podeželje, obisk Švedske ali Norveške, preživljanje dni na plaži s kopanjem, igranja raznih športov, družabnih dogodkov in nočnega življenja. Aktivnosti zagotovo ne zmanjka.

**JEZIK:** Ljudje govorijo zelo dobro angleško, kar v vsakdanjem življenju zagotovo predstavlja izmerno olajšanje pri opravljanju raznih stvari, vendar se je problem glede jezika velikokrat pojavil pri delu v bolnici in sicer pri komunikaciji s pacienti in komunikaciji med zdravniki in pacienti, zdravniki pa pri tem niso vedno prevajali celotnega pogovora, saj bi bilo to preveč zamudno. To je dajalo občutek, da si velikokrat izgubil tisto bistvo, ki je tako samoumevno pri komunikaciji v jeziku, ki ga obvladaš. Sicer so ponudili razlago, vendar je bila ponavadi ta strnjena v samo nekaj stavkih. Če imaš željo se seveda lahko preizkusiš v učenju danščine, ki jo ponujajo tamkajšnje jezikovne šole in je tudi na voljo zastoj za tujce.

**STROŠKI:** Soba je mesečno stala nekaj manj kot pa 700e. Za hrano sem porabil 200-250e. Ob obiskovanju restavracij, barov in ostalih storitev lahko strošek kar hitro še dodatno naraste in sicer še za dodatnih 500e, mogoče celo 1000e. Cene v študentskih domovih oz v stanovanjih varirajo od 300 pa čez 1000e odvisno od lokacije in kvalitete same nastanitve. Za kolo sem porabil 20e mesečno, članarina v fitnessu je približno 30e, v plezalnem centru pa 60e mesečno. Karta za javni prevoz je nekaj manj kot pa 100e. Sigurno pa priporočam uporabo kolesa, saj se večina ljudi vozi vsakodnevno v službo in po obveznostih s kolesom. Zagotovo se, da skozi mesec iti tudi bolj poceni, odvisno je od tvojih želj in samodiscipline. Pomaga kuhanje doma in jemanje lastne hrane v bolnico, saj znajo biti kantine tudi nekoliko dražje v primerjavi s slovenskimi cenami.

**MNENJE:** Kopenhagen je prestolnica Danske in zagotovo eno najbolj zanimivih mest v Skandinaviji. Ponuja neskončno možnosti tako v profesionalnem kot pa tudi v privatnem smislu. Sicer je bila praksa v bolnici na trenutke neorganizirana, poleg tega pa tudi ni ponudila možnost velikega napredka za tuje študente, po mojem mnenju predvsem zaradi jezikovne ovire. Po drugi strani pa so zaposleni nadvse prijazni, delovni pogoji naravnost izjemni, hkrati pa so tudi delovniki s 37 urami tedensko nekaj povsem drugačnega v primerjavi z delom zdravnikov v Sloveniji. To je tudi ena izmed stvari s katerimi se lahko Danska pohvali v svetovnem merilu in to je kakovost v razmerju med profesionalnim in privatnim življenjem. V privatnem smislu mesto ponuja ogromno možnosti za socializacijo z raznimi študentskimi programi kot je ESN in pa tudi v sklopu različnih kampusov kot je Panum (kampus za zdravstvene vede, v katerega spada tudi medicina). Izmenjavo bi priporočil vsakemu, ki si od bližje želi spoznati način dela v Skandinaviji, značilnosti ljudi in ob tem spoznati še ogromno mednarodnih študentov s katerimi se spletejo vezi, ki ostanejo tesne še po zaključku izmenjave.

## **12. ESTONIJA - Univerza v Tartuju (Jerca Samotorčan)**

### **SPLOŠNO**

1. semester 6. letnika sem opravila v Estoniji, v študentskem mestu Tartu. Tam sem opravljala kirurgijo (vaje) in anesteziologijo (vaje in izpit) ter 2 izbirna predmeta. V Estonijo sem prišla konec avgusta, saj se študij začne s septembrom. Pred tem je bil na voljo tudi tečaj estonščine, ki pa se ga zaradi drugih obveznosti nisem mogla udeležiti.

### **FAKULTETA IN ŠTUDIJ**



Z začetkom semestra se je bilo potrebno registrirati v njihov online študijski sistem, kjer si se tudi prijavil na željene predmete. Ta del je bil nekoliko zapleten, saj sistem ne dela za medicinske predmete in smo morali za prijavo zaprositi preko e-maila. Med ponujenimi predmeti je bilo tudi več možnosti za učenje estonščine, vendar so se urniki prekrivali z mojimi medicinskimi predmeti oz. so prosta mesta takoj pošla.

Po registraciji so vse informacije glede urnika in morebitnih sprememb na voljo v online študijskem sistemu, gradiva pa so naložena na spletni učilnici Moodle. Predavanja smo imeli v živo v bolnici in tudi vaje so kljub slabim razmeram s COVID19 potekale v živo. V prvih dveh tednih smo imeli predavanja (neobvezna), potem vaje in seminarje v manjših skupinah (obvezna prisotnost). Kot Erasmus+ študentje smo bili priključeni angleški skupini, ki jo večinoma sestavljajo študenti iz Finske. Študij je potekal brez problemov, organizacija je bila zelo dobra, profesorji so bili prijazni in dostopni, edini problem je da nekateri izmed njih niso govorili najbolj tekoče angleško in je bilo zato sledenje razlagi bolj naporno, ampak ni predstavljalo večjih problemov. Pri praktičnem delu sem morda pričakovala več stika s pacienti, vendar je pouk bolj baziral na seminarjih, kjer so potem ponavadi predstavili paciente, ki pa si jih nismo vedno šli pogledat v živo. Ne vem ali je bil razlog COVID19 ali dejstvo, da pacienti večinoma ne govorijo angleško in bi bilo samostojno delo precej oteženo. Kljub temu sem se lahko veliko naučila, večina profesorjev je tudi ponudila možnost dodatnih ur, če je kdo želel več časa preživeti na oddelku ali biti zraven pri operacijah.

### NASTANITEV IN BIVANJE

Nastanjena sem bila v študentskem hostlu Raatuse 22-Student Hostel, kjer je večina Erasmus+ študentov. V osnovi so stanovanja zasnovana z 6 ljudi (2 osebi/sobo), ki si delijo kuhinjo in kopalnico, vendar letos zaradi situacije s COVID19 deljenje sobe ni bilo dovoljeno, tako da smo v stanovanju bile le 3 osebe, plačati je bilo potrebno dvojno ceno najemnine, ki znaša 330eur/mesec. Cena je bila za to mesto precej draga, je pa res da je bilo v ceno vključeno 1xtedensko čiščenje stanovanja z menjavo posteljnine in nekaterih potrebščin za kopalnico, kuhinjo.

Nastanitev je locirana 10min hoje do centra mesta, kjer je večina študentskih stavb in fakultet. Medicinska fakulteta in bolnica pa sta bolj oddaljeni (45min hoje), zato sem se tja vozila z javnim transportom. Mesečna avtobusna karta za študente stane malo manj kot 8eur, kar je kar ugodno. Poleg tega pa je na voljo tudi sistem koles, podobno kot BicikeLj. Blizu nastanitve je tudi supermarket Coop, ki je ene izmed bolj ugodnih možnosti za nakup hrane in drugih potrebščin. Na splošno so cene v Estoniji približno primerljive s Slovenijo, seveda odvisno od tega kaj se kupuje, nekatere stvari so nekoliko cenejše, druge dražje. Cene v restavracijah pa so bile nekoliko cenejše v primerjavi s Slovenijo, ampak nimajo pa študentskih bonov.

### OBŠTUDIJSKE DEJAVNOSTI

Ker je Tartu študentsko mesto, se vedno kaj dogaja in vsak najde nekaj za svoj okus. Mesto je dovolj majhno, da je večina stvari dostopnih peš, kar je velika prednost. Mesto je lepo, mirno, varno, čisto in ima veliko zelenih površin in možnosti za rekreacijo. Čez mesto gre reka, kjer se nekateri tudi kopajo/rekreirajo. Blizu študentskega doma je tudi fitness LemonGym, ki ima tudi študentom prijazne cene. Pozimi smo imeli precej nizke temperature in zapadlo je kar nekaj snega, tako da smo lahko uživali tudi v zimskih radostih. V decembru je bilo v mestnem centru odprto tudi zunanje brezplačno drsališče (izposoja drsalk 3-5 eur). Ker je Estonija relativno majhna država smo se odpravili tudi na veliko krajših, dnevnih ali vikend, izletov. Enostavno in ugodno je tudi potovati po sosednjih državah (Litva, Latvija).

### VTISI

Z izmenjavo sem zelo zadovoljna. Kljub COVID19 je bilo na voljo veliko aktivnosti, in vse skupaj je delovalo precej sproščeno, situacija je bila manj napeta kot v Sloveniji, čeprav so bili ukrepi podobni ali celo bolj strogi (uvedba PC pogoja). Mesto je ravno dovolj veliko, da lahko vedno se vedno kaj novega in hkrati dovolj majhno da je zelo hitro postalo domače. Spoznala sem tudi veliko

novih ljudi, s katerimi smo spletili res močna prijateljstva. Izmenjavo bi absolutno priporočila, saj je bila to ena izmed boljših izkušenj.

### 13. FINSKA – Univerza v Ouluju (Tina Travenšek)

Na izmenjavo sem odšla v letnem semestru 6. letnika, ki se na Finskem začne že v začetku januarja. Tako sem prišla v Oulu takoj po novem letu, 3. januarja, dan pred orientacijskim dnevom, ki pa je bil zaradi ukrepov izveden preko Zooma. Že pred odhodom sem bila na vezi s finsko študentko, ki je namesto mene tudi prevzela ključne študentskega doma, v katerem sem bila nastanjena. Tako koordinator kot tudi študenti tutorji so poskrbeli, da smo imeli vse potrebne informacije glede prihoda in prvih dni v tuji državi. Dodatne informacije smo prejeli na orientacijskem dnevu glede prijave prebivališča, prevzetja finske identifikacijske kode in ostale birokracije, ki sledi ob bivanju na Finskem več kot 3 mesece.

V prvem tednu smo imeli še srečanje s koordinatorjem za dentalno medicino, ki nam je razložil specifične zadeve glede študija, opravljanja izpitov in protokolov na kliniki. Vsak Erasmus študent je dobil tudi svojega kliničnega tutorja, finskega študenta v kliničnih letnikih. Sama sem imela odlično izkušnjo s svojo tutorico, sproti sva se dogovarjali, kdaj pridem na kliniko in kaj bo tisti dan delala (endodontijo, protetiko, parodontologijo, ortodontijo, otroško zobozdravstvo ali ekstrakcije). Že pred izmenjavo sem vedela, da zaradi jezikovne ovire (finščina je pač težak jezik) ne bom imela dovoljenja delati na pacientih. Tako sem lahko le asistirala in opazovala. In ker je bila moja tutorica v svojem 4. letniku, včasih tudi pomagala s kakšnim nasvetom. Opravljanje izpitov poteka po individualnem dogovoru s profesorji, tudi datum izpita si določiš sam, ko prebereš priporočeno literaturo in se počutiš pripravljenega na izpit. Izpiti so esejskega tipa, kar mi je priraslo k srcu. Literature je precej, a z esejskimi vprašanji iščejo znanje, razumevanje snovi in ni poudarka na (velikokrat) nepomembnih podrobnostih, ki jih iščejo na domači univerzi z MCQ tipom izpita. Sama sem mnenja, da sem na ta način pridobila več znanja. Tam sem opravila 8 izpitov (Edentulous prosthodontics, The principles of endodontics, Fixed prosthodontics, Periodontal therapy, Periodontal surgery, Pediatric dentistry, Orthodontics, Survival Finnish), ki so se mi ob vrnitvi samo delno priznali, saj so sicer v 6. letniku končni izpiti, ki zajemajo vso snov prejšnjih let. Najprej je bila načrtovana izmenjava v letnem semestru 5. letnika, a so mi jo zaradi korona epidemije odpovedali in odšla sem šele naslednje študijsko leto. Takrat sem imela podpise profesorjev in priznala bi se mi približno polovica predmetov doma. Kljub vsemu sem z izmenjavo v zadnjem letniku študija imela manjši izpad kliničnih vaj. V praksi bi rekla, da je bila to kar sreča v nesreči, saj v letnem semestru 6. letnika že večinoma zaključiš s kliničnimi vajami in zaostanek napram sošolcem ni tolikšen. Ker so izpiti na Finskem obsežni in načeloma zajemajo precej snovi, kar bi bilo pri nas doma ekvivalent izpitom 6. letnika, bi priporočila, da se za izmenjavo ne odloči pred petim letnikom. Tako dobiš potrebno teoretično in klinično znanje, da lažje slediš delu na kliniki in ti je hkrati olajšano tudi učenje ter priprava na izpite.

Na splošno je Oulu študentu prijazno mesto, čeprav je življenje tam kar drago. Tako pač je, če greš na izmenjavo v skandinavsko državo. Sever Evrope je čudovit in Oulu je tudi odlična izhodiščna točka za izlete z novimi prijatelji v Rovaniemi, številne nacionalne parke, Nordkapp, sosednjo Švedsko. Življenje na Finskem je drugačno kot smo ga navajeni doma. V januarju je sončni zahod ob dveh popoldne in tudi – 20 stopinj je nekaj čisto običajnega. Se navadiš in preostanek dneva (noči) preživiš v savni. Izmenjava je nekaj, kar bi moral doživeti vsak, naučiš se marsikaj novega, tudi o sebi. Zagotovo življenjska izkušnja, za katero sem zelo hvaležna in vem, da bo Finska ostala del mene tudi po vrnitvi v Slovenijo.

## 14. FRANCIJA – Univerza v Parizu (Sara Črepinšek)

### Nastanitev

Zaradi zmede v mednarodni pisarni sprejemne institucije sem prenočišče dobila dokaj pozno, približno 2 meseca preden sem šla. Dobila sem studio v študentskem domu (CROUS), ki je precej bolj urejen kot veliko slovenskih študentskih domov. V studiu z 18 m<sup>2</sup> sem imela sobo s posteljo, mizo in omarami, »kitchenette« - majno kuhinjo (neopremljeno) in kopalnico z umivalnikom, tušem in wc-jem. Mesečna najemnina je bila zelo ugodna in je s stroški znašala 372 €. Primerljiva stanovanja stanejo v Parizu 700+ € mesečno.

### Življenski stroški

Življenje v Parizu je drastično dražje kot v Sloveniji, vendar je razpon zelo odvisen od posameznika. Sama sem porabila za hrano mesečno 300-400 €. Velikokrat sem si hrano pripravila doma. Restavracije so večinoma precej drage, vendar se zagotova spleta izkusiti francosko kuhinjo. Poleg francoske je tu na voljo ogromno restavracij iz celega sveta, saj je mesto res multikulturno. Za mestni transport se res spleta kupiti mesečne karte (ok. 70-80 €/mesec) ali letno karto ImagineR za študente, ki stane 350 € - če opravljaš staž v bolnici, se ti del stroškov za karto povrne. Veliko kulturnih aktivnosti je v Parizu za mlade (<25 let) zastonj, na primer vsi večji muzeji (Louvre, Musée d'Orsay, Pantheon, Les Invalides ...). Prav tako so pogosto cenejše karte za nekatere kulturne zadeve kot so predstave v gledališču in operi. Za koncerte, športne prireditve ipd. pa so karte lahko zelo drage. Spleta se oz. skoraj nujno je imeti francosko številko, sama sem imela naročnino pri Orange, ki je eden največjih ponudnikov v Franciji, mesečno sem plačevala okoli 14 €.

### Prijavni postopki

Prva težava, na katero sem naletela, je bilo najti informacije o poteku njihovega študija, o predmetih, kreditnih točkah in vsem ostalem. Organiziranost francoske mednarodne pisarne in obveščanje študentov je precej slabo, rekli so, da imajo probleme zaradi združitve dveh univerz, vendar na njihovi strani piše, da se je združitve začela že vsaj 3 leta nazaj. Ob prihodu moj Learning Agreement še ni bil potrjen z njihove strani, in ko sem jih opomnila na to, so mi za 3 izbrane izbirne predmete rekli, da jih ne morem vpisati. 2 sta že bila polna, eden pa ni bil na voljo tujim študentom, kljub temu da vse poteka v francoščini.

### Jezik

Vse študijske dejavnosti potekajo v francoščini. Sama sem imela na začetku precej težav z razumevanjem francoskih kolegov, vendar si se primoran hitro adaptirati. To namreč ni »lepa« francoščina, kot se je večina uči v srednji šoli ali na tečajih, ampak ljudje govorijo precej hitro, uporabljajo sleng, v bolnici veliko kratic (ki niso enake našim), tako da si na začetku kar malo v šoku. Pred prihodom res svetujem osvežilni tečaj francoščine, da bo začetek malo lažji. Prednost uporabljati izključno francoščino pa je, da hitro napreduješ v bolj tekoče govorno francoščino, naučiš pa se tudi res praktične stvari (npr. Besedišče o sklenitvi mobilne naročnine, odprtje računa v banki in podobno).

### Obveznosti in način študija

Predavanja niso obvezna, so pa obvezne vaje, kot pri nas. Če se odločite za jezikovni tečaj in ga želite imeti priznanega, je obvezen delež prisotnosti. Sama sem v Parizu opravljala tri staže, prvega na oddelku interne medicine v bolnici Cochin, drugega na oddelku pediatričnih urgenc v bolnici Necker in tretjega na oddelku Ortopedske kirurgije in travmatologije v bolnici Cochin. Staži so dolgi 3 mesece. Izbereš si področje in bolnišnico, potem pa te skupaj z okoli 20-30 francoskimi študenti razporedijo v izbrano kliniko, kjer se razdelite na več oddelkov.

Francoski študenti so precej bolj neodvisni, francoska kolegica je na primer že tretji dan staža delala lumbalno punkcijo. Študenti so tu res koristni in opravijo veliko različnega dela, kar vključuje vse od javljanja na telefon, pripravljanja medicinskih pripomočkov za poseg, opravljanja EKG meritev, ortostatskih testov, asistiranja pri biopsijah, operacijah, šivanja, vstavljanja katetrov, naravnave zlomov, delanja mavcev, naročevanja slikovnih preiskav ... Res mi je bilo vseč, kako so bili študenti v pomoč zdravnikom, saj je to pomenilo manj dela za slednje in veliko izkušenj za prve.

Načeloma je delo v bolnišnici na urniku 9h-13h, vendar veliko študentov ostaja v bolnici do poznih popoldanskih ur. Poleg tega so popoldne predavanja, ki pa niso obvezna. Sama sem na primer na stažu interne medicine in pediatričnih urgenc bila v bolnici 9h-17h, na ortopediji in travmatologiji pa 7h-17h. Z ostalimi študenti pa se lahko uskladiš, da ti ni potrebno prihajati čisto vsak dan.

Za konec

Kljub nekaterim težavam med izmenjavo bi jo vsem priporočala z največjim veseljem. Pariz je čudovito mesto za raziskati in izkusiti pariški način življenja, hkrati pa se ob tamkajšnjih vajah naučiš res veliko praktičnih stvari in spoznaš veliko zanimivih ljudi.

sara.crepia@gmail.com

## 15. GRČIJA – Univerza na Kreti (Nina Gošnjak)

Drugi semester 6. letnika sem opravljala na Univerzi na Kreti, ki se nahaja v Heraklionu.

Najela sem stanovanje - garsonjero, ki sem ga našla preko AirBnB in je mesečno znašalo cca. 360 evrov. Rezervirala sem dva meseca pred prihodom na Kreto. V času, ko še ni sezona se tako da najti stanovanja, kasneje pa cene precej narastejo (od maja dalje). Stanovala sem blizu Chanioporta, od koder so super avtobusne povezave tako do bolnišnice, kot tudi do plaže (pol ure do obojega). Boljše je, da si stanovanje najdete blizu centra mesta, kjer se vse dogaja, saj je bolnišnica precej umaknjena stran od centra.

Življenjski stroški so podobni kot v Sloveniji. Cena avtobusne vožnje je za študente 0,8 evra. Sadje in zelenjavo se splača kupovati na tržnicah – Open Air Bazaar, kjer je bistveno okusnejša in poceni. Prav tako imamo Erasmus študenti medicine zastoj kosilo v bolnici, na medicinski fakulteti pa je prav tako menza, kjer se da dobiti kosilo za manj kot 3 evre.

Do 25. leta imate tudi zastoj vstop v marsikateri muzej, cene kart za trajekt so polovične (do Aten povratna 20 evrov s popustom, do Santorinija 90), za avtobuse pa je 20-30% popust.

### PRIJAVNI POSTOPKI, AKADEMSKI POSTOPEK IZBIRE PREDMETOV, NAČIN ŠTUDIJA

Prijava preko spletne aplikacije je bila enostavna, tudi komunikacija z Erasmus koordinatorico je potekala zelo korektno. Včasih je morda trajalo malo dlje, da sem dobila odgovor, a je vse bilo urejeno pravočasno. Sporočila sem ji, katere predmete bi želela opravljati in skupaj sva se dogovorili za razpored. Opozorila bi, da na spletni strani piše, da lahko opravljaš vaje minimalno 4 tedne na enem oddelku, vendar je veliko študentov opravljal samo dvotedenske ali tritedenske rotacije, tako, da se splača povprašati.

Na Kreti sem opravljala 6 tedenske vaje iz interne medicine, 4 tedenske vaje iz pediatrije in 4 tedenske vaje iz kirurgije. Opravljala sem le klinične vaje, seminarjev se nisem udeleževala, saj so bili v grščini. Zagotovo veliko več odneseš, če razumeš, vendar se v treh mesecih nisem uspela naučiti dovolj, da bi lahko sledila strokovnim pogovorom.

Oba profesorja na interni medicini in pediatriji sta bila čudovita, vedno sta spraševala, če je vse v redu, če potrebuješ kakšno pomoč (tudi izven medicine). Opozorila bi glede kirurgije – štiri tedne sem preživela na oddelku splošne kirurgije in to ni bila dobra izkušnja. Vsako jutro smo imeli raport in nato smo lahko previjali rane in vzeli kakšno arterijsko kri, nato smo čakali dvakrat tedensko na dodatni raport, sicer pa ni bilo kaj dosti možnosti. Lahko si opazoval operacije, ambulate so imeli

v času raportov. Grški študentje pravijo, da sta dobra oddelka za žilno in pediatrično kirurgijo. Vendar pa že takoj koordinatorici specifično povejte na katerem oddelku želite opravljati vaje, sicer vas bo razporedila na splošno kirurgijo.

Pouk je dobro zastavljen, vsak teden imajo seminarje na katerih prediskutirajo paciente. Prav tako imajo tedenske vizite s predstojnikom klinike, kjer predstavijo paciente in predstojnik vpraša študente o patologiji pacienta, ki ga predstavljajo, tako, da se lahko najbrž veliko naučiš (če govoriš grško) 😊. Sama iz strokovnega vidika nisem odnesla kaj dosti.

## JEZIK IZVAJANJA ŠTUDIJSKEGA PROGRAMA

Vse seveda poteka v grščini. Na oddelku interne medicine je specializant predavanje kdaj odpreval tudi v angleščini. Grški študenti so prijazni in z veseljem prevajajo, vendar je v 6. letniku zame bilo zares premalo, da ti nekdo 10 minutni pogovor prevede v tri stavke. Zagotovo čudovita izkušnja, vendar če si želiš izpopolniti na strokovnem področju in ne govoriš grško, najbrž ne boš odnesel prav dosti.

## PRIMERI DOBRE PRAKSE, KI BI SI JIH ŽELELI PRENESTI NA UL MF

Tedenski seminarji za študente, kjer se predstavlja zanimive paciente. Za študente so v prvi vrsti odgovorni specializanti in vedno se ve, h kateremu specializantu spadaš.

## PREDNOSTI IN SLABOSTI IZMENJAVE

Prednosti so zagotovo spoznavanje novega sistema, menim tudi, da tukaj študenti počnejo več praktičnih stvari, spoznala sem tudi ogromno novih ljudi.

Edina slabost je, da če ne govoriš jezika, zelo težko spremljaš. Verjamem, da bi se lahko bistveno več naučila, če bi razumela pogovore. Vsekakor pa je bila izmenjava odlična odločitev in Kreta super izbor.

Tamkajšnji študenti se zelo trudijo ustvarjati zanimive vsebine za Erasmus študente – kar 2x tedensko (karaoke večeri, izleti, bowling, pohodi,...), odlično imajo tudi urejen »buddy« sistem. V primeru dodatnih vprašanj me kar kontaktiraj!

## 16. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Matej Jereb)

Poletni semester 4. letnika sem bil na Erasmus+ izmenjavi v Splitu. Tamkajšni Medicinski fakultet spada pod Univerzo imenovano Sveučilište u Splitu. Izmenjavo sem pričel 24.2.2022 in končal 13.7.2022. že na začetku naj povem, da je bila izmenjava super izkušnja.

### Nastanitev

V Split sem prišel na dan pričetka izmenjave in že prvi dan odšel na predavanja. Nastanil sem se v stanovanju, ki ga je prevzela kolegica, ki je teden dni pred mano prišla v Split. V Splitu sta tudi dva večja in lepo uredjena študentska domova. Eden je 10 minut počasne hoje od faksa in je v bližini večine fakultet in številnih menz. Ima tudi moderna igrišča za košarko in nogomet. Drugi je 25 minut vožnje z avtom/taksijem od faksa in je v zelo lepem okolju. Je praktično sredi gozda v bližini najlepših plaž v Splitu. Je tudi zelo lepšo urejen in ima preverjeno odlično menzo. Le oddaljenost od faksa je problematična. Več o domovih težko povem. Stanovanje sva s kolegico predhodno našla na spletu (njuškalo.hr), kjer sva si nagledala 4 stanovanja, ki jih je šla, kasneje ona tudi v živo pogledati, saj je prišla teden dni pred pričetkom izmenjave v Split. Stanovanj v Splitu je ogromno, a le redka oddajajo do konca poletnega semestra, saj sredi junuja začnejo oddajati za turiste. Priporočam tudi predhodni ogled. Midva sva za luksuzno stanovanje, kjer je imel vsak svojo sobo, velik balkon, ogromno kuhinjo in dnevni prostor, plačala 350 evrov mesečno na osebo ter 40 evrov stroškov. Vendar se da dobiti tudi cenejša malce manj luksuzna stanovanja.

### Prevozi

V Split sem prvič potoval z avtom, da sem lahko pritovoril vse stvari, kasneje pa sem uporabljal avtobus (Ljubljana-Split, 9h, 20 evrov). Po Splitu sem se prevažal s kolesom ali uberjem. Priporočam tudi blablacar, ki ga hrvti ogromno uporabljajo in se lahko za zelo poceni denar premikaš med hrvaškimi mesti.

#### Hrana

Sam sem si kuhal večinoma doma. Cene v trgovinah so primerljive s slovenskimi. S študentsko izkaznico, ki ti jo naredijo v Splitu imaš možnost jesti v menzah, kjer dobiš kosilo za okoli 1-2 evra. Tudi medicinska fakulteta ima svojo menzo, veliko menz pa je še v blizini študentskega kampusa, ki je oddaljen 10 min.

#### Življenje v Splitu

Split je za življenje super mesto. Vso potrebno infrastrukturo (trgovino, avtobusno postajo, lekarno, igrišča za nogomet/košarko) sem imel v bližini faksa, kjer sem tudi stanoval. Večina medicincev v bližini faksa tudi hodi na kavo/pijačo in se tudi zvečer dobivajo kar v tem delu mesta. Tam je tudi povsem solidna plaza Žnjan, kjer sem se poleti vsakodnevno kopal. Tudi do centra mesta je od faksa 15 minut hoje, tako da bi zagotovo priporočil stanovanje v bližini faksa, ali pa študentski dom, ki sem ga omenil zgoraj in je tudi v bližini faksa. Nočnega življenja je v Splitu precej več kot v Ljubljani. V radiju ene ure v okolici Splita je tudi ogromno zanimivih naravnih in kulturnih znamenitosti, ki si jih je vredno ogledati. Tako da je Split zagotovo mesto, kjer bi priporočil preživeti pol leta, ali celo več. Tudi ljudje so zelo prijazni in komunikativni ter živijo na svoj umirjen "Dalmatinski" način.

#### Stroški

Nastanitev: 350eur + 50eur stroški

Hrana, pijača, kave in ostali življenjski stroški: 350eur.

Avtobus LJ-Split: cca. 20eur

#### Postopki pred izmenjavo

Pred izmenjavo je bilo potrebno urediti vso papirologijo o kateri nebi izgubljal besed, lahko le omenim, da je komunikacija s slovenskimi Erasmus koordinatorji zelo lahka, saj so res super dostopni in prijazni. Vse pohvale Ajdi iz mednarodne pisarne. Tudi v Splitu so kar odzivni in ni bilo težav s komunikacijo, če smo jim pisali kaj v zvezi z izmenjavo. Glede predmetov četrtega letnika se da vse uskladiti s slovenskim programom. Tudi naši profesorji niso imeli težav z priznavanjem predmetov, ki sem jih opravljal v Splitu, tko da so mi vse v celoti priznali. Spodaj bom navedel katere predmete sem opravljal. V Ljubljani imamo potem študenti, ki za pol leta odhajamo na izmenjavo možnost izbire rotacije, ki ustreza našemu planu na izmenjavi. V Splitu imajo tako angleški kot hrvaški program. Sam sem bil del hrvaškega programa, saj se je bolje poklopil s slovenskim. Tudi sicer bi močno priporočil hrvaškega, saj imajo oni precej več kliničnih vaj in stika s pacienti. Poleg tega so hrvaški študenti tudi zelo prijazni, stkali smo res močne vezi in se praktično vsak dan tudi v prostem času družili, žurali, športali. Prek njih se lahko precej bolje infiltriraš v Splitsko okolje, kot prek angleškega programa, ki je kot neka dislucirana enota.

#### Potek izmenjave

Način študija je v Splitu podoben kot v Ljubljani. Vsak dan imajo vaje, predavanja in seminarje. Seminarji in vaje so obvezni, predavanja lahko izostaneš. V primeru izostanka je potrebno vaje nadomeščati, seminarje pa zagovarjati v obliki kratkih ustnih kolokvijev. Je pa koločina vaj v primerjavi z Ljubljano precej večja in si celotno trajanje predmeta vsak dan v stiku s pacientom. Ocene imajo od 1 do 5.

Prvi predmet, ki sem ga opravljal je bila Dermatovenerologija, ki velja za lažji predmet, vendar je kljub temu kar dobro organiziran v dveh tednih smo imeli 10 dni vaj in vsak dan tudi predavanja



in seminarje. Vaje imaš po dvakrat pri istem zdravniku. Na koncu pišeš pisni izpit, ki je sestavljen predvsem iz starih vprašanj. En dan po pisnem izpitu se začnejo ustni izpiti, ki so precej odvisni od izpraševalca. So kar obsežni, a mislim da ne mečejo. Meni je bil prvi predmet izziv tudi zaradi znanja jezika, saj je po štirinajstih dneh v novi državi kar zanimivo pisati izpit in odgovarjati na ustnem jeziku v hrvaščini. Vendar ne komplicirajo če kakšne besede ne veš, lahko poveš kar v angleščini ali slovenščini.

Drugi predmet je bila Infektologija. Ta pri njih velja za težek predmet in je v resnici bolj obsežen. Prav tako smo imeli ogromno vaj. Praktično vsak dan. Je pa tako klot tudi že na dermatologiji zanimivo videti razmere v hrvaških bolnicah, predvsem na dermatologiji in infekcijski kliniki. Razmere so neprimerljivo slabše kot pri nas, a zdravniki ogromen poudarek dajo na pogovor s pacientom. Ponovno smo imeli pisni in ustni izpit.

Tretji predmet je bila psihijatrija. Meni je bila zelo zanimiva in dobro organizirana. Bili smo praktično ves čas na oddelku in ogromno videli. Na koncu je bil le ustni in pri nekaterih tudi praktični izpit. Zelo umirjen in lahek predmet, kjer poa smo se veliko naučili.

Za priznavanje Infektologije v Sloveniji, sem moral opraviti še predmet Epidemiologija, ki je pri njih v petem letniku. Tu vaje niso bile obvezne, oziroma se jih nihče ni udeleževal. Tako da vem samo, da je to zelo lahek predmet, pri katerem je potrebno samostojno napisati in predstaviti seminar na določeno temo in odpisati izpit. Mi smo tudi izpit pisali prek spletne učilnice.

V Splitu sem opravljal še dva izbirna predmeta (Doktorje bole me leda in Aspirin za glavobolju). Izbirni predmeti se pri njih ne ocenjujejo. Tako da tudi pri nas dobimo le opravil neopravil. So pa zaradi tega izjemno enostavni in tudi tu nobeden ne hodi na predavanja vaje. So pa izbirni predmeti zelo zanimivi in praktično naravnani. Tako, da če te tema zanima se lahko veliko uporabnega naučiš.

#### Zaključek

Iz Splita bi v Slovenijo prenesel predvsem veliko število vaj, ki je bila tam v primerjavi s študijem v Ljubljani neprimerljivo večja. Tudi odnos zdravnikov do študenta je tam precej bolj prijateljski in vsi so željni predaja nja znanja na študente. Tudi kar se tiče organizacije predmetov je tam vse bolj organizirano in nikoli se ne bo zgodilo, da prides na vaje pa tvojega mentorja sploh ni ali pa se mu ne da ukvarjati s tabo, kot je to navada v Ljubljani.

Poleg samega študija pa je izmenjava tudi sicer izjemno dobra izkušnja in dalmatinci, če se seveda z njimi razumeš in se ti dopadejo to jo naredijo še toliko boljše. Osebno sem se po zaključku kar težko poslovil od Splita in mi bo za vedno ostal v Srcu!

Priporočam udeležbo na Humanijadi. To so medicinske športne igre, ki jih vsako leto gosti ena izmed fakultet po Hrvaškem.

## 17. HRVAŠKA – Univerza v Splitu (Satja Škopalj)

Drugi semester 4. letnika sem preživela v Splitu na Hrvaškem. S tem poročilom sem se zares potrudila vse občutke preliti na papir, kar je za tako izkušnjo definitivno zahtevna naloga. Si predstavljate, da se vsako jutro zbudite, greste na balkon in zagledate bleščeče modro morje? Si predstavljate spiti kavo na tem balkonu ob zvoku galebov? Sedaj pa si predstavljajte kraj, kjer se ljudje marca kopajo, kjer ni konca sonca, kraj, ki zaradi vedno sproščenega vzdušja ne pozna besede stres. Predstavljajte si, da vsak dan zaključite s pisanim sončnim zahodom, ki je še lepši od večera prej. To je Split. In naj začnem to poročilo kar z dejstvom, da bo izmenjava v tem mestu definitivno najboljša odločitev vašega življenja.

Split je drugo največje hrvaško mesto ter gospodarsko in upravno središče osrednje Dalmacije. Dioklecijanova palača je srce Splita, hrib Marjan pljuča Splita, navijači nogometnega kluba Hajduk pa duša tega (belega) mesta. Split je mesto polno življenja, športa in zabave. V Splitu se vsak dan nekaj dogaja, to je kraj, kjer je nemogoče občutiti dolgčas. Erasmus Student Network je odlično organiziran, različni dogodki potekajo dobesedno vsak dan, od ogledov mesta in drugih kulturnih izobraževanj, do izjemnih zabav in vikend izletov v Dubrovnik, Mostar, Trogir, Šibenik, Zadar, do Krkinih slapov, slapov Kravica, Plitvičkih jezer in zip lina v Omišu ter še bi lahko naštevali. Nasploh so zvečer klubi in bari zmeraj polni, še posebej maja in kasneje, ko se začne turistična sezona. Vse lahko najdeš na njihovem facebooku in instagramu, ko pa prispeš na izmenjavo si lahko narediš tudi njihovo kartico in dobiš razne popuste (za flibus, ryanair...). Na začetku izmenjave pa te tudi dodajo v Whatsapp skupino, kjer te o vsem obveščajo in lahko vprašaš kar te zanima. Nasploh je nujno imeti Whatsapp tudi za faks, ker tam vse komunikacije v letniku potekajo preko te aplikacije. Ne morem se spomniti mesta, ki bi bilo geografsko bolj pozicionirano od Splita. Na eni strani imate morje, na drugi pa gore. Če si želite ogledati katerega od mnogih otokov naokoli, kot so Brač, Hvar, Vis ali Šolta... samo sedite na naslednji trajekt in prispeli boste! Mesto je prav tako pravi raj za ljubitelje športa. Vsak dan se igra košarka, odbojka na mivki in nogomet. Pa seveda njihova priljubljena igra - picigin na plaži. Od raftinga na reki Cetini do plezanja na hribu Marjan, tukaj lahko najdete nekaj za vsakogar.

Prvič sem se v Split odpravila približno tri tedne pred pričetkom izmenjave, da bi si ogledala in našla stanovanje, ki sva si ga delila s kolegom Matejem. Iskala sem predvsem na spletni strani njuskalo.hr, obstaja pa tudi nekaj facebook skupin za študente, Realitica oglasi, Crozilla.com... Za daljšo nastanitev v Splitu vsak potrebuje svojo OIB številko, ki ti jo uredi že njihova mednarodna pisarna pred prihodom na izmenjavo. Največja težava je, da je večina stanovanj na voljo le do 1.6. oziroma do začetka turistične sezone. Negativna stvar je, da skoraj ne najdeš stanovanja brez agencije, to pomeni, da moraš agenciji plačati še eno mesečno najemnino, vendar pa po drugi strani s tem pridobiš tudi neko varnost/sigurnost. Stanovanje sva dobila v bližini faksa (3 minute peš), plačala sva sicer vsak po 350€ najemnine ter dodatno še stroške, ampak sva se namerno odločila za popolnoma novo stanovanje v moderni zgradbi, z ogromnim balkonom s pogledom na morje. Prav tako sva imela garažo. Lokacija v predelu Firule/Trstenik se je izkazala za odlično. Do plaže je približno 7 minut hoje, prav tako do obeh bolnic. Študentski kampus, kjer so ostale fakultete, menze, dom in igrišča, je prav tako 10 minut stran. Nasploh pa lahko staro temačno stanovanje dobiš za 250€/mesec ali pa lepo novo svetlo stanovanje s privatnim parkiriščem za 500€/mesec. V povprečju pa so cene glede na to kaj lahko dobiš, nižje kot v Ljubljani. Cene za hrano v trgovinah so podobne kot v Sloveniji. V Split je najbolj udobno potovati z avtom. Pot tja in nazaj je kar draga zaradi cestnin, avtobus je cenejši, a potuje iz Ljubljane 8 do 10 ur, enkrat moraš tudi prestopiti v Zagrebu. Če nimaš preveč prtljage, je pa zelo ugoden način potovanja z Bla Bla Car (isto kot naši prevozi.org), ki ga nasploh priporočam za potovanja po celi Hrvaški, ker jih je res veliko, po ugodni ceni, prav tako pa na cilj prideš dosti hitreje kot z njihovimi avtobusi.

Drugič sem prišla v Split nekaj dni pred začetkom predavanj. Pouk je organiziran podobno kot pri nas. Vaj je precej več kot pri nas (potekajo v bolnici Križine in v bolnici Firule), predavanja pa zanimiva, praktična in preprosto razložena, s poudarkom na bistvenih stvareh. Vsak dan imaš predavanja, vaje, seminarje. Predavanja večinoma niso obvezna, seminarji in vaje pa. Manjkaš lahko 20%, a moraš nato ustno zagovarjati snov, ki si jo izpustil oziroma nadomeščati vaje. Začela sva z dermatologijo, ki je trajala od 24.2. do 15.3. Najprej sem mislila, da bom imela težave s hrvaškim jezikom, ki ga pred pričetkom izmenjave nisem prav veliko znala, vendar pa ni bilo nobenih problemov, čeprav je bil prvi izpit zelo hitro po pričetku izmenjave. Veliko novih medicinskih izrazov v hrvaščini sem se naučila sproti na predavanjih in vajah, veliko pa tudi iz hrvaške literature, iz katere smo se učili za izpite. Glede učenja za izpite iz hrvaške literature to ni bilo tako težko kot

sem mislila. Zmeraj lahko vprašaš, če kaj ne razumeš. Na ustnem so pa vsi izredno prijazni in razumevajoči. Profesorji in sošolci so mi pri vsem pomagali in sem na ustnem izpitu kakšne stvari lahko povedala kar po slovensko ali angleško, če se je v hrvaščini slučajno zataknilo. Po dermatologiji sva imela en teden prost, nato pa sva začela z infekcijami, ki so trajale od 24.3. do 2.5. Za infekcijami pa sva nadaljevala s psihiatrijo, ki je trajala od 3.5. do 27.5. Ker sva imela cel junij prost, sva prvotno mislila, da bi v tem času naredila še onkologijo za 5. letnik, vendar pa sva od tamkajšnjih študentov izvedela, da je kar zahtevna. Hkrati pa je junij idealen mesec za kopanje in raziskovanje, saj še ni preveč turistov, vreme je čudovito, v mestu pa se vsak dan nekaj dogaja. Tako sva se odločila, da onkologije ne bova delala. Zadnji predmet je bil epidemiologija, ki je trajala od 29.6. do 13.7 (to je bil tudi uradno zadnji dan izmenjave). Infekcije so pri njih vredne 5 kreditov, pri nas pa 12, zato sva dodala še epidemiologijo, ki je vredna 3 ECTS. V Splitu pa sva opravila tudi dva izbirna predmeta Doktore bole me leđa in Aspirin za glavobolju, a što s dušoboljom?

Profesorji so bili vsi željni pomagati, nekajkrat so naju z Matejem tudi vprašali, če vse razumeva na predavanjih in če imava kakšne težave s sledenjem v hrvaščini. Celotni pedagoški del zaposlenih od profesorjev do zdravnikov mentorjev na vajah me je pozitivno presenetil, saj so nas vsi resnično želeli nekaj naučiti in so se vedno trudili. Vsi so bili sproščeni, prijazni, hudomušni (še posebej imajo radi nas Slovence) in so vidno uživali pri delu s študenti. Večkrat se je tudi zgodilo, da je na oddelek prišel kakšen študent brez predhodne najave, ki ga tisto področje zanima ter kar tako vprašal zdravnika na hodniku, če ga lahko tisti dan spremlja. Presenetilo me je, da so temu tudi vsi z veseljem ugodili. Bistvena razlika je tudi v tem, da se v Splitu ne čuti tiste napetosti, stresa ali strahu pred profesorji/mentorji/zdravniki, saj so odprti za kritiko in komentarje in jim študentje direktno in brez strahu povejo kar jih moti oziroma če se z nečim ne strinjajo. Drugače je tudi to, da se zavedajo koliko lahko od študenta zahtevajo glede na znanje, ki ga podajo in literaturo, ki jo zagotovijo. In še zadnja razlika, ki bi jo omenila je, da so zdravniki zelo domači s pacienti kar je lepo videti in daje neko toplino, ko gledaš pogovor med pacientko in zdravnikom in ko pacienti redno prinašajo darove (kot na primer domače limone) v zahvalo. Nasploh pa njihovi študenti zelo veliko znajo. Kljub temu, da je na zunaj res videti, da so stvari bolj sproščene, je v resnici na faksu veliko več vaj in poudarka na bistvenih stvareh, tako da tekom faksa pridobijo odlične izkušnje. Sprva sem mislila, da naju sošolci ne bodo tako hitro sprejeli, saj so manjši letniki kot pri nas in so skupaj že 4 leta ter se vsi dobro poznajo, prav tako sva bila edina Erazmovca na hrvaškem programu, ker tujci seveda grejo na angleški program. Vendar sem se motila. Sošolci, s katerimi sva se spoznala in družila, so naju zelo lepo, toplo in odprto sprejeli ter tudi postali najini tesni prijatelji - do točke, da smo na zadnjem pikniku (ob njihovi tradicionalni in izredno okusni jedi – soparniku) na selu ob poslavljanju jokali.

Del faksa je stara zgradba, del pa je nova zgradba s predavalnicami, menzo in barom. Gospa Andrea iz mednarodne pisarne je zelo prijazna in smo vse potrebno dokaj hitro uredili, tako da glede papirologije ni bilo zapletov. Treba se je sicer navaditi, da se pri njih velikokrat vse izve zadnji hip, ampak na koncu se zmeraj vse pravočasno uredi in se ob tem naučiš, da se ni treba za nič stresirati. Na njihovi fakulteti imajo redni program medicine, kamor so vpisani hrvaški študentje in pouk poteka v hrvaščini, prav tako pa imajo tudi izredni angleški program, kamor se vpišejo tuji študentje, pouk pa poteka v angleščini. Sam se lahko odločiš, v katerem jeziku bi želel študirati, vendar pa se moraš odločiti le za en program, ne moreš opravljati nekaj predmetov v hrvaščini in nekaj v angleščini. Jaz vam iskreno priporočam, da pojdite nujno na hrvaški program. Angleški program je za njih plačljiv in manj resen, pouk ni tako dobro organiziran in študentje imajo veliko manj stika s pacienti, saj ne govorijo hrvaško. Največja razlika pa je to, da potem nimaš skoraj nič stika s Hrvati in zamudiš pravo lokalno izkušnjo in vključitev v njihov način življenja. Prav iz tega razloga to ni tipična Erasmus izkušnja, saj nisi toliko z drugimi tujci, vendar je po mojem mnenju še boljša, saj res v globino spoznaš domačine ter njihov način življenja in razmišljanja. Medicinska fakulteta ima svojo menzo, kjer lahko vsak delovnik poješ zajtrk in nato kosilo. S študentsko kartico (Iksico) imaš 70% popust na 2 obroka na dan, celotno kosilo te tako stane okoli 1-3€ (za juho, glavno jed,

solato, sadje, vodo/sok, sladico – odvisno od cene glavne jedi). 10 min peš od fakultete pa je študentski kampus, kjer je še nekaj drugih fakultet, ki prav tako imajo svoje (večinoma večje) menze ter študentski dom. Menz je 7. Tiste menze so odprte tudi zvečer, tako da lahko tam poješ tudi večerjo. Čez vikende je dežurna vsaj ena menza. Na fakulteti je nogomet zelo popularen šport. Vsak letnik ima svojo nogometno ekipo, tako da organizirajo tekme med letniki. Univerza v Splitu pa organizira tudi zastoj vadbe za študente kot so skupinske fitness vadbe, tečaj plesa, tečaj plezanja in šola teka. Medicinska fakulteta je pol ure hoje stran od rive. Sama se z avtobusom sploh nisem vozila, saj sem se raje odpravila kar peš ali pa sem uporabljala nextbike (podobno kot biciklji), ki stane 25€ za celo leto. Tu in tam pa sem uporabila tudi Uber ali Bolt.

Tudi če sekire padajo z neba, vam polagam na srce, da se res nujno udeležite humanijade (ne glede na to kateri predmet imate takrat). To izkušnjo je težko opisati z besedami. Gre za športne igre različnih fakultet (medicine, farmacije, veterine...), ki se jih lahko udeležiš kot tekmovalec ali pa samo kot navijač. Vsako leto potekajo v drugem resortu, v drugem mestu. Udeležiš pa se lahko za 3 ali 5 dni (priporočam pet!). Naša humanijada je potekala od 11. do 15.5. v Rovinju, v resortu pa je bilo 1120 študentov iz cele Hrvaške (mislim, da sta vključeni tudi BIH in Črna gora). Stanovali smo v hiškah ob morju, hrana je bila odlična in sam Rovinj je čudovit. Celi dan poteka nek program in različne tekme iz vseh možnih športov, zvečer pa zabava. To je tudi odlična priložnost, da se še bolj povežeš s svojimi kolegi, spoznaš nove ljudi in občutiš edinstveni ekipni duh, ki je med Splitčani nekaj zares posebnega. Že samo iz medicinske fakultete v Splitu se nas je udeležilo več kot 300, saj je to tam kar tradicija in se humanijade definitivno ne sme izpustiti. Celo profesorji ti na predavanjih rečejo, da uživaj in ponosno zastopaj svoje mesto.

Dalmatinci so dobrosrčni, prijazni, duhoviti in sproščeni ljudje, kar ustvarja atmosfero, ki je ne moreš razumeti dokler je tudi sam ne izkusiš. Zelo mi je bil všeč topel in sproščen način komuniciranja ljudi. Vse je kot v počasnem posnetku, nihče nikamor ne dirja, vzamejo si čas za kavo in za pogovore in tako spletejo zelo pristne odnose. Prav tako zelo skrbijo zase – vsakodnevni sprehodi po kilometrskih plažah, šport ter uživanje sveže zelenjave iz njihovih tržnic – vse to prispeva k zelo zdravemu mentalnemu in fizičnemu življenjskemu slogu. Teh 5 mesecev je bilo nekaj najlepšega v mojem življenju. Spoznala sem ljudi za katere sem prepričana, da bomo ostali v stiku do konca življenja in se tako zaljubila v to prečudovito mesto, da se vračam na vsake par tednov. Verjemite, da boste ob vrnitvi domov še mesece prepevali Bila boja je boja, Dalmacijo in pa Dalmatinac sam ☐

Izmenjavo v Splitu bi priporočila vsakomur in bi jo tudi sama v trenutku ponovila. Naj zaključim to poročilo z dvema besedama, ki sta tam del vsakdanjega besedišča in poosebljata Split: pomalo i laganini.

Za kakršnekoli dodatne informacije sem na voljo preko facebooka ali instagrama.

## 18. HRVAŠKA – Univerza v Zagrebu (Ema Dobrin)

V Zagrebu na Medicinski fakulteti Zagrebške univerze sem v 5. letniku poletnega semestra opravila štiri mesečno Erasmus+ študijsko izmenjavo. Vključena sem bila v mednarodni študijski program Medicinske fakultete, ki poteka v angleščini. V programu so tako večinoma tuji študentje, ki v Zagrebu opravljajo celotni študij medicine in so Erasmus študenti maloštevilni. Študij je organiziran podobno kot v Ljubljani, in sicer v večtedenske bloke. Opravljala sem predmete Anesteziologija (za 6. letnik), Maksilofacialna kirurgija, Ginekologija in porodništvo ter Otorinolaringologijo. Vsi predmeti so priznani v celoti, sama pa sem se odločila za opravljanje izpita iz predmeta Anesteziologija v Ljubljani. Predmeti imajo večino dni zjutraj vaje in nato seminarje. Kliničnih vaj je veliko, še posebej pri Ginekologiji in porodništvu, saj blok traja dva meseca. V tem času opraviš okoli 30 vaj. Predmet ORL poteka v dveh skupinah v dveh bolnišnicah popolnoma ločeno. Skupino lahko izberete sami, priporočam Bolnišnico Vinogradska, kjer so vaje bolj organizirane. Zdravniki na vajah so nasploh zelo prijazni in ti ob izkazanem interesu omogočijo vaditi nekatere

klinične postopke, in sicer intubiranje, vstavljanje centralnega venskega katetra, asistiranje pri operacijah itd.

Komunikacija z Mednarodno pisarno je bila odlična, saj je gospa Jasna Turković zelo odzivna. Prijava in ostali administrativni postopki so potekali zelo gladko. S strani mednarodne organizacije Sveučelišta v Zagrebu je bil organiziran Welcome week, ki pa sem ga zaradi poznega prihoda zamudila. Študentje so se udeležili zabavnih aktivnosti in že takoj navezali stike, kar je lažje za vključevanje v družbo. Priporočam udeležbo.

Bivala sem v študentskem domu Ante Starčević, v katerem sem si sobo delila z drugo Erasmus študentko iz Italija, kopalnico pa še z dvema puncama iz sosednje sobe. Kuhinjo si deli celotno nadstropje, vendar je zaradi majhnosti in slabše opremljenosti ter ugodnih obrokov v študentski menzi skoraj nismo uporabljali. S študentsko kartico lahko v menzi dobiš tri obroke dnevno, ki stanejo v večini med 7 in 10kn. Menze sicer dom Ante Starčević nima, zato smo hodili v študentski dom v Cvijetno naselje. Za študente je organizirana tudi športna aktivnost, možno je obiskovati fitness. Mesečno bivanje v domu Ante Starčević stane 67€, v drugih malo več, vendar je to v vseh primerih zelo ugodna izbira. Bivanje v tem študentskem domu zahteva kar nekaj prilagajanja, saj je soba izredno majhna, vendar to zaradi drugih prednosti vseeno priporočam. Nekaj študentov se je odločilo za najem stanovanja, cene so višje in sicer med 350€ in 500€. Za študentski dom se prijaviš vnaprej, lahko izraziš željo v katerem od treh bi bival, vendar te lahko nastanijo v kateremkoli. Slabost študentskih domov je, da so zelo oddaljeni od bolnišnic, in sicer potrebuješ za pot od 40 do 60 minut. Dom Ante Starčević in Cvijetno naselje sta relativno blizu centra, 25 minut peš, in dobro povezana v tramvaji, dom Stjepan Radič pa je blizu jezera Jarun, ki je v poletnih mesecih pogosto mesto za druženje. Potovanje po Zagrebu je najlažje s tramvajem ali avtobusnim prevozom. Lahko si urediš mesečno vozovnico za 100kn. Imajo pa tudi aplikacije za taksije, in sicer Uber in Bolt, ki sta zelo ugodni. Zagreb ima tudi dobre povezave za potovanje v druge države, in sicer z avtobusom ali z letalom.

Študijsko izmenjavo v Zagrebu priporočam zaradi samega študija, prijetnega študentskega mesta, spoznavanja novih ljudi in nasploh neke nove izkušnje. Prednost je tudi bližina Slovenije, saj z novimi kolegi lahko med vikendom obišeš Ljubljano. V juniju pa je Zagreb še posebej atraktiven in zabaven saj organizirajo ogromno različnih dogodkov, od festivalov do športnih dogodkov.

Če imaš še kakšno vprašanje, me lahko kontaktiraš na: [ema.dobrin@gmail.com](mailto:ema.dobrin@gmail.com)

## 19. ITALIJA – Univerza v Bologni (Rok Renko)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški:

Del obveznosti 5. letnika sem opravljal na Univerzi v Bologni. Gre za najstarejšo univerzo, ustanovljeno leta 1088. Mesto ima približno 400.000 prebivalcev in je glavno mesto regije Emilia-Romagna.

Z iskanjem nastanitve je treba pričeti zelo zgodaj, jaz sem začel nastanitev iskati nekaj mesecev prej. Priporočam iskanje po številnih facebook skupinah (npr. Affitti Bologna, Offro appartamento/stanza in affitto a Bologna in podobno), kjer je nastanitev za kratek čas najbrž najlažje najti. Poleg tega sem uporabljal še spletne strani: idealista.it, immobiliare.it, bakeca.it (po mojem so slednje bolj uporabne, če se odpravljate na celoletno izmenjavo) in še nekatere Erasmus strani. Pazite na spletne prevare, ker je to pogosta praksa in tudi kar nekaj prijateljev je imelo negativno izkušnjo. Priporočam kratkočasen najem airbnb-ja takoj prej izmenjavo in iskanje v živo, kar sem na koncu tudi sam storil. Poudaril bi, da so cene najemnin višje kot v Ljubljani, včasih res pretirano visoke, pa se kljub temu proste sobe hitro oddajo. Po priporočilu študentov, ki so bili na izmenjavi v Bologni pred mano, nastanitve v študentskem domu nisem iskal, saj so pretirano drage.

V trgovinah, kot je Lidl, so cene živil približno enake, morda malenkost višje. Razlika je, da so trgovine odprte dlje in tudi ob nedeljah. Eden velikih plusov je, da za 10 eur dobiš kartico za mestni prevoz za celoten čas izmenjave. Študentskih bonov oz. primerljivega sistema ni.

▪ Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija:

Na spletni strani so že pred izmenjavo dostopni dokumenti, ki dobro pojasnijo prijavni postopek, zloženka in check-list z vsemi obveznostmi, ki jih mora študent opraviti pred, med in po izmenjavi, tako da je vse skupaj potekalo brez večjih težav.

Ena večjih razlik, na katero naletiš pri pisanju Listine študenta in kasneje Študijskega sporazuma, je, da so večji predmeti (C.I.) razdeljeni na več modulov, klinične rotacije pa niso vključene v predmet. Kot študent na izmenjavi lahko izbereš tudi le določene module predmeta, ki se pokrivajo z vsebino, ki je obravnavana na domači univerzi, če so ostali moduli izven obsega snovi v Sloveniji. Klinične vaje (tirocini) navedeš posebej, trajajo pa 2 tedna v jutranjih urah (8:00 – 13:00). Ovrednoteni so s po 3 ECTS in jih lahko izbereš za 15 ECTS na semester oz. 24 ECTS za celoletno izmenjavo. Predavanja potekajo popoldne (14:00-18:00 oz. Izjemoma 19:00).

Glede prijavnega postopka sem pridobil vse informacije, tudi s komunikacijo ni bilo težav. Pred kliničnimi rotacijami moraš priložiti potrdila o cepljenju in določene teste, rezerviraš si termin za zdravniški 'pregled', kjer potrdijo, da lahko opravljaš klinične rotacije.

Študij poteka v celoti v italijanščini, tako da je priporočljiv ustrezen nivo tega jezika. Izpiti so (večinoma) ustni in potekajo na koncu semestra v več izpitnih rokih.

Predmetnik je precej skladen z našim in se da opravljati skoraj vse predmete z izjemo nekaterih, ki jih profesorjih ne priznajo nikjer v tujini. Erasmus rotacija ne obstaja, študenti so glede na priimek razdeljeni v Canale A in Canale B, Erasmus študenti pa so torej pomešani z italijanskimi.

▪ Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF:

Kot že omenjeno potekajo klinične vaje od okrog 8h do 13h oz. manj, predavanja pa so od 14h do 18h/19h. Sistema rotacij ni, ampak predmeti potekajo tekom celega semestra, izpit pa se opravlja na koncu semestra. Pouk v obliki seminarjev ne obstaja, študenti imajo zato in tudi zaradi precej daljšega izpitnega obdobja bolj proste roke, da si študij in izpitne roke organizirajo po svojih željah. Za določene izpite (priporočam da prej preverite!) sem potreboval precej časa za pripravo, vendar je velik plus, da je izpitno obdobje precej daljše in se zaključi proti koncu julija. V mestu in tudi v sklopu univerzitetne klinike so na voljo številni klimatizirani študijski prostori, ki vam bodo olajšali študij v precej visokih poletnih temperaturah.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF ter prednosti in slabosti izmenjave

Ena večjih razlik je, da na izpite pridejo vsi prijavljeni študentje ob isti uri in potem počakaš na izpit, kar se lahko res močno zavleče. Primer dobre prakse je mobilna aplikacija z urnikom predavanj, datumi izpitov, študijskim planom, obvestili ipd. Priporočam. Za več informacij me lahko kontaktirate na [rok.renko@gmail.com](mailto:rok.renko@gmail.com)

## 20. KAZAHSTAN – Univerza v Astani (Maja Sevčnikar)

V zadnjem semsetru 6. letnika sem se opravičila na 3 mesečno izmenjavo v glavno mesto Kazahstana. Za to destinacijo sem se odločila, ker sem lansko leto že bila na izmenjavi v Evropi in sem želela preiskusiti nekaj drugačnega in samo sebe predstaviti pred malo večji izziv.

Nur-Sultan ozioroma Astana, kot u rečejo Kazahstanci je ogromno in kaotično mesto. Deli se na dva dela, levi breg reke je bolj moderen in bolj organiziran. Desni del reke pa je bolj kaotičen, arhitektura je še iz časov Sovjetske zveze. Desni del je meni osebno bil ljubši, saj je imel več duše in energije. Živela sem v študentsem domu od univerze, ki je bil zame zastojn, te stroške je krila Univerza v Astani. Študentski dom je na desni strani Astana, vendar kar precej centralo, tako da je lokacija dobra. Študentski dom je zelo preprost in minimalističen, zagotovo precej bol skromen kot



študentski domovi v Ljubljani. Študenjte v študentske domovu govorijo angleščino zelo slabo. Sam jezik je bil tudi kar velika ovira v vsakdanjem življenju, imamo pa srečo, da sta ruščina in slovenščina vsaj malo podobni.

Na univerzi v Astani sem opravila vaje iz Interne medicine in Pediatrije. Začela sem z vajami iz pediatrije. Imeli smo nekaj problemov z samo organizacijo in z jezikom, vendar smo potem te težave razrešili in vaje so potekale normalno. Direktni pogovor s pacienti žal ni bil možen, zaradi jezikovne ovire. Nadaljevala sem z vajami iz interne, večino vaj sem imela na oddelku za kardiologijo. Mentorica me je res veliko naučila, predala mi je veliko znanja in pokazala res zanimive in tudi neobičajne primere.

Stroški v Astani so nižji, kot v Sloveniji. Študentski dom sem imela zastonj, osnovna živila so cenejša, vendar vseeno za standard in plače v Astani, še zmeraj visoka. Obrok v restavraciji je okoli 6 evrov, obrok v menzi od bolnice pa 2 evra. Vaje sem imela v različnih bolnicah in do tja sem vedno potovala z avtobusom. Cena enosmerne vozovnice je okoli 20 centov. Ker je mesto res veliko je javni promet zelo zamuden. Včasih sem potrebovala 1 uro, da sem prišla od študentskega doma pa do bolnice.

Če se odločite za izmenjavo v Kazahstanu boste večino v kontaktu z mednarodno pisarno in sicer z go. Saltanat. Res bi rada izpostavila, da na tej univerzi še nimajo toliko izkušenj z Erasmus izmenjavami in vse skupaj kar precej kaotično. To, da sem bila že prejšnje leto na izmenjavi v Litvi, mi je precej pomagalo pri sami organizaciji izmenjave. Kar nekaj težav je bilo pri urejanju vize in tudi sedaj pri končni dokumentaciji je bilo treba popravljati in ponovno čakati.

To izmenjavo bi priporočila tistim, ki so malo bolj pustolovski in nimajo težav, da stvari niso do potankosti organizirane. Priporočam tudi, da se nučite nekaj osnov ruščine. Ko sedaj gledam za nazaj, vem, da so to bili meseci, ko sem odkrila o sebi, o drugih, o medicini, o kulturi in o svetu veliko več, kot bi lahko prebrala v kakršnem koli učbeniku ali knjigi. O izmenjavi bi lahko še pisala in pisala, če te zanima še več, me prosim kontaktiraj na facebooku in z veseljem podelim še več informacij.

## **21. KAZAHSTAN – Univerza v Astani (Nika Jeromel)**

V študijskem letu 2021/2022 sem se v drugem semestru odpravila na študijsko izmenjavo v sklopu Erasmus+ mednarodne kreditne mobilnosti v Nur-Sultan, Kazahstan. Tam sem na Medical University of Astana (MUA) opravljala predmeta pediatrija in interna medicina. Že v 5. letniku študija sem se udeležila mednarodne izmenjave na Poljskem, in lahko rečem, da se ta izkušnja ne more primerjati s tisto lani – tako v pozitivnem, kot žal tudi v negativnem smislu.

Letela sem iz Brnika, preko Turčije do Nur-Sultana (oziroma Astane, kot mestu še vedno pravijo domačini). Zaradi vseh zapletov pred izmenjavo, sem letalsko karto lahko kupila šele tik pred odhodom, zato je bila cena enosmerne letalske karte okoli 600 eur. Ker sem bila na študijski izmenjavi več kot mesec dni, sem potrebovala tudi vizo. Pri urejanju vize mi je pomagala MUA, ki je pri »migration police« zaprosila za uradno dovoljenje. Pridobitev tega dovoljenja osebi omogoča bivanje v Kazahstanu, nakar lahko postopek pridobivanja vize ureja dalje na Ambasadi na Dunaju. Tam se je potrebno zglasiti osebno, da predaš vso potrebno dokumentacijo. Celoten proces pridobivanja vize lahko traja tudi več kot dva meseca, saj so kazahstanski organi pri urejanju dokumentacije zelo počasni in površni.

Mednarodna pisarna mi je pred prihodom ponudila opcijo, da brezplačno bivam v študentskem domu. Študentski dom se nahaja na desnem bregu reke, kjer je v arhitekturi opazen bivši sovjetski vpliv. Sobo sem si delila s kolegico, ki se je prav tako odpravila na izmenjavo z mano. Kopalnico

sva si delili z osmimi drugimi puncami, kuhinjo pa s celotnim nadstropjem. Zaradi pravil v študentskem domu in stanja v katerem so sobe (tuš ni delal - potrebovali so več kot dva meseca, da so ga popravili), bi se raje odločila za najem sobe v mestu. Študentski domovi v Astani imajo pravilo, da se morajo študentje vrniti v dom pred 11-o uro. Prav tako večina študentov žal ne govori angleškega jezika.

Kot sem omenila, sem tam opravljala klinične vaje iz predmetov pediatrija in interna medicina. Izpita bom opravila v Sloveniji. Čeprav je kot uradni jezik izmenjave navedena angleščina, žal večina zdravnikov ne govori angleško. Tako je bilo odvisno od naju, da sva sami iskale profesorje, ki so govorili angleško. Na vajah sva bili vsak dan od 8ih do vsaj 12ih. Zdravniki so sicer zelo fleksibilni, vzamejo si čas za študente in jim razkažejo vse kar si želijo videti ter pustijo, da poizkusijo vse kar želiš poizkusiti. Pri pediatriji sva bili v treh različnih bolnišnicah v mestu, dodatno sva videli tudi privatne ambulante in privatno bolnišnico. Vaje sva opravljali na oddelkih, ki so bili zahtevani s strani katedre za pediatrijo na MF, UL. Klinični primeri so bili raznovrstni, največ je bilo infektov, presenetljivo veliko pa tudi malformacij in deformacij otrok, ki jih v Sloveniji zaradi prenatalnih testiranj in UZ ne vidiš več pogosto. Čeprav so sami bolnišnični oddelki starejši in včasih premalo opremljeni, me je šokirala njihova sodobna enota za intenzivno terapijo in enota za rehabilitacijo. Pri predmetu iz interne medicine sva večino časa preživeli na kardiologiji. Ker sem interno medicino opravljala v drugi polovici izmenjave, je mednarodna pisarna v vmesnem času našla mentorje, ki govorijo angleško. Tako da je ta del izmenjave potekal brez problema.

Sama izmenjava je bila predvsem naporna zaradi težav, ki sva jih imeli z mednarodno pisarno. Za urejanje dokumentacije potrebujejo ogromno časa in žal, večkrat se zgodi, da ta dokumentacija vsebuje napake. Napake so se pričele že pri procesu pridobivanja vize, kjer so vlogo na »migration police« poslali prepozno, prav tako so na formularju poslali napačen podatek o rojstnem datumu. Kasneje pa je največ težav predstavljal urnik, ki smo ga zaradi konstantnih napak z njihove strani modificirali več kot petkrat. Tako da naslednjim študentom predlagam da večkrat pregledajo vso dokumentacijo, urnik in začnejo urejati zaključno dokumentacijo izmenjave vsaj par tednov pred zaključkom.

Stroški hrane in pijače so nižji kot pri nas. Hrana je najcenejša na desnem bregu reke, v majhnih trgovinah oziroma v Smallu in Magnumu. Najceneje so osnovne surovine in sezonska sadje in zelenjava. Uvožene stvari je mogoče kupiti v večjih marketih na levem bregu reke, cene le-teh so običajno višje kot v Sloveniji. Predvsem me je šokirala cena paketa borovnic v mesecu aprilu, ki je znašala 24eur. Manjše cene so najbolj opazne v barih in restavracijah, kjer lahko obrok dobiš za ceno 5 - 7 eur. V mestu je ogromno dobrih restavracij, ki zelo spominjajo na naše, Evropske. Najraje sva hodile v Kektem, Tochko, Drujbo, Cafe Boom, Salad bar. Parkrat na teden sva hodili plezat na Nazerbayev University, kjer vsi študentje in profesorji govorijo tekoče angleško, tako da sva večino družbe našli tam. Za vstop na NU potrebuješ posebno dovolilnico, ki jo urediš v Atletskem centru. Plezalcem sva se parkrat pridružili tudi pri plezalnem izletu, kjer smo skupaj najeli minibus in se odpravili plezati v naravo. Veliko sva uporabljali spletno stran Sxodim Astana, kjer je mogoče niti informacije o vseh dogodkih, ki se dogajajo v mestu med tednom in vikendom. Mesto ponuja veliko delavnic, koncertov, dogodkov, ki jih lahko obiščeš, super je tudi, ker cene niso visoke. V bližini Astane se nahaja Narodni park Burabay, ki sva ga dvakrat obiskali. V Kazahstanu je dovoljeno kampiranje in kurjenje ognja v naravi. S sebo sva imeli spalni vreči in podlogi ter preživeli noč pod zvezdami. Ker je država ogromna, je planiranje izletov, ki so omejeni na 2 ali 3 dni težko. Tako se moraš dogovoriti v bolnišnici za dodaten prost dan, oziroma počakati na praznike – ki jih je v mesecu aprilu in maju veliko. Med izmenjavo sem obiskala še Karagando in Almaty, večino države pa mi je uspelo videti šele po zaključku izmenjave, ko sem si vzela čas za raziskovanje Kazahstana in Kirgizistana.

## 22. NEMČIJA – Univerza v Aachnu (Ingrid Tušar)

Odločila sem se, da bom začetek 6. letnika opravljala na RWTH v Aachnu, Nemčija. Priprava Učnega načrta (Learning Agreement) in postopek izbire predmetov sta za šesti letnik najlažja. Jasno je, da lahko v tujini opravljamo vaje; tako se je potrebno odločiti le, katere vaje in v kolikšnem številu tednov jih želiš opravljati. V Aachnu študentje zadnjega letnika spadamo v PJ (Praktisches Jahr) leto. Na enem oddelku se je potrebno udeležiti najmanj 4 tedne, potem lahko oddelk zamenjaš. Skupno sem opravila 8 tednov vaj interne medicine ter 8 tednov vaj kirurgije, torej na 4 različnih oddelkih. Za priznavanje vaj v Ljubljani je potrebno opraviti 6 tednov vaj interne medicine (+ 2 tedna v Sloveniji, ki sem jih opravila poleti, pred izmenjavo) in 6 tednov vaj kirurgije, ostali tedni se štejejo k dodatnim študijskim obveznostim.

Začela sem na oddelku srčne kirurgije in kirurgije prsnega koša, nadaljevala pa na oddelku za nefrologijo. Prva dva meseca sta mi bila z vidika prejemanja znanja, pozornosti in časa, ki so jo specializanti namenili nam študentom, manj vseč kot druga polovica izmenjave. Na splošno je bila moja aktivnost odvisna od lastne angažiranosti. Največjo oviro v prvem mesecu izmenjave mi je predstavljal nemški jezik. Na univerzi zahtevajo znanje nemščine na nivoju B1, vendar ta nivo za delo v bolnišnici ni dovolj. Je pa res, da se jezika hitro učiš in te kmalu pri delu ne ovira več. Tretji mesec sem opravila na gastroenterologiji, kjer vsak študent dobi svojega mentorja (Assistenzarzt - specializanta) in skupaj z njim in Oberarzt-om (specialistom) skrbi za paciente, ki temu mentorju pripadajo. Tukaj sem v bolnišnici ostajala najdlje, velikokrat dlje kot do 5 ure popoldne. Skrbela sem za odvzeme krvi, nastavljanje kanalov, sprejeme novih pacientov z anamnezo in statusom, bila prisotna na vsaj eni viziti na dan, predstavila enega pacienta na teden Chefarzt-u, se z mentorico udeleževala diabetoloških konzilijev in endokrinoloških uric, ki jih je organiziral Chefarzt enkrat tedensko – predstavitev enega primera in endokrinološke teme tega dotičnega primera.

Ko imaš na oddelku čas, lahko z nemškimi študenti obiščeš PJ pouk, kjer dvakrat na teden predstavijo eno od tem interne medicine. Podoben sistem obstaja tudi za kirurške rotacije. Zadnji mesec sem bila na abdominalni kirurgiji. Tukaj smo se študentje vsako jutro razdelili, nekateri so šli na oddelk, kjer si opravil naloge ki ti jih je dal oddelčni zdravnik (oskrba pooperativnih ran, ultrazvok, odstranjevanje drenaž..), nekateri v operacijsko, kjer si navadno lahko izbiral med tremi operacijskimi dvoranami in vedno stal pri mizi. Včasih so nas poslali tudi na sprejeme in odvzeme krvi na polikliniko.

Nad odnosom celotnega zdravstvenega osebja sem bila zelo pozitivno presenečena, obravnavali so me kot njihovo študentko in kot del njihovega tima – precej boljše v primerjavi z izkušnjami iz Ljubljane. V povprečju preživiš v bolnici 8 ur na dan. Dobra praksa, ki bi si jo želela prenesti v Slovenijo je, da študentje že v četrtem in petem letniku večino študija preživijo na različnih oddelkih v bolnišnici, kar se odraža v s prakso podkrepjenem teoretičnem znanju. Vedno so vključeni v praktične veščine, ki naj bi jih zdravnik obvladal, zato so pri tem veliko bolj suvereni od nas.

Do Aachna sem imela lasten prevoz, kar se je zaradi velikega obsega prtljage izkazalo za priročno. Prišla sem dva tedna prej, kar se je izkazalo za dobro – tudi tukaj je potrebno ob prihodu urediti kar nekaj stvari, prav tako je koristno, če se selektivno udeležiš dogodkov, ki jih ponuja Welcome Week in spoznaš nekaj tujih študentov, tudi študentov medicine. Stanovanje sem našla preko spletnega portala WG-Gesucht. Prijavila sem se tudi v čakalno vrsto za študentski dom, vendar je kapaciteta le-teh v Aachnu precej omejena, zato večina študentov najde sobo v stanovanju, ki si ga deli z enim ali več sostanovalci. Lokacija stanovanja ni tako pomembna, saj je Aachen majhno mesto. Sama sem živela na vzhodni strani Aachna; Uniklinik pa je zahodno, ne glede na to sem zjutraj z avtobusom potrebovala manj kot pol ure. Na začetku izmenjave je potrebno plačati semestrsko vpisnino, ki znaša 300 €. Cena vključuje tudi semestrsko vozovnico za avtobuse po mestu, kot tudi javni potniški promet (vključno z vlaki) po celi North Rhine-Westphalii in majhnem delu Nizozemske in Belgije. Kosilo med delovnikom sem običajno jedla v bolnišnični menzi (5-6 € ),

lahko pa si ga prineseš s sabo. Glede življenjskih stroškov: sama sem za stanovanje s še dvema sostanovalcema in veliko sobo plačevala 380 € (cene najema sobe se gibljejo okrog 400€, študentski domovi pa so cenejši). Drugi stroški so odvisni od potreb posameznika in od tega, kako želi preživljati prosti čas – cene potovanj, izletov in aktivnosti po mestu bi ocenila kot primerljive z Ljubljano.

Sama sem se v mestu zelo dobro počutila, verjetno je k občutku domačega pripomogla tudi njegova velikost, gre za majhno mesto. Bolnišnica je odlična, tako iz strokovnega vidika kot iz vidika udobja, ki ga nudijo pacientom. Ljudje na izmenjavi kar prihajajo v tvoje življenje, tako da so petki in vikendi preživeti v družabnem duhu. Gre za posebno izkušnjo in res si boste hvaležni, da jo boste tekom študija izkoristili. Priporočala bi, da v 6. letniku izberete državo katere lokalni jezik govorite – tako lahko od bolnice res veliko odnesete. Glede na opazovanja izgleda Aachen nadvse primeren tudi za opravljanje obveznosti petega letnika.

Ingrid Tušar ([tusar.ingrid@gmail.com](mailto:tusar.ingrid@gmail.com))

### 23. NEMČIJA – Univerza RWTH Aachen (Maruša Jerše)

V šolskem letu 2021/2022 sem se odpravila na 3-mesečno študijsko izmenjavo v Aachen. V Aachnu sem opravljala 6 tednov interne medicine in 6 tednov kirurgije.

Aachen je manjše mesto na zahodu Nemčije, tik ob meji z Belgijo in Nizozemsko. Mesto je polno študentov, tako da se družba vedno najde. Ker je mesto majhno, prideš z javnim prevozom povsod v dvajsetih minutah.

Za nastanitev se lahko prijaviš preko Univerze (na mail boste dobili vsa navodila), študentske organizacije (<https://www.studierendenwerk-aachen.de/de/wohnen/wohnanlagen.html>) ali pa se podate na iskanje na spletno stran WG gesucht (<https://www.wg-gesucht.de>). Sama sem se prijavila na oba uradna portala, vendar zaradi kratkega roka izmenjave, praktično nisem imela možnosti dobiti sobe. Zato se v avgustu (malo prepozno) podala na iskanje sobe na WG gesucht. Oglasi, ki so starejši od dveh dni, se po navadi ne odzivajo, tako da je treba stalno spremljati nove oglase. Sama sem imela pri iskanju kar nekaj težav zaradi kratkega trajanja izmenjave, saj večina želi oddati vsaj za en semester. Na koncu sem imela srečo in sem dobila sobo v trisobnem stanovanju v centru mesta za samo 3 mesece. Za sobo v deljenem stanovanju se cene gibljejo ob 280e-450e. Cene v trgovinah so le rahlo višje od Ljubljane. V lokalih pa za kavo hitro odšteješ 3,5e, dražji so tudi avtobusi (2,8e ena vožnja) in ostale storitve.

13. maja sem od RWTH Aachen dobila mail da sem uspešno nominirana. Potrdilo, da sem bila sprejeta, pa sem dobila sredi avgusta. Ko si uradno sprejet se moraš preko njihovega spletnega portala ponovno prijaviti in naložiti veliko dokumentov. Potrebno si je tudi urediti zdravstveno zavarovanje, v primeru da ste zadovoljni z Evropsko zdravstveno kartico pa si morate od nemske zavarovalnice pridobiti potrdilo o opustitvi zdravstvenega zavarovanja. Za uspešen vtis morate tudi plačati 300e, za kar dobite semestrsko vozovnico in poravnate "students fee". Semestrsko vozovnica velja do konca marca (en semester) in jo lahko uporabljate za vse javne prevoze v regiji Severno Porenje-Vestfalija in do Maastrichta. V Aachen je potrebno priti kakšen teden pred začetkom vaj, saj morate pred opravljanjem vaj opraviti zdravniški pregled, kjer preverijo vaša protitelesa za hepatitis B in ostale prenosljive bolezni ter cepilno knjižico. V zadnjem tednu septembra je bil tudi Welcome week za Erasmus in ostale mednarodne študente, kjer si lahko spoznal veliko študentov in navezal stike. Tekom prijavnega postopka se lahko prijaviš tudi na BeBuddy listo, kar pomeni da vam bodo na fakulteti dodelili kontaktno osebo. Sama sem imela s mojo veliko srečo, saj sva se z mojo zares ujeli in sva se tudi kasneje redno družili. Večini pa je BeBuddy pomagal ob prihodu v mesto in bil prvi kontakt za reševanje začetkih težav.

Po prebranih poročilih iz prejšnjih let, sem se opogumila in se prijavila na izmenjavo samo z gimnazijsko nemščino, ki od odhodu v Nemčijo definitivno ni bila sijoča. Največ stresa zaradi slabšega znanja jezika sem imela med samim prijavnim postopkom, ko sem v nemščini urejala del birokracije. Sicer je pa prijava večinoma v angleščini. Zaradi pomanjkljivega znanja so bili prvi tedni na oddelku stresni, po enem mesecu pa sem bila v bolnišničnem okolju že dovolj suverena. Sama sem v septembru obiskala intenzivni tečaj nemščine s strani univerze. Glede na to da prej nisem šla na noben tečaj, mi je ta prišel kar prav, da sem vsaj malo obnovila jezik. Kasneje sem se v novembru odločila tudi za spletni večerni tečaj, da sem še dodatno izboljšala svoje znanje jezika. Če se mislite prijaviti na izmenjavo v Nemčijo, svetujem, da se že v Sloveniji prijavite na kakšen tečaj, ker boste tako lahko več odnesli od tamkajšnjih vaj. Med drugim se boste tudi lažje vključili med domače študente.

Sama sem se odločila za opravljanje vaj iz interne medicine in kirurgije. Ostalih predmetov nisem želela opravljati v tujini ker si želim videti delovne razmere pri nas (pediatrija, družinska medicina). Ker sem želela narediti 6. letnik v čim bolj normalnem roku, se odločila za kratko izmenjavo, kar pa sem kasneje obžalovala, zato sem se dogovorila še za dvomesečno prakso v januarju in februarju. Na začetku je zelo veliko birokracije, ko pa se v Aachnu ustalíš pa je mesto zelo prijetno, na vajah se veliko naučiš, družbe pa tudi ne manjka.

Vaje na gastroenterološkem oddelku: Na oddelku te dodelijo specializantu, ki ga čez dan spremljaš. Na oddelek prideš ob 8.00. Do 8.30 pomagaš nemških študentom jemati kri na oddelku, nato sledi jutranji sestanek, kjer pregledajo načrt odpustov in novih sprejemov za tekoči dan. Nato greš z dodeljenim specializantom na vizito. Vmes te prosijo za odvzem krvi, vstavitev iv. dostopa, odvzem hemokultur. Okoli 12ih greš lahko na kosilo. Ena menza je v kliniki, druga (Mensa Vita) je 5 min hoje stran, lahko pa si tudi prineseš s sabo in si pogreješ v mikrovalovki v njihovem DŠMSju. Ob 13.15 je popoldanski sestanek, nato vizita s specialistom. Na splošno so specialisti zelo prijazni in radi kaj razložijo. Če je na oddelku kak nov sprejem, narediš anamnezo in status. Sam sem delala tudi punkcije ascitesa in asistirala pri plevralnih punkcijah. Enkrat na teden je tudi vizita z direktorjem klinike, na kateri lahko predstaviš pacienta. Domov sem hodila okoli 4ih. Če sem imela kakšne obveznosti in sem morala prej iti, ni nihče kompliciral. Če pa so nam ostale kakšne punkcije ascitesa, pa sem ostala tudi dlje.

Vaja na srčni kirurgiji: Na tem oddelku smo bili študentje razpuščeni sami sebi. V bolnico smo prišli ob 8ih, nakar smo se sami razdelili med oddelkom, polikliniko in operacijami. Na oddelku si bil zraven pri vizitah, kjer so nam razložili vse posege potrebne pred operacijo, spremljali obrazložitev poteka operacije in pridobitev pacientovega soglasja in prevezovali pooperativne rane. Lahko smo šli tudi pogledat ultrazvoke srca. V operacijski smo študentje lahko asistirali pri operacijah, večinoma je šlo za srčne obvoje. Sama sem pomagala pri preparaciji vene za srčne obvoje in pri šivanju. Če so imeli kakšno zanimivo operacijo smo študentje lahko šli pogledat tudi na oddelek torakalne kirurgije. Domov smo lahko odhajali okoli 1ih.

Enkrat na teden so imeli za študente praktičnega leta organizirana tudi predavanja. Sama sem za njih izvedela šele na sredini izmenjave, kar je bilo malo škoda, saj so bila zanimiva.

Všeč so mi bili odnosi na oddelku. Vso zdravstveno osebje je zelo prijazno in se med samo tika. Sama sem imela tudi srečo z mentorji. Zelo mi je všeč njihov odkrit in prijazen odnos do pacientov. Zdi se mi, da so pacienti skozi celoten potek diagnostike in zdravljenja zelo dobro obveščeni. Specialistka si dopoldne za vizito cca 10ih pacientov vzame 2h, nato pa še popoldne s specializantom cca 1h. Naprave (UZju, EKGji) so novejšje, več stvari je digitaliziranih (vsi kartoni, predpisovanje zdravil). V sobi sta eden ali dva pacienta.

Zelo sem vesela da sem se prijavila na izmenjavo, saj imam v Aachnu priložnosti videti delovanje velike bolnice. Same vaje so zelo intenzivne, vendar hkrati tudi zelo zanimive. Največ težav sem imela s samim vpisom na fakulteto in z iskanjem stanovanja. Želela bi si tudi da bi bila moja

nemščina na nivoju, da bi lahko pod mentorstvom samostojno vodila paciente in pisala odpustna pisma.

## 24. NEMČIJA – Univerza Charité Berlin (Gaja Markovič)

### NASTANITEV IN OKVIRNI STROŠKI

V študijskem letu 2021/22 sem poletni semester svojega 6. letnika opravljala na Charité – Universitätsmedizin v Berlinu. V Berlin me je vleklo že odkar sem ga s prijateljico prvič obiskala po maturi leta 2016, ko je obe popolnoma prevzel in navdušil z nešteti galerijami, nenavadnimi kavarnami, raznolikimi ljudmi in neprestanim dogajanjem. Bivališče sem si uredila v študentskem domu Village M približno dva meseca pred začetkom izmenjave. Village M ni del mreže Studierendenwerk Berlin, tako da je nekoliko dražji, a na odlični lokaciji. Za bivanje v domovih Studierendenwerka priporočam, da se za sobo pozanimajte čimprej, morda kar takoj, ko dobite izmenjavo v Berlinu, saj so domovi že vnaprej precej zasedeni. Sama sem živela v četrti Wedding, neposredno ob postaji U-Bahn in pet minut vožnje s kolesom do Campus Virchow-Klinikum, kjer sem opravljala deset tednov vaj. Imela sem tri prijetne sostanovalce, s katerimi smo si delili kuhinjo in kopalnico, vsak pa je imel svojo sobo. Zanj sem plačevala 570 € na mesec, poleg tega pa je stalo vsako pranje perila 2,80 € in vsako sušenje 2,50 €. Z odločitvijo sem predvsem zaradi lokacije zelo zadovoljna, se pa z nekoliko več truda in sreče verjetno da priti do cenejših sob preko wg-gesucht, a je treba biti zaradi pogostih prevar zelo previden.

### PRIJAVNI POSTOPKI IN POTEK ŠTUDIJA

O prijavnih postopkih smo bili z vsemi potrebnimi navodili pravočasno obveščeni preko e-pošte. Erasmus-koordinatorka je bila prav tako vedno na voljo za naša vprašanja, tako da je vse steklo brez težav. Na Charitéju sem opravljala zgolj vaje v obliki t. i. Famulatur, kar pomeni, da sem sama kontaktirala različne oddelke s točnimi datumi, ko bi želela pri njih opravljati vaje. Od erasmus-koordinatorke smo prejeli tudi seznam vseh učnih bolnišnic Charitéja, ki jih je zelo veliko. Famulatur pomeni, da si kot študent vključen v delo zdravnic in zdravnikov na oddelku, kar v celoti poteka v nemščini. Delo sem opravljala skupaj z nemškimi študenti 6. letnika, ki so opravljali Praktisches Jahr (PJ) in opravljala enake naloge kot oni ter ostajala na kliniki dlje kot se sicer pričakuje od famulanta.

Najprej sem opravljala šest tednov vaj iz abdominalne kirurgije na Campus Virchow-Klinikum, ki jih bom uveljavljala kot opravljene vaje pri predmetu Kirurgija, doma pa moram opraviti še izpit. Seminar Ukrepi pri množičnih nesrečah, ki sem ga morala še opraviti, sem obiskala z eno od rotacij že pred izmenjavo. Začenjali smo ob 7:00 z jemanjem krvi na oddelku, nato pa smo od zdravnic in zdravnikov specializantov prejeli različne naloge od vstavljanja perifernih venskih katetrov, izvleka drenov ali centralnih venskih katetrov, nekajkrat sem na oddelku lahko tudi šivala. Vsak dan nas je nekaj asistiral pri operacijah. Kogar je kirurgija posebej zanimala, si je lahko ogledal seznam operacij za naslednje dni in se z ostalimi dogovoril, da bo asistiral na kakšni željeni operaciji, kjer je bila predvidena pomoč PJ-lerja. Sicer pa smo pogosto nenapovedno prejeli klic, da nekoga potrebujejo in se odpravili v operacijsko dvorano. Operacije so bile večinoma zelo zanimive, včasih sem lahko opravila tudi kakšen podkožni šiv. Dela je bilo kar veliko, zaključevali pa smo med 15:30 in 16:00.

Na Campus Virchow-Klinikum sem opravljala tudi štiri tedne vaj iz pediatrije, in sicer na Kliniki za gastroenterologijo, nefrologijo in presnovne bolezni. Vaje bom uveljavljala kot opravljene vaje pri predmetu Klinična pediatrija, doma pa moram predstaviti seminar in opraviti izpit. Začenjala sem ob 8:00 in zaključevala okrog 17:00 ali malo kasneje. Podobno kot na kirurgiji sem pomagala z jemanjem krvi in vstavljanjem perifernih venskih katetrov, sodelovala pri viziti in opravljala sprejeme z anamnezo in statusom, kar sem nato lahko vnesla v odpustno pismo. Vaje na pediatriji so bile poučne, primeri pa zelo zanimivi. Videla sem nekaj zelo redkih sindromov, veliko



kompleksnih kliničnih primerov in dobila vpogled v potek določenih presnovnih bolezni, ki bolnike spremljalo celo življenje.

Zadnje štiri tedne vaj sem opravljala na oddelku za limfome na Campus Benjamin Franklin, kar bom uveljavljala kot dodatno izpopolnjevanje, ki ni del obveznega študijskega programa. Campus Benjamin Franklin se nahaja v Steglitzu, kamor sem se vozila približno 40 minut v eno smer. Začenjala sem ob 8:00 in zaključevala med 17:00 in 18:00. Ponovno sem opravljala veliko jemanja krvi, vstavljanja perifernih venskih katetrov in predvsem sprejemov z anamnezo, statusom in vnosom v odpustno pismo. Vizite so bile pogosto zelo poučne, saj so zdravnice in zdravniki, ki so jih opravljali, ob vsakem pacientu podali nekaj razlage o njihovi bolezni in terapiji ter naju s kolegom PJ-lerjem veliko spraševali. V celoti sem opravila 14 tednov vaj (Famulatur), za kar sem na domači fakulteti na teden prejela 2 ECTS, na Charitéju pa 1,5 ECTS, kar skupaj nanese 28 ECTS na domači fakulteti in 21 ECTS na Charitéju in zadošča 20 ECTS na semester na vsaki od fakultet.

### PREDNOSTI IZMENJAVE

Na splošno so bile vaje na Charitéju precej naporne, saj gre za ogromno bolnišnico z veliko pacienti, tako da je dela kar precej in načeloma ni časa za odmor za kavo. Delo PJ-lerja je lahko včasih nekoliko repetitivno, a je bilo zame zaradi prijetnih kolegov vse lažje. Podobno kot na izmenjavi v Heidelbergu, ki sem jo opravljala lani, sem tudi na Charitéju doživela zelo prijeten in spoštljiv odnos vseh zdravnic in zdravnikov do študentov. Obravnavali so nas kot kolege, se nam vedno znova zahvaljevali za pomoč in opravičevali, ko nam niso utegnili česa bolj pojasniti. Na splošno so bile vaje na Charitéju precej intenzivne, a sem skoznje izpopolnila veliko praktičnih veščin, izboljšala svoje znanje nemščine in iznajdljivost pri delu na oddelku ter se učila od zelo prijetnih kolegic in kolegov.

Edina slabost izmenjave v Berlinu je, da se mora zaključiti. Vsakemu bi svetovala, da v Berlinu preživi čimveč časa, saj gre za mesto, kjer vsak teden odkriješ nekaj novega, kar te navduši, čeprav si tu že tri mesece in se ti zdi, da si videl že vse, kar se da. Ne bo vam zmanjkalo galerij in muzejev, barov, koticov za druženje ob Spreeuju, kinodvoran, parkov, jezerc okoli mesta in seveda klubov. Če boste v Berlinu za prvi maj, se lahko odpravite v Kreuzberg, kjer cestni promet zamenjajo spontane zabave sredi ulic, po katerih se sprehaja na tisoče ljudi. V mestu vlada osvobajajoče vzdušje, ki ga sama še nisem doživela nikjer drugje. Poleg prijateljstev, ki sem jih ustvarila, si želim ohraniti sproščenost, ki me je spremljala vsak trenutek bivanja v tem čudovitem mestu.

Če ti lahko kakorkoli pomagam pri urejanju famulatur ali z odličnimi nasveti za preživljanje prostega časa, mi brez zadržkov piši na [markovicgaja@gmail.com](mailto:markovicgaja@gmail.com)

## 25. NEMČIJA – Univerza Charité Berlin (Miha Tavčar)

Od marca do sredine avgusta 2022 sem v Berlinu opravljala 5-mesečno Erasmus+ študijsko izmenjavo na Charité Universitätsmedizin Berlin. Na veliko srečo sem zadel za moje pojme najlepše možno obdobje opravljanja izmenjave v Berlinu, saj se je z vidika korona virusne krize študijsko in obštudijsko življenje vrnilo na prej poznane tire in razen nekaterih izjem nisem bil prikrajšan za skoraj nič, če že sem užival v vsesplošnem veselju, da je Berlin spet zaživel brez omejitev. Prav tako sta pomlad in poletje najlepši obdobji v Berlinu, saj je vreme prijetno toplo, ljudje sproščeni, Berlin pa živi in diha.

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški:

Berlin je 3,5 milijonsko mesto, kjer stalno ali prehodno prebivajo ljudje s popolnoma vseh koncev sveta. Je eno najbolj multikulturnih mest v Evropi in po svetu in zadnja leta zelo popularno za nove začetke in nova življenja. Največ ljudi živi v deljenih stanovanjih (WG- Wohngemeinschaft), kjer ima vsak svojo sobo in nato deljeno kopalnico in kuhinjo. Cene za najem se gibljejo med 400 in 600€. Vsi kolegi pred mano poudarjajo velike težave z iskanjem namestitve, in jaz se jih pridružujem. Iskanje poteka po straneh WG Gesucht in po Facebook skupinah, ampak je to skoraj

služba za polni delovni čas, kjer si 15min po objavi stanovanja s pisanjem sporočila najemodajalcu že skoraj prepozen, zato je treba sedeti in samo pisati vsem možnim ponudbam. Jaz sem z iskanjem začel decembra (3 mesece pred odhodom) in imel velike težave. Veliko najemodajalcev oddaja stanovanja »na črno« in ne omogočajo Anmelzunga (prijave na upravni enoti), kar je Charité od mene na primer zahteval pri vpisu in prijavi na izpit, brez tega pa tudi ni mogoče opravljati npr. študentskega dela. To zelo skrči nabor možnih nastanitev. Možni so še javni študentski domovi, ampak so meni že novembra vsi sporočili, da so zapolnjeni, prav tako so na obrobju Berlina in gre vsak dan preveč časa za prevoz, cene pa so sicer ok (med 200 in 300 €). S kolegico Gajo sva potem skupaj našla odlično možnost, s katero sva bila oba izjemno zadovoljna. To je zasebno študentsko naselje Village M (<https://village-m.de/>), ki se nahaja v področju Wedding. To je popoln predel za življenje v Berlinu, saj se nahaja tik ob postaji podzemnih železnic U6 in U9, ki te v roku 15-30min pripeljeta na skoraj vse konce Berlina. Predvsem najboljše pa je, da je zgolj 7min s kolesom ali 15min peš oddaljen Campus Virchow Klinikum (eden od 4 kampusov), kjer poteka večina predavanj, vaj in praktikumov. To je študentski kompleks, kjer imajo po 3-4 študenti vsak svojo sobo, skupno kopalnico in kuhinjo, na voljo pa tudi brezplačni fitness in skupne prostore. Vse skupaj je tudi opremljeno (tudi pribor in ostalo), tako da ni potrebno dokupovati skoraj ničesar, za razliko od WG, kjer moraš na koncu kar dosti dokupiti. Edina slaba lastnost je visoka cena- jaz sem plačeval za sobo z balkonom 580€. Že takoj ob prihodu sem si na Facebook skupini »Sell your bike Berlin« kupil kolo za 50€ in se praktično vsak dan vozil z njim do klinik, ker ga lahko vzameš tudi na vse oblike javnega prevoza. Berlin je sicer z javnim prevozom izjemno odlično povezan, tako da se mi zdi da res ne zapraviš veliko časa za transport. Stroški v trgovinah so podobni kot pri nas, jaz sem kupoval v Lidlu in Aldiju, jedel pa v kateri od študentskih menz (ena je tudi v Weddingu), kjer je kosilo 3-5€, na voljo pa vedno zelo okusnih 5-6 menijev. Meni osebno Erasmus+ štipendija niti približno ni zadostovala, zato sem si že maja poiskal študentsko delo. Možnosti je ogromno, sploh za nas medicince, plače pa nepredstavljivo visoke, 13-18€/uro neto, tako da zelo priporočam. Tam delajo po principu »Mini-Job«, kar pomeni, da delaš 6-10 ur tedensko in dobiš fiksno plačilo 450€, kar je meni ravno pokrilo vse dodatne stroške. Delal sem v zasebni ambulanti za fizikalno in rehabilitacijsko medicino, kjer sem asistiral, pacientom razlagal posege, pripravljal sobe in pa telefonsko naročal paciente ali odgovarjal na vprašanja.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija

Prijavni postopki za Charité tečejo odlično, ker je to že večletna utečena destinacija. Prijavni rok je zelo kmalu, 1. junija, zato je z urejanjem priznavanja predmetov in ostalega potrebno pohiteti. Na kakršna koli vprašanja zelo hitro in ažurno v Berlinu odgovarja koordinatorica Frau Lepom, tako da ji kar napišeš mail. Meni je sploh z urejanjem priznavanja predmetov in ostalega ogromno pomagala mag. Ajda Rudel iz naše Mednarodne pisarne, za kar sem ji neznansko hvaležen. Charité ponuja zgolj izbiro »semestrov«, ne omogoča izbire posameznih predmetov, zato je usklajevanje malo težje kot na ostalih univerzah. Meni je šlo z nabiranjem KT zelo na tesno, ampak mi je na koncu uspelo. Izbral sem 9. semester, kjer sem opravljal v celoti (vaje in izpit) predmete Ginekologija in porodništvo, Splošna pediatrija ter Geriatrija (za 6. letnik). Priznali so mi še vaje v operacijski dvorani pri predmetu Perioperativna medicina (6. letnik), ker se kar nekaj časa v sklopu enega od modulov preživi na oddelku za intenzivno medicino. Opravljal sem še izbirni predmet- 1 mesečni intenzivni jezikovni tečaj nemščine, ki je potekal cel marec na Humboldt-Universität zu Berlin, ga pa izjemno priporočam. Sam sem se dogovoril še za 2-tedenske vaje iz Endokrinologije in bolezni presnove- to je v Nemčiji v obliki »Famulatur«, kar morajo npr. odkrožiti tudi njihovi študenti. V praksi izgleda tako, da na dotično tajništvo endokrinologije na Charité ali katerokoli od 30 učnih bolnišnic Charité pošlješ mail s prošnjo za opravljanje 2-tedenske Famulatur iz endokrinologije. Priporočam, da to naredite že takoj po prijavi na Charité (junija), ker pri prijavi »tekmuješ« za mesto z nemškimi študenti. Jaz sem naredil skoraj usodno napako, da sem ta mail poslal januarja, nisem dobil odgovora, nato pa še enkrat poslal marca in res komaj dobil eno mesto v ambulanti za lipide (Lipidambulanz) na Charité, julija. Na koncu je bila to odlično praksa in sem

se ogromno naučil ter krožil po celotni kliniki, zraven tudi marsikaj pomagal, tako da lahko pišeš že direktno na Lipidambulanz Charité. To sem uveljavljal kot vaje iz Endokrinologije in boleznih presnove, izpit moram narediti doma. Na koncu semestra (ponavadi v avgustu) sledi izpit za celoten semester (za 9. semester je to samo eden), ki povzame snov vseh opravljenih štirih modulov. Poteka v obliki 80 MC vprašanj. Izpit je bil meni dokaj težak, ampak verjetno že samo zaradi jezika, ker se učiš po nemški literaturi, vse gre bolj počasi in ti vzame več časa. Prav tako izpitno polo po končanem izpitu vzameš domov, oddaš samo odgovore, tako da se vprašanja skozi izpite skoraj ne ponavljajo. Ocene dobiš šele čez en mesec, tako da trenutno še ne vem, kako bo, ampak se mi zdi, da se da. S pripravami sem začel kakšen mesec pred izpitom, ker je vseeno snovi za cel semester. Definitivno pa zaključni izpit ni nekaj, kar bi te moralo prestrašiti in odvrniti od izmenjave, vprašanja so vsaj meni veliko bolj prijazna kot na UL MF, ker ni raznih incidenc in prevalenc, ampak večinoma klinični primeri, tako da se vse da, je pa dela kar veliko.

#### Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF

Na Charité je obremenitev za študenta definitivno veliko manj. Sam sem imel dnevno maksimalno 4-5 ur vaj ali praktikumov, pri čemer sem imel 1-2 dni tedensko zagotovo prosto. Predavanja so na začetku in koncu vsakega modula skraćena na 2 dni in so odlična, se jih splača obiskovat. So pa vsa posneta tudi na spletni učilnici in niso obvezna, tako da jih lahko predelaš sam. Nekaj jih je tudi v obliki E-Learning, kjer je ustvarjen program, v katerem se preko primerov in razlag pomikaš znotraj določene snovi in tudi rešuješ vprašanja, tako da je res super. Obvezne oblike študija so v obliki vaj na oddelkih (podobno kot pri nas dobiš sam ali s kolegom pacienta, narediš anamnezo, status, poročaj in debatiraš), praktikumov (vadiš praktične veščine, npr. intubiranje, porod na modelu), seminarjev (bolj interaktivno predelaš določeno temo ali pa samo spremljaš) in pa KITov (Kommunikation, Interaktion, Teamarbeit- učiš se komunikacije v medicini na primerih, dejansko pridejo na vaje igralci, ki igrajo paciente ali svoje in ti moraš voditi pogovor, nato pa s kolegi debatiraš, kaj je bilo dobro in kaj bi lahko bilo bolje). Pouk je izjemno zanimiv, hkrati pa si kot študent zelo svoboden. Dela je manj, ampak vsaj jaz sem bil potem še bolj motiviran, da sem delal sam. Meni je to na nek način vrnilo ljubezen do učenja in študija, ker se mi zdi, da smo na UL MF študenti preveč obremenjeni s študijskimi obveznostmi. Na koncu dneva ti hitro zmanjka časa tudi za ostalo, kolegi s Charité pa so mi razlagali, da je fakulteta po prenovi študija zmanjšala obremenitve študentov, ker so imeli glede na ankete že študenti velike težave z izgorelostjo in upadom zanimanja. Na nek način je s tem privarčevala tudi fakulteta, ker je obveznosti manj. Če je kateremu od študentov obveznega študija premalo, je vedno odprtih rok vabljen na katerikoli oddelek, da se aktivno vključi v klinično in raziskovalno delo, zaposleni so jih zelo veseli, saj so tudi nas po vsakih vajah zelo lepo vabili na oddelke, če nas bi to slučajno zanimalo. Tako da moram reči, da sem v Berlinu zadihal, kar v zadnjih 5 letih na UL MF nisem uspel, pa se mi zdi, da se mi je to na študijskem uspehu zelo poznalo, ker sem študiral z veliko več veselja in zanimanja.

#### Jezik izvajanja študijskega programa

Nemščina, potreben vsaj certifikat B2, pred vpisom pa se opravi še interno preverjanje znanja jezika v programu Charité, ki mora biti vsaj B2, ampak ga ob nezadostnem rezultatu lahko ponoviš pred izmenjavo, je pa pogoj. Jaz sem opravljal še 1-mesečni intenzivni jezikovni tečaj nemščine na Humboldt-Universität zu Berlin. Priporočam ga prav vsem, saj je res izjemen. Potekal je sicer online in stane 550€, ampak se ga res priporočam. Imeli smo izjemno prijetno predavateljico, predelovali slovnico, za besedišče smo brali članke in tudi 2 knjigi, veliko pa debatirali o različnih temah in tako vadili govorjenje. Vsak je izdelal in predstavil tudi en seminar. Zame se je to izkazalo za eno najboljših odločitev, ker sem tu spoznal prijatelje, s katerimi sem preživel celotno izmenjavo. Z medicinskimi Erasmus+ študenti se namreč nisem tako ujel, prijatelji s tečaja pa so bili eni najbolj zanimivih ljudi z vseh (večinoma družboslovnih) smeri in koncev sveta (Los Angelesa, Šanghaja, Manchesterja, Pariza, Barcelone...) in smo se imeli res super, veliko tudi prepotovali in nasploh doživeli skupaj tekom celotne izmenjave. S tečajem sem se odlično pripravil na začetek semestra

(ki je v Berlinu konec aprila), čeprav moram reči da sem ob pričetku semestra imel kar nekaj težav, saj so bili zame novi čisto vsi medicinski izrazi v nemščini, začel pa sem z ginekologijo. Potem sem preživel kar nekaj ur z zapisovanjem besed in prevajanjem ter se sčasoma izboljšal. Veliko mi je pomagalo tudi delo v ambulanti, tako da na koncu izmenjave ob opravljanju izpita skoraj nisem mogel verjeti, da opravljam medicinski izpit v Berlinu v nemščini ter ob tem skoraj nimam težav. Jaz bi rekel, da je vseeno potrebno vsaj začetno znanje B2, da lahko nemoteno slediš študiju, ker je drugače vse skupaj prenaporno in preveč stresno.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF

Kot sem namigoval zgoraj, bi na UL MF predvsem zmanjšal količino obremenitev študenta. Charité je bila letos po neodvisnih kazalcih uvrščena med 10 najboljših medicinskih znanstveno-raziskovalnih ustanov na svetu, tako da zmanjšanje obremenitev definitivno ne more korenito vplivati na kakovost izobraževanja. Prav tako mi je bilo na Charité všeč to, da je imel vsak predavatelj ali vodja vaj vedno na voljo čas samo za poučevanje in je bilo to ločeno od njegovega delovnega časa. Marsikdaj sem na UL MF doživel, da je vaje vodil kateri od specializantov, ki jim je mentor zadnji trenutek nenapovedano »predal« študente in je moral polega rednega dela ostati v službi. Pri tem je bilo nerodno in njemu in nam študentom, ki ga nismo želeli zadrževati. Prav tako se mi zdi, da sem se v Berlinu zaradi manjšega števila obveznega pouka učil bolj »ključnih« zadev. Pri enem od modulov sem npr. opravljal tudi sodno medicino, čeprav sem jo že opravil pred odhodom v Berlin. Na UL MF predmet poteka 4 tedne, kjer se npr. učimo zelo natančnih zadev kot je ugotavljanje strelne razdalje storilca, čeprav se s tem v praksi obvezno ukvarja zgolj specialist sodne medicine. Na Charité je npr. za primerjavo vsak od študentov samostojno moral opraviti en mrliški ogled, kar bi morali po koncu študija kot zdravniki znati opraviti vsi, ne glede na specialnost, pa ne bi rekel, da sem to znal po 4-tedenskem študiju sodne medicine na UL MF, naučil pa sem se na Charité, kjer je predmet trajal zgolj 2 tedna.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?

Se mi zdi, da nasploh živim zelo lepo in zadovoljno življenje, ter se mi je v življenju zgodilo že marsikaj lepega, ampak nikoli v življenju nisem 5-mesecev tako zelo užival in se toliko naučil. Študij v tujini je neprimerljiv s potovanji ali 1-mesečnimi izmenjavami, saj gre v tem primeru dejansko za to, da nekje živiš pol leta in si moraš poiskati prebivališče, urediti vse birokratske zadeve, se znajti v novem okolju, kaj šele študirati na tuji univerzi. To prinese ogromno izzivov in si postavljen v situacije, ki doma pač niso možne, tako da se spoznaš v popolnoma novi luči. Berlin je za raziskovanje življenja, sebe in drugih popolno mesto. Vanj sem se zaljubil že kmalu po prihodu. Nikoli še nisem na enem mestu videl toliko različnih in zanimivih ljudi, kultur, jezikov, prepričanj. Priseljencev je ogromno in ljudje razumejo, kako je, če si »nov« v mestu in zmeden. Ljudje so odprti, prijazni, znajo se ustavit in uživati. Mesto se na vseh področjih bori za mir, enakost, strpnost, ljubezen ter proti vsem oblikam omejevanja in prisile. Eni pravijo da zato, ker se še vedno spomni dokaj temne zgodovine, ki je segala vse do padca berlinskega zidu. Prav tako sem v mestu res začutil svobodo kot nikjer drugod. Ljudem je vseeno, kakšen si, kako se oblečeš, kakšen jezik govoriš, glavno da si dober in spoštljiv človek. V mestu sem raziskoval popolnoma vsa področja, od zanimive zgodovine, ki obdaja mesto, do tehno kulture in glasbe, ki je sestavni del mesta. V Berlinu je možno početi res vse in za vsakogar se najde nekaj. Mesto je odprto, zračno, ogromno je parkov, meni ljuba pa so mesta, ki so jih berlinčani vzeli za svoja- npr. Tempelhofer Feld, kjer zapuščeno letališče ni bilo podrt in namenjeno nakupovalnim centrom, temveč so si ga berlinčani prisvojili s peticijo in zdaj tam rolajo, skejtajo, spuščajo zmaje in uživajo po dolgem dnevu sami ali s prijatelji. Takšnih mest je v Berlinu ogromno, zato pravijo, da je Berlin res v vsem pomenu namenjen ljudem. Lahko bi še dolgo pisal, ampak bi raje, da Berlin doživiš sam. Mene je očaral in začaral, kar češ, doživel sem enega najlepših obdobj v svojem življenju.

## 26. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Univerza v Freiburgu (Miha Kerin)

### OPRAVLJENE OBVEZNOSTI

V Freiburgu sem opravljal celoten 4. letnik (razen Gibal) in interne predmete 5. letnika (Dihala, Endokrinologija, Kri, Obtočila). Gibala sem opravil marca v Sloveniji, ko so v Nemčiji bile semesterske počitnice. Pri predmetu Živčevje sem na UL MF za priznavanje ocene moral dodatno pisati kratek kolokvij iz bazičnih nevroznosti.

### PRIJAVA

Prijava je v celoti potekala preko spleta, za vse dodatne informacije pa je na voljo njihova mednarodna pisarna in ga. Xenia Hübner, ki je dosegljiva na [foreign.office@uniklinik-freiburg.de](mailto:foreign.office@uniklinik-freiburg.de). Žal je pisarna precej slabo odzivna, kar je zlasti pred izmenjavo povzročalo ogromno težav. Sam en mesec pred izmenjavo še nisem vedel, ali bom lahko opravljal vse vaje, na koncu pa se je k sreči vse uredilo. Priporočam, da pravočasno razjasnite vsa vprašanja in ob neodgovorjenim e-mail le-te enostano pošljete še enkrat. Na koncu se kljub vsemu vseeno vse uredi. Nemčija je pač dežela birokracije, zato se je s številnimi dokumenti in prijavi potrebno ukvarjati tudi med izmenjavo. Pomembno je redno spremljanje vseh obvestil, ki jih dobivate na e-mail, da ne zamudite rokov.

### NASTANITEV IN STROŠKI ŽIVLJENJA

V Freiburg sem prispel začetek oktobra, ko sem dobil stanovanje v študentskem domu. Prijava za študentski dom poteka skupaj z vpisom na univerzo, ponuja pa ti jo tamkajšnji študentski servis SWFR. Ponudbo mest si lahko že pred prijavo ogledaš na njihovi spletni strani. Priporočam študentsko naselje Studentensiedlung (StuSie) am Seepark, ki je s kolesom le 5 minut oddaljeno od kliničnega centra, kjer poteka večina vaj in predavanj. Ob naselju se nahaja jezero, ki je zlasti v toplejših mesecih priljubljena zbirna točka študentov. Sam sem živel v enosobnem stanovanju z lastno kopalnico in majhno kuhinjo, najemnina je bila 311 EUR na mesec. V mestu so študentom na voljo študentske menze, kjer se s študentsko kartico kosi za okoli 4-5 EUR. Sam sem si sicer večino časa kuhal sam, okvirni stroški za hrano pa so bili okoli 250 EUR na mesec. Z obvezno prijavo bivališča v Freiburgu pride tudi obvezno plačilo prispevka za njihovo radiotelevizijo, ki znaša okoli 18 EUR na mesec.

### ŠTUDIJ IN OBŠTUDIJSKE DEJAVNOSTI

Semester se je začel sredi oktobra. Režim študija ter vse potrebne informacije glede izvedbe predmetov se najdejo na spletnem portalu ILIAS (analog naše Spletne učilnice), do katerega imate dostop po registraciji na univerzo, ko na svoj e-mail dobite uporabniško ime in geslo. Posebnost Erasmus+ študentov v Nemčiji je ta, da na kliničnih vajah nimajo svoje skupine, saj se spodbuja integracija med nemške študente, tako da sem bil pri večini vaj v družbi samih nemških študentov, kar pa je bilo vsekakor dobrodošlo, saj so tudi vsa predavanja in izpiti v nemškem jeziku. Potek predavanj in vaj mi je bil zelo všeč, saj je bilo precej praktično orientirano, s poudarkom na najpogostejše klinične slike in nujna stanja. To sicer pogrešam v Sloveniji, kjer se soočamo z morjem detajlov, brez prave rdeče niti. Težavnost izpitov v Nemčiji je primerljiva tisti pri nas, je pa zaradi boljšega pregleda nad snovjo in strukturiranosti izpitov meni osebno bilo celo lažje. Nemški študentje se za izpite (Klausuren) večinoma učijo iz spletne platforme AMBOSS in z reševanjem starih izpitov na platformi Kreuzmich, saj predavanja niso obvezna. Pred izpitom sem si tudi jaz pomagal s stranjo Kreuzmich, učil pa sem se iz prosojnic predavanj, ki pokrijejo vso snov in zadoščajo za odlične ocene. V Nemčiji izpiti tudi v kliničnem delu študija potekajo v izpitnih obdobjih. Izpiti za zimski semester tako potekajo v prvi polovici februarja, za poletni semester pa v začetku avgusta, saj v juliju še potekajo vaje in predavanja. Po končanem zimskem semestru pa so v Nemčiji cel marec semesterske počitnice, v času katerih sem se vrnil v Slovenijo in opravil predmet Gibala in izbirni predmet.

Poleg študija sem znanje nadgradil z udeležbo na delavnicah v študentskem društvu Studitz, ki s podporo zdravnikov in študentov tutorjev izvaja delavnice šivanja, branja EKG, ultrazvoka, vstavljanja IV kanalov, status pacienta,... V prvem semestru sem v času, ko ni bilo vaj, opravljal 'Famulatur' (Clinical elective) na Oddelku za splošno in abdominalno kirurgijo, kjer sem bil kot študent močno vpet v delo na oddelku in asistiranje v operacijskih dvoranah. Famulature bi priporočil vsem, saj se zaradi močne vpetosti v delo naučiš ne samo številnih ročnih spretnosti (jemanje krvi, vstavljanje i.v. kanalov, šivanje,...), ampak tudi precej nemščine. Na splošno so vsi zdravniki in osebje v bolnišnicah zelo prijazni, veseli novih obrazov in vedno pripravljeni na dodatno razlago in učenje, če študent le pokaže zanimanje. Študentom je na voljo tudi kopica možnosti za študentsko delo in dodaten zaslužek, t.i. Minijob. Sam sem celoten drugi semester delal na oddelku za Ortopedijo in travmatologijo (asistiranje pri operacijah) v Loretto-Krankenhaus bolnišnici na robu mesta.

## MESTO, LOGISTIKA IN PROSTOČASNE AKTIVNOSTI

Freiburg je prijazno mesto v srcu Schwarzwalda in mesto z največ sončnimi dnevi v Nemčiji. Je mesto kolesarjev, kolo pa vzročno najboljše prevozno sredstvo, na voljo je tudi poceni sistem mestnih koles Frelu. Za 90 EUR na semester študentom sicer pripada semesterska karta za javni prevoz, ki vključuje tramvaje, avtobuse in vlake, ne samo v mestu Freiburg, ampak tudi v bližnji okolici. Karto sem kupil preko interneta po tem, ko sem dobil potrdilo o vpisu. Ker mesto leži blizu meje s Švicco in Francijo, služi kot odlično izhodišče za vikend izlete. Sam sem obiskal Zürich, Colmar in Strasbourg. Za pot v Freiburg so na voljo poceni direktni 1,5 urni leti iz Zagreba v švicarski Basel in nemški Baden-Baden, ki sta le dobro uro oddaljena od Freiburga, možna varianta pa je tudi Flixbus, ki v Freiburg vozi 10-12 ur.

## NASVET

Za polno izkušnjo in maksimalen izkoristek izmenjave priporočam res dobro znanje nemščine že pred odhodom na izmenjavo. Sam sem bil pred izmenjavo na nivoju B2/C1, poletje pred izmenjavo pa sem se v Nemčiji udeležil še dodatnega tečaja medicinske nemščine. Univerza sicer v obeh semestrih ponuja brezplačen jezikovni tečaj za tuje študente, ki pa po informacijah nekaterih kolegov ni pretirano kvaliteten, tako da ga tudi sam nisem obiskoval.

Za vse dodatne informacije/nasvete mi brez problema pišite na miha.kerin8@gmail.com.

## 27. NEMČIJA – Alberts-Ludwig Univerza v Freiburgu (Jan Kafol)

V 4. letniku sem opravljal celoletno študijsko izmenjavo na Albert-Ludwigovi univerzi v Freiburgu. Pred začetkom izmenjave sem imel nekaj težav pri vpisu, saj je potrebno pridobiti »health insurance exemption«. Za to potrdilo je najbolje kontaktirati zavarovalnico AOK v Freiburgu, kamor je potrebno poslati le sliko evropske kartice zdravstvenega zavarovanja, nato pa oni sami pošljejo potrdilo na univerzo. Za kakršnakoli vprašanja tekom izmenjave oz. pred njo je najboljši kontakt mednarodna pisarna medicinske fakultete, ki pa je pogosto slabo odzivna, zato je potrebno maile večkrat poslati oz. jih večkrat poskusiti poklicati. Za nastanitev sem se prijavil skupaj s prijavo na fakulteto preko tamkajšnje študentske organizacije (SWFR). Odgovor glede stanovanja sem dobil nekje v sredini avgusta. Sam sem si izbral apartma, ki je stal 311 evrov mesečno, ob tem pa je na začetku potrebno plačati tudi 500 evrov kavicije. Najemna pogodba se sklene za 12 mesecev, vendar jo je mogoče predčasno prekiniti v dogovoru s študentsko organizacijo, če se dobi drugega podnajemnika za preostanek pogodbe. Stanoval sem v Seeparku, ki je super lokacija, saj se tu nahaja velik del študentskih bivališč, prav tako pa sem imel dobre povezave z mestom. V Freiburgu se večina ljudi prevaža s kolesom. Tega se da kupiti oz. obstajajo tudi kolesa, ki jih lahko najameš za kratko časovno obdobje – »Frelu« (Po principu BicikeLJ). Sam sem se večinoma vozil s tramvajem, za katerega je potrebno kupiti semestrsko vozovnico (na spletni strani VAG Freiburg), ki stane 89 evrov. Vozovnica pokrije celotno mesto z okolico in vključuje tramvaj, vlake in avtobuse. Povezava



Freiburg-Slovenija je najboljša s FlixBusom. Sam sem večkrat letel tudi z letalom do Zagreba (z letalsko družbo (Ryanair)). Najboljša izbira je letališče v Baslu, do katerega je direktna avtobusna povezava s Freiburga, ki traja okoli 50 minut, druga izbira pa je letališče Baden-Baden v bližini Karlsruhe-ja.

Kar se tiče predmetov sem v Nemčiji opravil vse predmete za 4. letnik z izjemo Gibal, ki sem jih opravil v Sloveniji. Za priznavanje predmetov kot so sečila, revmatske bolezni, prebavila, ... je potrebno opraviti celoten predmet Interna medicina, ki obsega tudi nekaj predmetov za 5. letnik, ki so prav tako priznani. Glede priznavanja predmetov je največ težav povzročala nevrologija, saj sem moral po izmenjavi opraviti kolokvij iz bazičnih področij nevrologije. Pomembno je, da pred izmenjavo, ko se dogovarjate za priznavanje predmeta živčevje, sporočite profesorju, da bo izpit v Freiburgu potekal pisno in ustno/praktično, saj vam drugače zna dodatno naložiti opravljanje ustnega/praktičnega dela izpita v Sloveniji.

Pouk je v Nemčiji potekal v prvem semestru še hibridno (vaje v živo, predavanja online), v drugem pa v celoti v živo. Princip študija je nekoliko drugačen kot pri nas, saj so študentom ocene manj pomembne. Predmeti so strukturirani tako, da podajajo snov, ki jo bo študent dejansko potreboval za naprej, in se ne fokusirajo na podrobnosti, ki se jih nato po izpitu takoj pozabi. Študent ima po opravljenem predmetu tako dobro utrjene bistvene stvari, ki jih mora poznati iz danega področja. Literatura za izpit so v večini predavanja, lahko pa je tudi dodatno na voljo skripta, ki jo napišejo profesorji. Pomembno si je pred izpitom pogledati stara vprašanja na spletni strani Kreuzmich Freiburg. Vredno je obiskati tudi spletno stran študentskega centra za učenje različnih medicinskih veščin – StudiTZ. Najbolj popularni so tečaji ultrazvoka, na katere pa se je potrebno hitro prijaviti, saj je majhno število prostih mest in veliko povpraševanje.

Celoten študij, vključno z izpiti, poteka v nemškem jeziku, tako da je dobro imeti vsaj nekaj predznanja. Sam sem prihajal z nekoliko slabšim znanjem nemščine, vendar sem tekom leta zares napredoval in brez težav opravil vse obveznosti. Zavedati pa se je potrebno, da to zahteva precej dodatnega vloženega časa in truda. Največji izziv so gotovo vaje na oddelku, kjer je potrebno komunicirati s pacienti, ki pogosto govorijo v narečju. Univerza v Freiburgu ponuja tekom leta brezplačne tečaje nemščine, ki se jih lahko uveljavi tudi kot izbirni predmet v Sloveniji. Prav tako je bila na voljo plačljiva jezikovna priprava pred začetkom izmenjave.

Erasmus izmenjava je bila zame odlična izkušnja, ki bi jo priporočil prav vsem. Največji plus izmenjave mi je bilo izboljšanje nemščine in pridobljeno medicinsko znanje ter veščine, predvsem pri predmetu interna medicina. Freiburg sam je izjemno prijetno študentsko mesto z odlično univerzo, vendar bi zares posvaril vse študente, ki se boste odločali za izmenjavo v Freiburgu, da zna biti raznolikih birokratskih ovir precej veliko, zato je potrebna potrpežljivost in vztrajnost.

Za kakršnakoli vprašanja glede izmenjave v Freiburgu me lahko brez odlašanja kontaktirate na e-mail naslov: [jan.kafol@gmail.com](mailto:jan.kafol@gmail.com)

## 28. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Ines Žabkar)

V študijskem letu 2021/22 sem oba semestra 5. letnika opravljala na Ruprecht-Karls-Universität v Heidelbergu. Skupaj z jezikovnim tečajem in kliničnimi praksami (famulaturami) je moja izmenjava trajala dobrih 12 mesecev.

Za izmenjavo sem se odločila zaradi kvalitete univerze in samega programa, želje po študiju v lokalnem jeziku v univerzitetnem mestu, dobrih izkušenj študentov iz višjih letnikov in ujanjanja študijskih programov z našim, kar je olajšalo priznavanje obveznosti za letošnjo izmenjavo.

Začetki:

Takoj ob prihodu se je zdela količina obrazcev in birokratskega dela zelo obsežna, saj je bilo treba urediti začasno prebivališče na upravni enoti, opraviti vpisni postopek, pridobiti študentsko

izkaznico in mail, se vpisati v knjižnico in ostale praktične stvari. O vsem smo bili pravočasno sproti obveščeni, na voljo smo imeli tudi pomoč svojega tutorja, t.i. "Heidelberg Buddy". Tečaj nemščine, ki sem ga opravljala v septembru, je štel kot izbirni predmet s 3 ECTS krediti, je bil pa tudi dobra priložnost za spoznavanje novih kolegov in vaja za konverzacijo in predavanja, ki potekajo v nemščini. Tečaj je mogoče tudi nadaljevati tudi preko leta, ponujajo tudi najrazličnejše kulturno/politično/zgodovinsko usmerjene tečaje v nemščini. Z začetkom študijskega leta sem se morala sprva navaditi na hiter tempo predavanj, vendar po tednu ali dveh preklopiš na razmišljanje v nemščini. V kliničnem okolju se je z nekaj vaje prav tako dalo dobro komunicirati z mentorji in pacienti.

#### Nastanitev:

Za študentske domove se je bilo treba prijaviti že zelo zgodaj, prijavila sem se že prvi dan po odprtju prijav. Septembra sem bila za čas jezikovnega tečaja v podnajemu v študentskem domu Comeniushaus pri prijateljici, ki je zaključevala s svojo izmenjavo, z oktobrom pa sem dobila svojo sobo s strani študentske organizacije Studierendenwerk. Z najemno pogodbo sem se morala zavezati za 6 oz. 12 mesecev. Stanovanje, ki sem si ga delila še s 3 sostanovalkami, se je nahajalo v Neuenheimer Feld, v bližini klinik, knjižnice, naravoslovnih fakultet in menze, 15 minut od mestnega jedra s kolesom. Za sobo sem plačevala 295€ mesečno. Mnogim študentom, še posebej v drugem semestru univerza ni mogla zagotoviti nastanitve, sobe v privatnih stanovanjih se gibljejo med 450 in 600€ na mesec.

#### Stroški in storitve:

Mesečni stroški so podobni kot v Ljubljani. Za študente je praktična menza "Zentralmensa", kjer obrok dobiš za približno 3€, v univerzitetnem Botanik Caffé dobiš pico za 5€ ter tortice ali pecivo za okoli 2€. V centru je samopostrežna menza Marstall, ki je nekoliko dražja, je pa zelo prijetna poleti, saj ima velik letni vrt za druženje. Cene v kavarnah, barih in restavracijah so nekoliko višje, po mestu je najti najrazličnejšo mednarodno hrano in tudi nekaj tradicionalnih nemških pivnic. Živila v trgovini stanejo enako kot pri nas.

#### Transport:

Do Heidelberga obstaja direktna povezava z vlakom (s Flixbusom pa do Mannheima) iz Ljubljane, ki traja 10 ur in sem jo večkrat koristila, vključno s prvim prihodom na izmenjavo in povratkom iz nje. Heidelberg je tudi dobro povezan s Frankfurtom in večjimi okoliškimi mesti. Javni prevoz po mestu je zelo dobro urejen, s študentsko izkaznico imaš avtomatsko brezplačen prevoz po 19.00 uri in kadarkoli med vikendi, semestrski vozovnica sicer stane okoli 190€. Najbolj priporočam kolo kot prevozno sredstvo, saj je tako vse v mestu največ 20 minut stran. Svojega sem kupila od Erasmus študentke iz prejšnjega leta, obstajajo pa tudi Facebook skupine in sejmí rabljenih koles. Obstaja tudi mesečni najem koles Swapfiets, ki stane 17–20€ mesečno.

#### Prosti čas:

Heidelberg je prikupno mesto z veliko zgodovine, eno redkih nemških mest, ki so bila med 2. svetovno vojno ohranjena, arhitekturno mešanica nemške, švicarske in francoske arhitekture in kulture. V njem so živeli med drugim Goethe, Nietzsche, Weber, Schumann, njihova dediščina pa je v mestu še vedno močno prisotna.

Mestno jedro je med vikendi zelo oblegano, sploh v poletnem času in času božiča, lepši in mirnejši predeli so Neuenheim in Handschuhsheim. Je odlična izhodiščna točka za vikend izlete, sama sem uspela obiskati Strasbourg, Basel in Zürich, Luxemburg, Bruselj in Antwerpen, Amsterdam in Rotterdam, Hamburg, München in večkrat Berlin. Frankfurt z vsem svojim dogajanjem je prav tako le uro vožnje stran z vlakom ali avtom. Lepi so tudi pohodi znotraj samega mesta, bodisi na Philosophenweg, Heiligenberg, Königsstuhl ali Arboretum Mammutbaum. Sama sem hodila tudi

plezat v dvorano Boulderhaus, tekla ob Neckarju, hodila plavat na odprti bazen v Tierpark in se udeleževala univerzitetne športne ponudbe "UniSport".

Študijske obveznosti:

V Heidelbergu sem v prvem semestru opravljala predmete v sklopu Interne medicine, in sicer Endokrinologijo in bolezni presnove, Dihala, Obtočila in del obveznosti pri predmetih Rak in Kri, kar pri njih vse sodi v "Block 1", v drugem semestru pa Pediatrijo, Otorinolaringologijo, Oftalmologijo in Ginekologijo. Organizacija študija je odvisna od katedre, najboljše organizirana sta bili Interna medicina in Pediatrija. Študij je sicer precej praktično naravnano in uporablja drugačne pristope kot pri nas, del tem se obravnava s skupinskim reševanjem problemov (POL), del kot igranje vloge zdravnika v različnih situacijah z igralci-pacienti (MediKit) in del kot učenje praktičnih spretnosti (Skillslab). Kliničnih vaj (Bedside Teaching) s pacienti je sicer manj kot pri nas, vendar so nekoliko bolj intenzivno organizirane in od njih veliko odneseš. Vsi izpiti so bili v obliki "multiple choice" vprašanj, pri pediatriji si moral del odgovorov podati tudi pisno. Kot posledica pandemije smo zaradi še vedno zmanjšane obsega obveznosti "v živo" praktični del izpita, t.i. OSCE imeli samo pri Pediatriji, pri Interni medicine pa ni bil ocenjen. Šlo je za intenziven poligon iz 10–12 postaj, na vsaki si v približno 5–7 min moral narediti anamnezo z igralcem-pacientom, del statusa na lutki ali igralcu (npr. pregled bezgavk ali srčni status), ali pa pokazati praktično znanje v smislu interpretacije EKG-ja, rentgenske slike pljuč ali izvesti lumbalno punkcijo na lutki. Za praktične dele izpita obstajajo zbirke, ponujene s strani univerzitetne klinike, iz katerih se da na vse pripraviti. Za učenje sem uporabljala PowerPointe, ki so bili naloženi na spletno učilnico, zapiske in platformo Amboss, do katere dostop omogoča univerza. Najpogosteje sem se učila v univerzitetni knjižnici v centru mesta, ki je moderno opremljena in prostorna, vendar se med izpitnim obdobjem zna povsem zapolniti.

Med študijskim letom sem se pridružila tudi raziskovalni skupini v Otto-Meyerhof-Zentrum, saj je Heidelberg poleg po DKFZ (nemškem raziskovalnem centru na področju raka) znan tudi po raziskovanju na področju nevroznanosti. Pridružila sem se raziskovalni skupini Diem, ki se je ukvarjala predvsem z NMDA receptorji v sklopu multiple skleroze in optičnega nevritisa. Pridružila sem se tako, da sem interes izkazala preko maila in bila po intervjuju dodeljena mentorici, v laboratoriju sem preživela en dan dan do dva na teden oz. sem se prilagajala urniku študijskih obveznosti. Vključena sem bila v preučevanje TRPM4 podenote receptorja, ki naj bi bila ključna predvsem kot prvi pokazatelj bolezni s spremembami na endotelijskih celicah.

Med letom sem opravljala tudi dve dvotedenski praksi (famulaturi) na Uniklinikum Heidelberg in sicer na anesteziologiji in nevroonkologiji, oboje na Kopfklinik. Na obeh sem dobila veliko prakse, nasploh v Nemčiji vsi študentje medicine tekom študija pridobijo praktične spretnosti, kot so npr. odvzem krvi, vstavljanje venskih kanalov in opravljanje ultrazvočne diagnostike. Na anesteziologiji sem lahko ob nadzoru zdravnikov bolnike tudi samostojno intubirala, mehansko predihavala, pomagala pri vsem, kar sodi v pripravo pacienta na operacijo vključno z vstavljanjem venskega kanala in urinskim katetrom pri daljših posegih, zraven pa opazovala oftalmološke, otorinolaringološke, maksilofacialne in nevrokirurške posege. Na nevroonkološkem oddelku sem lahko delala sprejeme pacientov vključno z nevrološkim pregledom in dokumentacijo, ki jo je potem preveril oddelčni zdravnik, vsako jutro in ob sprejemu vsem pacientom odvzela kri, po potrebi izvedla in interpretirala EKG, ob nadzoru specialista pa sem izvedla tudi dve lumbalni punkciji. Pri vsem, kar se je dogajalo na oddelku, sem lahko aktivno sodelovala, odnosi med zdravniki in osebjem so bili sproščeni, ni bilo občutka, da bi bila odveč oz. je bilo včasih dela celo nekoliko preveč, na oddelku sem ostajala do 18.00 ali dlje. Všeč mi je bilo, da je odnos z mentorji zares dober, da študente aktivno spodbujajo h kritičnemu mišljenju in so direktno vpleteni v proces. Sicer pa sem dobila občutek, da nemški zdravniki delajo dolge delavnike in težko najdejo čas zase.

Celotna Erasmus izkušnja je bila čudovita in mi bo ostala v zares lepem spominu, z veseljem bi se zanjo ponovno odločila in jo priporočam vsakemu, ki išče mednarodno izkušnjo v univerzitetnem mestu, sploh pa za celo leto. Poleg novo pridobljenega znanja, znanja jezika in spretnosti ter samozavesti v klinični praksi pa sem pridobila tudi nekaj izjemnih prijateljstev. Z Erasmus in lokalnimi študenti smo se uspeli dobro povezati, skupaj smo veliko potovali, preživljali različne izzive in sigurna sem, da bomo mednarodna prijateljstva ohranjali še naprej.

Za vsa vprašanja sem na voljo tudi na [izabkar@gmail.com](mailto:izabkar@gmail.com)

## 29. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Melisa Lazarevič)

5. letnik sem opravljala na Medizinische Fakultät Heidelberg, Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg. V Heidelberg sem prišla 1.9.2021, saj sem svojo mobilnost začela z intenzivnim tečajem nemščine, ki je potekal septembra. V tem času sem bivala v majhnem stanovanju, ki sem si ga delila s štirimi študentkami, saj sobe v študentskem domu za ta mesec nisem dobila. V Heidelbergu je namreč zelo težko dobiti bivališče, saj prijava preko Studierendenwerka, ki pokriva študentske domove in omogoča relativno poceni nastanitev, poteka po načelu »kdor prej pride, prej melje«, zasebna stanovanja pa so tudi zelo hitro oddana in dražja. V študentski dom sem se vselila šele s 1.10.2021.

Cene v trgovinah so primerljive s slovenskimi, dražje pa so vozovnice javnega potniškega prometa. Temu se da do neke mere izogniti, saj imajo študentje, po tem ko prejmejo študentsko izkaznico, možnost nakupa semestrskе vozovnice. Druga možnost pa je nakup rabljenega kolesa, ki se jih da dobiti po precej ugodni ceni, s čimer se prihrani precej denarja. Kolo je dobra izbira, ker v veliko predelih mesta in predmestij avtobusi in tramvaji ne vozijo (tramvaji vozijo samo po večjih cestah, avtobusi tudi po nekoliko manjših cestah, veliko pa je ulic, kjer tudi avtobusi ne vozijo). Tam se da iti sicer peš, a si s kolesom prihraniš veliko časa. Višje so tudi cene v restavracijah, vendar pa je študentom na voljo tudi menza, v kateri se dobi kosilo za nekaj evrov. V nekaterih primerih, kot je npr. kosilo v menzi, pranje in sušenje perila, se da plačati s študentsko izkaznico, na katero se na temu namenjenih avtomatih naloži željeno vsoto denarja.

Tečaj nemščine, ki je potekal vsak dan od 9:00 do 12:30. V popoldanskem času so potekali seminarji iz filozofije, literature ali pa kreativno pisanje, kar je bilo popolnoma prostovoljno, a zelo lepa priložnost za izpopolnjevanje tako slušnega in bralnega razumevanja kot govorne komunikacije. To je priložnost, ki jo je vredno izkoristiti, saj je jezik komunikacije tukaj izključno nemščina. Tečaj je seveda potekal v nemščini, s kolegi s tečaja pa smo med seboj prav tako komunicirali v nemščini. Kar se tiče jezika, je bila to dobra priprava, saj je tudi študij potekal v nemščini.

Prijava na izmenjavo se je začela že spomladi (pripravljanje listin študenta, življenjepis, motivacijsko pismo) in se nadaljevala tekom poletja (Learning Agreement, prijava za študentski dom); določeno dokumentacijo pa je bilo treba urediti in poslati šele po prihodu v Heidelberg. Kar se tiče urejanja dokumentacije, ni bilo težav, saj so tako v Heidelbergu kot v Ljubljani zelo hitro odgovarjali na e-maile, preko katerih smo urejali večino stvari in sem imela tako hitro pripravljeno vse, kar sem potrebovala za izmenjavo in prijavo na gostujočo univerzo.

Na izmenjavi sem opravljala Dihalo, Endokrinologijo in bolezni presnove, Obtočila, Splošno pediatrijo, Oftalmologijo, Otorinolaringologijo, Ginekologijo in porodništvo ter en izbirni predmet. Pri pouku smo bili pomešani s tamkajšnjimi študenti, zato je tudi celoten pouk potekal v nemščini. Pri pripravah na izpite in vaje si študentje tam pomagajo večinoma z Ambossom in predavanji, ki so naložena v spletno učilnico. Zaradi epidemije Covida so bila pri nekaterih predmetih predavanja posneta in naložena v spletno učilnico, kjer smo si jih nato lahko kadarkoli

pogledali. Pri predmetih, pri katerih so bila predavanja v živo, so bili v spletni učilnici dostopni Power-pointi predavanj.

Obveznih oblik pouka, ki bi bile pogoj za pristop k izpitu je manj kot na Medicinski Fakulteti v Ljubljani, več pa je izbirnih vsebin, ki so v nekaterih primerih popolnoma prostovoljne, v nekaterih primerih pa so del obveznosti, ki jih je treba opraviti, a si lahko glede na tematiko prostovoljno izbereš termin, ko bi npr. vaje opravljal. Predavanj je precej manj kot na Medicinski fakulteti v Ljubljani in na sploh je urnik manj natrpan; več pa je časa za samostojen študij in izbirne vsebine, na katere se je treba prijaviti preko spletne učilnice. Moj vtis je, da je tam več poudarka na samoiniciativi.

Poleg predavanj, seminarjev in vaj s pacienti prakticirajo tudi druge oblike pouka. Zelo koristni so se mi zdeli SkillsLab, kjer se, preden prideš v stik s pacientom, učiš, kako izvesti določeno preiskavo. To poteka z delom drug na drugem (npr. EKG, UZ ščitnice) ali pa na plastičnih lutkah (vstavljanje intravenske kanile, nazogastrične sonde). Smiselno se mi zdi tudi trening komunikacije (MediKit), ki je tudi dobra priprava na vaje z dejanskimi pacienti. To je v bistvu igra vlog, kjer je eden od študentov v vlogi zdravnika, ki mora voditi pogovor s »pacientom« (Schauspielpatient) oz. »staršem« pri pediatriji, včasih pa tudi z bolnišničnim osebjem. Teme pogovorov se menjajo, po vsakem pogovoru pa študent dobi povratno informacijo o tem, kaj je bilo dobro, kaj ne in kako bi se dalo stvari, ki niso bile (tako) dobro izpeljane, izpeljati drugače. Še ena oblika pouka, ki sem jo tam spoznala, je POL. To je diskusija po skupinah o nekem kliničnem primeru, ki jo vodi zdravnik in se po navadi začne s prihodom bolnika v urgentno ambulanto ali ambulanto splošnega zdravnika, naloge pa te nato preko anamneze, kliničnega pregleda in rezultatov laboratorijskih preiskav vodijo do diagnoze in odločitve o (morebitnem) zdravljenju. POL, SkillsLab in trening komunikacije so oblike pouka, ki bi po mojem mnenju zelo smiselno dopolnile tudi pouk na naši fakulteti. Poleg tega so tam možne tudi popolnoma prostovoljne vsebine, kot je bil npr. tečaj ehokardiografije.

Če se odločiš za izmenjavo v Nemčiji, je pomembno da dobro znaš jezik. Jaz npr. sem imela na samem začetku, kljub sicer dobremu znanju nemščine, malo težav pri predavanjih, saj nekaj predavateljev nisem dobro razumela; ti so sicer govorili tako rekoč »Hochdeutsch«, a se je zraven tako čutilo vpliv njihovega dialekta, da jih je bilo težko razumeti. Sicer pa vidim v izmenjavi predvsem veliko dobrih stvari – naučiš se popolnoma samostojnega življenja (pri čemer se med drugim ukvarjaš z urejanjem določenih birokratskih zadev, s katerim se ti pred tem ni bilo treba), izkusiš drugačen način študija, nekoliko drugačen način življenja in navade v drugem kulturnem okolju, spoznaš pa tudi nove prijatelje, s katerimi lahko preživljaš prosti čas. V primeru, da se odločiš za izmenjavo v Nemčiji, pa je to hkrati še čudovita priložnost, da izpopolniš znanje nemščine.

### **30. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Jakob Timotej Stojanov Konda)**

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški

V 5. letniku študija sem se odpravil na letošnje študijsko izmenjavo na univerzo Ruprecht-Karl v Heidelbergu v Nemčiji. Mesto sem si izbral zaradi želje po izmenjavi v nemško govoreči deželi, na podlagi preteklih vtisov ter slovesa, ki ga ima tamkajšnja medicinska fakulteta. Za nemške razmere je Heidelberg sicer manjše mesto s približno 150,000 prebivalci, ima zelo dobro ohranjen stari center ter je kot pomembno univerzitetno mesto odlično prilagojeno za študente. Med izmenjavo sem bival v svoji sobi v trosobnem stanovanju v študentskem domu, ki je pod upravo organizacije „Studierendenwerk Heidelberg.“ Študentski dom se nahaja na prostoru kampusa Im Neuenheimer Feld, kjer je tudi večina naravoslovnih fakultet ter skoraj vsi oddelki univerzitetne klinike. Sam sem lahko do klinik, kjer smo imeli pouk, prišel približno v 5-10 minutah peš. Lokacija nastanitve je za

študente medicine tako res super. Univerza študente pozove k prijavi v študentske domove preko maila, pri čemer je potreben precej hiter odziv nanj (najbolje še v istem dnevu oz. takoj, ko je mogoče), saj so sobe v študentskih domovih tudi hitro oddane. Cena je znašala 294 evrov mesečno, skupaj s hrano in ostalimi stroški (v Heidelbergu so 3 študentske menze, kjer se da dobiti hrano ceneje, drugače je v restavracijah nekoliko dražje kot pri nas) bi okvirne življenjske stroške tako ocenil na približno 500-600 evrov mesečno.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija

Univerza nas je preko maila jasno in pravočasno obvestila o vsem, potrebnem za prijavo. Zaradi tega glede na osebni vtis prijavni postopki potekajo brez težav. Pred izmenjavo je na portalu „Mobility Online“ potrebno naložiti oz. izpolniti nekatere dokumente, del dokumentacije pa je potrebno urediti šele po prihodu v Heidelberg. Po končani dokumentaciji vsak študent prejme študentsko izkaznico, s katero je mogoče dobiti cenejšo hrano v omenjenih študentskih menzah ter uporabljati nekatere druge storitve. Prav tako se je po prihodu potrebno registrirati pri heidelberški občini. Kar se tiče izbire predmetov, se program na heidelberški fakulteti precej dobro sklada z našim. Pri izbiri predmetov je najprej pri profesorjih na naši fakulteti potrebno dobiti soglasje za priznavanje ter podpis, nato pa se izpolni dokument „Learning Agreement“ ter potrdi s strani naše ter heidelberške fakultete. Sam sem lahko v Heidelbergu opravljal skoraj vse predmete 5. letnika: Obtočila, Dihala, Endokrinologija in bolezni presnove (te tri predmete sem opravljal v sklopu predmeta „Innere Medizin“ oz. interna medicina v Heidelbergu), Oftalmologija, Otorinolaringologija, Splošna pediatrija ter Ginekologija in porodništvo. Pri predmetih Kri in Onkologija sem moral v Ljubljani opravljati le izpit, edina predmeta 5. letnika, ki ju v Heidelbergu nisem mogel opravljati vsaj delno, sta bila tako Sodna medicina ter Maksilofacialna kirurgija s temelji dentalne medicine. Poleg tega se mi je priznal tudi del vaj za Pediatrijo 2. Kot prvi izbirni predmet so se mi štejele nekatere vsebine predmeta „Innere Medizin,“ kot drugi izbirni predmet pa sem uveljavljal jezikovni tečaj nemščine, ki ga univerza ponudi tujim študentom pred začetkom izmenjave. V mojem primeru je bilo to septembra, s poukom na medicinski fakulteti pa sem začel šele 25.10. 2021. V zimskem semestru sem opravljal le predmet „Innere Medizin“ z izpitom konec januarja, ostale predmete pa sem opravljal v poletnem semestru od začetka aprila do 22. julija, ko sem imel zadnji izpit. Kot pri nas, se klinični predmeti v Heidelbergu izvajajo v obliki blokov, pri čemer študentje opravljajo vsak predmet posebej z izpitom na koncu.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF

Struktura kliničnih predmetov v Heidelbergu je podobna kot pri nas, saj se pouk deli na predavanja, seminarje in vaje. Pri tem imajo predmeti v povprečju nekoliko manj obveznih vsebin kot v Ljubljani, prav tako pa predmeti vključujejo različne tipe vaj. Najbolj podobne našim so tako vaje na oddelku oz. „Bedside teaching,“ poleg tega pa se izvajajo še vaje „SkillsLab“ (učenje medicinskih postopkov, kot je ultrazvok, EKG in podobno), „MediKit“ (učenje komunikacije s pacienti) ter „POL“ (problemsko učenje, pri katerem študentje v manjših skupinah z asistentom razglabljajo o posameznem primeru pacienta). Zadnji trije omenjeni tipi vaj se tako razlikujejo od naših, še posebno „SkillsLab“ ter „MediKit,“ primeri pacientov pa so pri nas občasno predstavljeni le na predavanjih oz. seminarjih. Izpiti v Heidelbergu so pisni ter pri nekaterih predmetih praktični, ustnih izpitov pa ni. Kar se tiče zahtevnosti in obremenitev nisem zaznal večjih razlik s fakulteto v Ljubljani. Zlasti pri zahtevnosti učenja za izpite ljubljanska fakulteta zagotovo ne zaostaja za heidelberško in se tako ni težko navaditi na delo oz. količino učenja, potrebne za uspešno opravljanje izpitov v Heidelbergu.

Jezik izvajanja študijskega programa

Jezik izvajanja programa je nemščina, vključno z izpiti, na katerih sicer Erasmusovci dobimo dodatnih 15 minut ter imamo lahko s sabo slovar. Po mojem mnenju jezikovna ovira ni poseben problem, morda je težavno le kakšen teden ali dva na začetku študija, saj se je potrebno navaditi na



nemško medicinsko terminologijo, ki je v mnogo primerih edinstvena oz. ne izhaja iz latinščine. Zelo priporočam udeležbo na jezikovnem tečaju pred začetkom pouka, ki ga ponuja univerza, saj je dobra priložnost za izpopolnjenje znanja jezika. Še posebej z ravno nemščine B2 ali več pa sicer ni pričakovati težav kar se tiče jezika.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na MF

Študij na univerzi v Heidelbergu se mi je precej vtisnil v spomin. Menim, da so predavanja, seminarji in vaje dobro organizirani ter se da na njih res veliko naučiti. Glavno razliko z ljubljansko fakulteto predstavljajo po mojem mnenju sicer različne oblike vaj, torej omenjene „SkillsLab“, „MediKit“ ter „POL.“ Še posebno vsebine tipa „SkillsLab“ bi lahko poskusili vključiti v pouk pri nas, saj je v sklopu naših predmetov po moji oceni nekoliko manj učenja medicinskih postopkov in bi takšen tip vaj oz. vsebine predstavljal dobro priložnost za dopolnitev na tem področju. Po drugi strani oblika problemskega učenja („POL“), kot ga izvajajo v Heidelbergu omogoča bolj poglobljeno in lažje interaktivno sodelovanje pri diskusijah o posameznih primerih pacientov, kar lahko doprinese k praktičnim izkušnjam, ki jih študentje dobimo na vajah na oddelkih. Tudi „MediKit“ lahko veliko pripomore k učenju komunikacije s pacienti, še posebno kadar pride do težkih bolezenskih situacij, ki jih je pacientom potrebno razložiti. Tovrstne vsebine bi bilo dobro bolj poudariti tudi pri nas. Po drugi strani se mi je prav tako zdel zanimiv način opravljanja praktičnega izpita. Poteka namreč po principu OSCE, ki ga poznajo tudi v nekaterih drugih državah, npr. v Švici, pri njem pa študentje krožijo po postajah, pri čemer jih na vsaki postaji čaka naloga z izpraševalcem (bodisi anamneza, del pregleda, postopka ali teoretično vprašanje). Tu sem opazil razliko z opravljanjem praktičnega izpita na ljubljanski fakulteti ter prakso, ki bi jo lahko morda na kakšen način vpeljali tudi pri nas, seveda z opombo, da v Heidelbergu ni ustnih izpitov oz. princip OSCE na nek način združuje koncept praktičnega in ustnega izpita (postaje s praktičnimi nalogami se izmenjujejo s postajami s teoretičnimi vprašanji).

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?

Izmenjava je bila zame izjemna izkušnja. Heidelberg je kot mesto in univerza zares primeren za opravljanje študijske izmenjave, saj se nanj ni težko navaditi, zaradi velikega števila študentov ter dobro organizirane ESN („Erasmus Student Network“) organizacije pa tudi ni težava spoznati ljudi ter se vključiti v tamkajšnjo skupnost. To je bila sicer moja prva izmenjava, zaradi česar mi je bilo seveda sprva se nekoliko zahtevno navaditi na življenje v tujini, vendar pa Heidelberg zaradi svoje prilagojenosti za študente, mednarodnega in prijetnega vzdušja, tovrstne težave nedvomno olajša. Tudi načeloma se po mojem mnenju na življenje v Nemčiji ni težko navaditi, kot študent sem se v Heidelbergu že po nekaj tednih počutil kot doma. Kot največjo prednost izmenjave bi tako navedel pristnost univerzitetnega mesta ter akademsko odličnost fakultete, kot slabost pa potrebo po navajanju na življenje v tujini, kar sicer velja za vsako študijsko izmenjavo. Izmenjavo v Heidelbergu tako priporočam vsakomur in si ne predstavljam, da bi takšno odločitev kdorkoli lahko obžaloval. Za morebitna vprašanja mi lahko pišete na: [jakob.jakobtimotej.timotej@gmail.com](mailto:jakob.jakobtimotej.timotej@gmail.com)

### **31. NEMČIJA - Univerza Ruprecht-Karls, Heidelberg (Lucija Marzel Djuranovič)**

Poletni semester 5. letnika sem opravljala na Ruprecht-Karls univerzi v Heidelbergu. Tja sem se odpravila v začetku marca 2022 in ostala do avgusta 2022. V Heidelberg se lahko iz Ljubljane zelo ugodno potuje s Flix Busom ali vlakom, prav tako so ugodne tudi letalske karte Zagreb – Karlsruhe (ta pa je od Heidelberga oddaljen približno 2 uri z vlakom).

Ob prihodu v Heidelberg oziroma ob začetku semestra te njihova mednarodna pisarna obvesti o vseh birokratskih stvareh, ki so potrebne za bivanje v Nemčiji. Zagotovo so prvi dnevi malce naporni, a če slediš seznamu ali za pomoč vprašaš nekoga, ki se je v Heidelberg odpravil že prvi semester ne bi smelo biti večjih težav.

Ker so letos v Heidelbergu prenavljali kar nekaj študentskih domov, je bila stanovanjska stiska za študente ogromna. Kljub temu, da sem se pravočasno prijavila za sobo v študentskem domu, le-te (tako kot mnogi, ki so se na izmenjavo odpravili v poletnem semestru) nisem dobila. Problem je tudi to, da se semester začne s 1. aprilom, večina študentov pa zaradi jezikovnega tečaja pride v Heidelberg že en mesec prej, tako da je sobo za celoten čas od začetka marca do konca julija skoraj nemogoče dobiti. Veliko ostalih erasmovcev se je tako tekom izmenjave večkrat preselilo. Priporočam, da se za sobo v študentskem domu prijavite čim prej, sploh če se na izmenjavo odpravljate samo za 1 semester in pred tem opravljate še jezikovni tečaj. O vseh prijavnih rokih ste obveščeni po mailu z njihove strani. Ker do približno začetka februarja še vedno ni bilo znano ali bom dobila sobo v študentskem domu, sem se odločila, da si poiščem nastanitev drugje. Na mail so nam poslali seznam spletnih strani kjer smo si lahko poiskali privatno nastanitev. Na seznamu se je nahajalo kar nekaj privatnih študentskih domov, ki pa so bili po večini že vsi polni in tudi zelo dragi. Sobo sem nato našla na spletni strani WG-Gesucht (priporočam, da napišete veliko prošenj in če se le da jih napišite v nemščini, jaz sem jih napisala okoli 40 in dobila 5 odgovorov). Kljub temu, da je bilo iskanje zahtevno in stresno sem bila s sobo zelo zadovoljna. V stanovanju sem si kuhinjo in kopalnico delila še z 2 cimrama, vsaka od nas pa je imela svojo sobo. Za ceno sobe (z dobro lokacijo) sem na mesec odštela 375 evrov. Ostali življenjski stroški so zelo primerljivi s slovenskimi.

Za prevoz po Heidelbergu se zagotovo splača najeti ali kupi kolo. Jaz sem ga najela v poslovalnici Swapfiets, kjer pride najem približno 15 evrov/mesec, kolo pa dobiš v brezplačnem stanju. Univerza ti ponudi tudi nakup semestrskeske vozovnice (cca 200 evrov), ki pa se za moje pojme (če živiš v bližini centra/faksa) ne splača, saj si s kolesom v 15 minutah praktično povsod. Prav tako lahko s študentsko kartico ob vikendih in po 19.00 uri zvečer zastonj uporabljaš mestni prevoz.

Prijavni postopek je potekal gladko tako s strani ljubljanske univerze kot tudi univerze v Heidelbergu. Študentje smo bili o vseh potrebnih informacijah obveščeni pravočasno. V kolikor se je kje kaj zataknilo so bili vedno hitro odzivni na mail in skupaj smo poiskali ustrezno rešitev. Predmete sem izbrala glede na podlagi informativne tabele priznavanja predmetov, ki se nahaja na spletni učilnici. Predmetnik medicinske fakultete v Heidelbergu in Ljubljani je v 5. letniku zelo podoben, kar močno olajša izpolnjevanje Learning Agreementa. Izmenjavo sem, kot že omenjeno začela marca z eno mesečnim intenzivnim tečajem nemščine, ki je potekal online (vzrok je bil covid-19 in stanovanjska stiska, saj mnogo študentov do 1.3. še vedno ni imelo sobe v Heidelbergu). Tečaj močno priporočam vsem, ki se odpravljate na izmenjavo, ne glede na stopnjo znanja vaše nemščine, saj je odlična priložnost spoznati nove ljudi že takoj ob začetku izmenjave. Sicer ne bi rekla, da sem na tečaju pridobila veliko znanja nemščine, sem pa zagotovo dobila prijatelje s katerimi smo ostali v tesnem stiku celo izmenjavo. Predavanja, vaje, seminarji in izpiti vse poteka v nemščini.

Vendar brez skrbi, tudi če na začetku izmenjave nisi tekoči govorec ali pa se z nemščino že od gimnazije naprej nisi kaj veliko ukvarjal, se da sporazumevati čisto normalno. Na začetku sem se tudi sama malo lovila z nemščino, a ko si v nemškem okolju ter imaš na voljo za študij le nemško literaturo se hitro privadiš. Zagotovo mi je pomagalo tudi to, da smo se s kolegi iz tečaja ter cimro pogovarjali večinsko v nemščini. Če ne drugega sem bila po nekem času vsaj bolj samozavestna glede jezika, kljub temu da je daleč od popolnosti. Jezikovni tečaj sem uveljavljala kot izbirni predmet, poleg tega pa sem opravljala še: pediatrijo, oftalmologijo, ORL in ginekologijo. Predmet pediatrija je bil super zasnovan z veliko interaktivnega dela, vse skupaj pa je potekalo sproščeno in dobro organizirano. Sestavljen je bil iz predavanj (ta so bila v večini posneta in naložena na spletno učilnico), kliničnih vaj, POLov (Problem Oriented Learning), CBT-jev (Computer Based Training – na spletni učilnici rešiš klinični primer, ki ga kasneje na skupinski uri predebatirate z ostalimi kolegi in asistentom), SkillsLab-a (učenje praktičnih veščin na modelih – punkcija mehurja, lumbalna punkcija...) in komunikacijskega treninga. Oftalmologija in ORL sta bila po mojem

mnenju slabše zasnovana predmeta (predvsem na račun covid-19). Sestavljena sta bila iz seminarjev, SkillsLab-a in predavanj. Na voljo so bile tudi klinične vaje, ki pa niso bile obvezne. Ginekologija je bila sestavljena podobno kot pediatrija. Vsi izpiti razen ginekologije so potekali na tablicah ali računalnikih v obliki multiple choice answer. Pri učenju se zagotovo splača pogledati zbirke starih vprašanj (Google drive in Kreuzmich). Pri pediatriji smo imeli tudi OSCE kar je praktični del izpita sestavljen iz desetih postaj, za vsako postajo pa je na voljo 5 minut časa. Vsebina je različna a obsega zgolj teme, ki so se obravnavale tekom modula in kar je zapisano v OSCE skripti, ki se nahaja na Google drive. Načeloma bi rekla, da je bil način učenja zame v Heidelbergu predsej podoben kot v Ljubljani.

Kot dobro prakso v Heidelbergu bi zagotovo izpostavila komunikacijske treninge. Gre za obravnavo kliničnih primerov, svetovanje bolnikom, spopadanje z vsakdanjimi situacijami v zdravniškem poklicu, kjer mora vsak od študentov odigrati vlogo zdravnika z igralcem, ki igra pacienta. Po koncu pogovora te ostali študentje, igralec, psiholog ocenijo kaj je bilo dobro in kje bi lahko kaj izboljšal. Kljub temu, da je bilo to včasih stresno je bilo zelo poučno in uporabno. Všeč mi je bil tudi princip SkillsLab-a, kjer smo se študentje na modelu naučili različnih zdravniških veščin (punkcije, oskrba novorojenčka, vaginalni pregled...).

Izmenjava v Heidelbergu je bila res odlična izkušnja in bi jo priporočala vsakemu, ki se odloča za semester v tujini. Mesto je majhno a zaradi tega nič manj zanimivo. Heidelberg ti ponuja čisto vse, od izletov v naravo, druženja v parku, pohajkovanje po majhnih uličicah, čudovito mestno jedro, mnogo športnih in kulturnih aktivnosti ter predvsem odlično študentsko življenje. Mesto je že samo po sebi znano kot univerzitetno mesto z res super zasnovanim erasmus programom, ki ponuja mnogo aktivnosti, ki se odvijajo skoraj vsak dan (ogled mesta, športne igre, spoznavni večeri, pohodi v naravo, izlet v okoliška mesta in še in še). Domov sem se tako vrnila z veliko novimi poznanstvi, novim znanjem in čudovito izkušnjo, ki je ne bom nikoli pozabila.

## 32. NEMČIJA – Univerza v Lübecku (Kaja Kobale)

V študijskem letu 2021/22 sem poletni semester (od konca marca do sredine julija) preživela v Nemčiji na Universität zu Lübeck. Tam sem opravljala naslednje predmete: ORL, oftalmologija in ginekologija ter izbirni predmet. Nameravala sem opravljati še pediatrijo, vendar smo bili obveščeni, da naj ne bi bilo prostora za Erasmus+ študente. Tako, da sem na koncu zadostila minimalnemu kriteriju – 20 kreditnih točk. Nemškega tečaja nam niso organizirali, saj niso 'uspeli' zagotoviti učitelja nemščine. Sem pa pred izmenjavo opravljala obnovitveni tečaj nemščine v Sloveniji.

Celoten prijavitni postopek in dogovarjanje je potekalo dokaj uspešno in brez težav. Sem pa slišala, da je moj primer bolj izjema kot pa praksa. Velikokrat je potrebno pokazati samoiniciativo in opomniti odgovorne za določene stvari, sicer pozabijo (npr.: dostop do prijave na izbirne predmete). Po uspešno sestavljenem learning agreementu, sem šele nekaj mesecev pred izmenjavo lahko podala vlogo za prijavo v študentski dom. Na srečo sem sobo dobila brez težav. Najemnina je znašala 251€, se pa tudi te razlikujejo med seboj v odvisnosti od študentskega doma, apartmaja, sobe, ... So pa popolnoma vse sobe enojne, deliš si le kopalnico in kuhinjo. Skratka splakača se potruditi, da se pridobi študentsko sobo, saj so te izjemno poceni glede na ostale nastanitve, ki niso v sklopu kampusa. Pogodbe so na žalost 6 mesečne, kar pomeni, da plačuješ tudi v primeru, če se vrneš prej v Slovenijo. Ob prihodu se dogovoriš s hišnikom glede prevzema ključa (pozor! Načeloma možno le med delovnim časom hišnika). Sicer pa so stroški življenja dokaj podobni tem v Ljubljani. Se da dokaj dobro 'preživeti' z Erasmus+ štipendijo.

Po birokraciji in dogovarjanju na vseh koncih se pričinja šele prava izkušnja. V Nemčijo sem odpotovala z vlakom, ki me je že na samem začetku naučil, da ima Deutsche Bahn res ogromne zamude. Nazaj domov sem potovala z letalom iz Hamburga, saj v poletnih mesecih narastejo cene

nepojemljivo in na koncu ni bilo tako velike razlike v ceni med vlakom in letalom; le v dolžini vožnje: 20 ur vs. 2 uri. Na začetku izmenjave so organizirani ‚meet&greet‘ dogodki, ki jih toplo priporočam. Na ta način spoznaš Erasmus+ prijatelje s katerimi si krajšaš dneve in lajšaš učenje ter po predavanjih ali vajah z njimi skočiš v kantino na kosilo za simbolno ceno. Konec koncev izmenjavo naredijo osebe. Veliko mojih Erasmus+ študentov je tam opravljalo že zimski semester, kar mi je olajšalo stvari, saj so mi pomagali pri organizaciji predmetov, dostopu do različnih spletnih strani za učenje ter zbirki starih vprašanj – mogoče kot zanimivost, v Lübecku smo dobili izpite z vprašanji za domov, da se lahko doma v miru pregleda vprašanja, prediskutira v kolikor je to potrebno ter podeli z naslednjimi generacijami. Če se dotaknem še nemškega jezika, ta res ni ‚bau-bau‘ pa vendar je na začetku potrebno nekaj truda, da se navadiš na medicinsko terminologijo, potlej pa nekako steče. Še zmeraj pa so v pomoč roke, noge in angleščina. Na koncu sem imela skorajda več težav najti slovensko medicinsko besedo, kot pa nemško.

V Lübecku so predavanja neobvezna, nemški študenti se jih ne udeležujejo redno. Sicer jih priporočam predvsem zaradi ponavljanja/učenja nemščine. Sicer pa jih je res malo. Vaje so obvezne, vendar obremenitev res ni velika. Včasih se mi je zdelo, da imam preveč časa, sploh v primerjavi s ostalimi študenti. Oftalmologijo sem imela 4x ob sredah v obliki seminarjev, ORL pa 5x prav tako ob sredah v obliki seminarjev (seveda ne istočasno). Ginekologija je izgledala kot blok, kjer imaš 1 teden intenzivnih vaj. Te so bile organizirane zelo dobro. Pred tem blokom vaj imaš sicer ustni vstopni kolokvij, ki ne predstavlja večjih težav, saj imaš zbrane kartice z vprašanji in odgovori, ki jih lahko dobiš. Pravzaprav se mi je zdel ta vstopni kolokvij v veliko pomoč, saj si na ta način dobil vsaj delček znanja, da si lahko aktivno sodeloval na vajah, hkrati pa se že nekaj naučil za izpit. Nedvomno si bom najbolj zapomnila prijaznost in kolegialnost zdravnikov mentorjev, namreč na vajah si res del njihovega tima. Izpiti pri vseh treh predmetih so izgledali podobno – MCQ vprašanja. Učila sem se večinoma po predavanjih, Amboss-u ter s pomočjo zbirke starih vprašanj, ki je res v pomoč, vsaj za primer kako izpit izgleda. Učenje mi je bilo sicer zelo tuje, saj sem pri nas navajena na učenje iz knjig, zapiskov; medtem, ko se v Lübecku večinoma učijo iz powerpoint predavanj. Opravljala sem še izpit iz izbirnega predmeta (Einführung in EKG), ki je bil sestavljen iz 10 vprašanj, kjer si sam obkljukal pravilne trditve (torej niso bile dane kombinacije), vendar tudi ta ni predstavljal večjih težav. Izpite so mi v Sloveniji priznali, vendar sem pri skoraj vsakem predmetu morala opraviti še dodatno majhno obveznost.

Mesto Lübeck je izjemno lepo, vsakič znova te očara arhitekturna gotika in vedno znova argumentira zakaj je Lübeck na Unescovem seznamu svetovne kulturne dediščine. Mesto je sicer precej mirno v primerjavi z Ljubljano. Obstaja študentska uli(či)ca, kjer se študenti zberejo ob četrtkih, občasno pa se priredijo zabave tudi na kampusu. Za večji direndaj se je vsekakor potrebno zapeljati v 40-minut oddaljeni Hamburg, kjer se noč prelevi v dan. Priporočam tudi obisk sosednjega Berlina, Kopenhagna in ostalih z lahkoto in po nizkih cenah dostopnih mest ter učenje/druženje na idilični plaži v Trawemünde ali okolici. Nekaj ogledov in dogodivščin organizira tudi na novo nastali ESN Lübeck, ki se jih splača udeležiti (ponavadi so 1x/teden). Pogrešala sem morda malo več organiziranega dogajanja in druženja čez teden, vendar je problem, da je veliko študentov zelo obremenjenih z vajami (tisti, ki opravljajo interno medicino ipd.), zato je težko uskladiti urnike. Nenazadnje pa imaš svoje prijatelje/skupino s katero ustvarjaš svoje spomine po lastnih interesih – morda še boljše!

Izmenjavo priporočam vsem, ki si želijo izven cone udobja, se naučiti samostojno in pogumno urediti stvari, uživati v vzponih in premostiti padce, splesti prijateljske vezi po celotni Evropi ter doživeti življenjsko izkušnjo in navsezadnje iz nove perspektive ceniti našo deželo na sončni strani Alp.

### 33. NEMČIJA – Univerza v Lübecku (Petra Šter)

V študijskem letu 2021/22 sem na Univerzi v Lübecku opravljala zimski semester 5. letnika.

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški:

Lübeck je manjše mesto na severu Nemčije v regiji Schleswig-Holstein. Za nemške standarde je zelo majhno (saj ima manj prebivalcev kot Ljubljana), v njem pa je polno študentov, tako nemških kot tujcev, ki na univerzi opravljajo podiplomske programe v angleščini. Sicer pa ima Lübeck bogato zgodovino, saj je spadal med mesta trgovske zveze Hansa in je še zdaj poznan kot eno izmed izvornih mest marcipana, ki se mu boste v mestu težko izognili. Center mesta je zato lep in poln zanimivih koticov, v adventni sezoni pa obiskovalce vabijo znani Weihnachtsmarkti, ki jih je kljub majhnosti mesta vse polno.

Ne razmišljajte preveč in se takoj, ko je možno, prijavite za sobo v študentskem domu! Študenti, ki so se prijavili prepozno oz. so iskali alternativne nastanitve so poročali, da je stanovanjska situacija v mestu precej slaba. Eden izmed Erasmus kolegov je na primer plačeval 2-krat več na mesec kot za študentski dom, živel pa je v umazanem stanovanju z nekaj alkoholiki, saj drugega ni uspel najti. Ostali smo imeli sobo v kompleksu Studentendorf Lübeck na Anschützstraße, kar je bila boljša nastanitev, kot sem jo vnaprej pričakovala. Dom je postavljen v mirni okolici, kjer smo pogosto videvali celo zajčke in veverice, precej moderen in 10 minut oddaljen od kampusa ter nakupovalnega centra. Organiziran je v posamezne WG-je, v katerem si 3-4 ljudje delijo kuhinjo in dve kopalnici, vsak pa ima svojo sobo z velikim oknom. Vsaka zgradba ima svojo pralnico in hišnika, poleg tega glede obiskov ne komplicirajo in tudi posodijo jogi za dodatno osebo. Najbolše pa je bilo, da nas je bila večina Erasmus študentov nastanjena v kompleksu in smo se lahko neomejeno obiskovali in družili, ne da bi odšli iz svoje zgradbe.

Najemnina za sobo je znašala 235 evrov, kar je bilo zelo ugodno in je znašalo ravno polovico moje štipendije. Sama sem pogosto obiskovala menzo v kampusu, v kateri so bili študentski obroki med 2 in 4 evre (z možnostjo doplačila solate in sladice), sicer pa je v nakupovalnem centru tudi Aldi, v katerem so cene hrane še nižje kot pri nas. Opremljenost WG je zelo odvisna od prejšnjih stanovalcev, sama sem na primer morala kupiti posodo, krožnike in kuhinjske pripomočke, nekaterim drugim pa tega ni bilo treba. Mislim, da je s štipendijo možno priti čez mesec, seveda pa je odvisno koliko potujete in koliko pripomočkov in oblek itd. boste tam kupili. Pred začetkom izmenjave morate računati tudi na dodatne stroške; in sicer, plačali boste tudi najemnino za september (vseeno, če ste tam ali ne), medtem ko se semester začne šele na sredini oktobra. Poleg tega vsak plača tudi semestrski prispevek, ki znaša nekaj čez 200 evrov, ki pa v bistvu sploh ni pretiran, kot se na prvi pogled sliši. S tem si namreč pridobite semestrsko karto za transport po mestu, celotni regiji in še Hamburgu in vam odpira brezplačne potovalne možnosti in dodatno še športne aktivnosti v sklopu fakultete.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija

Prijavni postopki so na začetku potekali precej gladko, kontaktirala me je koordinatorka tuje univerze (Una Doherty) in mi sporočila, katere podatke moram poslati in katere dokumente izpolniti za prijavo ter redno odgovarjala na vprašanja. V juniju je preko nje potekala tudi prijava v študentske domove, izvedeli smo, da smo dom dobili brez dodatnih informacij o nastanitvi. Koordinatorka nas je tudi postavila v stik z osebo, ki izdeluje urnike študentov – v obrazcu smo morali navesti, katere predmete si želimo opravljati glede na naše prioritete. Sama sem se prijavila za ginekologijo, pediatrijo, ORL in oftalmologijo. Prvi problem je nastopil, ko so nam sporočili, da za Erasmus študente pri pediatriji ni dovolj prostora, zato sem se odločila, da namesto tega opravljam 2 izbirna predmeta, nato pa je koordinatorka sporočila, da je možno opravljati le en izbirni predmet. Pri sestavljanju Learning Agreementa sva se dogovorili, da lahko manjkajoči 1 ECTS pridobim s tečajem, ki bo potekal pred začetkom izmenjave. Na sredini avgusta nam je

sporočila, da bo nadaljevalni tečaj jezika potekal 2-3 tedne pred začetkom izmenjave, nato pa je v naslednjem mesecu postala neodzivna in začelo se je obdobje negotovosti.

Zanimal me je predvsem datum začetka tečaja, da si lahko organiziram prevoz in pa več informacij o nastanitvi, ki je bila do takrat le neoprijemljiva obljuba koordinatorke v mailu. Preko študentske tutorke za vse študente na izmenjavi sem dobila kontakt za študentski dom in nato uredila pogodbo, semestrski prispevek in prvo najemnino s kavcijo. Na maile glede začetka tečaja je koordinatorka začela odgovarjati, da ima težave z iskanjem učitelja in je nejasno, če bo tečaj sploh potekal oz. kdaj se bo začel. 3 tedne pred začetkom semestra smo dokončno dobili obvestilo, da tečaja ne bo, v Lübeck sem se nato odpravila 2 tedna prej, da se privadam na novo okolje in ugotovim, kako bom pokrila svoje manjkajoče kredite. Razmišljala sem o 1 tednu prakse, za kar dobite 2 ECTS, vendar bi se za to mogla zmeniti že nekaj mesecev vnaprej in torej ni bila opcija za pred začetkom semestra. Dobili smo možnost prijave na brezplačen tečaj nemščine A2 1-krat na teden med semestrom. Kljub prenizkemu nivoju sem se nanj takoj prijavila in se nato dogovorila s koordinatorko, da mi zanj prizna manjkajoče kredite. Una je bila na splošno zelo prijazna in fleksibilna, problem pa je v daljših obdobjih neodzivnosti, ki smo jih izkusili tudi ob zaključku izmenjave. V svojem Learning Agreementu sem imela naveden izbirni predmet, za katerega so mi sporočili, da ga bom izbrala šele ob pričetku semestra. Takrat sem ugotovila, da Erasmus študenti do seznama izbirnih predmetov v bistvu sploh nimajo dostopa in sem morala za to upravljalci Moodle posebej pisati. Nato sem napisala maile različnim katedram, da si želim prijaviti na izbirni predmet, kar je bila dobra taktika, saj sem na koncu odgovor dobila samo od ene. Kljub vsem komplikacijam pa sem do začetka novembra uspela vse urediti in nato do konca semestra s krediti nisem imela več nobenih problemov. Na začetku je bilo zamišljeno, da bo cel semester potekal v živo. Po novem letu so zaradi epidemioloških razmer sicer vse razen vaj predstavili v online obliko, vendar pa zaradi izvedenih vaj na mojo izkušnjo to ni vplivalo v negativnem smislu. Preko spleta z videonadzorom so potekali tudi vsi izpiti, na takšen sistem sem bila prav tako navajena že od prej.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF

V Nemčiji imajo tudi klinični letniki izpitna obdobja, zato je potek semestra in s tem tudi način študija precej drugačen kot pri nas. Predavanja za posamezne predmete so potekala čez cel semester, kar je pomenilo 2 uri predavanj na posamezen predmet na teden. Ker sem imela predmetov v semestru manj kot moji sošolci in kot bi jih sicer imela doma, pa je bila tudi moja obremenitev precej manjša. Ginekologija je potekala kot Blockpraktikum, kar je pomenilo, da sem imela 2 tedna vsakodnevnih vaj in seminarjev z ustnim vstopnim kolokvijem na začetku. Oftalmologija in ORL sta imela le 4 oz. 5 terminov vaj, ki so trajale eno dopoldne, izbirni predmet pa vsakotedenske 2-urne seminarje. To je pomenilo, da sem imela precej dni brez vsakršnih obveznosti in sem jih lahko porabila za prostočasne aktivnosti in študij v času izpitnega obdobja. Seveda bi si želela v tujini opraviti nekoliko več obveznosti in jih manj naknadno opravljati doma, vendar pa sem sprejela, da to ni mogoče in raje uživala v druženju in potovanju s svojimi kolegi.

Jezik izvajanja študijskega programa

Celoten študijski program poteka v nemščini, vendar pa se na univerzi zelo trudijo biti prijazni tudi do študentov, katerih znanje jezika še ni tako dobro. Koordinatorica nas je na primer za vsak slučaj vse kontaktirala v angleščini in na tak način komunikacijo tudi nadaljevala, da bi se izognila morebitnim nesporazumom. Glede na slabo znanje jezika nekaterih tudi po celem semestru se njenemu pristopu ne čudim, čeprav sama nisem imela težav pri komuniciranju z vsemi ostalimi uradnimi osebami v nemščini. Vsa predavanja, seminarji, vaje in izpiti potekajo v nemščini, zato nas je večina za učenje uporabljala nemško literaturo. V sklopu izbirnega predmeta sem morala napisati komentar članka z uporabo virov iz PubMeda, kar sem zaradi vseh angleških virov storila v angleščini. Nosilka predmeta mi je zaradi kompleksnosti naloge izjemoma komentar dovolila oddati v angleščini, sicer pa sem v študijskem procesu vedno uporabljala nemščino. Menim, da je



to svojevrsten izziv, vendar se ob dobrem znanju jezika in stalnem stiku z njim hitro navadiš na spremembo.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF

Dobila sem občutek, da je bilo ustanovi in zaposlenim precej bolj mar za dobro počutje študentov kot na UL MF. Povsod so bile na primer dostopne številke za pomoč študentom v stiski, predvsem pa sem opazovala razliko med obravnavo velikega števila okužb s Covid-19 med študenti in prilagajanju študijskih obveznosti. Celo izpitno obdobje so na primer prestavili online, saj bi bil sicer študent v dvotedenski izolaciji nezmožen opraviti izpite za cel študijski semester. Tudi glede opravljanja vaj v primeru okužbe so bili bolj fleksibilni, študentom je bila omogočena udeležba na izpitu kljub manjkajočim vajam in nato nadoknadenje le-teh z naslednjo skupino.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?

Na splošno je bila izmenjava super izkušnja, ki jo vsem toplo priporočam! Prednosti je pri tem zelo veliko; izboljšanje tujega jezika, privajanje na bolj samostojno življenje v vseh pogledih, spoznavanje drugačnega študijskega sistema in drugačne kulture... Predvsem pa navezovanje prijateljstev s kolegi iz vse Evrope, ki niso bili le prijatelji za to polovico leta, temveč bodo ostali kot dolgotrajne povezave z drugimi evropskimi državami. Sever odpira tudi nove potovalne opcije, poleg raziskovanja severnega dela Nemčije, Hamburga in Berlina sem se večkrat odpravila na Dansko, po drugi strani pa so bile peščene plaže oddaljene le pol ure vožnje z avtobusom. Vreme je v zimskih mesecih sicer zaradi vetrovnih sunkov precej neprijetno, zato bi iz stališča vremena bolj priporočala poletni semester, vsekakor pa mi ni žal, da sem ujela čas božične idile v več nemških mestih.

Seveda so pri odločitvi za izmenjavo tudi slabosti, predvsem v birokratskih postopkih in morebitnih težavah z usklajevanjem obveznosti, ki prinašajo precej večjo negotovost kot pri običajnem nadaljevanju študija doma. Čeprav sem imela pred začetkom izmenjave v težkih trenutkih pomisleke, ali je bila izmenjava prava odločitev, pa sem ob spoznavanju ljudi in vklopu v sistem pomisleke popolnoma pustila za sabo. Zapomnila si jo bom kot zelo pozitivno izkušnjo, ki mi je odprla vrata v mednarodni svet po dolgem obdobju zaprtja v svoje domove zaradi epidemije. Veseli me, da sem pridobila na samostojnosti in ugotavljanju, kaj je v življenju res pomembno ter izboljšala svoje znanje nemščine do te mere, da lahko komuniciram praktično s komerkoli o čemerkoli, kar se mi je pred pol leta zdelo še čisto nemogoče. Vsem zainteresiranim svetujem, da se odločite sprejeti izziv in se prijavite na izmenjavo, saj ponuja polno življenjskih izkušenj in lepih trenutkov. Za vprašanja me lahko kontaktirate na naslovu [petra.ster2@gmail.com](mailto:petra.ster2@gmail.com).

### 34. NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Jan Stanič)

V okviru Erasmus+ študijske izmenjave sem na Univerzi Ludwig-Maximilians-Universität v Münchenu opravljal vaje iz kirurgije in dermatologije v poletnem semestru študijskega leta 2021/2022.

Birokratski postopki se začnejo urejati že dobra pol leta preden greš na izmenjavo. Ko si izbran za izmenjavo, se s predstojniki kateder dogovoriš za priznavanje vaj in za vsak predmet izpolniš Listino študenta. Potem izpolniš učni sporazum (Learning-Agreement), kjer se seštejejo ECTS vseh predmetov, ki jih boš opravljal v tujini, dokument pa podpiše ljubljanska mednarodna pisarna in predmetni koordinator ali mednarodna pisarna v Nemčiji. Če je potrebno, se dopišejo še manjkajoče obveznosti za opravljanje posameznega predmeta.

Čez prijavni postopek so nas iz Münchena vodili z natančnimi navodili, vse je bilo jasno razloženo, tudi ob prihodu je vpis potekal brez zapletov. Prav tako je bila v izredno pomoč mednarodna pisarna na UL MF, kjer smo vedno lahko računali na hitro in učinkovito pomoč, če se je pri kakšnem postopku zataknilo.

Nastanitev je v Münchnu relativno težko dobiti oziroma je le-ta draga, sploh če je lokacija bolj centralna. Študentski domovi sicer so, ampak jih zaradi premalo kapacitet dobijo samo 40 procentov prijavljenih študentov. Jaz sem bil med tistimi, ki študentskega doma nismo dobili, tako da sem si moral najti nastanitev sam. Na koncu sem našel WG (deljeno stanovanje) za tri ljudi prek Airbnb-ja. Za transport priporočam javni prevoz. Najboljše da se kupi Semester ticket in potem lahko vedno uporabljaš vse njihove povezave v mestu – U-Bahn, S-Bahn, avtobus...

Jaz sem najprej poleg kirurgije imel namen opravljati vaje tudi iz pediatrije, ampak mi je mednarodna pisarna v Münchnu nekaj mesecev pred začetkom izmenjave napisala, da to ne bo mogoče zaradi pandemije Covid. Lahko sem pa si izbral drug predmet, tako da sem potem namesto pediatrije izbral dva meseca vaj na oddelku za dermatologijo. Tako vaje iz kirurgije kot iz dermatologije sem opravljal v okviru njihovega PJ – praktisches Jahr. Pri tem si zelo samostojen in tudi veliko delaš. Na kirurgiji sem začel ob sedmih in ostajal do štirih, petih, na dermatologiji vsaj toliko če ne še dalj, tudi do šestih... Tempa sem se hitro navadil, poleg tega pa sem sistem že poznal, saj sem že opravljal izmenjavo v Nemčiji, tako da mi takšen način dela ni bil tuj. Sem se pa tudi ogromno naučil. Zjutraj sem ponavadi jemal kri, nastavljal periferne venske kanile, potem pa bodisi asistiral pri operacijah bodisi pomagal s tekočim delom na oddelku.

Izmenjavo v Münchnu bi priporočil, LMU je ena najboljših univerz v Nemčiji in tudi Evropi, prav tako pa je mesto čudovito, z ogromnimi parki in bogato kulturo. Minus pa je, da je mesto drago, sploh v barih, restavracijah... Ampak če si kuhaš sam oziroma ješ v bolnici (imel sem zastoj kosilo v menzi bolnice) se da tudi relativno poceni živeti, cene v trgovinah so tudi povsem primerljive z našimi. Je tudi študentom zelo prijazno mesto, s popusti in organiziranimi dogodki za študente na vsakem koraku.

### 35. NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Jerca Kunšič)

Sem študentka 6. letnika dentalne medicine in sem se odločila, da poletni semester (25.4.2022-29.7.2022) preživim na Ludwig Maximilian Universität v Münchu.

München je zelo čudovito mesto za življenje. Predvsem bližina čudovite narave je velika prednost pred ostalimi nemškimi mesti. Je zelo lepo in urejeno, zato se splača živeti ne predaleč od centra. Sama sem živela v bližini dvorca Nymphenburg. Ta lokacija mi je nudila neposredno bližino prelepega parka, ki je idealen za tek, sprehode in piknike v naravi. Prav tako sem imela direktno tramvaj linijo do faksa. Glede nastanitve sem imela zelo veliko srečo, saj sem dobila sobo v študentskem domu (350€), kljub temu pa ta opcija ni omogočena vsem. Zato je potrebno malo več truda pri iskanju nastanitve, v primeru, da ne dobite mesta v študentskem domu. Najboljša opcija je deljeno stanovanje oz. WG, v tem primeru so cene sob nekoliko višje (od 500€ navzgor). Bivališče je potrebno tudi prijaviti, in sicer na Kreisverwaltungsreferat (bolj znan kot KVR). Prijavite se lahko tudi prek e-maila ali pošte: izpolnite prijavnico, skenirate osebni dokument ter potrdilo o najemu (najemno pogodbo – če ste v domu vam Studentenwerk pošlje potrebno dokazilo). Ko odhajate, se morate odjaviti od prebivališča.

Življenje v Münchnu je glede na slovenske razmere malce dražje, poleg stroškov za sobo je potrebno odšteti 200€ za semestrsko karto, ki jo potrebujete za javni prevoz. Kljub kar precej visoki ceni semestrsk karti le ta omogoča prevoz tudi do bližnjih jezer in širše okolice Münchna kar je odlična možnost za vikend izlete. Kar se tiče ostalih življenjskih stroškov je odvisno od posameznika – torej ali si kuhaš sam ali hodiš jest ven. Osebno sem se posluževala obojega, saj se najdejo super restavracije za primerno ceno, prav tako je možnost obrokov v menzi na kliniki, kjer kosilo stane 5€. Drugi dejavnik, ki vpliva na stroške so tudi izleti in ostale ekstra dejavnosti, ki se jih udeležuješ tekom izmenjave. Sama osebno sem bila kar precej aktivna oz. sem se udeležila tistih dejavnosti, ki so me zanimale npr. 3-dnevni izlet v hribe (150€). Zelo veliko dejavnosti, ki jih organizira MESA pa so brezplačne kar je res super.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija

Predmeti v kliničnih semestrih potekajo v Münchnu po sklopih in v vsakem semestru se letnik deli nekako na polovico, en del študentov opravlja protetiko ter oralno in maksilofacialno kirurgijo, druga polovica pa KONS (zobne bolezni, parodontologijo), otroško zobozdravstvo in ortodontijo. Sama sem se odločila za opravljanje protetike ter maksilofacialne kirurgije.

Po tem, ko imate izmenjavo potrjeno z obeh strani (podpisan LA ter sprejemno pismo), vas bodo iz mednarodne pisarne LMU obvestili o vpisnem postopku. Vpisni postopek poteka popolnoma elektronsko; izpolnite spletno prijavnico in plačate vpisnino (cca. 144€). V sistem se vam s tem naložijo potrdila (potrdilo o vpisu, potrdilo o plačani vpisnini, potrdilo o vpisu za javni promet itd.). Pri izpolnjevanju spletne prijave dobite tudi dve dodatni vprašanji, in sicer, če se želite prijaviti za sobo v študentskem domu (lahko dodate tudi razpon najemnine) ter če želite, da vam dodelijo LMU Buddy-ja (podobno našim splošnim tutorjem). Poleg vpisa je pred odhodom potrebno skleniti tudi sporazum o sofinanciranju izmenjave (na UL so zelo prijazni, saj pošljejo podrobna navodila in redne opomnike), urediti zdravstveno zavarovanje (postopek poteka elektronsko in je pogoj za uspešen vpis: potrebno je imeti veljavno evropsko zdravstveno kartico, če le-te nimate, boste dobili navodila, kako in kaj naprej), podpisati najemno pogodbo za dom (če dobite sobo v domu) in slediti navodilom od Studentenwerk-a oz. si osebno urediti nastanitev (če sobe v domu ne dobite, oz. če ne želite živeti v domu). Prvi študijski teden poteka bolj sproščeno: uvodna predavanja, dodelitev mesta v vajalnici in laboratoriju, spoznavanje klinike in sošolcev. Študentje delajo v parih. Vsak par ima svoj boks oz. je vsak dan v drugem boks v primeru, da jih ni dovolj. V boksih se nahaja vse kar potrebujete, materiale in posebne pripomočke pa dobite pri sestrah. Pri sestrah dobite tudi protokolne liste za vaje, ključke, ki odpirajo vaš boks, vaš predal za sterilizirane instrumente, ter predal v laboratoriju (ki se nahaja čez hodnik) in ostale instrumente, materiale in pripomočke, ki jih boste potrebovali. Na LMU kliniki imajo študentje svoje instrumente in sami skrbijo za njihovo dezinfekcijo in deloma tudi sterilizacijo. Erasmus študentje dobijo instrumentarij na kliniki, instrumente za laboratorij pa si izposodijo od zobnih tehnikov. Predlagam, da s seboj prinesete tudi vaše svedre za predklinične vaje in jih pred uporabo sterilizirate. Potrebno je skrbeti za vse, kar dobite, prav tako za vaš boks in mesto v laboratoriju. Ob koncu semestra je potrebno zbrati podpise, da ste vaše mesto zapustili urejeno in da ste vrnili vse izposojene instrumente.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF

Predavanja iz maksilofacialne kirurgije so potekala enkrat na teden po 4 ure in en teden vaj na kliniki. Vaje so potekale en teden in so obsegale prve in kontrolne preglede, asistiranje v mali in veliki operacijski dvorani. Predavanja iz protetike so potekala enkrat na teden po 3 ure, enkrat na teden so bili tudi seminarji, vaje pa so bile trikrat na teden v vajalnici ter enkrat na teden v laboratoriju.

Na začetku semestra imajo pri protetiki vsi študentje vstopni izpit, nato se vaje nadaljuje z izdelavo opornice, ki jo študentje izdelajo drug drugemu. Problem Erasmus študentov pa je pomanjkanje pacientov. Pri tem imajo še domači študentje veliko težav, saj je na sploh premalo pacientov.

Jezik izvajanja študijskega programa

Tako predavanja kot vaje vse poteka v nemškem jeziku. Priporočljivo je znanje na nivoju B2 za začetek. Moja izkušnja je bila taka, da sem na začetku imela malo treme, kljub temu pa se človek navadi hitreje kot to pričakuje. Na začetku se še loviš s strokovnimi medicinskimi izrazi, ampak se lahko hitro naučiš osnove.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF- Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?

Povsod so prednosti in slabosti, osebno pa bi vsakomur, ki je željan razširiti obzorja, priporočila izmenjavo. Ne le, da se naučiš novih stvari, novih tehnik in pristopov, začneš tudi kritično razmišljati. Res je tudi, da moreš biti precej samoiniciativen. Ne gre le za Erasmus študente, temveč tudi za domače študente – vse je bazirano na samostojnem delu, ki ga preverjajo asistenti.

Poleg študija ti izmenjava da možnost popolnoma drugega pogleda na življenje, spoznavanje tujih kultur, študentov iz vsega sveta, nepozabnih trenutkov in spominov, ki ti ostanejo za vse življenje.

### 36. NEMČIJA – Ludwig Maximilian Universität München (Ana Markelič)

Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški

V študijskem letu 2021/22 sem se v poletnem semestru 6. letnika odpravila na Erasmus+ študijsko izmenjavo na Univerzi Ludwig-Maximilians v Münchnu. Stanovala sem v študentskem domu v bližini dvorca Nymphenburg. Najemnina in stroški so znašali 326e na mesec. Imela sem svojo sobo, kuhinja in dve kopalnici pa so bili skupni za 8 ljudi. Ob vpisu na LMU sem izpolnila obrazec za nastanitev in jo na srečo tudi dobila, saj so stanovanja v Münchnu zelo draga in jih pod 700 evrov na mesec skoraj ni mogoče dobiti. Življenjski stroški so nekoliko višji kot v Sloveniji. Semestrsko karta za javni prevoz stane 200e vendar omogoča tudi prevoz do bolj oddaljenih jezer in širše okolice mesta. Hrana je prav tako nekoliko dražja. Za kosilo v restavraciji običajno odšteješ 15e. Še vseeno pa se najdejo poceni možnosti za kosilo npr. kosilo v menzi na kliniki stane okoli 5e. Če si večino obrokov pripravljaš doma so stroški hrane podobni kot v Sloveniji. Dodatni stroški so še izleti in aktivnosti z Erasmus organizacijo. Veliko aktivnosti, ki jih organizira MESA je tudi brezplačnih oz. potrebuješ samo semestrsko karto.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija

Začne se s prijavo na Erasmus + izmenjavo v sistemu VIS. Nato sledi potrditev domače in tuje fakultete in urejanje študijskega sporazuma (podpisan Learning Agreement). Klinični predmeti se delijo na KONS (zobne bolezni, parodontologijo), otroško zobozdravstvo in ortodontijo, protetiko in maksilofacialno kirurgijo. Izberete lahko določeno kombinacijo predmetov glede na semester v katerega se vpisujete. Jaz sem izbrala protetiko in maksilofacialno kirurgijo. Pred odhodom je potrebno skleniti še sporazum o sofinanciranju izmenjave. Iz mednarodne pisarne LMU nato dobite navodila za vpis. Vpisni postopek poteka elektronsko, izpolnite spletno prijavnico in plačate vpisnino (144€). V sistem se vam s tem naložijo potrdila (potrdilo o vpisu, potrdilo o plačani vpisnini, potrdilo o vpisu za javni promet itd.). Pri izpolnjevanju spletne prijave dobite tudi dve dodatni vprašanji, in sicer, če se želite prijaviti za sobo v študentskem domu in če želite, da vam dodelijo LMU Buddy-ja (študent tutor). Potrebno je urediti tudi zdravstveno zavarovanje - veljavna evropska zdravstvena kartica. Prvi teden v začetku semestra poteka sproščeno. Razdelijo se mesta v zobotehničnem laboratoriju in vajalnici, predavanja so uvodna. Delo v vajalnici poteka v boksih. Vsak boks si delijo 4 študenti. Študentje so tudi razdeljeni v skupine. Delajo v parih in se znotraj boksa razporejajo kateri dan v tednu dela kdo. Na voljo so tudi dodatni boksi brez aerosola. Inštrumentarij ima vsak študent svoj, ga tudi sami kupijo in delno skrbijo za sterilizacijo. Erasmus študenti smo si inštrumentarij, artikulatorko, obrazni lok in prenosnik lahko izposodili. V laboratoriju smo pri zobnih tehnikah dobili tudi vse ostale stvari, ki smo jih potrebovali. Ob koncu semestra je potrebno zbrati podpise, da ste vaše mesto zapustili urejeno in da ste vrnili vse izposojene instrumente.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF

Predavanja iz protetike so potekala enkrat na teden po 3 ure, enkrat na teden so bili tudi seminarji, vaje pa so bile trikrat na teden v vajalnici ter enkrat na teden v laboratoriju. Laboratorij je drugače odprt vsak dan in tam študenti preživijo veliko časa. Predavanja iz maksilofacialne kirurgije so potekala enkrat na teden po 4 ure. Vaje so potekale en teden in so obsegale preglede, ekstrakcije, asistiranje v mali in veliki operacijski dvorani.

Na začetku semestra imajo pri protetiki vsi študentje vstopni izpit, nato se vaje nadaljuje z izdelavo opornice, ki jo študentje izdelajo drug drugemu. Problem Erasmus študentov pa je pomanjkanje pacientov. Pri tem imajo še domači študentje veliko težav, saj je na sploh premalo pacientov.

Jezik izvajanja študijskega programa

Vse poteka v nemščini. Priporočljivo je znanje na nivoju B2. Jezika se hitro navadiš in ni tako težko kot se na začetku zdi.

Prednosti in slabosti, na kakšne okvire ste naleteli?

Prednost izmenjave je že samo življenje v novem okolju. Na fakulteti spoznaš drugačen sistem študija in pristope dela. Klinične vaje so že v nižjih semestrih zelo samostojne, kar ni nujno v vseh pogledih prednost. Moraš biti tudi zelo samoiniciativen, saj te na kliniki drugače kar spregledajo. Spoznaš tudi veliko novih ljudi in skleneš nova prijateljstva.

### **37. POLJSKA – Medicinska fakulteta Univerze v Gdanku (Tadej Počivavšek)**

V študijskem letu 2021/2022 sem opravljal celoletno študijsko izmenjavo na Medicinski fakulteti Univerze v Gdanku, kjer sem bil od konca septembra do prve polovice aprila. Za to destinacijo sem se odločil, ker sem v prvi vrsti iskal fakulteto, kjer se pouk izvaja v angleščini, potem pa sem naletel na Gdansk, ki se je ob malo več spletnega raziskovanja začel vedno bolj zdeti kot neodkrit dragulj. Najbolje ga povzame ta opis: to je skandinavsko mesto z nizkimi cenami.

V Gdanku sem opravljal vse predmete petega letnika razen Sodne medicine in Maksilofacialne kirurgije ter izpita pri predmetu Endokrinologija in boleznih presnove, ki ga bom moral opravljati v Ljubljani. Sistem prijave na predmetov je malo poseben, saj se v juniju odpre spletna platforma, kjer so znani datumi izvedbe predmetov (vsak se ponovi 7-krat na leto), potem pa se Erasmus študenti prijavljamo na posamezen predmet in termin po načelu kdo prvi klikne. Njihova mednarodna pisarna je prijazna, a včasih počasi odzivna in potrebuje kakšen dodaten mail za spodbudo.

Zadnji teden v septembru je potekal uvodni teden za prve letnike, na katerega smo vabljeni tudi študenti na izmenjavi. Poleg predstavitve fakultete tu vsak dan poteka tudi osnovni tečaj poljščine, ki se mi je zdel zelo koristen za vsakodnevno komunikacijo.

Stanoval sem v študentskem domu v kampusu Medicinske univerze, kjer je najemnina 570 zlotov, deliš si sobo s še enim Erasmus študentom, kuhinjo in kopalnico pa s celotnim nadstropjem. Standard ni ravno najvišji, je pa poceni in čisto zraven bolnišnice. Hrana in večina stvari je cenejša kot v Sloveniji, zato lahko v menzah in okrepčevalnicah ješ po ceni, kot bi jedel pri nas na študentske bone. Erasmus štipendija mi je pokrila najemnino, hrano in kar velik del izletov.

Edina dejanska ukrepa zaradi koronavirusa sta na Poljskem bila pogoj cepljenja za udeležbo na izmenjavi in nošenje maski v bolnišnici, drugih praktično ni bilo oz. se jih niso držali. Ves pouk je bil v živo in potekal normalno kot pred epidemijo, tudi vse socialne dejavnosti so potekale normalno. Edina slabost pouka so se mi zdeli obvezni seminarji, saj je vsak dan približno 2-3 ure seminarjev in nato 2-3 ure vaj, tako da si na dan v bolnišnici vsaj 5 ur. Večina predmetov traja en, izjemoma dva tedna, zaključijo se z izpitom v petek po vajah. Težavnost je v povprečju nekoliko nižja kot v Ljubljani, razen pri Onkologiji in Kardiologiji 1, kjer izpit temelji na interpretaciji EKG, ki je res podrobna, in potrebuješ vsaj 2-3 tedne trdega učenja, vseeno pa ga pade približno polovica študentov. Ko pa ga končno opraviš, pa res obvladaš EKG. Opravljal sem tudi 3 izbirne predmete: Basic Latin and Medical Terminology (2 ECTS), Current Foot and Ankle Surgery (1 ECTS) in The Basics of Medical Massage (1 ECTS) – skupaj so se mi šteli kot opravljena oba izbirna predmeta. Najboljši je bil izbirni predmet iz masaže, kjer smo se od decembra do marca dobivali v četrtek ali petek popoldne, najprej je profesor fizioterapevt na enem od študentov prikazal tehnike masaže,



nato smo se razdelili v pare: najprej en študent masira drugega eno uro, naslednjo uro pa obratno, profesor pa nas je spremljal in nas učil pravih tehnik.

Erasmus organizacija v Gdanku je zelo aktivna, saj je skoraj vsak dan kakšen dogodek, od zabav do izletov in drugih dejavnosti. Gdansk ima tudi zelo dobre in poceni letalske povezave, predvsem s Skandinavijo; jaz sem dobil povratne karte za 10-20 evrov do Stockholma, Goteborga, Bergena in Wroclawa. Kot študent imaš tudi 51% popust na javni prevoz, tako da z vlaki poceni prideš po celi državi, jaz sem šel v Hel, Gdynio, Sopot, Bydgość, Varšavo, Lublin, Zamość, Torun, Poznan in Berlin. Prav tako pa je tudi Gdansk poln izjemnih stavb in muzejev, ki ti ponudijo veliko možnosti preživljanja časa.

Erasmus izmenjavo zelo priporočam! Gdansk me je zelo navdušil, tako mesto kot fakulteta, zato ga priporočam vsakomur. Če imaš še kakšno dodatno vprašanje, me poišči na FB ali kontaktiraj na [tadej.pociva@gmail.com](mailto:tadej.pociva@gmail.com)

### 38. POLJSKA - Jagiellonska univerza v Krakovu (Paula Djukanović)

Na svojo Erasmus+ izmenjavo sem se odpravila v Krakov, kjer sem opravljala obveznosti 6. letnika. Gre za drugo največje mesto na Poljskem, ki je izredno živahno, tudi v zimskih časih in meni osebno eno najlepših poljskih (morda tudi evropskih) mest. Na izmenjavo sem se odpravila konec septembra ter ostala tam do sredine julija.

**PRED ODHODOM:** Ko sem bila sprejeta na Jagiellonsko univerzo v Krakovu, sem od njihove Erasmus+ koordinatorice prejela urnik, tako da sem lahko izbrala predmete, ki sem jih opravljala. Glede same izbire predmetov ni bilo nobenih težav, saj urnik za Erasmus+ študente ponuja veliko kliničnih predmetov (nekaj tudi predkliničnih), če pa slučajno kakšnega predmeta ni bilo ali pa ni obsegal dovolj kreditov, smo si lahko izbrali tudi predmete iz School of Medicine in English, kjer gre za redni študijski program, namenjen študentom iz celega sveta, ki študirajo v angleškem jeziku. Tudi glede opravljanja vaj iz interne medicine in kirurgije nisem imela nobenih težav, lahko sem se priključila poljskim študentom ali pa sem dobila mentorja pri katerem sem sama opravljala vaje. Izbirne predmete si lahko izbereš tudi od katere druge smeri na Jagiellonski univerzi, vendar se morajo skladati z medicinsko tematiko, sama sem si izbrala izbirni predmet na univerzi za psihologijo. Občasno je njihova Erasmus+ koordinatorica potrebovala malo dlje časa, da odpiše, vendar če sem ji napisala, da gre za nujno zadevo ali poslala kakšno elektronsko sporočilo več, je hitreje odgovorila.

**KAKO DO KRAKOVA:** Do Krakova sem se podala s FlixBusom (stane okoli 40 EUR v eno smer, vožnja traja 11-13 ur), med božičnimi prazniki pa sem se vrnila domov z letalom Ryanair, ki leti do Trevisa (povratne letalske karte znajo biti 20 do 30 EUR, s tem da okoli božiča so bile 50 EUR) ter potem z GoOptijem do Ljubljane. Z avtom je okoli 8 ur vožnje od Ljubljane do Krakova.

**NASTANITEV:** Živela sem v študentskem domu Piast. Gre za študentski dom, ki je v rokah Jagiellonske univerze. Sprva me je nekoliko stisnilo, saj sem ugotovila, da je od bolnice zelo oddaljen (40-50 minut vožnje z avtobusom), vendar sem kmalu ugotovila, da je sama univerzitetna bolnica zelo oddaljena od vsega (nahaja se na naslovu Macieja Jakubowskiego 2 in ne zraven centra – tam se je nekoč nahajala, vendar ima sedaj novo lokacijo, veliko ljudi tega ni vedelo, ko so si iskali prebivališča). Obstajajo tudi nekateri študentski domovi, ki so malenkost bližje (30 min vožnje), vendar za to ne bi zamenjala študentskega doma, saj je bil Piast eden najboljših študentskih domov v Krakovu nasploh. Nedavno obnovljen, tako da so bile sobe odlične. Živela sem z eno punco v sobi, imeli sva svojo kopalnico, kuhinja pa je bila deljena. V samem domu je bilo ogromno Erasmus+ študentov in ogromno dogajanj, v drugem semestru smo začeli organizirati tudi tako imenovane Piast meetings, kjer smo se vsak torek vsi zbrali v baru od študentskega doma, kar je postalo proti koncu tako popularno, da so prihajali še ljudje iz drugih študentskih domov (znalo se



nas je zbrati po 30-50). Večino časa smo preživeli tudi v kuhinjah, saj so bile velike, tako da smo se tam družili, igrali družabne igrice, žurali ali imeli nočne globoke pogovore. Piast je definitivno daleč presegel moja pričakovanja glede življenja v študentskem domu. (Obstajajo tudi medicinski študentski domovi, ki so zraven bolnice, vendar so tam samo redni študenti in je daleč od glavnih dogodkov in Erasmus+ študentov.)

**POUK:** Na Jagiellonski univerzi sem opravljala predmete pediatrija, geriatrija, izbirni predmet (neuropsihologija spanca) ter vaje iz interne medicine in kirurgije. Za dodatne kredite, ki so mi manjkali pa sem opravila ponovno še predmet oftalmologija. Gre za najstarejšo in najbolj prestižno univerzo na Poljskem, tako da kadar bi omenili kakšnem Poljaku na kateri univerzi študiramo, bi vedno ostali odprtih ust.

Najprej sem začela z vajami iz interne medicine, kjer sem bila na oddelku za diabetes in endokrinološke bolezni. Na žalost zaradi Covida-19 oddelka nisem mogla izbirati, morala sem sprejeti to kar sem dobila. Začenjala sem okoli 8.30 ali 9.00 ter končevala okoli 12.00 ali 12.30. Zjutraj sem se pridružila na viziti, kjer sem lahko tudi jaz pregledala paciente, kasneje pa sva z mojo mentorico šli skozi terapije pacientov ter jih po potrebi prilagodili. Na samem oddelku nisem imela veliko dela, saj sem imela vaje s poljskimi študenti, tako da nas je bilo nekoliko več, obenem takrat še nisem znala dovolj dobro poljščino, da bi se lahko sporazumevala s pacienti ter tudi na splošno na oddelku ni bilo veliko dela (večinoma so bili pacienti z diabetičnimi nogami). Sledila je pediatrija, ki sem jo opravljala v dveh delih, in sicer v zimskem semestru sem imela predmet Pediatrics 1, v poletnem pa Pediatrics 2. Šlo je za predmeta iz Erasmus+ urnika. Pri obeh predmetih smo začeli ob 8.30 in končevali ob 13.30. Predmeta sta bila zelo dobro organizirana, in sicer tako da smo se ves čas učili na pacientih. Vsak dan smo šli na tri različne oddelke, kjer smo imeli mentorje, ki so nam predstavili teme namenjene za ta dan ter nam pokazali paciente in nas naučili kako pravilno narediti status. Na koncu predmeta pa nas je čakal izpit, ki pa ni bil pretežek. Nadaljevala sem s predmetom geriatrija (iz Erasmus+ urnika), ki je bil zaradi Covida-19 organiziran v obliki predavanj. Občasno so pripeljali tudi kakšnega pacienta v predavalnico. Na koncu nas je tudi čakal ne preveč težki izpit. Oftalmologija (iz Erasmus+ urnika) je bila najbolj organizirana od vseh predmetov, sestavljena je bila najprej iz kliničnih vaj nato predavanj. Tukaj so bili nekoliko bolj zahtevni pri izpitu. Pri vajah iz kirurgije sem dobila svojega mentorja, ki me je vsak dan napotil v operacijske sobe. Začenjala sem ob 8.00 in končevala odvisno od trajanja operacije (povprečno okoli 14.00). Ker sem bila na abdominalnem oddelku sem gledala predvsem laparoskopske operacije različnih abdominalnih tumorjev. Nekateri kirurgi so zelo dobro znali angleščino, tako da so mi lepo razlagali potek operacije.

Zadnji predmet – neuropsihologija spanca (izbirni predmet), sem opravljala na univerzi za psihologijo. Šlo je za predavanja v hibridni obliki, tako da si lahko izbiral ali boš v živo tam ali doma in je bil meni osebno eden najbolj zanimivih predmetov nasploh. Priporočam!

**STROŠKI:** Krakov je nekoliko cenejši od Ljubljane, vendar se cene vse bolj in bolj bližajo ljubljanskim, še posebej od kdaj je prišlo veliko Ukrajincev. Študentski dom je stal najprej 100 EUR, nato 110 EUR na mesec, tri mesečna karta za javni promet 50 EUR, kosila pa odvisno, študentski dom Piast ima svoj bistro, kjer si za 5 EUR dobil juho, glavno jed in solato, ter tudi v centru se znajo najti dobre restavracije s poljsko hrano za približno 5 EUR. Hrana v trgovinah je cenejša kot pri nas, še posebej v trgovinah Biedronka.

**MESTO IN SOCIALNI PROGRAM:** Kljub temu da Krakov ni bil moja prva izbira, me je mesto zelo hitro izjemno očaralo. Mesto je neizmerno živahno, polno študentov iz celega sveta. Računali smo, da samo Erasmus+ študentov mora biti vsaj 1000, če ne veliko več, tako da je bilo tudi ogromno dogodkov organizirano s strani ESN organizacij. Samo mesto ima 23 univerz, ki imajo več kot 300 različnih programov, tako da mislim da že to veliko pove o količini študentov. Tudi

pozimi kadar je bilo -10 ali še manj stopinj je bilo živahno, ljudje so še vedno bili zunaj, na cestah, v barih,... Tudi sami Poljaki so me zelo impresionirali, saj so (še posebej v poletnih mesecih) organizirali toliko dogodkov v samem mestu, da niti sama več nisem mogla slediti vsem dogajanjem. Kavarn, restavracij, barov, klubov, muzejev in drugih opcij za zabavo je toliko, da nisem uspela v letu dni videti niti tretjine. Moj študentski dom se je nahajal v predelu, kjer so bili sami študentski domovi, tako se je tik ob nas nahajala lokacija, kjer so se ves čas zbirali vsi študentje, poljski in tuji, in kjer se je ves čas nekaj dogajalo. Obenem pa se lahko s 50% popustom na vlake in avtobuse, ki ti pripadajo, ko študiraš v tej državi, hitro podaš tudi v kakšno drugo mesto in doživiš tudi druga mesta. Vendar od vseh mest se mi je zdel Krakov glede študentskega življenja nekako najbolj živahen in po izgledu zelo urejen in res zelo lep.

VTIS: To je bila definitivno ena najboljših izkušenj mojega življenja. Čeprav Krakov ni bila moja prva izbira, ga ne bi sedaj zamenjala za nobeno drugo opcijo. Nikoli mi ni bilo niti za sekundo dolgčas, saj je tam toliko študentov in toliko dogajanj, da je bil večji problem izbirati med vsemi opcijami česa se udeležiti. Obenem sem spoznala ljudi iz celega sveta, tako da imam sedaj prijatelje tudi na drugih koncih sveta, kot so Indonezija, Armenija, Irak, ZDA, Kanada,... Definitivno pa se v samo mesto zaradi lepote, živahnosti in ogromno opcij za preživeti prosti čas, vračam kmalu. Res priporočam Krakov, ne bo vam žal.

### 39. PORTUGALSKA – Univerza v Portu (Elena Marvin)

V poletnem semestru študijskega leta 2021/22 sem opravila študijsko izmenjavo v Portu, čudovitem mestu na severu Portugalske. Izmenjava se je začela 14. februarja in zaključila konec meseca julija. Na Portugalskem sem opravila štiri predmete 5.letnika, in sicer Otorinolaringologijo, Oftalmologijo, Obtočila in Dihala, ter en predmet 6.letnika, Perioperativno in intenzivno medicino. Destinacija izmenjave, nastanitev in okvirni življenjski stroški Izmenjavo sem opravljala v slikovitem mestu Porto, ki je drugo največje mesto na Portugalskem. Za izmenjavo na Portugalskem sem se po eni strani odločila nagonsko, ker sem si zelo želela spoznati in živeti v stiku z neko čisto različno realnostjo, kulturo in jezikom. Po drugi strani je bil Porto tudi izziv, ker ni bila ena izmed najbolj izbranih in zaželjenih destinacij, zato me je zelo zanimalo odkriti, koliko se razlikuje življenje študenta medicine v Portu od študenta medicine v Ljubljani. Odpotovala sem nekaj dni pred predvidenim začetkom poletnega semestra. Letalske karte so v zimskih mesecih zelo poceni. Direktne lete ima več letališč v Severni Italiji: Benetke (Treviso), Verona, Milan in Bergamo. Februarja sem letela iz Milana Malpensa direktno v Porto. Cena leta je bila približno 60 evrov s prtljago. Letališče Francisco Sá Carneiro je z mestnim središčem povezano z metrojem, ki vozi od 5. ure zjutraj do 1. ure ponoči. Alternativa je UBER/BOLT. Taxije, ki tam čakajo toplo odsvetujem. Stanovala sem v privatnem študentskem domu, zraven medicinske fakultete in bolnišnice Hospital São João, kjer sem opravljala vaje. Študentski dom sicer ni bila moja prva izbira. Žal zaradi vseh nesporazumov s tamkajšnjo mednarodno pisarno, sem iskanje nastanitve odlašala. Meseca decembra stanovanj na spletnih straneh, ki jih je Univerza v Portu svetovala, ni bilo več na razpolago, zato sem se potem odločila za študentsko rezidenco, kjer sem imela sobo s svojo kopalnico in štedilnikom. Prednosti slednje so bile, da sem bila 5min peš stran od fakultete in seveda, da je šlo za zelo sodobno strukturo, z gretjem. To je pomembna informacija, za katero žal veliko študentov ne ve: skoraj vse stare hiše v mestnem središču nimajo gretja! Negativna plat pa je gotovo ta, da si šekar oddaljen od mestnega središča, 20 min z metrojem, na kar pa se kmalu navadiš in postane zelo prijetna rutina. Mesečna najemnina z vključenimi stroški je znašala 500 evrov, ker je za Porto drago, vendar primerljivo z ostalimi študentskimi domovi. Najboljša in najcenejša opcija je soba v študentskem stanovanju, kar znaša približno 350 evrov na mesec. Najboljše javno prevozno sredstvo v Portu je metro. Tudi mreža avtobusov dobro povezuje mesto z okolico. Vozni red ni nikoli tak, kot bi moral biti, avtobus včasih pride prej, včasih sploh ne pride in počakaš naslednjega. Ob prihodu v Porto se splača takoj urediti abonma za prevozna

sredstva, t.i. *Andante*. Mesečni stroški znašajo 40 evrov za karto, ki krije vse predele mesta in 30 evrov za karto, ki krije maximum tri četrti mesta. Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija vse se prične z izbiro destinacij, sledi vpis na študijsko izmenjavo, ki je več ali manj enak za vse, prijava preko VIS-a in izbira predmetov, ki bi jih v tujini opravil/a. Ko si potem izbran, sledi priprava Učnega sporazuma (Learning agreement), ki ga morajo podpisati tako mednarodna pisarna ULMF, kot mednarodna pisarna na gostujoči inštituciji. Približno konec marca/začetek aprila sem s strani ULMF prejela sporočilo, da bo moja destinacija Porto, ki je bila tudi moja prva izbira. Universidade do Porto me je kar zgodaj kontaktirala in poslala ključne informacije, glede vpisnih postopkov in birokratskih zadev. Sledil je stik z medicinsko fakulteto (FMUP) in njihovo mednarodno pisarno, kjer je pa neorganiziranost žal na dnevnem redu. Nekje od meseca junija do meseca septembra odgovorov s strani fakultete sploh ni bilo. Žal je to tudi soupadalo z navalom Covida, ki je med poletjem hudo prizadel portugalski zdravstveni sistem in seveda tudi obremenil medicinsko fakulteto in organizacijo študijskih izmenjav. Kljub nekajmesečni zmedi sem konec meseca novembra 2021 imela vse birokratske zadeve urejene in vse papirje podpisane. Spletna stran FMUP ni najboljša in že samo iskanje opisov predmetov lahko predstavlja oviro, glede na to, da okence za ERASMUS večkrat ne deluje. Opise posameznih predmetov najdete pod ADMISSION > COURSES > CYCLE OF STUDIES > MASTER DEGREE IN MEDICINE > Plano oficial 2021. Poleg tega je vredno omeniti, da ima Porto dve medicinski fakulteti, tako da bodite pazljivi pri iskanju spletnih strani. Nekaj dni pred prihodom boste prejeli vse informacije glede skupin in urnika. Peti letnik na FMUP je razdeljen na dve rotaciji, vsaka rotacija pa ima potem še 4 skupine po 20 študentov. Vsaka skupina opravlja izmenično po en predmet. Skupina študentov, *Comissão do curso*, dodeli vsaki skupini enega ali več Erasmus študentov. Izpiti so vedno konec semestra. Obstajata 2 izpitna roka, prvi, *Epoca Normal*, ki traja približno 4 tedne in *Epoca de Recurso*, ki traja približno dva tedna. V glavnem skoraj vsi študenti opravijo že vse izpite v prvem roku, drugi rok je največkrat namenjen višanju ocen iz prvega roka.

Količina predavanj in obremenitev v primerjavi z UL MF

Študij medicine na FM Univerze v Portu je soroden študiju medicine v Ljubljani. Za vsak predmet so predvidena predavanja, seminarji in vaje, ki so, kot pri nas, obvezne. Predavanja niso bila v živo, temveč so bila že vnaprej snemana in na razpolago študentom na Moodle-u. Vsak študent je samostojno odločil, kdaj si bo ogledal predavanja. Seminarji so potekali v živo in so bili skoraj vedno obvezni. Prisotnost so preverjali s podpisi. Na seminarjih smo z zdravniki v glevnem razpravljali o kliničnih primerih. Vaje pa so potekale na soroden način kot na UKC-ju, par študentov ali skupina je imela dodeljenega mentorja, pri katerem je imela vaje. Na vajah so preverjali prisotnost s podpisi: vsak študent je imel vedno s sabo list prisotnosti in praktičnih spretnosti (*caderneta* v portugalsščini), ki jih je moral izvesti in/ali opazovati. Vaje so potekale v stiku s pacientom: kljub temu, da se je pogovor med zdravnikom in pacientom vršil v portugalsščini, so bili tako zdravniki kot tamkajšnji študenti na razpolago za prevajanje v angleščino, še posebej na začetku. Jezik izvajanja študijskega programa študij je potekal v portugalsščini. Večkrat, še posebej na začetku, so bili nekateri profesorji zelo razumljivi in so nam tujcem razlagali v angleščini. Ko se pa profesorjem ni dalo, so takrat vedno priskočili na pomoč kolegi Portugalci. Približno 6 mesecev pred odhodom sem se začela učiti portugalsščino, tako da sem se lahko na Portugalskem vpisala na tečaj portugalsčine nivo A2. Tečaj portugalsčine sem opravljala na tamkajšnji univerzi, na *Faculdade de Letras UP*, od konca meseca februarja do konca meseca junija. Osebnost je bila meni portugalsčina zelo naklonjena in sem se jezika v bistvu kar takoj naučila. Prepričana pa sem, da mi je znanje italijanščine olajšalo učenje portugalsčine. Učila sem se iz portugalskih virov in na koncu sem tudi vse izpite opravila brez težav v portugalsščini v pisni obliki. Obstaja pa tudi možnost opravljanja izpitov v angleščini v ustni obliki, ko nosilec predmeta to omogoči.

Primeri dobre prakse, ki bi jih želeli prenesti na UL MF

Vaje so potekale podobno kot pri nas v Ljubljani, verjetno jih je bilo količinsko nekoliko več. Pri vsakem predmetu si moral nekaj ur preživeti na oddelku, nekaj ur v ambulanti in na urgenci ter obvezno izvesti nekaj praktičnih veščin, za katere je profesor podpisal na listu prisotnosti. Dobra praksa, ki jo imajo na FMUP je, da večkrat tudi vaje so del končne ocene predmeta. Na primer, pri predmetu Pneumologija je skoraj 30% Ocene prispevala prisotnost na vajah, 20% praktični izpit in 50% sam pisni izpit. Tudi pristop, ki ga imajo profesorji do študentov je vreden pohvale: profesorji te namreč obravnavajo kot ene izmed njih. Značilnost Portugalcev je, da so sproščen in miren narod: marsikateri profesor si res vzame čas in se študentom popolnoma posveti, na vajah dodatno razlaga in od vaj odneseš res marsikaj. Dostopnost e-predavanj na spletni učilnici je bila res izrednega pomena, še posebej, ker se kolegi na Portugalskem večinoma učijo s poslušanjem predavanj in pripravljanjem izpiskov. Na fakulteti smo imeli tudi menzo, kar je za študenta res zelo uporabno, ker večkrat cel dan preživi na faksu. Cena kosila je znašala 2,5 Evra. Medicinska knjižnica v Portu je bila skoraj vedno odprta: tudi med prazniki so večkrat ključke predali študentom, ki so lahko tam študirali do poznih nočnih ur.

Prednosti in slabosti izmenjave, na kakšne ovire ste naleteli?

Slabosti izmenjave skoraj ni bilo. Prva ovira, na katero sem naletela je bila gotovo težava pri iskanju stanovanja. Se priporočam, iščite na Facebook skupinah! Druga "ovira" je bila gotovo struktura, v kateri se nahaja Medicinska fakulteta, kjer vlada kaos. Nikoli ne bom pozabila dne, ko sem prvič stopila čez prag fakultete: dolg hodnik, kjer so barčki, trgovine, fotokopirnica, zlatarna, gradbišče, zdravniki, študenti... najprej misliš, da so nori, potem pa se navadiš na ta kaotičen prizor, ki postane domač in prijeten. Glavna težava je bila iskanje predavalnic in oddelkov znotraj bolnišnice São João: nešteto hodnikov, nešteto stopnišč in dvigal, vsako pelje na svoj konec. FMUP je sicer za nas erasmuce pripravila papirnato mapo vseh prostorov in hodnikov, ki pa ni zelo uporabna, tako da boste še zadnji dan vaj spraševali, kje se nahaja določena predavalnica ali oddelk. Tudi to pa postane del zabavne routine, katere si vsak dan deležen na tamkajšnji MF. Tretja, vendar mirno premostljiva ovira, pa je gotovo jezik. Četrta, nepremostljiva, vreme. Prednosti izmenjave v Portu pa je bilo ogromno. Najpomembnejša predost je samo mesto Porto: gre za živahno mesto, polno tradicij in navad, v katere se takoj vživiš. Mreža Erasmus študentov je res zelo razširjena. Življenje v Portu je zelo poceni. Ne bo večera, ki ga boš sam preživljal doma (verjetno le, ko se boš učil za izpite). V Portu si lahko vsak dan turist, od prvega do zadnjega dne: vedno boš nekaj novega odkril in videl. Gre za muzej na odprtem. Druga predost je, da gre za zelo priljubljeno destinacijo, kjer skozi celo leto živi nešteto mladih. Kar se tiče same fakultete, študenti medicine v Portu se imajo res lepo: poleg sproščenega vzdušja, ki vlada kjerkoli na hodnikih fakultete, imajo študentje nek velik skupni prostor, kjer skupaj jedo kosila, igrajo namizni tenis, bilijard, počivajo, se učijo, včasih pa tudi žurajo. Temu rečejo *Salão*. Nešteto je še prednosti, o katerih bi lahko pisala.

Vtis Ne glede na to, kam greš na Erasmus, boš poleg tamkajšnjega (portugalskega v mojem primeru) učnega sistema, spoznal italijanskega, nemškega, poljskega, finskega itd., ker bo vsak študent primerjal svojega s tamkajšnjim: ne boš vsakega doživel na lastni koži, ampak boš lahko vsakega nekako primerjal s svojim. Menim, da je nivo študija medicine v Sloveniji res dober in popoln, vendar se tega večkrat ne zavedamo. Erasmus v Portu je bila res najlepša izkušnja, nad vsemi pričakovanji. Če se boste odločili za Porto, vam bo na koncu res težko se vrniti domov, ker bo delček vas ostal tam. Za katerokoli informacijo ali nasvet sem vam z veseljem na voljo na [elenamarvin97@gmail.com](mailto:elenamarvin97@gmail.com) ali na spletnih omrežjih.

#### 40. PORTUGALSKA - Univerza v Lizboni (Zala Mlinarič)

V drugem semestru 6. letnika sem opravljala študijsko izmenjavo v Lizboni. Njihov semester traja od konca februarja do začetka julija. Tam sem opravljala vaje iz predmeta Kirurgija ter Pediatrijo v celoti (vaje + izpit). V Sloveniji sem na začetku leta z eno rotacijo opravljala Interno medicino ter

Geriatrijo+Perioperativno medicino, potem pa sem se priključila k drugi rotaciji in opravljala Primarno zdravstveno varstvo (1 teden so se mi obveznosti Družinske in Geriatrije malo prekrivale), ampak se je vse poklopilo in sem lahko v rednem študijskem letu opravila vse obveznosti 6. letnika.

Pouk na Portugalskem poteka v portugalsščini. Fakulteti je pred izmenjavo potrebno dostaviti potrdilo o znanju jezika B1, vendar sprejmejo certifikat OLS, ki ga sam rešiš online. Moje predznanje portugalsčine je bilo slabo, a sem kljub temu prišla zelo lepo skozi. Zato naj to ne bo ovira. Če se hoče, se vse da in se do izpitov že naučiš toliko jezika, da gre vse brez težav pa tudi medicinski jezik je nasploh lažje osvojiti, ker so izrazi podobni tu in tam. Predavanja potekajo v portugalsščini, pri vajah pa je malo odvisno od mentorja, večinoma vseeno večinsko kar v portugalsščini, so ti pa seveda pripravljene razložiti tudi v angleščini oziroma pri nekaterih erasmovcih so celo stalno govorili angleško.

Pri njih imajo predmet zasnovan v obliki predavanj, vaj in teoretično-praktičnega dela. Vaje in predavanja izgledajo podobno kot pri nas (predavanja so neobvezna, vaje pa 2/3). Teoretično-praktični del pa izgleda bolj kot neki seminarji, obvezna je 2/3 prisotnost. Pri pediatriji so izgledali kot delo v manjših skupinah (5 študentov in 1 profesor) in smo se tedensko dobili in obravnavali različne tematike/primere. Pri nas se je običajno vsak tedensko moral pripraviti na eno tematiko, jo predstaviti, potem pa smo malo o tem diskutirali – kot neka sprotna priprava na ustni izpit pri pediatriji. Se mi je zdelo kar koristno. Vendar pa spet – odvisno od mentorja, niso vsi imeli tako.

Oba predmeta sta trajala cel semester in potem na koncu izpit. Izpit pri kirurgiji je pri njih samo pisni, pri pediatriji pa je pisni in ustni. Pisna sta bila oba v portugalsščini, MCQ z 1 pravilnim odgovorom. Pri kirurgiji je sicer 100 vprašanj in 100 minut, ker sem pa jaz pisala samo splošno kirurgijo sem odgovorajala samo na 60 vprašanj in vseeno imela 100 minut! Pri Pediatriji smo imeli 60 vprašanj in 90 minut. Na ustnem izpitu pa dobiš eno klinično vinjeto in potem poveš o njej kaj je glavni simptom, kaj so dd, preiskave, zdravljenje ... V komisiji sta 2 profesorja, pri meni sta celo rekli, da lahko odgovarjam tudi v angleščini, če želim, tako da za ustne mislim, da se lahko dogovoriš za angleški jezik.

Bodite pa pozorni na to, da je za pridobitev Erasmus štipendije potrebno pridobiti 20 ECTS na obeh straneh. Na naši univerzi sem jaz pokrila 20 ECTS z opravljanjem vaj iz kirurgije in pediatrijo, v Lizboni pa mi zgolj za opravljanje vaj iz kirurgije niso želeli dati ECTS, ker oni dajo ECTS samo za opravljen izpit. Tako, da sem potem zato, da sem imela tam dovolj točk, uveljavljala portugalski jezikovni tečaj (8 ECTS) ter opravljala še izpit iz splošne kirurgije (ki se mi pri nas ne bo štel, ampak no worries je samo eden izmed izpitov njihovega predmeta kirurgija in ni tako velik kot naša kirurgija!). Naj vas to ne odvrne, ker se da vse lepo urediti, samo morda bodite pozorni na to že v štartu! ☺

Kar se tiče nastanitvene situacije v Lizboni, znajo biti cene sob kar visoke in je stanovanja težko najti, se pa z vztrajnostjo, da najti tudi neke normalne cene in sobe. Cene so tam nekje od 375e-500e/sobo v večsobnem stanovanju. Univerzitetna bolnica Hospital de Santa Maria leži ob rumeni liniji metroja (postaja Cidade Universitaria), tako da je najbolj na komot živeti kje blizu rumene linije. Jaz sem bila najprej v Areeiru, nato pa v Saldanhi in sta bili obe lokaciji v redu. Od spletnih strani so za iskanje sob uporabne: idealista.pt, uniplaces.com in quartoequartos.com. Veliko je tudi ponudb v raznih fb skupinah, ampak tu morate biti kar previdni. Sem slišala zgodbe, da so na koncu dobili sobo brez okna oz kakšne druge nevšečnosti.

Izmenjava v Lizboni je super in jo priporočam vsem, mesto je lepo, veliko se dogaja, poskrbljeno je za družabno življenje Erasmuscev, tako da dolgčas vam zagotovo ne bo. Naučijete se lahko

čudovitih sončnih zahodov, surfanja in čudovitih plaž. Če se na izmenjavo odpravljate v drugem semestru ima izmenjava še poseben čar, ker junija v Lizboni skoraj cel mesec praznujejo njihove tri svetnike "Festas de Lisboa" in imajo po mestu veliko odrov, vse je okrašeno in jejo se sardine. Zelo priporočam pa tudi obisk Queima das Fitas v Coimbri, to je njihov graduation party, ki je enkrat maja in je tudi nekaj posebnega to doživeti.

Če imate še kakšno vprašanje, sem vam na voljo na [mlinaric.zala@gmail.com](mailto:mlinaric.zala@gmail.com) ali na facebooku.

## 41. ŠPANIJA – Univerza De Las Palmas De Gran Canaria (Anja Lukan)

Destinacija:

Že od kar sem se vpisala na medicinsko fakulteto, so me zelo zanimala vse možnosti študija v tujini, ki nam jih naša fakulteta omogoča. Tako sem se spomladi leta 2022 odpravila na polletno Erasmus+ študijsko izmenjavo v Las Palmas, Gran Canaria, v Španiji. Na univerzi Las Palmas de Gran Canaria sem opravljala predmete 5. letnika in sicer v poletnem semestru. Omenjeno univerzo sem izbrala, ker sem si želela izmenjavo opravljati v državi, katere jezik poznam, prav tako pa so mi jo priporočili starejši kolegi, ki so izmenjavo tam že opravljali v preteklih letih.

Prijavni postopki:

Po sprejemu na univerzo z njihove strani prejmeš uporabniško ime in geslo, s katerima potem dostopaš do njihove spletne platforme, kamor moraš naložiti vse potrebne dokumente. Pred pričetkom ti pošljejo tudi mail, da jim posreduješ določene dokumente (learning agreement podpisan z vseh 3 strani, fotokopija letalske karte, knjižica o cepljenju, potrdilo o nekaznovanosti). Potrdilo o nekaznovanosti dobite tako, da za njega zaprosite na ministrstvu za pravosodje, nato pa ga morate prevesti v angleški ali španski jezik (prevod stane nekje 30 €).

Nastanitev:

Po priporočilih starejših kolegov sem z iskanjem sobe začela že pred odhodom in sicer na straneh Piso compartido, Idealista in tudi preko Facebook skupine. Slednja je bila najbolj uspešna, saj so me po objavi, da iščem stanovanje, kontaktirali ponudniki sami. Malo sem bila skeptična, vendar sem se na koncu le odločila in rezervirala eno stanovanje, kljub temu, da ga nisem videla v živo. Na koncu se je izkazalo za odlično. Večina študentov stanuje v bližini Plaza de España, blizu plaže Las Canteras. Sama sem stanovala na ulici José Mesa y Lopez, kar se je izkazalo za odlično lokacijo, saj je dobro izhodišče za vse aktivnosti in dogajanje. Slaba stran te lokacije pa je, da je medicinska fakulteta precej oddaljena, saj se nahaja v delu mesta San Cristóbal, ki je oddaljen približno 45 minut z lokalnim avtobusom. Nekateri stanujejo tudi v starem predelu mesta, Vagueta, kjer so cene najemnine nekoliko nižje. Cene stanovanj se gibljejo okoli 300 € na mesec. Sama sem plačevala 330€ + stroški. Pomembno je, da se sklene najemna pogodba, da si lahko urediš NIE in pridobiš popust za potovanja.

Za pridobitev popusta za potovanja (kar 75% cenejše letalske karte med otoki) in mesečno avtobusno karto (Wawa joven) si moraš najprej urediti NIE, kar storiš v Oficina de extranjeria (Plaza de Concordia) po predhodni rezervaciji termina (cita previa). Ko že imaš NIE moraš rezervirati termin za ureditev prijave prebivališča na Kanarskih otokih (Ayuntamiento-empadronamiento). Za pridobitev slednjega moraš imeti najemno pogodbo sklenjeno za 6 mesecev. Sam postopek pridobivanja je precej zakompliciran in lahko traja kar nekaj časa preden ga uspeš pridobiti, vendar se na koncu splača, saj s tem pridobiš Certificado para bonificacion de viajes, s katerim imaš popust pri nakupu letalski kart, trajektov znotraj cele Španije.

Okvirni življenjski stroški:

Življenjski standard na Kanarskih otokih je zelo podoben našemu, kar pomeni, da so cene v trgovinah zelo podobne našim. Za stanovanje sem plačevala 330 € + 30€ stroški /mesec,



študentska kartica za avtobus je 20€/mesec (omogoča neomejena potovanja z mestnimi in medkrajevnimi avtobusi po celem otoku), organizirani izleti, zabave približno 30-50 € na mesec.

Študijski program:

Na tamkajšnji fakulteti sem opravljala predmete 5. letnika in sicer Endokrinologijo, Oftalmologijo, Ginekologijo, Onkologijo in Hematologijo (pri njih 1 predmet) ter izbirni predmet Španščino B2. Vsi predmeti potekajo hkrati, vsak predmet ima eno uro predavanja na dan. Vsa predavanja potekajo v španskem jeziku in so v večini obvezna oz. zahtevajo recimo 70 % prisotnost. Izvajajo se od 12:30 do 16:30, v dopoldanskem času pa potekajo klinične vaje. Vaje se izvajajo v dveh bolnišnicah: Hospital Insular in Hospital Negrin. Za vsak predmet imaš 1 ali 2 tedna vaj. Omenjeni predmeti so pri njih predmeti 3., 4. in 5. letnika, tako da je potrebno kar nekaj organizacije, da se vse izide. Vsa komunikacija poteka preko Whatsapp skupin. Pri ginekologiji smo imeli vsaka 2 tedna kolokvij iz treh kliničnih primerov, vse skupaj je bilo teh kolokvijev 7, za uspešno opravljen predmet pa moraš narediti vsaj 5 kolokvijev. Kot izbirni predmet sem si izbrala Španščino, ki je potekala v večernih urah 2x na teden na kampusu Obelisco. Izpiti so večinoma tipa multiple-choice, vendar precej zahtevni. Najvišje ocene, kot so 9 in 10, skoraj ne obstajajo.

Vtisi izmenjave:

Izmenjava v Las Palmas je bila ena najlepših izkušenj v mojem življenju in jo definitivno priporočam vsem. Kar se mi je zdelo zelo pozitivno na fakulteti so klinične vaje. Le-te so precej bolj individualne, saj ne potekajo v skupinah, pač pa individualno študent-zdravnik. Poleg študija pa mesto omogoča tudi mnogo drugih aktivnosti, potovanja, surfanje, druge športe, pester socialni program.

Za kakršnakoli vprašanja/nasvete pa mi lahko pišete na [lukan.anja11@gmail.com](mailto:lukan.anja11@gmail.com).

## 42. ŠPANIJA – Univerza De Las Palmas De Gran Canaria (Sara Mlakar)

V študijskem letu 2021/22 sem se udeležila Erasmus+ študijske izmenjave na Gran Canarii, kjer sem opravljala vse predmete petega letnika. Študij je v celoti potekal v španščini v obliki predavanj, seminarjev in vaj.

Vaje potekajo v bolnišnicah v dopoldanskem času (8-12h), predavanja pa popoldne na kampusu San Cristobal. Predavanja smo samo prva dva dni imeli na hibriden način, že drug teden pa zaradi izboljšane epidemiološke slike vse v živo. Predavanja vseh predmetov so skoraj vsak dan od ponedeljka do petka, trajajo po 1 uro in potekajo v španščini, so precej zanimiva, dobro obiskana in interaktivna. Pri nekaterih predmetih so obvezna in se je treba podpisati na seznam, pri drugih ne. Predmet španščine lahko obiskuješ na kampusu Obelisco ali Tafira, je dvakrat tedensko po 2,5h.

Kar se tiče organizacije vaj je vse skupaj zelo kaotično, saj prek fakultete nismo prejeli nobene uradne informacije. Vse poteka prek študentskih Whatsapp skupin 3.,4. in 5. letnika, v katere te mora nekdo dodati, nato je treba spremljati sporočila, če predstavnik napiše kaj pomembnega. Erasmus študentje smo šele po pričetku pouka lahko izpolnili obrazce, na podlagi katerih so nas predstavniki razdelili v skupine za vaje. En teden pred pričetkom vaj te iz bolnišnice pokličejo za termin PCR, če nimaš španske telefonske številke, lahko greš osebno do informacij in ti tam povejo termin.

Klinične vaje: pri večini predmetov potekajo 2 tedna ali 1 teden; dopoldan od ponedeljka do četrta, včasih tudi do petka. Ponavadi te vsak dan razporedijo na drug oddelek ali ambulanto, oziroma vsaj k različnemu mentorju. Velikokrat je polovica vaj kirurških. Na vajah si običajno cel čas sam, skupaj z enim specialistom ali specializantom, večinoma opazuješ njihovo delo. Vsi zaposleni so bili vedno zelo prijazni tako do študentov, kot do bolnikov.

Izpiti so vsi pisni; pri pediatriji in kardiologiji polovico izpita predstavljajo klinični primeri (esejski tip), drug del pa vprašanja za obkroževanje. Izpit iz ORL + estomatologie je sestavljen iz 20 kratkih

esejskih vprašanj, ginekologija iz 7 kolokvijev s po tremi kliničnimi primeri (esejski tip) in praktičnega izpita, na katerem 2 specializanta igrata pacienta; treba je na kratko narediti anamnezo + načrt zdravljenja. Ostali izpiti so sestavljeni iz vprašanj za obkroževanje. Izpiti so težji kot v Ljubljani.

Pri iskanju sobe se je najprej potrebno odločiti, kateri del mesta ti najbolj ustreza. Velika večina študentov stanuje v bližini trga Plaza de España in blizu plaže Las Canteras, skratka v distriktu Isleta-Puerto-Guanarteme, saj se tam odvijajo vse športne aktivnosti in nočno življenje. V tem predelu je najtežje najti stanovanje, saj je povpraševanja veliko, ponudba pa precenjena glede na standard stanovanj. Srednja cena sobe v deljenem stanovanju znaša 350€ na mesec, je pa možno dobiti tudi sobo za 250-300€/mesec. Nekateri stanujejo blizu kampusa Obelisco (cona Triana) ali v starem delu mesta (Vegueta), kjer so cene najemnine nižje. Pri najemu je pomembno, da se sklene nastanitvena pogodba, saj se brez te ne da pridobiti številke NIE in s tem popustov za različne vstopnine in 75% popusta za potovanje med otoki in celinsko Španijo. Študentski domovi ne pridejo v poštev, saj so dražji od stanovanj in na slabi lokaciji. Sama sem oglašala za stanovanja na straneh Idealista, Piso compartido, Milanuncios in v Facebook skupinah začela gledati že julija, ampak se mi je zdelo, da takrat še ni bilo dosti ponudbe. Veliko študentov je sobe rezerviralo vnaprej brez ogleda. Sama sem jih hotela videti v živo, zato sem na otok prispela že 25. avgusta (welcome week naj bi se začel 3.9., pa je bil zaradi covida odpovedan, pouk pa se je začel 9.9.). Iskanje je bilo precej stresno, saj so bila vsa normalna stanovanja oddana zelo hitro. Sobo mi je v predelu Mesa y Lopez po približno šestih ogledih uspelo rezervirati 1 teden po prihodu. Z avtobusom sem rabila 10 minut vožnje do bolnišnice Negrin, kjer sem opravljala del vaj, ter 40 minut vožnje do druge bolnišnice Insular in kampusa San Cristobal, kjer potekajo predavanja. Vsem, ki bi stanovanje iskali šele ob prihodu, toplo priporočam, da v Las Palmas prispejo pred septembrom, saj so študenti, ki so prispeli po prvem tednu, imeli veliko težav z iskanjem.

Okvirni življenjski stroški:

Stanovanje 350€/mesec, študentska kartica za avtobus: 20€/mesec (omogoča neomejena potovanja tako z mestnimi avtobusi Guagua Municipales, kot tudi po otoku z avtobusi Global), mestno kolo Sitycleta 40€/leto. Sityclete ne priporočam, ker nimajo veliko postaj, mesto pa ni prilagojeno za kolesarje. Cene hrane v trgovinah, barih in restavracijah so primerljive s Slovenijo. Za hrano v trgovinah sem običajno porabila 150-200€ mesečno, za restavracije, pijačo ipd. 100€ mesečno. Mesečni tečaj surfanja 3x tedensko: 73€, vse Erasmus zabave, izleti in aktivnosti: 10-40€.

Prijavni postopki, akademski postopek izbire predmetov, način študija

Po sprejetju na univerzo smo na mail prejeli uporabniško ime in geslo, s katerim se dostopa do virtualnega kampusa in platforme, kamor je treba naložiti različne dokumente: fotokopijo potnega lista, javnega (EU kartica) in zasebnega zavarovanja, learning agreement podpisan z vseh strani, potrdilo o polnem cepljenju proti covidu in svojo fotografijo. Learning agreement sem jim poslala konec maja in je bil hitro podpisan. Pomembno je po mailu kontaktirati akademskega koordinatorja fakultete za zdravstvene vede, drugače sporazuma ne bodo podpisali! Deadline za naložitev podpisanega sporazuma je bil 18.6.2021. Na začetku septembra smo s faksa prejeli mail, kaj jim še moramo posredovati za pridobitev vpisnega lista (matricula): podpisan learning agreement, fotokopija letalske karte, knjižica o cepljenju, potrdilo o nekaznovanosti (ki se ga v Sloveniji dobi samo v slovenščini, zato je treba plačati 30€ za prevod v angleščino/španščino) in Confirmation of student mobility, ki se ga pred odhodom na izmenjavo dobi po pošti skupaj s pogodbo o štipendiranju. Confirmation of student mobility so mi digitalno podpisali. Na mail smo dobili še obrazec za pridobitev kartice za vaje v bolnišnici, priložiti je bilo treba tudi fotografijo. Na začetku septembra smo preko maila lahko izbrali jezikovni nivo in lokacijo predmeta španščine, ki se ga lahko vnese v učni sporazum.

Slabost so bile do sedaj predvsem administrativne in organizacijske težave, ampak na koncu se je vse rešilo. Druga stvar, ki me je motila, je bila organizacija izpitnih obdobij. Španci imajo za vsak izpit samo 1 reden rok. Izredni rok tako za prvi kot za drugi semester je šele julija. S kolokviji sem sprti lahko opravila samo Španščino in ginekologijo, delno pediatrijo. Nato pa v vsakem semestru 4 izpiti v zelo kratkem časovnem obdobju; zaradi tega se mi je zdelo, da se na izpite nisem mogla tako dobro pripraviti, kot doma. Čas pisanja je bil ponavadi zelo omejen in so ga zaradi Erasmus študentov podaljšali samo pri Pediatriji, ampak tudi za španske študente. Poleg tega so ocene povprečno med 6-8.

Ovire: letos smo vsi Erasmus študenti imeli težave s pridobivanjem NIE (Número de Identidad de Extranjero), saj stara navodila očitno niso več aktualna. V prvem semestru smo kar brez naročanja lahko šli v Oficina de Extranjeria (lokacija: Plaza de Concordia), kjer poveš, da si Erasmus študent. V drugem semestru je bilo potrebno vnaprej rezervirati termin. S sabo moraš prinesiti osebno izkaznico ali potni list + fotokopijo, EU zdravstveno kartico + fotokopijo, fotokopijo nastanitvene pogodbe za najmanj 6 mesecev, fotokopijo podpisane matricule (vpisni list) ali učnega sporazuma. Nato s svojimi podatki izpolniš obrazec in čez 2 tedna že lahko prevzameš NIE ter rezerviraš termin za prijavo prebivališča (Empadronamiento).

Zelo sem zadovoljna z izbiro destinacije. Otok omogoča ogromno možnosti za potovanja po drugih otokih, celinski Španiji in Afriki, izlete, športne aktivnosti (surf, plesni tečaji, joga na plaži, odlični fitnessi, hribi...) in druženje, v mestu se vedno odvijajo različni dogodki. Najem avtomobilov je tudi preprost, zelo priporočam Cicar.

Izmenjava je bila najlepše obdobje mojega življenja in jo priporočam vsem, ki jih zanima spoznavanje novih krajev in ljudi.

### 43. ŠPANIJA – Univerza v Kantabriji (Maja Ravnikar Zabukovšek)

Santander, glavno mesto Kantabrije, se nahaja tik ob morju. Čeprav je temperatura vode večino leta premrzla za kopanje, tamkajšnji prebivalci vseeno obiskujejo plaže za sprehajanje psov, igranja igre, podobne tenisu, ki se imenuje 'padel', zaradi visokih valov pa je možno tudi surfanje. Klima je skozi celo leto zelo prijetna, pozimi ni premrzlo in poleti ni prevroče. V bližini se nahajajo manjši kraji in vasi, ki so vredni obiska zaradi svoje zgodovinske in kulturne dediščine, če pa si bolj športnega tipa, se lahko vzpneš na kakšen hrib ali goro. Možnost imaš obiskati Oviedo in Bilbao, glavni mesti sosednjih regij, ki sta oddaljeni le dve uri. Čeprav je Santander manjše mesto, je dogajanja veliko in ne manjka dogodkov, na katerih lahko spoznaš nove prijatelje. Za vsakega se nekaj najde, od zabav do izletov do športnih aktivnosti in še marsikaj drugega.

Nastanitev sem našla preko podjetja emancipia, ki je urejalo vse, od pogodbe do predaje ključev, tako da stika z lastniki sploh nisem imela. Moje stanovanje se je nahajalo blizu bolnišnice, zato sem lahko na vaje hodila peš, ampak je bil zaradi tega center mesta bolj oddaljen. Za svojo sobo sem plačevala 210 evrov mesečno in še dodatnih 50 evrov za stroške. Imela sem srečo in bila z nastanitvijo zelo zadovoljna, toda v izbiri je vedno malo loterije, saj nikoli ne veš točno, na kaj boš naletel. Možnosti je drugače veliko, odvisno od tega, kaj iščeš, cene pa so večinoma med 200 in 300 evri. Za prevoz po mestu sem uporabljala lokalni avtobus. V trgovinah Tabacos (tamkajšnje trafike) si lahko kupiš avtobusno kartico in si gor naložiš denar, vsaka vožnja stane 66 centov, če pa nimaš avtobusne kartice, potem moraš plačati 1,30 evra. Cene v trgovinah z živili so bile nižje od naših, hrana in pijača v restavracijah pa sta občutno dražji. To še posebej velja za nas, ki smo navajeni na študentske bone. Najbolj ekonomično je kuhati doma, ampak kdaj pa kdaj si je treba privoščiti tudi kakšno paello ali rabas in drugo morsko hrano, obvezno pa ogromne sladolede Regma.

Ves postopek pred prihodom in tisti prvi teden na izmenjavi je bil malo zapleten, ampak če pozorno slediš navodilom, potem ne bi smel imeti problemov. Iz mednarodne pisarne so bili prijazni in

odzivni na naša vprašanja. Opravljala sem 6 tednov vaj iz Interne medicine (Clínica médica) in 6 tednov iz Kirurgije (Clínica quirúrgica). Za oboje sem se morala sama dogovarjati z nosilci predmetov. Boljše je, da jih že prej kontaktiraš, da vedo, da morajo računati na še enega dodatnega študenta, saj pogosto pozabijo na tiste na izmenjavi. Tamkajšnji študenti 6. letnika so imeli drugačen urnik in obveznosti, zato z njimi nisem imela veliko stika, vseeno pa se je dobro pridružiti njihovim skupinam na WhatsApp-u in izvedeti, kdo je predstavnik letnika, da veš, koga vprašati, če kaj potrebuješ. Vaje so mi bile v redu. Zelo mi je bil všeč odnos med študenti in zdravniki, saj je ustvarjal pozitivno okolje, v katerem je bilo veliko medsebojne podpore in kolegialnosti. Vseeno pa nisem imela toliko priložnosti vključiti se v klinično delo, kot bi si morda želela. Vloga študentov je bila večinoma, da spremljajo, kaj se dogaja. Včasih se te kdo od specializantov usmili in ti naloži kakšno nalogo. Svetujem ti, da vseeno sprašuješ, ali bi lahko pogledal to ali ono, še posebej če te kaj zanima, ker ti sami ne bodo ponudili, zavrnilo te pa tudi verjetno ne bo.

Vaje v Hospital Universitario de Marquez de Valdecilla so potekale v španščini. Verjetno se tam ne bi toliko naučila, če jezika ne bi znala, zato vsem, ki se odpravljate na izmenjavo v Španijo svetujem, da dosežete vsaj neko vmesno stopnjo, še posebej če boste opravljali samo vaje. Čeprav načeloma prebivalci Kantabrije govorijo lepo, so zdravniki v bolnišnici iz vseh regij v Španiji in nekateri tudi iz Latinske Amerike. Slišiš torej več različnih narečij; ena so lažje razumljiva kot druga. Seveda to ne pomeni, da moraš znati perfektno. Ko sama nisem razumela določenih izrazov, včasih tudi zelo osnovnih, so mi z veseljem pojasnili, kaj pomenijo. Če španščine ne poznaš dobro, potem ti svetujem, da si izbereš predmete, ki so sestavljeni pretežno iz predavanj, saj je takrat lažje slediti snovi. Na splošno so vsi veseli, da se trudiš govoriti špansko, čeprav včasih poveš kaj narobe.

Zaenkrat še nisem srečala nobenega, ki ne bi bil navdušen nad svojo izkušnjo mednarodne izmenjave, in zdaj vem, zakaj. Dobila sem nove, fantastične prijatelje, videla čudovite kraje in si ustvarila epske spomine, ki jih ne bom nikoli pozabila. Za več nasvetov mi lahko pišeš na: [ravnika.maja@gmail.com](mailto:ravnika.maja@gmail.com)

#### 44. ŠPANIJA – Avtonomna univerza v Madridu (Veronika Brundula Blatnik)

Na študijsko izmenjavo sem se odpravila v 2. semestru. Ta se je uradno začel 31. januarja, jaz sem v Madrid prišla nekaj tednov prej in pričela z iskanjem stanovanja. Prav za prav, iskanje stanovanja sem že začela mesece prej, preko portala idealista.com. Ampak v Madridu je treba to narediti osebno, ker virtualno ni mogoče urediti skoraj nič. Ljudje ne zaupajo tujcem, tudi če si Erasmus študent. Zelo težko doseči dogovor, običajno so se ljudje strinjali s tabo za najem in si se dogovoril, ko je pa bil dan podpis pogodbe, so ti pa povedali da so rajši dali drugemu. Tako sem za trenutek pomislila, da ne bom dobila stanovanja in da se bom vrnila v Ljubljano ter odpovedala izmenjavo. Na koncu sem dobila stanovanje v bližini bolnišnice, in sem morala vzeti malo bolj drago stanovanje, ker je to bilo edina možnost. Cena je bistveno višja (za 2x več) kot v Ljubljani, tako da sem vso štipendijo porabila samo za najemnino. Pouk na UAMu se izvaja v 4ih različnih bolnišnicah. O tem, katera bolnišnica ti je bila dodeljena, te obvestijo nekaj tednov pred začetkom izmenjave – meni so določili Fundacion Jimenez Diaz, bolnico, ki se nahaja v soseski Moncloa, ta soseska je ena od najboljših v Madridu in zato so najemnine tudi bolj drage.

Moj predmetnik so sestavljali pediatrija, ginekologija in porodništvo, ORL, oftalmologija, oralna in maksilofacialna kirurgija, endokrinologija (vaje + izpit) in onkologija (samo vaje). To so predmete iz 4. in 5. letnika na UAMu. Urnik pa imajo tako, da en dan imajo teorijo in naslednji dan imajo vaje. Vaje in predavanja se ne ujemajo. Vsak predmet ima 3 ali 2 tedne vaje. Ko sem prišla so me razporedili vaje in sem jih imela vsak dan, ker sem imela predmete od 4. in 5. letnika. Naprimer imela sem vaje pediatrije v ponedeljek, sredo in petek ter endokrinologijo v torek in četrtek, itd. Vaje sem vse naredila, ampak nisem mogla na predavanja, ker so se mi prekrivala z vajami.

Predavanja niso obvezna, vendar zelo priporočljiva, posebno za reševanje izpitnih vprašanj. Vaje so pa zelo dobre, si ena na ena z mentorjem. Večina mentorjev je na vajah bila zelo simpatična in pedagoška. Tudi so me spodbujali da sem naredila sama kakšne postopke. V operacijski sobi sem vedno asistirala in so me razložili vse postopke. Običajno pa greš domov in napišeš kar si ta dan doživel in kaj si se naučil, teorijo in klinične primere (cuadernos de practicas) moraš na koncu vaje oddat in se ocenjujejo. Brez tega ne smeš na izpit. Pri enih predmetih kot ginekologija in porodništvo to velja za tretjino oceno. Tako da je precej zahtevno, ampak se ogromno naučiš. Osebnostno sem delala z užitkom. Vse pa poteka v španščini. Dobro znanje jezika je pogoj za uspešno izmenjavo, saj so Španci zelo ponosni na svoj jezik in kulturo. Študenti na izmenjavi nimajo nobene posebne obravnave, ravno zaradi tega, ker pouk ne poteka v angleščini. Skratka moraš znat napisati poročila v španščini. So pa zelo veseli če špansko znaš in si iz Slovenije. Spoznala sem tudi zdravnike, ki so bili na ERASMUS izmenjavi v Sloveniji in imajo lepe spomine njihovo izkušnjo. Izpiti so zelo težki in skoraj vsi pisni. Imajo samo dva roka (ordinario y extraordinario). Ginekologija in porodništvo, in pediatrija so letni predmeti. Tako da kadar sem prišla so mi rekli da se moram pogovoriti s predstojniki katedre, da naredijo izjemo in mi dovolijo opravljati izpit. Za Ginekologijo, sem naredila izpit drugega semestra, potem pa sem šla še na ustni izpit v 2. rok. Za pediatrijo mi je predstojnik rekel da naj pridem na drugi rok ker so že imeli poletni izpit januarja, in da bom pisala vse skupaj. Pri pediatriji nimajo ustnih izpitov. Tako da sem se pripravila za drugi rok, ampak sem dobila COVID in nisem mogla na izpit. Isti teden ko sem bila bolna, bi morala narediti izpite za ORL, endokrinologijo in oftalmologijo. Tako da te izpite, zaradi bolezni nisem opravila na UAMu. Sem pa naredila vse vaje in tudi ustni praktični izpit za ORL in oftalmologijo. Tudi vse vaje in seminar za endokrinologijo in onkologijo. Oralna maksilofacialna kirurgija sem oboje vaje in izpit naredila na UAMu tako tudi za ginekologijo in porodništvo. Za pediatrijo sem naredila 3 tedne vaje, veliko več kot bi bilo v Sloveniji za naš predmet ker je tam 9 KR, pri nas pa 4 KR.

Življenje v Madrid se vrti v njihovih FERIAS, FIESTAS in nogomet. Letos je bilo izjemno ko je Real Madrid zmagal prvenstvo in se je slišalo kako celo mesto praznuje. Zelo zanimivo je bilo doživeti naravne pojave kot so KALIMA in več kot 40 stopinj C. Zgodovina Španje je zelo bogata in okoli Madrid je ogromno turističnih točk za poznati in uživati.

Izmenjava v Madridu je bila izjemna izkušnja, večinoma mentorjev so bili zelo prijazni in dobri učitelji. Izjema je bila pri oftalmologiji, ta predmet bi rajši priporočila pri nas. Malo zmeden je bil, izpit je zelo težek in pri vajah ni bilo veliko časa da so te kaj razložili. Tudi poleg dobro znanje španščine, bi priporočila celo letno izmenjavo in tako da se bi samo predmete od 4. letnika ali 5. letnika vzel. Jaz sem imela 40 kreditov kar je bilo preveč za en semester. Hvaležna sem za to izmenjavo, prakse so me bile zelo všeč in upam da bom lahko šla nazaj na prakso ker večinoma mentorjev so bili veseli da so me imeli in takoj vključili v delo s pacientom. Tudi se ogledaš veliko različnih primerov, ker je Madrid veliko mednarodno mesto. Tako da toplem priporočam izmenjavo, posebno v Hospital Fundacion Jimenez Diaz.

#### 45. ŠPANIJA –Univerza v Salamanci (Irena Tavčar)

Salamanca je arhitekturno in zgodovinsko izredno bogato mesto, na vsakem sprehodu lahko odkriješ kaj novega, lepšega in bolj zanimivega. Poleg tega je mesto mladih – energija mesta je živahna in sproščena. Ljudje, ki jih srečaš na ulici, so spoštljivi in mesto samo deluje varno, čeprav velikokrat prejmeš opozorila s strani domačinov, da je potrebno paziti na svojo denarnico. Za nastanitev imaš ogromno možnosti – tako finančno in lokacijsko različnih, kot tudi glede na želje tipa stanovanja. Lahko si izbereš poceni študentsko sobico v večjem stanovanju za študente (cena med 150-200eur), ali pa boljše opremljeno stanovanje z manj sobami (cena okrog 250-300eur). Za izbiro stanovanja predlagam aplikacije kot so Idealista, Spot a home ipd. Da je izbira stanovanja varna, ti priporočam video klic z lastnikom, poleg tega se ne pozabi pozanimati o pogodbi. Poleg

tega je pomembno, da se lotiš iskanja stanovanja cca 2 meseca prej, sploh če si izbirčen, saj je povpraševanje veliko in na koncu ostanejo manj zaželena stanovanja. Študentski domovi ne pridejo v poštev, saj niso subvencionirani in zato lahko zanje odšteješ tudi do 600 eur. Okvirni življenjski stroški so primerljivi s slovenskimi.

Pričakuj, da bodo na fakulteti neodzivni v času poletnih počitnic, zato uredi vso potrebno dokumentacijo pred majem, ali pa potrpežljivo počakaj na september (ko se faks že začne). Mi smo vsi (z domačimi študenti vred) urejali LA in vpis še drugi teden od pričetka faksa. Na koncu se seveda vse uredi, ampak pričakuješ lahko, da se boš moral prilagoditi na počasnejši in manj učinkovit ritem v administracijski službi. In seveda – vse poteka v španščini, Erasmus koordinatorica pa govori tudi angleško. Jaz sem izbrala šest tednov vaj iz interne medicine in šest vaj iz kirurgije, poleg tega pa še dva izbirna predmeta. Za slednja sem se morala pošteno boriti, saj so bila najbolj zaželena septembra že zapolnjena. Če si kakšnega izbirnega predmeta izredno želiš, pristopi direktno k profesorju in izrazi željo, da se želiš priključiti predmetu, in prepričana sem, da ti bodo profesorji ustregli. Vaje iz interne medicine in kirurgije se tu opravlja v sklopu Rotatorio V, po tri tedne si na enem od oddelkov. Koordinatorici Rotatorio V moraš natančno in čimprej povedati, kje si želiš opravljati vaje, da te razporedi na oddelke, ki jih potrebuješ. V nasprotnem primeru se lahko zgodi, da te razporedi tudi na oddelke oftalmologije/nevrologije/družinske medicine in druge. Poleg tega sem želela opravljati tudi pediatrijo, ki je na tukajšnji fakulteti v sklopu Rotatorio IV, vendar se Rotatorijev med sabo ne da kombinirati, zato sem se uspela dogovoriti samo za en teden vaj izven Rotatoria IV. Aja, še to – predmete lahko izbereš s pomočjo njihovega študijskega režima, vendar ti priporočam, da stopiš v direktni stik s koordinatorji predmetov, so še najbolj odzivni na elektronsko pošto. Lahko pa vprašaš tudi mene. ;) Način študija – v 4., 5. in 6. letniku imajo tri mesece vaj, ostalo imajo pa teoretične predmete. Izbirni predmeti so bolj za »okras«, za nabiranje ECTS, ne pričakovat preveč, čeprav imajo tudi nekatere, ki jih v Sloveniji nimamo (npr. seksologija). Na izbirnih predmetih poskušajo ustvariti čim več diskusije, na vajah pa si malo manj samostojen kot pri nas, ampak vseeno se lahko veliko naučiš. Marsikdaj ti bodo mentorji na vajah sami ponudili, da ostaneš še kakšen teden pri njih.

Šesti letnik je za španske študente sicer precej naporen, ker se pripravljajo na izpit MIR, poleg tega pa imajo še vaje in izpite. Za nas, ki smo opravljali samo vaje in izbirne predmete, pa je bilo precej lažje. V bolnici vsi govorijo špansko, redko kdo govori angleško, če se ti kje zatakne, ti lahko pomagajo sošolci, ki v večini vsaj malo govorijo tudi angleško. Priporočam, da se odpraviš sem z znanjem španščine vsaj B1, sicer pa se lahko hitro naučiš jezika, če si sam zainteresiran za to. Razumejo tudi tvojo malo bolj polomljeno španščino in razumejo, če se ti kje zatakne. Če si želiš vzpostaviti prijeten odnos z mentorji, je dobro imeti osnovno znanje španščine, saj so zelo klepetavi in jim veliko pomeni, če si tudi ti.

Velik stres je predstavljal vpis na fakulteto zaradi njihove neučinkovitosti in neodzivnosti. Glede tega bi predlagala, da se čim manj obremenjujete, ker bodo vse potrebno uredili, samo potrebovali bodo več časa.

Prednosti izmenjave – vse skupaj je malo bolj »na izi« kot pri nas, zato si lahko privoščiš biti bolj sproščen, kljub temu pa se boš veliko naučil, če imaš sam željo po tem. Zelo dobro se lahko naučiš jezika. Na voljo imaš izbirne predmete, ki jih pri nas nimamo – npr. če te zanima seksologija. Ostale prednosti pa bi dala v koš »osebne rasti in uresničevanja«.

Poleg tega bi rada izpostavila njihovo Erasmus koordinatorico, ki je bila sicer v začetku zaradi nenadne predaje funkcije malo zmedena, vendar je kasneje uspešno prevzela vlogo in se tudi zblížala s študenti. Vedno nam je bila na voljo (tudi preko Whatsapp), uredila je vse potrebno, kar smo jo prosili in skrbela za naše dobro počutje. Na koncu smo se prav s težkim srcem poslovili.



Če si želiš izmenjave v študentskem mestu, kjer se res veliko dogaja, je Salamanca prava zate, saj je ESN študentska mreža tam res aktivna, pripravljajo veliko študentskih aktivnosti, izletov in zabav.

## 46. ŠPANIJA –Univerza v Salamanci (Tia Knific)

### Destinacija izmenjave

Že od svojega prvega obiska Španije sem vedela, da želim tekom svojega študija, ne glede na smer le-tega, iti na izmenjavo v Španijo. Čeprav Salamanca ni bila moja prva izbira, se je izkazala za najboljšo.

Salamanca je večje špansko mesto, ki se nahaja na polovici poti med Portugalsko mejo in Madridom. S svojo centralno lega je hkrati tudi odlično izhodišče za potovanje (sama sem v tem času obiskala Madrid, Porto, Lisbono, Bilbao, Sevilla, Leon, Cadiz, Jerez de la Frontera, Bejar, Sierra de Francia). Gre za čudovito mesto, ki je zgrajeno v tako imenovani piedri franci, zaradi katere ima tudi vzdevek Zlato mesto. Čeprav naj bi bili ljudje iz pokrajine Castilla y Leon »muy secos« za španske kriterije, so v primerjavi z drugimi evropskimi narodi še vedno nadvse topli in odprti, se pa pozna, da je mesto vedno pripadalo bolj konzervativim in krčansko usmerjenim idealistom. Salamanca je dom najstarejši univerzi v Španiji, ki jo še danes vsako leto obiskuje več kot 30.000 študentov, kar se močno občuti tudi na živahnem mestnem vzdužju in neskočni izbiri aktivnosti, ki se jih lahko udeležiš (tudi v času COVID-19).

V Salamanca sem prispela 31.8.2021 prek letališča v Madridu (Iberia v juliju in avgustu leti iz Ljubljane v Madrid), študijske obveznosti pa so se pričele 6.9.2021 in tako sem imela teden dni za spoznavanje mesta, urejanje podrobnosti in integracijo v erasmus življenje. Z izmenjavo sem z oddajo zadnje pisne naloge zaključila 15.1.2022 in se spet prek Madrida vrnila na dunajsko letališče.

### Epidemija

Glede na situacijo v Španiji v začetku pandemije, nisem vedela, kaj pričakovati, na koncu pa je bilo stanje mnogo boljše kot v domači Sloveniji. Španci imajo izredno visoko precepljenosti in so pa vajeni nositi maske tako na zunaj kot notri na javnih mestih. Nizko število okužb je tako omogočilo zelo sproščeno in prosto življenje, ki je v vseh pogledih zgedalo precej kot v časih pred pandemijo (PCT pogoj sem pokazala le na madridskem letališču).

### Nastanitev

Z iskanjem sobe sem začela s pričetkom avgusta, našla pa sem jo par dni pred odhodom na izmenjavo. Stanovala sem v trisobnem prijetnem stanovanju v 4. nadstropju. Ker gre za študentsko mesto, je ponudbe veliko, vseeno pa si moraš vzeti čas, da iz nabora najdeš sobo s primerno ceni, lokacijo, sostanovalci, opremo itd. Cene povprečne zasebne sobe se gibljejo med 170 in 350 euri, moji stroški so bili med 25 in 40 euri.

### Okvirni življenski stroški

Cene hrane so večinoma primerljive s Slovenijo (Mercadona, Dia, Carefour, Lidl), hrana v restavracijah pa je poceni, dokler naročaš tapase (1,5-3,5 eur), medtem ko so večji obroki nekaj eurov dražji v primerjavi s slovenskimi. Ker je Salamanca dokaj majhno mesto, lahko večinoma poti prehodiš peš, možen pa je tudi najem mestnih koles za 13 eurov na leto (kolesarji so redkost v tem mestu). Cena mestne avtobusne vožnje je 1,05 eur. Obvezni strošek na izmenjavi je tudi Seguridad de Movilidad, ki ne glede na trajanje izmenjave stane 93,5 eur (od tem zavarovanju ni potrebno sklepati dodatnih zdravstvenih zavarovanj za tujino). Za vse izlete po Španiji je logistično najboljša izbira BLABLA CAR (npr. 400 km vožnje od Salamance do Bilbao =16-18 eur).

### Prijavni postopki

Na izmenjavo v Salamanci sem se prijavila po odpovedi izmenjave v Granadi (konec aprila 2021), zato so bili vsi prijavni postopki rahlo zamaknjeni. Vseeno pa je pomembno poudariti, da vsa birokracija v Španiji poteka izredno počasi in te velikokrat že popade obup, nato pa ti Španci rečejo »Calma, calma« in to nekako moraš sprejeti. Na elektronsko pošto poleti odgovarjajo izredno počasi

in gredo na dopust za celotni mesec avgust. Tudi po prihodu v Salamanca je bilo urejanje LA in čakanje na Matriculo ter študentsko izkaznico pravi preizkus potrpežljivosti. Po začetni zmede se je stanje izboljšalo in na koncu izmenjave sem bila res hvaležna in vesela, da sem spoznala erasmus koordinatorko Marino.

### Študij

Ker sem se na izmenjavo odpravila v 6. letniku, sem se odločila, da v Španiji opravljam 6 tednov vaj iz Interne medicine (Interne medicine in Kardiologije) in 6 tednov vaj iz Kirurgije (Ezofagogastrična kirurgija in Torakalna kirurgija), izbirni predmet Medicina alternativa y complementaria in izbirni predmet Historia de enfermedades infecciosas ter 1 teden Pediatrije. Če bi bilo mogoče, bi naredila še več vaj, a to zaradi ogromnega števila vseh študentov medicine v Salamanci sploh ni bilo mogoče. Ves pouk poteka v živo, vsak izbirni predmet traja dve uri vsak teden v popoldanskih urah v 1 trimestru in vaje trajajo večinoma od 9-14 ure. Sama izkušnja z izbirnima predmetoma je bila zelo pozitivna, saj sem imela prvič v skopu študija medicine stik v malo bolj filozofskim vidikom medicine, kar se je izkazalo za zelo zanimivo. Pri vajah pa v Španiji po večini opazuješ, včasih tudi asistiraš pri kirurških vajah (če je malo specializantov). Profesorji in zdravniki te z veseljem sprejmejo in odgovorijo na vsa tvoja vprašanja in ti po večino čimbolj želijo predstaviti svoje področje dela (kljub mizarnim plačilom). Pri tem bi še posebej pohvalila Kardiologijo v Salamanci, ki je res na zelo visokem nivoju. Oddelkov, na katerih želiš delati vaje, si ne moreš izbrati sam.

### Jezik

Celotna izmenjava poteka v španščini, angleščina ni v veliko pomoč. Osebnostno sem bila vedno navdušena nad španščino, obiskala sem tudi tečaje na ŠOLT-u in imela pred odhodom nekje med nivojem B1. Po prihodu v mesto sem se udeležila odličnega 20-urnega tečaja (115 eur) pri Colegio Espana, veliko pa se naučiš tudi s samo uporabo jezika (španščina v regiji Castilla y Leon je najbolj avtohtona). Vseeno menim, da popolnoma brez znanja španščine od izmenjave ne bi odnesli veliko.

Prednosti in slabosti izmenjave Španija je definitivno država odlične energije, sproščenosti, odprtosti in nasmehov, kar ti da občutek sprejetosti od prihodu v mesto in te hkrati vedno znova navduši, ko vidiš odnose med zdravniki ter med zdravniki in pacienti. Tudi sami mentorji in profesorji so izredno odprti, prijateljski in ti nikoli ne dajo občutka superiornosti. Delo v takem okolju je izjemno stimulativno. Izmenjava v Salamanci je odlična tudi iz vidika velike erasmus skupnosti, ki ti nikoli ne pusti čutiti osamljenosti, saj je vedno nekdo, ki bi šel rad na tapas, nekdo, s katerim greš na salso in spet druga oseba, ki gre s tabo na izlet v Leon. Slaba stran Salamance pa je zagovoto negotovost, ki pride s špansko mentaliteto, neorganiziranim referatom fakultete in velikim številom študentov. Težav pa nismo imeli le erasmus študenti, temveč tudi domači študenti.

Izmenjavo v Španijo bi priporočala prav vsakemu, če ne zaradi drugega, ker iz izmenjave prideš s precej bolj sproščenim in nasmejanim pogledom na življenje :D.

Za več informacij pa lahko napišeš na [tia.knific@hotmail.com](mailto:tia.knific@hotmail.com)

## 47. ŠVEDSKA – Univerza v Göteborgu (Eva Jančič)

V drugem semestru 6. letnika 2021/2022 sem odšla na izmenjavo na Švedsko, sprejeli so me na Sahlgrenska akademien, Göteborgs universitet. V Göteborgu opravljaš Primarno zdravstveno varstvo ter izbirni predmet Raziskovanje v družinski medicini v sklopu Network Primary Health Care (NPHC) research elective. NPHC research elective ne sodi v program splošne medicine v Göteborgu, zato na spletni strani Sahlgrenska akademien ni omenjen, ampak ima omenjeni program svojo spletno stran, kjer lahko najdete opis in namen programa (<https://nphc.eu/research-topics/>). Če imate kakršnakoli vprašanja se lahko obrnete tudi na njihovega koordinatorko, v

mojemu primeru je to bil Hakan Persson (e-mail: hakan.persson@gu.se). V Göteborgu torej opravljaš NPHC research elective, ki se na medicinski fakulteti v Ljubljani prizna kot Primarno zdravstveno varstvo ter kot izbirni predmet Raziskovanje v družinski medicini. Nosilca navedenih predmetov na medicinski fakulteti v Ljubljani sta dr. Danica Rotar Pavlič in dr. Igor Švab, z njima poteka komunikacija glede priznavanja predmetov. Po sprejetju na izmenjavo, sem kontaktirala mentorja na Švedskem, dr. Bledar Daka, s katerim je nato potekala vsa nadaljna komunikacija glede izmenjave. Ker sama izmenjava ne poteka kot klinične vaje in izpit in ne poteka celoten semester, ampak približno 3 mesece, si sam izbereš datum, kdaj boš izmenjavo opravljal. Jaz sem si izbrala obdobje med 28.02.2022 – 30.06.2022, sprva bi morala ostati samo do 06.06.2022, ampak sva nato z mentorjem želela objaviti moje delo kot članek, tako da sem izmenjavo podaljšala. Pred prihodom na Švedsko, ti Univerza v Göteborgu ponudi možnost, da najdeš nastanitev preko njihovih študentskih domov, kar priporočam, saj je postopek precej preprost in prav tako imaš zagotovljeno nastanitev. Cene najemnin se razlikujejo glede na to ali imaš lastno kuhinjo ali si jo deliš z drugimi, okvirno so najemnine med 350€ in 600€/mesec. Po prihodu na Švedsko sem se z mentorjem dogovorila za prvi sestanek, kjer mu lahko omeniš, če te kateri del medicine posebej zanima in bi ga rad raziskal, po izbiri teme, mi je mentor pustil približno en teden za iskanje člankov in za postavitev moje hipoteze. Po izbiri teme in hipoteze mi je mentor predal zbrane statistične podatke, nato se je pričela statistična obdelava podatkov, preko katere sem iskala potrditev ali zavrnitev svoje hipoteze. Z mentorjem sem se dobila enkrat tedensko, kjer mi je odgovoril na vsa vprašanja, me usmerjal. Na splošno gre za individualno delo, sam iščeš katere statistične metode bi bile primerne, iščeš članke, ki sovpadajo s tvojo temo in pišeš svojo raziskovalno nalogo. V sklopu raziskave je tudi predstavitev svojega dela pred mentorjem in nekaterimi njegovimi sodelavci, ki traja največ 20 minut. Celotno raziskovalno delo je bilo zelo zanimivo in poučno, saj se učiš statistike na konkretnih podatkih. Zelo sem bila zadovoljna z mentorjem, ki te res spodbuja, da samostojno raziskuješ in se na njega obračaš že z vnaprej pripravljenimi vprašanji. Prav tako mentor predlaga, da delaš v njihovih prostorih blizu Sahlgrenske bolnišnice, kjer imajo posebno sobo za raziskovalce, ampak lahko delaš tudi od doma/v knjižnici. Kot sem že omenila je delo samostojno, kar pomeni, da si moraš sam organizirati čas, kdaj, kje in kako boš delal, prav tako se veliko statistike moraš naučiti sam. Meni je tak način dela zelo ustrezal, saj si lahko sam organiziraš dneve. Razen študija, pa je v Göteborgu življenje zelo pestro, študenti vseh zdravstvenih ved (splošna medicina, dentalna medicina, dietetika, zdravstvena nega ..) na Sahlgrenska akademii imajo posebno organizacijo imenovano INTET SAKS, ki organizira dogodke za vse študente medicine, kot so taco night, easter dinner, odbojka, obiska zabavišnega parka, obiski pubov in zabav. Na navedenih dogodkih imaš priložnost spoznati druge študente na izmenjavi kot tudi študente medicine tukaj na Švedskem. Prav tako univerza v Göteborgu organizira brezplačni tečaj Švedščine, ki ga toplo priporočam, na tečaju sem spoznala veliko ljudi iz različnih koncev sveta in tudi spoznala dve prijateljici, s katerimi smo si sedaj zelo blizu. Tečaj poteka enkrat na teden, 3 ure in je zelo zanimiv. Göteborg ponuja tudi veliko izletov, saj ima raznoliko naravo. Čeprav je primarni cilj izmenjave raziskovalno delo in pridobivanja znanja iz statistike, mi je mentor omogočil tudi obisk njegove ambulante družinske medicine kot tudi ambulante družinske medicine njegovega sodelavca malo izven Göteborga. Prav tako so mi sošolci, ki sem jih spoznala na aktivnostih omogočili obisk oftalmološke klinike, tako da je obisk klinike in opazovanje kliničnega dela na Švedskem tudi možen, če si to seveda želite. Izmenjavo bi priporočala vsem, ki jih zanima Švedska, raziskovalno delo in si želijo izkusiti nekaj novega.

#### 48. ŠVICA – Univerza v Zürichu (Aljaž Pirc)

S pripravo na izmenjavo sem pričel malo več kot eno leto pred dejanskim začetkom. Začelo se je s prijavo in nato nominacijo s strani MF. Po opravljenih teh postopkih, sem lahko pričel z organizacijo samega poteka izmenjave. V Zürichu sem opravljal vaje iz Interne Medicine v Mestni bolnišnici Triemli (Stadtspital Triemli Zürich) in Kirurgije na Univerzitetni Bolnišnici

(Universitätsspital Zürich). Pri organizaciji vaj mi je veliko pomagala gospa Monique Dupuis iz dekanata Medicinske Fakultete in pristojni v posamezni bolnišnici. V bolnišnicah v Švici pričneš z vajami vedno prvega v mesecu in tudi trajajo večkratnik enega meseca, dobiš pa tudi vsak mesec dva prosta dneva. Razporejanje na oddelke poteka tik pred začetkom meseca, torej za to ni potrebno skrbeti vnaprej. Kot član bolnišničnega tima, imaš možnost nastanitve v stanovanjih za osebje, kjer biva tudi veliko drugih študentov medicine, predvsem PJ-lerjev iz Nemčije, glavna prednost pa je to, da je to nastanitev relativno enostavno dobiti, samo prijaviš se okoli dva meseca pred svojim začetkom in to je bolj kot ne to. Za Züriške razmere je tudi najemnina zmerna. Sicer si lahko nastanjen le za čas trajanja vaj na določeni bolnišnici, zato sem se jaz mogel enkrat vmes seliti, ampak tudi to poteka brez večjih težav. Ker si v Švici je potrebno pričakovati, da se moraš prej ali slej navaditi na uporabo ali pa vsaj razumevanje švicarske nemščine. To sem sicer veliko več poslušal v Triemlju, saj je tam več zdravnikov švicarjev, na univerzitetni bolnišnici je namreč večina nemcev. Na začetku se glede tega resda malo loviš, ampak ti tudi nekako pride v uho. Kot pripravo priporočam gledanje švicarske televizije ali pa morda vsebin na Youtubu, kjer se tudi lahko najde dovolj švicarske nemščine.

Zürich je čudovito mesto, kvaliteta življenje je zelo visoka, je pa v primerjavi z veliko drugimi mesti po Evropi kot se za Švico spodobi kar drago. Štipendija ki jo dobiš niti ne pokrije stroškov najemnine v celoti prav tako več stane tudi hrana, transport in tako dalje. Živila so cenejša v Aldiju, Lidlu in Dennerju, sledi Migros, zagotovo najdražji pa je Coop. Ob nedeljah so trgovine načeloma zaprte, razen na glavni železniški postaji, kjer imaš en Coop in celo dva Migrosa. Mesečna mestna vozovnica za javni promet za mlade stane 62 chf, posamezna vozovnica za eno uro pa 4,4 chf oziroma 2,7 chf za krajše razdalje. Za mobilni telefon sem uporabljal Yallo Swype, ki deluje na omrežju Sunrise in stane 20 frankov na mesec, s tem, da je prvi mesec brezplačen prav tako pa lahko naročnino kadarkoli prekličeš brez stroškov. Ob priselitvi je seveda potrebno prijaviti začasno prebivališče, kar narediš na pristojnem ti. Kreisbüro-ju, za to pa je potrebno plačati 55 frankov, dobiš pa še nekakšno osebno izkaznico.

Na Univerzi in medicinski fakulteti sicer nisem imel prav veliko stvari, saj nisem obiskoval nobenih predavanj, niti nisem imel izpitov, edini stik je bilo urejanje zadev na začetku in na koncu. Vseeno pa imaš kot študent kar nekaj ugodnosti, na primer znižane cene hrane v univerzitetni menzi, kar je dejansko najcenejša ponudba kar jo je tam najti. En obrok tako stane približno 6 -7 frankov, na primer v bolnišnicah stane okoli 10. Na voljo je tudi brezplačna in izjemno obsežna ponudba športnih aktivnosti, ki jih lahko obiskuješ, za več informacij glede tega si oglej spetno stran asvz.ch Na vajah delovni dan traja relativno dolgo, tudi zjutraj začneš kar zgodaj, tako da vsak dan nimaš ravno časa za veliko prostočasnih aktivnosti ali zabav, vseeno pa se da vse to nadomestiti med koncem tedna. Veliko dogodkov organizira Erasmus Student Network, s pomočjo tega lahko tudi enostavno spoznaš veliko novih ljudi. Neodložljivo je tudi v zimskem času v Švici smučati. Sicer je sama smučarka karta tako kot vse relativno draga, prav tako tudi karta za vlak, ampak se da najti ugodnosti s ponudbami Snow n' rail, Snow 25 in pa uporabo vozovnice Interrail, vendar za slednjo nujno preveri ali jo je možno uporabljati tudi če si tam nastanjen dlje časa (npr. več kot 6 mesecev- jaz sem bil samo 4). Izplača se tudi preveriti ponudbo, ki jo ima ASVZ, saj imajo tudi organizirane športne vikende.

Izmenjava v Zürichu je bila zame izvrstna izkušnja in zagotovo bi jo še ponovil. Sicer se je potrebno navaditi na novo okolje, novo narečje, nove cene in še kaj, ampak se da zdržati in domov odneseš veliko lepih spominov.

Če imaš kakšno vprašanje glede poteka izmenjave, organizacije ali kakršnekoli druge zadeve me kontaktiraj in z veseljem bom po najboljših možnih močeh odgovoril.

Moj email naslov: aljaz.pirc@icloud.com

Moja telefonska številka: 031 723 562

## 49. TURČIJA – Univerza Acibadem v Istanbulu (Uroš Nanić)

V okviru Erasmus+ študijske izmenjave sem v študijskem letu 2021/2022 na Acibadem Univerzi (School of Medicine) v Istanbulu opravljal poletni semester 5. letnika. Za izmenjavo v Istanbulu sem se odločil, ker sem želel študirati v tujini na dobri univerzi, izkusiti posebno vzdušje mesta in se osebno izpopolnjevati.

Žal prvi dan v Turčiji se je v mojem spominu urezal v zelo slabi luči. Namreč, 2 meseca pred prihodom sem bil v kontaktu z enim stanodajalcem, katerega stanovanje sem našel na spletnih straneh za nepremičnine (sahibinden.com, hepsimlak.com). Če že iščete stanovanja na takšnih straneh, je treba biti previden in obvezno zahtevajte ogled stanovanja. Jaz sem naredil napako in sem stanodajalcu na cesti, daleč od stanovanja, dal 500€ (1 najemnina in 1 depozit), dobil pa nekakšne ključe in ugovor o bivanju. Ko smo prišli na naslov stanovanja, smo spoznali, da smo bili prevarjeni. Na Whatsappu sem že bil blokiran. Tudi policija ni bila od velike pomoči v naslednjih dneh. Nastanitev sem potem dobil v kompleksu checknchill, katerega mi je že prej priporočila koordinatorka. Gre za preurejena študentska stanovanja s kuhinjo, pralnimi stroji, kopalnicami. Sobe so enoposteljne in so med 100 in 130€, kar je za ostale sobe, ki jih študentje najdejo prek Facebook skupin (Erasmus Istanbul), res poceni. Poleg tega, tukaj dobiš družbo, ki je u Istanbulu res pomembna, saj mnogi študentje hočejo živeti sami in tako ne doživijo mesta v celoti. Pomembno si je zapomniti, da je treba sobo v checknchill rezervirati pravočasno (celo poleti za zimski semster ali že novembra za poletni semester). Lokacije stanovanj so blizu metroja, trgovin in restavracij. Glede življenskih stroškov bi omenil, da so pred kratkim Erasmus študentje res živeli lepo in daleč od finančne stiske. Letos je zaradi inflacije stanje malo drugačno in Erasmus štipendija komaj zadostuje študentskim potrebam. Povdarek je na dražji hrani in pijačah na javnih mestih, v trgovinah so cene malenkost višje kot prej. Splošni nasvet bi bil, da se naučite turške številke in lažje sodelujete pri plačanju česar koli.

Program medicine na Acibadem Univerzi je precej podoben našemu – klinični del študija je razdeljen po rotacijah in sploh 5. letnik je enostaven za urediti. Z zadnjim izpitom v Turčiji sem načeloma končal z vsemi obveznostmi tudi v Sloveniji. Svetoval bi pa, da oba izbirna predmeta naredite v Sloveniji, ker pri njih obstajajo samo izbirne klinične vaje (Elective Clerkship), ki se pri nas ne priznajo kot opravljeni izbirni predmeti. Zato sem npr. jaz dolžan zbrati 9 ECTS iz izbirnih predmetov v 6. letniku. Moja izmenjava je potekala od marca do konca julija, opravljal sem ORL, oftalmologijo, izbirne vaje iz nevrologije, obtočila ter ginekologijo in porodništvo. Profesorji načeloma niso zateženi in so do Erasmus študentov blagi in spoštljivi. Pri meni so bolj zahtevni profesorji, sicer šele na izpitu, bili pri oftalmologiji in obtočilih. Domači študentje se v glavnem učijo iz powerpoint prezentacij, ki so zbrana na Google Drivih, ki jih vam oni posredujejo. Teorija iz slajdov je zadostna za narediti izpite, razen mogoče pri obtočilih, ki so večje področje in se izplača uzeti kakšno resnejšo literaturo. Izpiti so večinoma samo ustni, pri oftalmologiji sem imel tudi pisnega. Predavanja so neobvezna, preko spleta in v resnici v glavnem v turščini. Ko se prijavijo Erasmus študentje, so res v angleščini, ampak majhen delež profesorjev govori tako dobro angleško, da vam uspe ohraniti pozornost in vas nekaj tudi naučiti. Zato bolj priporočam posneta predavanja v angleščini, powerpointe in druge vire (internet, slovenske knjige). Klinične vaje so v glavnem 1 na 1 z mentorjem, ali ste v paru z enim turškim študentom. Tudi tukaj je jezik velika ovira, saj zdravniki s pacienti ves čas govorijo turško. Vmes vam mogoče mentor v kratko razloži, zakaj se gre, ali šele ko pacient odide. Občasno se kakšen mentor posveti in z vami predebatira klinični primer. Ne oklevajte vprašati mentorja kar koli, ker če boste tiho, bo večina zdravnikov pozabila, da ste sploh tukaj. Osebno sem se največ naučil, ko so prišli tuji pacienti in smo se vsi pogovarjali angleško. Moj splošni vtis o študiju na Acibadem klinikah je, da od predavanj in vaj največ odnesejo turški študentje, čeprav je cela ideja univerze mednarodno priznana in standardizirano šolanje v angleščini. Klinike so res čudovite in moderne. V njih delajo najboljši



zdravniki Turčije, mnogi dodatno šolani v tujini. Pacienti lahko zaupajo kirurgom najbolj zapletene operacije in ostalim zdravnikom iskanje pravih rešitev. Acibadem Maslak bolnišnica slovi za eno najboljših privatnih bolnic v Evropi in svetu. Vse drži, ampak šolanje študentov, posebej tujih, jim ni en najmočnejših členov.

Navsezadnje, spet bi šel v Istanbul na izmenjavo. Študij medicine je dolg in študentje rabimo eden kakršen koli premor med študijem. To ne pomeni, da se medicine v Istanbulu ne boste nič učili, ampak da se boste učili tudi o lepoti življenja, o drugih ljudeh, narodnostih, kulturah in predvsem o sebi. Toliko je življenskih izkušenj sedaj za mano, enih celo usodnih, ampak o tem ni treba pisati tukaj. To na vas ostane, da doživite. Ne sodite po pestrih poročilih iz Istanbula, ki jih boste verjetno brali. Tukaj vsak preživi svojo edinstveno izkušnjo, vsem pa je skupno, da bi spet izbrali isto izmenjavo in jo ostalim toplo priporočajo.

## **POROČILA – PRAKTIČNA USPOSABLJANJA**

### **1. AVSTRIJA – KABEG Celovec (Lučka Marija Neudauer)**

V novembru 2021 sem opravljala Erasmus prakso na oddelku za dermatovenerologijo na kliniki v Celovcu. Na prakso sem se prijavila oktobra 2021 preko maila, ki sem ga poslala ga. Gabrielle Wider, ki je skupaj z ga. Isolde Ortner odgovorna za krožeče študente na praksi. Posredovati sem morala potrdila o titrih za hepatitis B in titer za VZV, ter potrdila o opravljenih cepljenjih proti otroškim boleznim po programu, gripi in COVID-19. Prvi dan prakse, sem se zglasila pri nji v pisarni kjer sem dobila identifikacijsko kartico ki odpira garderobo, vsa vrata v bolnici ter hkrati omogoča brezplačno kosilo v bolnišnični kuhinji (za KPJ študente je kosilo plačljivo, le za Famulante brezplačno). V garderobah so na voljo bela oblačila, tako ni potrebno prinesiti svojih. V bolnišnici sem delala od ponedeljka do petka od 7.30-13.00. Na oddelku sem dobila telefon za študente, na katerega so me poklicali, kadar je bilo treba pri kakšnem pacientu narediti odvzem krvi, nastaviti kanal. Med moje naloge je spadalo tudi jemanje biopsij pod nadzorom in razlaga terapije eradikacije garij. Sicer sem dan začela po raportu ob 7.30 na oddelku, kjer sem se priključila viziti, kasneje sem naredila še anamneze in statuse novim pacientom, potem sem pa ponavadi šla v eno izmed ambulant, kjer sem opazovala delo. Na kliniki imajo poleg splošnih dermatoveneroloških ambulant še ambulanto za alergije in imunoterapijo. Imajo tudi eno operacijsko dvorano, kjer lahko študenti tudi asistirajo. Ker nisem bila edina študentka na oddelku, obremenitve niso bile velike, saj smo si delo vedno razdelili.

Vzdušje je bilo prijetno, vsi zaposleni in ostali študenti so me dobro sprejeli. Zaposleni so mi bili vedno pripravljene razlagati teorijo, možnosti za učenje sem imela veliko, vendar se je od sredine prakse obseg pacientov na oddelku zaradi prerazporejanja kadra na Covid oddelke občutno zmanjšal, tako da sem potem več časa preživela v ambulantah. Videla sem veliko novih stvari in patologij, poleg tega je bilo dogovarjanje za prakso hitro in enostavno, tako da bi prakso v Celovcu vsem nemško govorečim študentom priporočala.

### **2. AVSTRIJA - KABEG Celovec (Urša Pogačar)**

Trimesečno Erasmus prakso sem na KABEG Klagenfurt opravljala od avgusta do novembra 2021. Za opravljanje prakse sem se brez težav dogovorila z zelo prijazno go. Wider, ki je neposredni kontakt tako za samo začetno dogovarjanje kot morebitne želje tekom same prakse.

V Celovec sem prihajala z avtomobilom. Kar se tiče prevoza po samem mestu je najbolj praktična rešitev kolo ali skiro. Bivala sem v slovenskem Mladinskem domu, ki se nahaja relativno blizu bolnišnice. Za enoposteljno sobo s kopalnico in zajtrk sem odštela 333 evrov mesečno. Ker sem



opravljala s strani same bolnišnice neplačano prakso (famulatur), mi je v bolnišnici pripadalo brezplačno kosilo (za menzo je hrana super).

Sprva je bil moj namen opravljati trimesečno prakso na oddelku za dermatovenerologijo, kar pa se je izkazalo za precej predolgo obdobje, zato sem se z go. Wider, ki mi je prijazno poslala seznam vseh možnih dodatnih oddelkov za naslednja dva meseca, dogovorila, da bom september preživela na oddelku za psihiatrijo, oktober pa na ORL. Če povzamem potek prakse na vseh oddelkih, lahko rečem, da so bili ostali študentje in predvsem mladi zdravniki zelo prijazni in vključujoči. Sodeluješ lahko pri pregledih v ambulantah, novih sprejemih, jemanju krvi, razlagah posegov, na dermatologiji smo študentje samostojno opravljali poskusne biopsije kože, sicer pa sem, kot se za epidemiološke razmere spodobi, veliko opravljala brise na SARS-CoV-2. Opazuješ in asistiraš lahko tudi v operacijskih dvoranah (v mojem primeru na ORL). Vsa komunikacija poteka v nemščini, oziroma bolje rečeno koroščini, kar je meni na začetku predstavljalo precejšen izziv. Po nekaj tednih se sicer navadiš in komunikacija steče. Dokaj redno sem imela tudi priložnost preizkušanja svoje spretnosti srbohrvaščine, naletela pa sem tudi na koroške Slovence, s katerimi smo govorili slovensko. V primerjavi z našimi vajami bi izpostavila glavno razliko, da pri njih študentje na praksi veliko več praktičnih stvari (lahko) počnejo sami, v odnosu do pacientov pa Avstrijci več dajo na razlage patologij in morebitnih posegov pacientom (na ORL je denimo stalna praksa, da vsakemu pacientu, ki ima planiran poseg, sam poseg predhodno skicirajo), kar se mi zdi dobrodošlo tako za pacienta kot za didaktične namene.

Kar se tiče preživljanja prostega časa, Celovec ponuja urejene poti ob reki, prijeten sprehod od Mladinskega doma je oddaljen sam center mesta, sicer pa se sploh poleti in v toplih jesenskih dneh proslavi priljubljeno Vrbsko jezero (za pot do jezera so dobra izbira rolerji).

Verjamem, da sem od same prakse veliko odnesla, in bi jo priporočila komurkoli, ki se želi preizkusiti še v tujem okolju (hkrati pa ostati blizu doma). Na trenutke – sploh na začetku – je seveda vse skupaj tudi nekoliko stresno, vendar občutek na koncu, ko se zaveš novih osvojenih praktičnih in teoretičnih veščin, to odtehta.

### 3. AVSTRIJA – Medicinska univerza na Dunaju (Domen Lenarčič)

Na Medicinski univerzi na Dunaju sem opravljal praktično usposabljanje na področju pediatrije v sklopu Erasmus+ mobilnosti. Praktično usposabljanje sem pred tem opravljal že v Aachnu v Nemčiji, za ponovno usposabljanje sem se odločil, ker želim specializirati iz pediatrije in sem želel pridobiti dodatne izkušnje iz tujine pred zaključkom študija. Dunaj sem izbral, ker sem tam že opravljal študijsko izmenjavo v zimskem semestru v 5. letniku, študijsko leto 2019/2020, in sem bil zelo navdušen nad praktičnim delom vaj pri predmetih, ki sem jih na izmenjavi takrat opravljal. Praktično usposabljanje sem pod organizacijo medicinske univerze opravljal v Splošni bolnišnici Celovec (Klinikum Klagenfurt), Otroški bolnišnici svete Ane (St. Anna Kinderspital) in v Splošni bolnišnici Dunaj (AKH Wien).

Za izmenjavo sem se dogovoril preko mednarodne pisarne Medicinske univerze na Dunaju, s katero sem urejal tudi glavnino dokumentacije. Praktična mesta na omenjenih bolnišnicah sem moral urediti sam, zaradi česar sem del izmenjave opravljal tudi v Celovcu, saj sem na Dunaju dobil 2 mesti za skupno le 7 tednov. Tako sem z odobritvijo dunajske univerze lahko 4 tedne praktičnega usposabljanja opravljal tudi na pediatričnem oddelku Splošne bolnišnice Celovec. Komunikacija tako z mednarodno pisarno kot z bolnišnicami je potekala hitro in brez težav preko elektronske pošte, preko katere sem uspel urediti tudi vso dokumentacijo. Z mednarodno pisarno in bolnišnicami sem se dogovoril, da bo moja izmenjava potekala neprekinjeno od 7. marca do 20. maja, najprej en mesec na pediatričnem oddelku bolnišnice v Celovcu, nato 3 tedne na otroški bolnišnici na Dunaju in za zaključek en mesec na pediatričnem oddelku Splošne bolnišnice na

Dunaju. Na vseh oddelkih sem bil vključen v delo praktikantov in specializantov pod mentorstvom nadzornih zdravnikov posameznih oddelkov. V Celovcu sem izmenjavo začel na neonatološkem oddelku, nato sem menjal na intenzivni oddelek, ki je bil razdeljen na oddelek za neonatalno intenzivno terapijo in otroško intenzivno terapijo, za tem sem bil v porodni sobi, kjer se skladno z avstrijsko shemo varstva otrok pregleduje zdrave otroke do 2 dneva po porodu, in zaključil sem s tednom kroženja med posameznimi specialnimi ambulantami (kardiološka, nevrološka, pulmološka in infekcijska). V St. Anna Kinderspital sem 2 tedna delal na infekcijskem internističnem oddelku, kjer se zdravijo otroci z infekcijskimi boleznimi in internistični pacienti, ki imajo zaradi okužbe poslabšanje (poslabšanje astme zaradi respiratornega virusa ali poslabšanje vnetne črevesne bolezni zaradi gastroenterološkega virusa), in nato 1 teden v splošni urgentni ambulanti. Na pediatričnem oddelku Splošne bolnišnice na Dunaju sem bil razporejen na dnevni ravni, odvisno od števila pacientov in zasedenosti ambulant ter oddelkov, na nefrološki, gastroenterološki ali revmatološki oddelek.

Za delo v vseh treh bolnišnicah sem moral predložiti potrdilo o cepljenju proti COVID, izpis iz cepilne knjižice in potrdilo o vpisu na študij medicine na matični izobraževalni ustanovi, poleg tega sem moral imeti svoj stetoskop. Za bolnišnico v Celovcu sem moral podpisati še izjavo o varovanju osebnih podatkov in poslati fotografijo, da so mi izdali personalizirano kartico. V St. Anna Kinderspital so pred začetkom želeli, da jim pošljem dokazilo o opravljenem izpitu iz pediatrije (izpis iz VIS) in življenjepis v angleščini. Haljo oz. bolnišnično opremo sem v prvih dveh bolnišnicah prejel od njih, razen obutve, v Splošni bolnišnici na Dunaju sem zaradi priročnosti (centrala za bolnišnično opremo se je nahajala daleč v drugi zgradbi) imel svojo opremo. Ker je moja izmenjava potekala med še precej striktnimi COVID ukrepi, sem moral imeti ves čas v bolnišnici FFP2 masko, ki sem jo na oddelkih ali na vhodu v bolnišnico tudi vsak dan dobil, in opravljati sem moral redne PCR teste na obeh dunajskih bolnišnicah, kar sta bolnišnici organizirali, tako da je potekalo brez večjih težav.

Bivanje v Celovcu in na Dunaju sem si moral urediti sam. V Celovcu sem na nasvet kolega, ki je prav tako tam opravljal praktično usposabljanje, kontaktiral tamkajšnji mladinski dom Slovenskega šolskega društva, kjer so mi ponudili sobo v študentskem domu za 300€ na mesec. Na Dunaju sem najel stanovanje za 700€ preko Airbnb platforme, ki se nahaja 15 minut peš od obeh bolnišnic v katerih sem bil, sicer je na Dunaju možno najti veliko različnih nastanitev (študentski domovi, Wohngemeinschaft, najem stanovanja). Do obeh mest se iz Ljubljane z lahko pride z vlakom ali avtobusom, sam sem večkrat potoval iz Dunaja v Ljubljano in Celovec z vlakom, prijatelji pa so na obisk prišli z avtobusom, za oboje je potrebno odšteti 30-40€. V Celovec sem s seboj vzel kolo iz Ljubljane, kar se je izkazalo za pravilno odločitev, saj je mesto s kolesom popolnoma obvladljivo in je kolesarska infrastruktura zelo dobra. Na Dunaju sem uporabljal javni potniški promet, saj je mreža izjemno dobra in se lahko skoraj vsak konec mesta doseže s podzemno železnico, tramvajem ali avtobusom, karta za en mesec stane 50€ in vključuje tudi lokalne vlake znotraj zvezne dežele Dunaj. Poleg tega je kolesarska infrastruktura Dunaja v izboljšanju, tako da je tudi tu možno najeti kolo in se je prijetno peljati po mestu.

Celovec kot mesto spominja na nekakšno mešanico med Ljubljano in Mariborom, vendar brez študentskega dela, saj je univerza majhna in ponuja samo nekatere študijske programe. Kljub temu ima 100 000 prebivalcev in ponuja veliko s področja gostinstva in kulture, saj je deželna prestolnica. Mesto predvsem zaživi za konec tedna, pri tem najbolj izstopa mestna tržnica, ki je polna z obiskovalci v petek popoldne in soboto čez večino dneva. Dunaj kot prestolnica države z 2 milijona prebivalci tako ponuja veliko več, saj je univerzitetno, zgodovinsko, gospodarsko in kulturno središče Avstrije in širše regije. Skupna značilnost obeh mest je avstrijska umirjenost, saj so Avstrijci ljudje, ki zelo cenijo svoj prosti čas in radi hodijo v naravo.

S svojo izmenjavo v Celovcu in na Dunaju sem bil izjemno zadovoljen. Dana mi je bila edinstvena priložnost izboljšanja svojega praktičnega in teoretičnega znanja na področju pediatrije, prav tako sem izboljšal svoje znanje nemščine, predvsem na področju medicinskih izrazov in strokovne terminologije. Poleg tega sem se naučil veliko o delovanju avstrijskega zdravstvenega sistema in delu v avstrijskem zdravstvu. Praktično usposabljanje v okviru Erasmus+ mobilnosti v Avstriji bi priporočal vsem, ki želijo pridobiti dodatne veščine, predvsem tistim, ki govorijo nemško ali bi radi svoje znanje jezika izboljšali.

#### **4. AVSTRIJA – LKH Gradec (Gregor Pungeršek)**

V začetku 6. letnika sem opravil 4-mesečno Erasmus prakso v univerzitetni bolnišnici LKH Graz v Gradcu v Avstriji. Prakso sem opravljal na oddelkih transplantacijske kirurgije, nevrokirurgije, kardiologije in hematologije.

Za prakso sem se dogovoril z gospo Weinberger iz internacionalne pisarne na Medicinski fakulteti v Gradcu. Gospa je zelo prijazna in se potrudila, da Erasmus študentom omogoči prakso v zelenih terminih na zelenih oddelkih. V Gradec je nato potrebno poslati vso dokumentacijo (Learning Agreement, potrdilo o cepljenju proti HBV, Covidu-19 in ostala osnovna cepljenja in protitelesne titre za VZV in HBV).

V Gradcu sem stanoval v domu OeAD na ulici Steyregasse. Dom je čist, urejen in s kolesom 10 minut oddaljen od bolnišnice, peš pa 30 minut.

V bolnišnici sem prakso opravljal kot famulant (Famulatura je obvezna poletna praska za avstrijske študente medicine). Moja naloga je bila delo na oddelku, sprejemanje pacientov, jemanje krvi, nastavljanje perifernih venskih katetrov, jemanje anamnez in pregled pacientov. Na kirurških oddelkih (transplantacijska kirurgija in nevrokirurgija) pa sem seveda tudi asistiral v operacijski dvorani. Delo se je na vseh oddelkih začelo med 7h in 8h zjutraj in trajalo do 15h ali 16h. Poleti so na oddelkih večinoma tudi avstrijski študentje, ki so bili vsi zelo prijazni. V bolnišnici vsi govorijo nemško, tako da je vsaj osnovno znanje jezika za prakso nujno, je pa lahko avstrijski naglas vsaj na začetku precej velik zalogaj.

Gradec je za študente zelo prijazno mesto. Dogodkov za druženje in spoznavanje novih ljudi ne manjka, veliko druženj je organiziranih s strani Erasmusa, nekaj pa tudi s strani Medicinske fakultete.

#### **5. AVSTRIJA – LKH Gradec, Stomatološka klinika (Špela Juvančič)**

Po končanem študiju dentalne medicine sem si v svojem absolventskem letu zaželela dvomesečne mednarodne izkušnje, katero mi je med samim študijem prekrižala epidemija. Odločila sem se za bližnji Gradec, predvsem zaradi tega, ker so do mene prišle informacije o pozitivnih vtisih drugih kolegov, ki so že gostovali na LKH kliniki. Bližina destinacije je imela svoje prednosti in slabosti. Kadarkoli sem lahko za vikend odšla domov (dokaj ugodno ali z vlakom ali prevozi.org), po drugi strani pa sem se ravno zaradi tega dejstva manj trudila infiltrirati v družbeno življenje.

Prijavni postopki so potekali brez težav. Ko sem kontaktirala Medicinsko fakulteto v Gradcu in dobila njihovo potrditev, sem samo še sledila navodilom na spletni učilnici. Erasmus praksa je enostavnejša za organizacijo kot Erasmus izmenjava tekom študija, ker usklajevanje predmetnikov ni potrebno. Še največ težav sem pri organizaciji svoje mobilnosti sem imela pri iskanju nastanitve, saj sem sprva želela živeti v deljenem gospodinjstvu v stanovanju (iskala sem na WG-gesuchte.de). Vložila sem veliko truda, na koncu pa sem bila deležna odpovedi v zadnjem tednu. Zato sem si potem poiskala sobo v študentskem domu Greenbox Cool City. Ker sem bila pozna, sem

posledično živela na drugem koncu mesta, vendar me to ni motilo, saj je Gradec čudovito mesto za premikanje s kolesom sploh v mesecu marcu in aprilu, ko sem živela tam. Soba v apartmaju, ki sem si ga delila še z eno cimro, je stala cca. 350 evrov na mesec. Vsakdanje življenje je čez mejo še vseeno malo dražje kot pri nas, tako da sem na mesec še porabila cca. enkrat toliko denarja, da sem prišla skozi mesec brez odrekovanja.

Moja praksa na Univerzitetni kliniki za dentalno medicino (LKH Universitätsklinik für Zahnmedizin und Mundgesundheits) je vključevala kroženje po različnih oddelkih, ki sem si jih lahko sama izbrala, v dogovoru z mojo mentorico, ki je bila del tima na oddelku za oralno kirurgijo. Moj delovni dan se je začel okrog 7.45 na jutranjem sestanku in je trajal do 14ih ali 15ih. Kroženje ni bilo naporno in je na žalost vključevalo le asistiranje in opazovanje. Za samostojno praktično delo sem prosila, a je bila moja želja žal zavrnjena. Vključena sem bila v skupine njihovih študentov: prvi mesec na oddelku za oralno kirurgijo in drugi mesec na oddelku za protetiko. Na oddelku za oralno kirurgijo sem bila večino časa v eni izmed operacijski dvoran, kjer sem lahko asistirala najrazličnejšim posegom (apikotomije, izklesi, augumentacije, biopsije in ekscizije, vstavljanje implantatov, cistektomije, zaprtja oro antralnih komunikacij, parodontološki posegi). Ko sem se navadila jezika pa sem lahko tudi svetovala pacientom po posegih in jih opremila z navodili za domov ter bila vključena v pisanje poročila operacije. Vsi avstrijski študentje so mi pri delu prijazno pomagali. Na oddelku za protetiko pa sem večino časa preživela v vajalnici s študenti zadnjega semestra, kjer sem lahko asistirala pri pripravljalnih in zaključnih postopkih in tako spoznavala njihov način študija in dela. Všeč mi je bilo, da sem lahko videla, kako na več načinov lahko prideš do istega cilja. Uporabljajo različne materiale in tudi metode dela. Največ razlik sem videla pri izvajanju endodontije, ki se pri nas izvaja veliko bolj po smernicah. V Gradcu večino časa na primer niso uporabljali koferdama in apeks lokatorja, kar me je ob njihovi naprednosti, presenetilo. Kljub temu, da se nemščino učim že dalj časa, je bila jezikovna bariera kar veliki izziv. Oteževala so jo naslednja dejstva: štajerski dialekt in maske, hitrost govora, strokovno besedišče. Od prvega dne je bil jezik komunikacije izključno nemščina, kar je bilo sprva težko, a ob pogledu nazaj zelo dobro, saj sem se tako res največ naučila. Tudi v socialnem življenju sem se večinoma družila z Avstrijci in tako še takrat vadila jezik. Tako se res hitro napreduje in to je ena od velikih prednosti izmenjave, da se lahko jezika učiš v pristnem okolju.

Program študija dentalne medicine v Gradcu je primer dobre prakse. V primerjavi z našim programom vključuje in zahteva veliko več praktičnih sposobnosti, zato so po 6 letih študentje usposobljeni za začetek lastne prakse. Kvaliteto študija zvišuje predvsem manjše število študentov v letniku (samo 24), kar daje vsakemu izmed njih možnost bolj individualnega pristopa pedagogov in večjega števila pacientov ter izogibanja prostorski in kadrovski stiski. Klinika je bila leta 2015 na novo zgrajena in skupaj z moderno opremo je res dobra učna ustanova. Dokumentacija je vodena digitalno. Študentje veliko delajo z mikroskopi, napravami za strojno širjenje, intraoralno skenirajo, protetično načrtujejo tudi težja dela z implantati, delajo apikotomije in izklesse ter so spretni tudi v protetičnem laboratoriju. V Avstriji specializacije niso pogoste, zato se že po končanem faksu od študentov pričakuje veliko več kot od nas.

Vsekakor zanimiva izkušnja in pridobljeno znanje, ki ga ne bi mogla pridobiti na noben drugačen način. Vesela sem, da sem se opogumila in stopila izven cone svojega udobja, da se ne bom celo življenje spraševala »kaj pa če«.

## **6. BELGIJA – Onkološki inštitutu Jules Bordet v Bruslju (Maša Auprih)**

Prakso na onkološkem inštitutu Jules Bordet v Bruslju sem opravljala med januarjem in junijem 2022. Na prakso sem odšla po končani diplomii.

Z inštitutom sem se pričela dogovarjati 5 mesecev preden sem odšla na prakso, potrebno je bilo

podpisati Learning agreement, izpolniti obrazec njihovega inštituta ter potrditi znanje francoskega jezika za nivo B2.

V Bruslju sem živel v t.i. "coloc house", kar pomeni da živiš v hiši, ki si jo deliš z ostalimi, v mojem primeru nas je skupaj živelo 6, vsi sstanovalci so bili približno mojih let in so že hodili v službo, tako da življenje v coloc house ne spominja na študentski dom. Cena sobe s kopalnico kljub temu ni nič kaj manjša v primerjavi s cenami manjših stanovanj. Sicer je Bruselj super mesto, kjer ti res nikoli ni dolgčas. Kot evropska prestolnica je Bruselj poln ljudi iz različnih koncev Evrope in sveta, tako da spoznavanje novih ljudi res ne predstavlja težave. Prav tako je to mesto s super lokacijo za potovanja po Evropi, saj lahko greš v veliko večino sosednjih držav z vlakom, ki je poceni in povezave so res super. Sicer pa je življenje v Bruslju cenovno občutno dražje kot v Sloveniji.

Na inštitutu Jules Bordet sem opravljala prakso na področju internistične onkologije za kar sem se odločila zaradi želje po specializaciji iz tega področja. Moje delo je bilo klinično pa tudi raziskovalno. V sklopu kliničnega dela sem bila prisotna v ambulantah različnih področij internistične onkologije. Pred vsako ambulanto je bilo s strani mentorjev zaželeno, da si prebereš pacientovo datoteko in se pripraviš. Na podlagi tega si imel tako po vsaki ambulanti z mentorjem individualno diskusijo, kar se mi je zdelo super. V sklopu raziskovalnega dela sem sodelovala pri različnih projektih iz področij raka dojk, raka pljuč ter klinične genetike. Vzdušje na inštitutu je bilo zares super, vsi so z največjim veseljem odgovarjali na vprašanja in diskutirali o različnih temah. Inštitut Jules Bordet ponuja zelo dobro možnost za nabiranje izkušenj, saj imajo dostop do veliko zdravljenj, ki drugje v Evropi niso dostopna, prav tako se tam izvaja veliko študij različnih faz, kar se mi je zdelo zares zelo zanimivo. Znanje francoskega jezika je potrebno, saj celotno delo na inštitutu poteka v francoščini.

Če kogarkoli zanima specializacija iz onkologije in ima osnove francoščine mu opravljanje prakse na tem inštitutu res toplo priporočam. Zame je bila to res super izkušnja in po koncu prakse sem odšla domov z veliko novega znanja.

## 7. BELGIJA – Univerzitetna bolnišnica Gent (Eva Možina)

V obdobju marca do junija 2022 sem opravljala trimesečno prakso v Univerzitetni bolnišnici v Gentu. Zamenjala sem 4 različne oddelke, prvi mesec sem bila na Gastroenterologiji, nato mesec Ginekologiji, potem 2 tedna na Kardio kirurgiji in 2 tedna na oddelku za operacijo jeter, žolčnika in pankreasa. V splošnem je bila praksa zelo poučna, saj je ta bolnica zelo pomemben bolnišnici center v Belgiji, kjer opravljajo raznovrstne posege in postopke, ki so v manjših bolnicah redki. Prav tako so zdravniki zelo prijazni in se trudijo stvari razlagati v angleščini (angleščino tam večinoma vsi govorijo zelo dobro, tudi ostalo osebje v bolnišnici) - je pa seveda jezik včasih problem, saj ob njihovem pomanjkanju časa malo izvisiš, saj težko slediš brez prevajanja. Prav tako nimaš enega mentorja, ki mu moreš slediti temveč si razporejen na različna delovišča, kjer moreš sam izkazati iniciativo, da se nekomu priključiš. Kljub vseemu pa so v splošnem zelo veseli, da si tam in te poskusijo kar najbolj vključiti v »team«. Iz vsakega oddelka predhodno dobiš urnik, kateri dan moreš kje biti, na nekaterih oddelkih si ga lahko tudi sam sestaviš in preživiš več časa na deloviščih, ki te bolj zanimajo (recimo na Ginekologiji). Po končanem obdobju na oddelku jim moraš dati za podpisati Evaluation form (dobiš pri Erasmus koordinatorici), ki ga nato oddaš v mednarodno pisarno – na podlagi oddanih Evaluation formov dobiš podpisan LA.

Če sami izbirate oddelke na katere želite, vam priporočam Emergency department. Po pogovoru z ostalimi Erasmus medicinci smo prišli do zaključka, da ima ta oddelek največ za ponuditi tujemu študentu – tam ti namreč dovolijo, da sam opravljaš preglede, delaš plinske, greš z rešilcem na hišne preglede in intervencije, prav tako delaš nočne izmene. Seveda pa so tudi ostali oddelki poučni, vendar si kot tuj študent bolj v pasivni vlogi opazovalca (razen pri kirurgiji, kjer ti nekateri zdravniki dovolijo, da asistiraš).



V Gentu sem stanoval v študentskih domovih, kjer sem imela svojo sobo in kopalnico (459 eurov), kuhinja pa je bila deljena z preostalimi študenti istega nadstropja. Možnost domov ti ponudijo ob sami prijavi (Erasmus koordinatorka mi je poslala navodila za prijavo preko njihovega spletnega sistema, je pa tudi vse objavljeno na univerzitetni spletni strani, ki je zelo pregledna - <https://www.ugent.be/en/facilities/housing>).

Gent je drugače čudovito mesto z velikih in arhitekurno bogatim centrom. Osebno mi je najlepše mesto v Belgiji, s čimer se strinjajo tudi mnogi Belgijci, ki sem jih spoznala. Je študentsko mesto, kjer se vedno nekaj dogaja, tako da ni skrbi, da bi bil to dolgočasen Erasmus ;) Prav tako so v bližini druge zanimive destinacije kot so Amsterdam, Luksemburg, nekatera mesta v Franciji in Nemčiji – potovanje naokrog pa je zelo enostavno z odličnimi povezavami z vlaki in avtobusi.

Življenje v Belgiji je seveda dražje, predvsem se to pozna pri cenah v restavracijah, medtem ko so cene v trgovinah skoraj iste kot pri nas, prav tako je zelo poceni javni prevoz in izsposoja kolesa (priporočam <https://fietsambassade.gent.be/en>). Tudi pot do tja je precej enostavna, saj imamo iz LJ dve direktni povezavi; in sicer let na letališče Bruselj Zaventem z Brussels Airlines in potem direktna povezava letališča in mesta Gent z vlakom ali pa let z Wizzair na letališče Charleroi in direktna povezava z Flibco avtobusom do Genta.

V splošnem je bila izmenjava odlična, tako študijski kot socialni del, tako da bi jo seveda priporočila naprej ☐

Za prijavo se obrnite kar na njihovo Erasmus koordinatorko na [international.med@ugent.be](mailto:international.med@ugent.be). Meni je poslala vsa navodila in podatke o prostih mestih za internship.

## 8. BELGIJA – Univerzitetna bolnišnica Leuven (Tin Centrih)

Na praktično usposabljanje sem se tokrat odpravil v Belgijo, in sicer flamski del, v mesto Leuven, ki je znano po svoji univerzi z večstoletno tradicijo. Mesto je od Bruslja oddaljeno slabih 30 kilometrov in je zelo dobro povezano z javnim prometom; vožnja z vlakom tako traja približno 20 minut. Prakso sem opravljal na Univerzitetni bolnišnici Leuven na oddelku za anesteziologijo.

Sam postopek prijave ni bil zahteven. Preko njihovega portala se prijaviš, ko te naša mednarodna pisarna nominira in poveže z njihovo pisarno. V elektronski poštni nabiralnik dobiš povezavo do tvojega začasnega spletnega profila, s katerim naložiš na portal vse potrebne dokumente (izpis indeksa, življenjepis, motivacijsko pismo in jezikovni certifikat). Potem za nekaj časa komunikacija utihne, ampak se ne ustrašite. Za procesiranje prijav si vzamejo okoli dva do tri mesece časa. V tem času spodbujajo, da jih ne kontaktirate z vprašanji glede vaše prijave. Po pretečenem obdobju sem po e-pošti dobil veselo novico, da sem bil na izmenjavo sprejet. Postopek se je zame začel komplicirati po odobritvi, ker je v tem obdobju svetu vladala še korona. Poskušal sem ostati v korespondenci z njihovo mednarodno pisarno, kako oz. če se sploh bo izmenjava izpeljala. V tem delu bi pričakoval malo več njihovega obveščanja. Na tej točki sem svoj odhod postavil rahlo na stranski tir. Nekje tri tedne pred predvidenim odhodom v Belgijo so mi poslali mail, ki je dal zeleno luč moji izmenjavi. Novica me je presenetila, ker sem pričakoval, da me bodo o stvareh obvestili kanček prej. Ker nisem vedel, če bom sploh šel tudi v vmesnem času nisem iskal nobene nastanitve, ker nisem imel uradne potrditve. Si lahko predstavljate, da so bile moje možnosti za iskanje stanovanja okrnjene. Če želite stanovati v študentskem domu, morate prijavo zanj oddati vsaj semester prej. Preko njihovega spletnega portala lahko prav tako najdete stanovanja na privatnem trgu, ki ustrezajo njihovim kriterijem in zagotavljajo, da vas ne prelisičijo. Obstajajo tudi facebook skupine, kamor študenti neprestano objavljajo ponudbe za najem sobe na krajši rok. Univerza ima tudi "guesthouse", ki je namenjen obiskovalcem univerze za krajše obdobje maksimalno do treh mesecev. K sreči so za čas moje izmenjave imeli še prosta mesta. Nastanitev se računa po noči,



ampak je na mesec skupaj zneslo cca. 550€. Kosil sem v eni izmed bolnišničnih kantin, večkrat pa ni bilo časa za topel obrok in sem si pač vzel sendvič v najbližjem bolnišničnem "takeout". Plačeval sem s študentsko kartico, na katero sem si naložil denar, ker je bilo tako ceneje. Za topel obrok sem odštél približno 6 evrov, za sendvič pol manj.

Bolnišnica je ogromna in je trenutno 2. največja v Evropi. Si lahko predstavljate, da je navigacija po vseh hodnikih in kletih... lahko naporna v prvem tednu neustaljene prakse. Posledično je vse v bolnišničnem okolju večje; tudi operacijski blok, kjer sem opravljal prakso. Razdeljen je na več traktov, označenih s črkami in pripadajočimi specialnostmi. Na začetku prakse mi je bil dodeljen mentor, ki pa je od časa do časa izginil in ni bil na razpolago, če bi ga slučajno potreboval. Cel fenomen sovпада z njihovim sistemom organizacije dela; specialisti hodijo od dvorane do dvorane nadzirati svoje specializante, ki so pri pacientu ves čas. Ob indukciji so specialisti večinoma zraven specializantov. Takrat sem na primer lahko koga ventiliral, intubiral oz. vstavil arterijski/periferni venski kateter.

Večino svojega časa sem preživel na torakalni kirurgiji, me je pa pot večkrat zanesla tudi na kardiokirurgijo. Na tipičen dan sem začel ob 7.45 in končal med 16. in 17. uro. Na dan urgentnih presaditev pljuč, ki se zgodijo v povprečju enkrat na teden (ali celo večkrat), se je lahko urnik podaljšal tudi pozneje v popoldne oz. v noč. Seveda te na tej točki zdravniki že prijazno naganjajo domov, ampak ti ne preprečujejo, če želiš ostali in se učiti.

Sporazumevali smo se v angleščini, z nekaterimi sicer težje. Ne vem, ali je kriva njihova sramežljivost, neznanje angleščine ali pa kaj drugega. Marsikdo je začel govoriti tekoče po kakšnem bolj zahtevnem vprašanju o klinični določitvi... Nekajkrat sem zaradi pomanjkljive komunikacije prišel do svojih zaključkov zgolj z opazovanjem, ki morda niso bili daleč od resnice, so pa bili izkrivljeni. Bi povzel, da so bila v odnosih in komuniciranju nihanja; so bili svetli dnevi in so bili malo manj svetli dnevi.

Zanimiv je njihov sistem stažiranja v zadnjih mesecih faksa. Študenti se odločijo za specialnost, ki jih zanima in se vključijo v proces dela. Postanejo del tima in dodeli se jim del odgovornosti za pacienta. Tako lahko na primer za pol ure, v času malice, specializant pokliče stažista, da ga zamenja v operacijski dvorani in v vmesnem času stažist skrbi za pacienta med operacijo (lahko spreminja nastavitve na ventilatorju in daje vazopresorje ob hipertenziji).

Če potegnem črto, sem z izidom izmenjave zadovoljen. Pridobil sem veliko znanja, tako formalnega kot neformalnega, spletel novo mrežo poznanstev in raziskal širšo regijo med vikendi, ko sem bil prost in ko so karte za vlak polovičnih cen. Belgije ne gre obiskati ne da poskusite belgijsko pivo in nacionalni zaklad frituur!

## **9. ČEŠKA REPUBLIKA - 1. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Janja Smolar)**

V juliju 2022 sem se kot mlada diplomantka odpravila na dvomesečno praktično usposabljanje v Prago. Prakso sem želela opravljati v angleškem jeziku na oddelku za radiologijo v eni izmed univerzitetnih bolnišnic v Pragi, zato sem svojo prošnjo poslala vsem trem mednarodnim pisarnam tamkajšnjih medicinskih fakultet. Prva medicinska fakulteta Karlove Univerze v Pragi je bila edina, ki me je sploh bila pripravljena sprejeti. Gospa iz tamkajšnje mednarodne pisarne ga. Eva Baschiera je zelo prijazna, odzivna in pripravljena pomagati. Kontaktne e-maile zdravnikov mi je posredovala ona, potem pa sem jim pisala sama. Ko sem dobila pozitiven odgovor iz Oddelka za radiologijo, mi je ga. Baschiera pomagala izpolniti LA in posredovala vse potrebne informacije. Pridobiti sem morala tudi potrdilo o zavarovanju odgovornosti v vrednosti 50 000 €.

## BIVANJE

V Pragi sem bivala skupaj s fantom, ki je tudi istočasno opravljal Erasmus+ prakso. Stanovanje sva našla s pomočjo kolegice, ki je bila leto pred tem prav tako na izmenjavi v Pragi. Stanovanje nama je oddajal študent medicine iz Izraela, ki je čez poletje odšel domov. V Pragi je na splošno veliko tujih študentov, ki čez poletje oddajajo svoje sobe. Za enosobno stanovanje sva mesečno odštela pribl. 550€. Stanovanje se je nahajalo neposredno ob postaji za tramvaj (10 min do centra mesta s tramvajem) in je bilo zelo prostorno.

## PREVOZ

Do Prage in nazaj sva s fantom potovala z lastnim avtom, kar se je po eni strani izkazalo za zelo dobro idejo, po drugi pa, zaradi težav z iskanjem parkirišča v Pragi, za slabo. S fleksibilnostjo, ki nama jo je omogočal lasten avto sva lahko obiskala vse dele Češke in tudi določena mesta v Avstriji, na Slovaškem in v Nemčiji. V Pragi sva za 2 meseca parkiranja v bližnjem nakupovalnem središču odštela 250€.

Javni transport po mestu je zelo dostopen in super urejen. V mednarodni pisarni sem dobila potrdilo, da študiram na tamkajšnji univerzi, s tem sem si potem uredila študentsko ISIC kartico (doplačilo 9 €), s katero sem lahko kupila mesečno karto za vse vrste javnega prevoza po Pragi (avtobus, tramvaj, metro). Mesečna karta stane približno 5 evrov. Karto se da urediti tudi brez ISIC kartice, le z uradnim potrdilom ene izmed njihovih fakultete. Z ISIC kartico lahko sicer koristiš veliko popustov – vstop v muzeje, popusti v nekaterih restavracijah, popust za transport (vse ponudbe so dostopne na ISIC aplikaciji).

## PRAKSA

Program za prakso sva sestavila skupaj z mentorjem. Prvi dan sem ga morala ob 10ih najti na oddelku, kjer sva odšla v njegovo pisarno in mi je predstavil oddelek in moj program. Vsak dan sem zamenjala delovišče, tako sem odkrožila vsa delovišča tamkajšnjega Oddelka za radiologijo (ultrazvok, rentgen, CT, magnet, scintigrafije, CT in UZ vodene punkcije, interventni posegi). Za vsak dan sem dobila dodeljenega mentorja. V bolnico sem prihajala okoli 8. ure zjutraj in bila tam do 14. ure. V tem času sem opazovala zdravnike, pri pisanju izvidov, debatirala z njimi o kliničnih primerih in tudi sama opravila par ultrazvočnih preiskav. Ko ni bilo pacientov (npr. na urgenci) so mi dali zbirko slik, ki jo imajo pripravljeno za izpite, ki sem jih potem interpretirala in se o njih pogovarjala z neposrednim mentorjem. Vsi zdravniki so zelo dobro govorili angleško, tako da je komunikacija potekala gladko. Veliko slabše znajo angleško ostali zaposleni v zdravstvu, zato se z njimi nisem veliko pogovarjala. Ker je češčina podoben jezik slovenščini sem lahko ob poslušanju pogovora zdravnika s pacientom določene stvari razumela, kar ni bilo jasno pa sem potem zdravnika še vprašala.

COVID-19: pred prihodom sem morala poslati potrdilo o cepljenju proti Covid-19. Kljub temu, je bila na Češkem situacija s koronavirusom zelo ugodna, zato večjih omejitev, z izjemo nošenja maske v bolnici, ni bilo.

Moja izkušnja Prage je bila odlična. V bolnici so me zelo lepo in prijazno sprejeli, nikoli nisem imela nobenih težav. Vsi s katerimi sem delala so mi bili pripravljeno razlagati in me kaj novega naučiti. Menim, da se zelo pozna, da imajo na fakulteti tudi angleški program in zato zdravniki res zelo dobro znajo angleško. V dveh mesecih sem se veliko naučila in poglobila svoje znanje radiologije. Tudi izven bolnice sem imela čudovito izkušnjo. Praga je zelo lepo in prijetno mesto, v katerem ti nikoli ni dolgčas. Poleti je bilo veliko turistov in, ker je Praga dokaj blizu Slovenije, sva imela tudi nekaj obiskov domačih, ki so dodatno popestrili bivanje na Češkem. Življenjski stroški na Češkem so primerljivi našim.

Erasmus+ prakso vsekakor priporočam vsem, ki želijo spoznati delo v tujini in poglobiti znanje področja medicine, za katerega se zanimajo. Če bi prej vedela, kako dobra izkušnja bo ta izmenjava, bi se zagotovo že prej odločila in bi tako lahko v času študija opravila vsaj dve.

Za dodatna vprašanja sem na voljo na: [janja.smolar@gmail.com](mailto:janja.smolar@gmail.com)

## 10. ČEŠKA REPUBLIKA - 1. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Katja Cesar)

Konec avgusta 2021 sem se kot študentka 6. letnika dentalne medicine odpravila na dvomesečno praktično usposabljanje v Prago.

Prakso sem želela opravljati v angleškem jeziku ter na fakulteti, zato sem svojo prošnjo poslala večim fakultetam v različnih državah. Prva medicinska fakulteta Karlove Univerze v Pragi je bila edina, ki me je bila pripravljena sprejeti. Ker naša univerza nima sklenjenih bilateralnih pogodb (razen s Portugalsko), so zame podpisali individualno pogodbo. Moram pa poudariti, da sem imela s tem kar precej sreče. O podrobnostih moje prakse sem se najprej dogovarjala z bodočim mentorjem, potem pa sem naprej komunicirala z njihovo mednarodno pisarno. Vse dogovarjanje je potekalo gladko, gospa iz mednarodne pisarne je zelo odzivna, zato je postopek prijave potekal brez težav.

### BIVANJE

Bivala sem v študentskem domu Troja. Za študentsko sobo sem se dogovorila preko gospe iz mednarodne pisarne, ki je mojo prijavo posredovala naprej študentskim domovom, ki so me nastanili. Stanovanja so v obliki apartmajev, torej si dve sobi delita kuhinjo in kopalnico. Vse sobe imajo dve postelje, enoposteljnih sob ni. Glede na druge študentske domove bi rekla, da je ta najboljši, saj si v večini drugih domov kuhinjo in kopalnico deli celo nadstropje. Standard študentskih domov na Češkem je sicer kar slab, hkrati pa so vsi kar precej oddaljeni od centra mesta (približno pol ure z javnim prevozom). Tudi komunikacija pisarne za študentske domove in na recepciji je kar težavna, saj angleško ne govorijo prav dobro, vendar se na koncu vse uspeš zmeniti. Kljub vsem pomanjkljivostim je bila moja izkušnja v študentskem domu super, bila sem zelo zadovoljna. Na vse se hitro navadiš, tudi oddaljenost na koncu ni bila problem, saj je transport odločno urejen. Spoznala sem veliko ljudi, s katerimi sem preživljala večino mojega prostega časa in so postali moji dobri kolegi.

### PREVOZ

Javni transport je zelo dostopen in super urejen. V mednarodni pisarni sem dobila potrdilo, da študiram na tamkajšnji univerzi, s tem sem si potem uredila študentsko mesečno karto. Ena stane 130 čeških kron, kar je približno 5 evrov. S to karto lahko potem koristiš katerokoli javno prevozno sredstvo v Pragi (tramvaj, metro, avtobus). Tudi za potovanja izven Prage, je transport zelo dostopen in poceni, še posebno za imetnike ISIC kartice, s katero si deležen kar 75% popusta na vožnjo – za enosmerno karto z vlakom sem tako s popustom odštela približno 2 evra.

ISIC kartica na Češkem velja kot naša študentska kartica, kar pomeni, da jo imajo vsi tamkajšnji študenti in tudi vsi študenti na izmenjavah. Ta kartica velja kot identifikacija na faksu, hkrati pa z njo lahko koristiš veliko popustov – vstop v muzeje, popusti v nekaterih restavracijah, popust za transport. Vsekakor bi priporočala izdelavo ISIC kartice, sej se 8 evrov, kolikor kartica stane, z vsemi popusti hitro povrne.

### PRAKSA

Program za mojo prakso sva sestavila skupaj z mentorjem, ki mi je povedal, kakšne so moje možnosti. Ker sem tja prišla en mesec pred pričetkom študijskega leta, sem v tem času imela možnost opravljanja "clerkshipa" na oddelku za maksilofacialno in oralno kirurgijo. Ko pa se je začelo študijsko leto, sem skupaj s študenti 5. letnika angleškega oddelka začela s poukom, vendar prav tako na oddelku na kirurgijo. Po nekaj tednih rotacije na kirurgiji smo se premaknili na njihovo stomatološko kliniko, kjer sem bila do konca svoje prakse.

Prvi mesec sem torej preživela na oddelku za maksilofacialno kirurgijo. Nekaj dni preden sem začela, sem od mentorja dobila natančna navodila za delo na njihovem oddelku. Naslednji mesec

sem tako prihajala na kliniko okoli 6.40, se preoblekla, nato pa sem morala do pacientov na oddelku. Moja naloga je bila, da od njih izvem osnovne podatke - koliko časa so na kliniki, razlog njihovega prihoda ter kako se počutijo. Njihova dokumentacija mi ni bila na voljo, hkrati pa večina pacientov ne govori angleško, zato je bil to na začetku kar velik izziv. Kljub temu, se nekako znajdeš in vsak dan je malo lažje. Potem sem se ob 7.15 udeležila vsakodnevnega jutranjega sestanka, po sestanku pa je sledila vizita, na kateri sem vsakega pacienta predstavila vodji oddelka. Po viziti smo odšli v sobo za prevez, kjer smo oskrbeli paciente po operacijah (odstranitev šivov, menjava obližev, preverjanje celjenja ran). Potem se je kmalu začel program operacij, zato sem odšla v operacijske dvorane, kjer sem asistirala pri operacijah. Te so se zaključile ponavadi okolih treh ali štirih popoldne. Moj dan je bil torej kar dolg in naporen, še posebno prva dva tedna, ko sem se na vse še navajala. Kljub temu sem zelo uživala, vsi zdravniki so bili zelo prijazni in so me lepo sprejeli, tako da mi je dan hitro minil.

Po enem mesecu clerkshipa, sem svoje delo na oddelku nadaljevala s tamkajšnjimi angleško govorečimi študenti. Imela sem sicer možnost, da grem na stomatološko kliniko, vendar sem se odločila, da še nekaj časa ostanem na tem oddelku. Tako sem bila še en teden v operacijskem bloku, potem pa sem bila 14 dni v ambulanti oralne kirurgije, kjer sem lahko ekstrahirala zobe in aplicirala anestezije. Poleg tega sem videla veliko pregledov, abscesov in travm.

Po bloku kirurgije smo se preselili na stomatološko kliniko, kjer sem bila do konca moje prakse. Njihova stomatološka klinika je organizirana malo drugače kot pri nas. Imajo takoimenovane "teaching halls", kjer študenti izvajajo pouk. Vsak dan imajo eno uro seminarjev, ki jih pripravijo študenti, nato pa začnejo obravnavati paciente. V teh prostorih so vsak dan prisotni specialisti protetike, endodontije, parodontologije in kirurgije, ki so študentom ves čas na voljo, glede na to, kaj se pacientu dela. Tudi tu sem lahko delala skupaj s študenti, ker pa je bil to začetek leta, smo večinoma imeli prve preglede in higienske faze. Kmalu po tem sem že morala oditi, zato kaj več nisem uspela narediti, kljub temu pa sem tudi tu veliko videla in se naučila.

COVID-19: pred prihodom sem morala poslati potrdilo o cepljenju proti Covid-19. Kljub temu, je bila na Češkem situacija s koronavirusom zelo ugodna, zato večjih omejitev, z izjemo nošenja maske v javnih prostorih in v prevoznih sredstvih, nismo imeli.

Moja izkušnja v Pragi je bila super. Zelo sem navdušena nad kirurškim oddelkom, saj je največji maksilofacialni oddelek na Češkem, zato imaš res možnost videti zelo veliko. Hkrati se mi zdi, da njihova fakulteta veliko vlaga v učni proces, kar se tudi vidi v odnosu zdravnikov do študentov. Zelo sem bila presenečena, saj so me res lepo sprejeli ter mi zelo veliko razlagali. Hkrati so študenti zelo vključeni v celoten proces ter imajo možnost veliko praktično delati. Ker imajo na fakulteti tudi angleški program, večina zdravnikov govori dobro angleščino, zato komunikacija ni bila problem. Naučila in videla sem ogromno stvari, nivo znanja na Češkem pa bi nekako primerjala z našim. Ker imajo tam tudi angleško govorečo paralelko, mi je to omogočilo, da sem tudi sama lahko delala na pacientih, kar je velik bonus.

Tudi izven bolnice sem imela čudovito izkušnjo. Praga je zelo lepo in prijetno mesto, v katerem ti nikoli ni dolgčas. Čez vse leto so organizirani razni festivali, koncerti ter drugi dogodki. Hrana in pijača sta malenkost cenejša kot v Sloveniji, tako da življenjski stroški niso visoki. Praga je tudi študentsko mesto, z velikim številom študentov na Erasmusu, tako da se vedno nekaj dogaja, družbe pa ti ne zmanjka.

Prakso vsekakor priporočam vsem, ki želijo spoznati delo v tujini in si pridobiti nove izkušnje. Ker sem se na Češko odpravila ob koncu petega letnika in pred začetkom šestega, sem se morala po dveh mesecih vrniti v Slovenijo, da sem nadaljevala s študijem. Če obveznosti doma ne bi imela, bi prakso vsekakor podaljšala, saj mi je Praga ostala v zelo lepem spominu. Zagotovo bom v času absolventa ponovno odšla še na eno Erasmus + praktično usposabljanje.

Za dodatna vprašanja sem na voljo na: [katja.cesar@gmail.com](mailto:katja.cesar@gmail.com)

## 11. ČEŠKA REPUBLIKA - 2. Medicinska fakulteta, Karlova univerza, Praga (Tadej Pungertnik)

Praktično usposabljanje sem opravljal od 4. 10. do 3. 12. 2021 v univerzitetni bolnišnici Motol v Pragi v sklopu 2. medicinske fakultete Karlove univerze. Prakso sem opravljal v sklopu izobraževalnega programa splošne kirurgije skupaj z mednarodnim oddelkom 6. letnika.

### Prijava

Za bolnišnico Motol sem se odločil, ker sem želel pridobiti znanje in izkušnje iz večjega pediatričnega centra in hkrati opravil vaje kirurgije ter k temu dodal še 2 tedna dodatnega izobraževanja. V bolnišnici sem imel priložnost dela na različnih oddelkih – travmatologija, nevrokirurgija, pediatrična kirurgija, kardiokirurgija in splošna kirurgija. Pred odločitvijo sem se posvetoval še z študenti, ki so na izmenjavah na Češkem že bili, februarja pa sem se obrnil na mednarodno pisarno gostujoče institucije. Najprej so me povezali z odgovorno osebo katedre za kirurgijo, kmalu zatem pa mojo udeležbo še uradno potrdili. Z njimi, našo mednarodno pisarno in katedro za kirurgijo sem uredil vse potrebne dokumente, proces je bil precej enostaven in hiter, prav tako pa sta bili obe strani na voljo za vprašanja na vsakem koraku. Kljub pandemiji na te strani zapletov ni bilo, naknadno so uvedli le še pogoj cepljenja za COVID-19 (poleg standardnih pogojev – titer HepB, Mantoux, prebolele norice, ...). Prav tako sem potreboval lastne FFP2 maske in belo uniformo za delo na oddelkih.

### Prihod in nastanitev

Nastanitev sem si uredil preko gostujoče univerze v študentskem domu Hvezda. Postopek je tudi tu precej enostaven in ga vodi gostujoča mednarodna pisarna, nastanitev pa je cenovno dostopna in v neposredni bližini bolnišnice. Dobil sem samostojno sobo, vendar te možnosti ne zagotavljajo vedno, z deljenimi sanitarijami in kuhinjo. Študentski dom je bil podoben slovenskim, z blagim pridihom davnih komunističnih dni. Vselitev je bilo potrebno storiti v septembru, zato sem v Prago prispel 29. 9., odločil pa sem se za prevoz z avtomobilom s prijatelji, ki so v tistem času odhajali v tja na izlet. Ostale cenovno dostopne možnosti so avtobus in vlak, z letalom pa se za 4-kratnik cene prihrani le nekaj ur poti. S strani fakultetnega Buddy programa sem dobil tudi svojo kontaktno osebo, ki mi je skupaj z ostalimi razkazala univerzo na orientacijskem sestanku 29. 9., ki je bila na voljo za vsa morebitna vprašanja.

### Akademski del

S praktično izmenjavo sem pričel v ponedeljek, 4. 10. 2021. Pred tem sem od glavnega mentorja prejel kontaktne podatke ostalih članov rotacije – mešana mednarodna rotacija samoplačniških tujih študentov in Erasmusovcev. Prvi dan smo imeli krajšo orientacijo na katedri za kirurgijo, predstavitev urnika ter prva predavanja. V UL MF rotacija kirurgije poteka v obliki 2-mesečnega praktičnega dela, tu pa uporabljajo sistem jutranjih vaj na oddelku oz. asistiranja v operacijskih ter opoldanskih seminarjev o kirurških temah in tehnikah. Skupen program je trajal 8+1 tednov: 1 teden travmatologije, 3 tedne splošne kirurgije, 3 tedne pediatrične kirurgije, 1 teden nevro- in kardiokirurgije ter dodatni teden samostojnega dela z dodeljenim mentorjem v času rednega izpita na gostujoči fakulteti. Za dodatni teden sem se dogovoril individualno, saj izpita nisem opravljal na Češkem.

Delo se je razlikovalo glede na oddelek, ki je vodil vaje v posamičnem tednu. V travmatološkem in nevro-kardio tednu smo imeli predavanja, učenje kirurških tehnik ter možnost ogledov operacij. V pediatričnem sklopu smo spremljali svoje paciente na oddelkih, o njih poročali na oddelku in enkrat tedensko na skupni viziti vseh oddelkov pediatrične kirurgije. V sklopu splošne kirurgije smo bili razpisani v operacijske dvorane na mesto 2. asistenta, oz. na kirurške oddelke ali endoskopije. Poskrbljeno je bilo, da smo bili vključeni v program dela in poleg tega obiskovali tudi seminarje glede vseh relevantnih kirurških tem. Dan se je pričel ob 7:00 ali 8:00, glede na jutranje oddelčne



sestanke ali pričetke operacij in zaključeval okoli 13ih, vendar je končna ura močno variirala glede na urnik posamičnega dne.

Študijski program se je izvajal v angleščini, vsi zdravniki in predavatelji so bolj ali manj tekoče govorili angleško, vendar smo kot mednarodni oddelek dobili tiste, ki so bili jezika bolj vešč. Medicinske sestre in pacienti večinoma niso najbolje razumeli angleščine, zato je bilo samostojno delo na oddelkih precej omejeno na prisotnost prevajalca. Dokumentacijo smo vsi študenti prevajali s telefonskimi aplikacijami (Google Lens, Google Translate, ...). Češčina je precej drugačna od slovenščine, zato kaj več kot osnovno ustno sporazumevanje ni mogoče, nekoliko lažje je ugotavljanje pomena v pisni obliki zaradi podobnih korenov besed. Univerza ponuja brezplačni jezikoven tečaj, vendar se ga zaradi relativno kratkega časovnega okvirja prakse nisem udeležil. Za učenje so nam priporočili nacionalno tehnično knjižnico (NTK), ki ima prost vstop.

### Destinacija

Praga je čudovito zgodovinsko centralno-evropsko mesto. Sam se jo predhodno že večkrat obiskal v turistične namene in se zanjo ponovno odločil za opravljanje prakse, saj mi je mesto prirastlo k srcu. Poleg tega je Praga tudi mesto, polno mednarodnih študentov in tako ponuja mnogo stvari namenjenih prav njim – najemi stanovanj, organizacije mednarodnih študentov, ki pomagajo pri prihodu v državo, knjižnice in drugi učni prostori ter seveda prostočasni program. Prav tako so univerze pripravljene na številčne tuje študente in je urejanje potrebnih dokumentov relativno enostavno.

Tekom izmenjave se je situacija s pandemijo slabšala, zato smo se z ostalimi študenti, ob upoštevanju veljavnih predpisov, že od samega začetka udeleževali rednih izletov in dogodkov. Praga je tudi odlična odskočna točka za raziskovanje sosednjih držav. Najboljši vir informacij za dogodke sta Erasmus in Prague ter Erasmus Student Network, najlažje pa je stopiti v stik preko različnih Facebook in Whatsapp skupin, ki so nastajale sproti. Preko teh se je mogoče udeležiti raznih izletov in socialnih dogodkov, odlične so za mreženje. Vredno je poudariti mnoge študentske ugodnosti s češko ISIC kartico (slovenske ne veljajo) – cenejši javni transport, vstopnice v muzeje, Flixbus popusti, ... Za regionalni transport priporočam uporabo aplikacij Muj vlak in Regiojet (z ISIC kartico imajo študenti približno 80% popust!).

Prehranjevanje je bilo prav tako dobro organizirano – študenti so namreč upravičeni do subvencionirane prehrane v bolnišnični menzi. Cena obroka se giblje 1,5-3 EUR, denar pa predhodno naložite na kartico, ki jo prejmete na fakulteti. Hrana je okusna, centralno-evropska. Zajtrk sem običajno jedel doma, večerjo pa v kateri izmed mestnih cafe-jev ali restavracij, kjer povprečen obrok znaša 6-12 EUR. Alternativno je mogoča tudi uporaba kuhinje v študentskem domu, predpogoj je nakup lastnih posod in krožnikov. V teh primerih sem najpogosteje nakupoval v Billi, Tesco ali Kauflandu, cenovno podobnim našim trgovinam.

### Finance

Za opravljanje prakse sem prejel financiranje s strani Erasmus+ sklada, prijavo toplo priporočam vsem, ki imate namen opravljati tovrstne izmenjave. Hkrati sem prejemal tudi redno občinsko štipendijo. Skupno sta pokrili približno polovico mojih skupnih stroškov. Cenovno je Praga podobna Ljubljani oz. za odtenek cenejša.

Okvirni stroški, ki jih lahko pričakujete (1 EUR – 25 CZK):

- Nastanitev: 150 EUR/mesec (študentski dom), 300 EUR/mesec (soba v stanovanju). Stanovanja ni težko najti, bodite le pozorni na morebitne prevarante. Erasmus in Prague organizacija lahko pomaga pri najemu.
- Transport: 30 EUR v vsako smer (v eno smer avto, v drugo Flixbus, približno 8h). Alternativno sta na voljo tudi vlak in letalo.
- Prehrana: 10-20 EUR dnevno (odvisno od posameznikov preferenc).
- Kava: cene kave so približno 50-100% dražje kot pri nas (pomemben podatek za nadobudne študente!). Cena espressa 1,5-2 EUR.



- Javni prevoz: mesečna karta z ISIC kartico do 26 let stane 5 EUR in zajema vse metroje, trame in avtobuse, v fizični obliki ali v aplikaciji PID Litačka. Regionalni transport je zelo poceni, vlaki so odlični za izlete, hitri in zanesljivi (primer cene Praga-Brno: 200km za 2,5 EUR).

Opravljanje izmenjave ali prakse v Pragi ali drugje na Češkem iskreno priporočam vsem. Sistem je varen in pripravljen na mednarodne angleško govoreče študente, kulturno smo si relativno podobni, hkrati pa je na voljo ogromno zanimive zgodovine za vse uka željne. Praga je čudovita za raziskovanje, s strani fakultete smo dobili tudi knjižice potovalnih vodnikov. Češka nudi odkrivanje precej izjemnih krajev, prav tako pa je država bolj prijazna do denarnice za razliko od njenih bližnjih sosedov. Za več vprašanj me lahko kadarkoli kontaktirate na [tadej.pungertnik@gmail.com](mailto:tadej.pungertnik@gmail.com).

## 12. DANSKA – Univerzitetna bolnišnica Univerze v Kopenhagenu (Nina Kobal)

Po svoji diplomi sem dva meseca preživela na Erasmus+ praktični izmenjavi na Danskem, v Kopenhagenu. Marec in april sem tako preživela na Očesni kliniki bolnišnice Rigshospitalet, ki je univerzitetna bolnišnica Univerze v Kopenhagenu. Ideja same Erasmus prakse se mi zdi odlična, saj si lahko sam izbereš področje, v katerem želiš opravljati izmenjavo in dobiš tako še dodatno znanje ter kompetence.

Za predlog glede mentorja sem povprašala mentorja svoje raziskovalne naloge doma. Ta mi je predlagal profesorja, ki se v Kopenhagenu ukvarja z enakim področjem oftalmologije. Profesorju sem poslala svoj CV in motivacijsko pismo ter želje glede same prakse. Zdi se mi zdelo dobro, če že v začetnem mailu nekoliko orišete, kaj si od izmenjave želite, saj to tudi njim pomaga pri sami organizaciji in planiranju vašega obiska. Na mojo veliko srečo mi je profesor že naslednji dan odgovoril, da bo z veseljem mentoriral moj obisk, dokončna potrditev pa je kakega pol meseca kasneje prišla še od predstojnika klinike. Večina nadaljnje komunikacije je nato potekala preko profesorjeve tajnice, ki mi je pripravila 9-tedenski program kroženja. Od dokumentov sem pred samim prihodom rabila poslati samo potrdilo o cepljenju proti COVID-19 in negativen MRSA bris, ki ni bil starejši od 14h dni.

Nekoliko težje je bilo najti sobo, saj so te v Kopenhagenu neizmerno drage. Najmenine sob v študentskim domovih (za katere se lahko prijavite tudi, če greste na praktično izmenjavo), se sicer pričnejo že pri 600eur (kar je za Kopenhagen ugodno), vendar lahko sobo najameš samo za celoten semester (februar-sredina julija) in si jo za to obdobje tudi dolžan plačevati, kar pa se mi, glede na trajanje moje prakse, ni izplačalo. Stanovanje sem poskusila iskati še preko številnih FB skupin (Accommodation in Copenhagen, Rooms in Copenhagen), na koncu pa sem sobo v stanovanju, ki sem si ga delila še z ostalimi mladimi zaposlenimi, našla preko organizacije LifeX.

Prvi dan prakse me je mentor pričakal na vhodu bolnišnice in me najprej peljal na skupen raport celotne Očesne klinike, kjer me je vsem predstavil, nato pa sva skupaj uredila vso papirologijo, ID kartico za dostop in uniformo. Kot rečeno, je bil program 9-tedenski, vsak teden pa so me razpisali na drugo subspecialnost, kar mi je bilo zelo všeč, saj sem uspela dobiti vpogled v širino oftalmologije in prejeti širok spekter novega znanja. Dan sem začejala ob 8h na skupnem raportu, nato pa sem odšla na oddelek, kjer sem bila razpisana. Na delu sem ostajala dokler je bil na delu zdravnik, ki sem mu sledila (večinoma do 15:30, razen na urgenci do cca 18:00). Zelo sem bila prijetno presenečena nad njihovo organizacijo, saj so vsi predstojniki sub-oddelkov prejeli obvestilo, kdaj pridem in me je tako vsak ponedeljek nekdo po raportu pričakal in mi razkazal nov oddelek ter način dela, kar je izmenjavo zelo olajšalo glede na to, da sem vsak teden menjala team in prostore. Navdušena sem bila nad njihovo pripravljenostjo razlagati in učiti ter nad njihovo linearnostjo odnosov v službi ter sproščenostjo. Z mentorjem sva bila vsak teden v stiku, redno je preverjal, če praksa poteka po pričakovanih in če bi karkoli spremenila.

Čeprav je bil uradni jezik izmenjave angleščina, sem ob prijavi za Erasmus štipendijo kot jezik navedla danščino, saj sem želela izpolnjevati OLS tečaj iz danščine, ki sem ga redno reševala že pred odhodom, pa tudi med samo izmenjavo. Pridružila sem se tudi tečaju danščine, ki ga je organiziral eden izmed njihovih študentov in je bil usmerjen predvsem v govor in aktivno rabo jezika, kar mi je bilo zelo všeč. Čeprav večina Dancev govori tekoče angleško (zelo sem bila presenečena nad znanjem starejših in upokoјencev) in so zdravniki večinoma predlagali pregled in pogovor v angleščini, bi včasih nekoliko boljše znanje danščine olajšalo razumevanje in bi lahko od določenih primerov še več odnesla.

Kopenhagen ima dobro urejen javni prevoz (metro, vlak, avtobus), vendar si še vedno povsod najhitreje s kolesom. Obstaja veliko FB skupin, kjer lahko kolo kupite, za krajše obdobje pa sem se sama odločila za najem kolesa (Swapfits, Donkey Republic...). Hrana je precej dražja kot pri nas, tako da si je dobro pred odhodom kar nekaj privarčevati.

Socialno življenje v Kopenhagnu je zelo razgibano, ESN je organiziral tedenske aktivnosti pa tudi vikend izlete po državi pa tudi izven nje.

Z izmenjavo sem bila zelo zadovoljna, tako s stališča pridobljenega znanja in izkušenj kot same izkušnje življenja v tuji državi in spoznavanja novih prijateljev. Priporočam! □

### 13. FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Sebastijan Plušćec)

Sem Sebastijan Plušćec, trenutno v dodatnem letu in sem septembra 2021 prišel z dvomesečno študijsko izmenjavo v Bordeauxu, v Franciji.

**NASTANITEV:** Z nastanitvijo sem imel med izmenjavo največje težave. Ker je moje Erasmus+ praktično usposabljanje potekalo zgolj 2 meseca, sem s težavo našel nastanitev in še težje primerno nastanitev. Bival sem pri zasebnici, na Boulevardu Franklin Roosevelt, kar je enako oddaljeno od centra mesta (s tem tudi bolnišnici Hopital Saint-Andre) in druge bolnišnice, ki sem jo obiskoval – Hopital Pellegrin. Nastanitev je bila zadovoljiva, vendar sem imel nesrečo z najemodajalko, ki je bila vsiljiva in nadležna. Vendar je bila to med skoraj 100 kontaktiranimi nastanitvami ena redkih, ki mi je odgovorila in edina, ki je bila potencialno primerna za življenje. Nisem imel cimrov, moji cimri sta bila najemodajalka in njena mati.

**FAKULTETA:** Na fakulteti sem opravljal 2 posamezni praksi oziroma »staža« kot jih imenujejo francoski študentje. Prvi mesec sem imel staž onkologije, ki sem jo opravljal na štirih različnih deloviščih v Hopital Saint-Andre in bolnišnici Haut-Leveque. Tri delovišća so obsegalo dnevno bolnišnico, konzultacije in oddelek, četrto v bolnišnici Haut-Leveque pa radioterapijo. Na vsakem delovišču sem bil prisoten en teden. V sklopu dnevne bolnišnice sem v dopoldanskih urah opravljal anamneze in stuse, ki sem jih potem poročal nadzornemu specializantu, s katerim smo predebatirali paciente, možno dodatno terapijo in ostale podporne ukrepe. Pri konzultacijah sem bil dodeljen zdravniku specialistu, ki sem ga spremljal pri obravnavi pacientov v ambulanti, na oddelku sem pa imel skozi teden dodeljene tri paciente, ki sem jih vsak dan preveril zjutraj, vprašal po spremembah in kasneje to poročal nadzornemu specializantu in vnesel tudi v informacijski sistem. Pri radioterapiji je teden bil sestavljen zgolj iz sledenja zdravnikom pri obravnavi in načrtovanju obsevalne terapije za paciente. Naslednji mesec sem imel staž urologije, ki je v celoti potekal v Hopital Pellegrin, kjer sem po svoji želji bil vse štiri tedne razporejen v operacijsko dvorano, kjer sicer nisem mogel asistirati, vendar sem videl ogromno posegov in sem imel priložnosti videti tehnični aspekt posegov, saj v prihodnosti želim specializirati urologijo.

**PROSTI ČAS:** Že v prvem tednu sem spoznal ogromno ljudi, predvsem Erasmus študentov, s petimi smo takoj formirali skupino, v sklopu katere smo se družili do konca moje Erasmus izkušnje. Vsi so bili študenti medicine in smo tako lahko ob popoldnevih in vikendih preživljali čas. Obiskovali smo restavracije, plaže, kjer smo srfali in se družili, prav tako smo v sklopu univerze lahko obiskovali športne aktivnosti. Veliko večerov smo tudi preživel ob Garoni, kjer smo se sprehajali ali ob pivu posedali.

**JEZIK:** Francoščine nisem govoril od konca gimnazije, vendar sem se pol leta pred začetkom izmenjave udeležil tečaja francoske konverzacije, ki ga organizira univerzitetni ŠOLT. Ker je po srednji šoli moj nivoj bil komaj B1 in ker od takrat nisem aktivno govoril, sem na začetku imel nekaj težav, vendar sem po dobrem tednu že bil bolj sproščen in samozavesten v svoj nivoj francoščine.

**STROŠKI:** 700€/mesec za sobo soba. Če greste za dalj časa kot jaz, priporočam, da si urdeiti francosko štipendijo, ki jo podeljuje CAF in znaša približno 125€/mesec. Za prehrano boste porabili več denarja kot v Sloveniji, saj lahko za določena živila porabite bistveno več, če si kuhate sami, če pa boste obiskovali restavracije, boste pa porabili še toliko več. Sam sem si pogosto kuhal, kadar si nisem, sem pa jedel v restavraciji na kampusu. V tej restavraciji si lahko jedel za 3 evre na obrok, vendar si si moral prej urediti študentsko izkaznico, s katero si potem moral potrditi nakup – podobno kot koncept študentskih bonov v Sloveniji. Glede prevoza priporočam, da si kupite ali izposodite kolo. Če si ga kupite, ga lahko dobite že za majhno ceno.

**MNENJE:** Bordeaux je čudovito mesto za Erasmus izmenjavo ali praktično usposabljanje. V bolnišnici vam nudijo okolje, kjer se lahko naučite drugačne pristope k medicini ali k študiju medicine, hkrati pa imate izvrstno priložnost, da izboljšate svoje znanje francoščine. Močno priporočam izmenjavo na začetku ali koncu poletja, saj lahko potem izkoristite vse, kar vam Bordeaux ponuja.

## 14. FRANCIJA – Univerza v Bordeauxu (Tina Vaupot)

ERASMUS+ praktično usposabljanje na Univerzi v Bordeauxu sem opravila v svojem dodatnem študijskem letu, v februarju in marcu 2022. Izmenjava je tehnično trajala dva meseca, vendar pa sem se zaradi logističnih razlogov v Bordeaux odpravila nekje 10 dni pred začetkom izmenjave. Zaradi negotovih epidemioloških razmer (covid) sem uradno potrditev izmenjave prejela zgolj slab mesec pred odhodom, kar mi je predstavljalo nemalo preglavic. Potrebno je bilo urediti letalo, nastanitev, dokumente za vpis na univerzo, ... Za nezadostnost svojega cepilnega statusa sem izvedela 5 dni pred načrtovanim odhodom, potrebovala sem booster za oslovski kašelj, tetanus, davico in polio, cepila pa sem se nato dan pred odhodom, ker prej pač ni bilo možno. Komunikacija z bordojsko mednarodno pisarno je bila sicer vredna pohvale, česar pa ne morem reči za koordinatorja stažev, ki je bil pred in tudi ves čas izmenjave zelo slabo odziven.

Univerza Bordeaux ponuja nastanitev v okviru organizacije CROUS, ki domačim in tujim študentom nudi nastanitev v različnih kampusih, ki so bolj ali manj oddaljeni od centra mesta. Po spletu srečnih okoliščin sem kljub krajšem trajanju izmenjave dobila priložnost za najem sobe v eni izmed rezidenc CROUS, Résidence Clairefontaine, s katero sem bila zelo zadovoljna. Soba v velikosti 20 kvadratnih metrov je imela lastno kopalnico in kuhinjo ter nadvse uporabno pohištvo, najem s stroški vred pa je znašal 360 € na mesec, kar je bilo v primerjavi z najemom privat stanovanja zelo ugodno. Slabost sobe je bila, da je bila popolnoma prazna, nakupiti je bilo potrebno praktično vse – vzglavnik, odejo (posteljnino sem prinesla s seboj), kuhinjske pripomočke, pripomočke za čiščenje, ... Francozi imajo tudi krasno možnost sofinanciranja najemnine preko organizacije CAF, vendar pa je postopek izredno dolgotrajen in zapleten. Za nas so organizirali poseben webinar, kako se prijaviti za to finančno pomoč, ki naj bi v mojem primeru znašala 125 €

na mesec. Kdaj in če bom sploh dobila ta denar, je pa druga stvar – od kolegov, ki so bili v Bordeauxu že več mesecev, sem izvedela, da še vedno niso prejeli nobenega odgovora s strani CAF. Clairefontaine je od bolnišnice Pellegrin, kjer sem imela prvi staž, oddaljen 10 minut peš, od bolnišnice v centru mesta (Saint André) nekje 20 minut s tramvajem, od bolnišnice Haut-Leveque pa nekje 45 minut z avtobusom. Center mesta je oddaljen nekje 30 minut peš oziroma 20 minut s tramvajem. Javni prevoz je zanesljiv, tramvaj vozi na 5 minut. Glede na lokacijo moje nastanitve in dveh bolnišnic, kamor sem bila dodeljena, sem bila zelo zadovoljna z javnim prevozom. Mesečna karta za avtobus in tramvaj je stala 34 €, mesto pa ob predplačilu 250 € ponuja tudi izposojlo kolesa za daljše časovno obdobje. Ob vračilu kolesa, če le-to ni nepopravljivo poškodovano, 250 € vrnejo. Dejstvo pa je, da so kraje koles precej pogoste, vendar se je veliko kolegov, ki so ostali dlje časa, odločilo za to opcijo.

Stroški življenja so v Bordeauxu nekoliko višji kot pri nas, če izkvzamem najemnino. Najpogosteje sem tedenske nakupe živil opravila v Auchanu, ki je bil praktično lociran na poti domov iz centra mesta, tam sem tudi kupila opremo za stanovanje. Večkrat sem šla tudi v Aldi (Hofer), ki je še cenejši kot Auchan, vendar pa je bil najbližji oddaljen 30 minut hoje oziroma 20 minut z avtobusom. Zelo blizu nastanitve se nahaja Casino, ki je odprt vse dni v tednu, vendar pa je zato tudi primerno dražji. V okolici je tudi več trgovin Carrefour, ki so prav tako nekoliko višjega cenovnega ranga. Lidl je bil žal preveč oddaljen, da bi kupovala tam. Za hrano sem zapravila nekje 250 € na mesec, nujnih stroškov (hrana, najemnina, prevoz, zavarovanja) v Bordeauxu pa sem imela od 20.1. do 31.3. okrog 2000 €. Dobila sem Erasmus štipendijo v višini 1200 €. V času bivanja v Bordeauxu si nisem ustvarila francoskega bančnega računa niti nisem imela francoske telefonske številke.

Teden dni pred uradnim začetkom stažev smo začeli s tečajem francoščine, ki je potekal v centru mesta (Campus Victoire). Tečaj je bil za nas, študente medicine, ki zanj nismo prejeli kreditov, popolnoma neobvezen in brezplačen, profesor pa je odličen. Tečaj nam je ponujal 16 ur na teden, sama sem hodila običajno nekje na 6 do 8 ur tedensko. Dodatno so za nas medicince organizirali tečaj medicinske francoščine, ki je trajal skupno 28 ur in je bil zelo koristen.

Staž se je začel prvega v mesecu. Prvi mesec sem preživela na radiologiji v bolnišnici Pellegrin, natančneje na oddelku za muskuloskeletno radiologijo. Dan sem začejala ob 8h ali ob 9h, odvisno, ali je profesor tisti dan imel predavanje za specializante ali pa ne. Načeloma za študente to predavanje ni obvezno, vendar pa sem vseeno hodila. Dneve sem si organizirala sama, sledila sem specializantom na ultrazvoke ter jih opazovala pri interpretaciji rentgenskih in MRI slik. Nekaj dni sem preživela tudi s specializanti z mehkozivne radiologije, v glavnem pa je bilo mentorju precej vseeno, kaj počnem. Na oddelku tudi ni bilo veliko francoskih študentov, zato sem bila večinoma sama s specializanti. S tem delom sem bila zelo zadovoljna, saj sem imela priložnost videti tudi številne patologije, ki jih pri nas drugače ne bi.

Drugi mesec sem bila dodeljena na urgenco v bolnišnici Saint-André. Tam je bilo delo bolj organizirano, lahko sem prihajala v dopoldansko izmeno (8.30 do 13.30) ali popoldansko (13.30 do 18.30), enkrat pa sem tam preživela cel dan. Planning sem si sestavila sama ter ga poslala mentorici, ki ga je odobrila brez pripomb. Na oddelku so bili ves čas trije (dopoldan) oziroma štirje (popoldan) francoski študenti, ki so bili odgovorni vsak za štiri oziroma tri postelje na urgenci. Jaz »zaradi odgovornosti« nisem smela imeti svojih pacientov (čeprav so jih drugi erazmovci drugje lahko imeli), zato sem večinoma sledila francoskim študentom. Ker nisem želela samo opazovati, sem se z njimi večkrat dogovorila, da sem sama izprašala in pregledala pacienta, nato pa zapisala opažanja v sistem, francoski študent pa me je pri pregledu opazoval in po potrebi popravil končni zapis ali dodal kakšno malenkost. Svojega dostopa do sistema nisem imela. Večkrat sem šivala, posnela pa sem tudi veliko EKG-jev. Zelo sem bila impresionirana nad francoskimi študenti, ki opravljajo staž na urgenci od 4.letnika dalje. Njihov odnos do pacientov, njihovo obširno znanje in načrtovanje

zdravljenja so bili vredni občudovanja, saj vem, da sama nikakor ne bi bila sposobna tako obširne obravnave. Za svoje delo so plačani (jaz nisem bila), sicer bolj žalostno, že v času študija pa pridobijo ogromno praktičnih izkušenj. So prvi, ki pregledajo pacienta (za trižno sestro seveda), nato poročajo specializantu in z njim načrtujejo potek zdravljenja in nadaljne ukrepe. Pacienta nato pride pogledat še »chef de service«, torej specialist, vendar pa večina dela pade na študente. Oni so tudi tisti, ki interpretirajo EKG in laboratorijsko sliko, specializant pa jih nadzoruje.

Ob delu v bolnišnici in francoskem tečaju sem imela med tednom bolj malo časa, vseeno pa sem se včlanila v Basic fit, saj je kljub pestrem urniku vedno dovolj časa za šport. Vikende sem večinoma preživela v Bordeauxu, šla pa sem tudi na več izletov – v Arcachon, Saint-Émilion, Bilbao, Toulouse in Carcassonne ter na koncu še v Pariz. Vsekakor priporočam voden ogled Bordeauxa.

Francozi so tradicionalno veliki komplikatorji na področju birokracije in seveda tudi tokrat niso razočarali. Z izmenjave se vračam z nekoliko mešanimi občutki, vesela, da sem pridobila nove izkušnje ter da sem spoznala, kako deluje tuj zdravstveni sistem, in morda nekoliko razočarana zaradi organizacije, ki kljub gori papirjev, s katerimi sem se morala ukvarjati, ni bila ravno perfektna. Kljub vsemu sem zadovoljna, da sem izbrala Bordeaux, morda bi lahko ostala še kak mesec dlje. Kolegi erazmovci so vsekakor priporočali revmatologijo in reanimatologijo.

#### 14. FRANCIJA – Saint-Joseph Hopital, Pariz (Jana Gulin)

Erasmus prakso sem opravljala na urgenci Saint-Joseph Hopital v Parizu. Pred prakso sem bila v Parizu že tekom študijskega leta 2019/2020 na študijski izmenjavi, tako da sem že pred tokratno izmenjavo dobro poznala sistem in sem vedela, kaj pričakovati. V omenjeni bolnišnici sem spomladi 2020 opravljala staž iz kardiologije. Tokrat sem pred izmenjavo (nekje maja 2021) poslala več 10 mailov različnim profesorjem po pariških bolnišnicah in Jean-Luc Aim, mentor za študente na urgenci Saint-Joseph, je bil eden redkih, ki mi je odpisal. Z njim sem se dogovorila za 3-mesečni staž na urgenci.

Nastanitev v Parizu sem celo poletje, predvsem pa avgusta, iskala na Le bon coin, facebooku in drugih spletnih straneh, na koncu pa sem vzela sobo prijateljice, ki živi v Parizu in se je s septembrom ravno preselila v novo stanovanje. Za sobo v 4-sobnem stanovanju sem plačevala 580 evrov na mesec. S še dvema sostanovalkama sem si delila kuhinjo, dnevno sobo (z dvema raztegljivima kavčema, ki sem ju dobro izkoristila za obiske) in kopalnico. Stanovanje je bilo v 18. okrožju, čisto na severu mesta, medtem ko je bolnišnica, kjer sem delala, v 14. okrožju, čisto na jugu. Na srečo sem imela do nje dobro povezavo z metrojem.

Praksa na urgenci se je izkazala za zelo dobro odločitev. Urgenca je razdeljena na tri cone: cono 1 s hodečimi pacienti, cono 2 z ležečimi pacienti in cono 3 z življenjsko ogroženimi pacienti. Sama sem izmenično delala v coni 1 in 2, 2 do 3-krat na teden. Z delom smo pričeli ob 8:30 in zaključili ob 18:30. Paciente sem sama izprašala, jih pregledala, napisala svoje anamneze in statuse, predpisala potencialne preiskave in zdravila, nato pa jih predstavila nadzornim zdravnikom, ki so jih včasih pregledali še sami, včasih pa zgolj potrdili/popravili moje »odločitve«. S pacienti sem se pogovarjala v francoščini, kar je bilo sprva precej naporno, s časom pa sem precej izboljšala jezik in mi to ni več predstavljalo takšnega stresa. Prav tako se mi zdi, da sem s predpisovanjem preiskav in zdravil naredila korak naprej v svojem znanju medicine.

Ekipa urgence je bila zelo prijetna. S sošolci in specializanti smo vsak dan ob 12:00 šli skupaj na brezplačno kosilo in včasih so me zvečer šli še na pijačo. Tudi nadzorni zdravniki so bili večinoma zelo mladi in zabavni, vsi smo se med seboj tikali.

Ko nisem delala, sem izkoristila prosti čas za kulturno izobraževanje (muzeji, galerije, kino), preizkušanje pariških restavracij in sprehajanje po mestu.



V primerjavi z Erasmus študijsko izmenjavo je v primeru prakse težje poiskati nastanitev (ker ti ne pomaga francoska fakulteta in nisi upravičen do študentkih domov) in manj imaš organiziranih priložnosti za spoznavanje novih ljudi, po drugi strani pa je praksa bolj sproščena in na voljo imaš več prostega časa. Sama bi priporočala obe izmenjavi! □

## 15. FRANCIJA – American Hospital of Paris, Pariz (Anamarija Skrt)

Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljala v Parizu v privatni bolnici American Hospital of Paris in Hartmann Clinic, na oddelku za plastično kirurgijo od novembra do decembra 2021. Na izmenjavo sem se odpravila vpisna v dodatno leto na Medicinski fakulteti.

Oktobra 2021 sem poslala e-mail direktno željeni mentorici na oddelku za plastično kirurgijo v American Hospital of Paris, ki se ukvarja predvsem s pacienti z limfedemom in lipedemom. Odgovor sem dobila v roku enega tedna, izmenjavo pa so mi potrdili po treh tednih po poslani prošnji. Poleg podpisanega Learning agreementa iz naše mednarodne pisarne sem pred izmenjavo morala poslati še življenjepis, spremno pismo, potrdilo o vpisu, potrjeno zavarovanje osebne odgovornosti in potrdilo o nekaznovanosti.

Pri iskanju nastanitve sem si pomagala z izkušnjami ostalih študentov, ki so pred mano že opravljali praktično usposabljanje v Parizu. Redno sem spremljala facebook skupine z oglasi za oddajanje sob in apartmajev in spletno stran Airbnb. Odločila sem se za najem sobe, v kateri je bila pred mano nastanjena kolegica medicinka. V stanovanju sem živela še z dvema sostanovalkama, ki sta imeli lastni sobi. Skupni prostori (kuhinja, dnevna soba in kopalnica) so bili deljeni. Najemnina je znašala 580 eur/mesec. Z nastanitvijo sem bila izredno zadovoljna. Vseč mi je bila lokacija, saj se je nahajala v mirnem distriktu, nedaleč strani od bolnice, obenem pa sta bili v neposredni bližini trgovina in metro postaja. Javni prevoz v Parizu je dobro organiziran. Za čas mojega praktičnega usposabljanja sem kupila mesečno karto, ki je zajemala vse oblike javnega prevoza v Parizu (metro, tramvaj in avtobus). Zanj sem odšteva približno 70 eur. Največkrat sem se posluževala prevoza z metrojem, do bolnice sem potrebovala 40 min, vožnja do katerikoli drugih lokacij v mestu pa ni trajala več kot 30 min. V toplejših časih priporočam tudi najem kolesa Velib, ki deluje na enak princip kot Bicikelj, z zadostnim številom in ugodno razporeditvijo postaj za kolesa. Zaradi dokaj hektičnega prometa v mestu pa je svetovana dodatna previdnost pri vožnji.

Dan se je na kliniki začel ob 9:00 z dopoldanskimi pregledi pacientov. Sodelovala sem pri kliničnem pregledu, interpretaciji izvidov lymphoMRI in odločanju o vrsti operativnega zdravljenja. Okoli 13:00 sva imeli z mentorico eno uro časa za kosilo v restavraciji bolnice, z okusnimi obroki, katerih cena se je začela pri 10 eur. Z dnevnim programom operacij sva nadaljevali ob 14:00, ki je trajal vsak dan različno dolgo, v povprečju do 19:00. Mentorica me je predstavila tudi preostalim kirurgom v bolnici. Kadar sva imeli skrajšan program operacij, sem se pridružila drugim kirurgom in jim asistirala. Z mentorico sva opravljali predvsem operacije za zdravljenje limfedemov in lipedemov, ki so vključevale presaditev bezgavk, limfatično-venozne anastomoze in liposkulpturo. Tako sem se spoznala z mikrovaskularno kirurgijo in uporabo kirurškega mikroskopa. Prav tako sva opravljali rekonstrukcije dojk, facelifte, liposukcijo, lipofiling, feminizacijo obraza itn. Na operacijah sem asistirala, mentorica pa me je tudi učila novih kirurških veščin.

Pariz je zelo prijetno in živahno mesto, ki ponuja dovolj možnosti za aktivno preživljanje prostega časa. Lahko obišeš število muzejev in galerij (prost vstop za študente!), razglednih ploščadi, greš na sprehod ob Seni, uživaš prefinjeno francosko kulinariko (izvrstne slaščičarne),...

Erasmus+ praktično usposabljanje bi ocenila kot izjemno izkušnjo, v sklopu katere sem poglobila svoje teoretično in praktično znanje plastične kirurgije, nadgradila svoje znanje francoskega jezika in spoznala mesto Pariz.



-----

Erasmus+ raziskovalno prakso sem opravljala v Parizu pod mentorstvom dr. Becker v privatni bolnici American Hospital of Paris, na oddelku za plastično kirurgijo maja 2022. Na izmenjavo sem se odpravila vpisana v dodatno leto na Medicinski fakulteti.

Ker sem jeseni 2021 že opravljala praktično usposabljanje pri isti mentorici, ki se ukvarja predvsem s pacienti z limfedemom in lipedemom, je dogovarjanje glede dela na raziskovalni nalogi preko elektronske pošte potekalo brez problemov.

Pri iskanju nastanitve sem si pomagala s facebook skupinami z oglasi za oddajanje sob in apartmajev in spletno stran Airbnb. Na koncu sem se odločila za najem sobe, v kateri sem že stanovala v času svojega prvega praktičnega usposabljanja. V stanovanju sem živela še z dvema sostanovalkama z lastnimi sobami. Skupni prostori (kuhinja, dnevna soba in kopalnica) so bili deljeni. Najemnina je znašala 580 eur/mesec. Z nastanitvijo sem bila izredno zadovoljna, predlagam pa, da se z iskanjem nastanitve začne vsaj nekaj mesecev pred začetkom izmenjave. Všeč mi je bila lokacija, saj se je nahajala v mirnem distriktu, nedaleč strani od bolnice, obenem pa sta bili v neposredni bližini trgovina in metro postaja. Javni prevoz v Parizu je dobro organiziran. Večinoma sem uporabljala kolo Velib, ki deluje na isti princip kot Bicikelj, z zadostnim številom in ugodno razporeditvijo postaj za kolesa. V deževnem vremenu in nočnem času pa sem se posluževala metroja. Mesečna karta stane približno 70 eur vendar vključuje vse oblike javnega prevoza, tudi tramvaj in avtobus. Do bolnice sem z metrojem potrebovala 40 min, vožnja do katerikoli drugih lokacij v mestu pa ni trajala več kot 30 min.

Delovni dnevi so bili vsebinsko zelo raznoliki. Konzultacije s pacienti so potekale v dopoldanskem času, od 9:00 do 13:00. Prisostvovala sem tudi relevantnim operacijam (presaditev bezgavk, limfatično-venozne anastomoze in liposkulptura) za naš projekt in jih tudi dokumentirala. Te so potekale v popoldanskem času, od 14:00 do 18:00. Poleg konzultacij in operacij sem se ukvarjala tudi z samo zasnovo projekta, metodologije, sodelovala pri zasnovi vprašalnika za paciente, sami selekciji pacientov in se učila od in sodelovala z radiologom pri interpretaciji izvidov LymphoMRI, ki so bili eni izmed glavnih indikatorjev uspeha operacije limfedema.

Pariz je zelo prijetno in živahno mesto, ki ponuja dovolj možnosti za aktivno preživljanje prostega časa. Lahko obišeš število muzejev in galerij (prost vstop za študente!), razglednih ploščadi, greš na sprehod ob Seni, uživaš prefinjeno francosko kulinariko (izvrstne slaščičarne),...

Erasmus+ raziskovalno prakso bi ocenila kot izjemno izkušnjo, v sklopu katere sem pridobila novo znanje o zasnovi in izvedbi raziskovalne naloge in nadgradila svoje znanje francoskega jezika

## **16. FRANCIJA - Hôpital Paris Saint-Joseph (Taja Knific)**

Praktično usposabljanje sem opravljala med absolventskim letom v bolnici Saint-Joseph na oddelku za intenzivno medicino. Za prakso sem se odločila, ker sem imela v 5. letniku dobro izkušnjo na študijski izmenjavi v Parizu.

Praksa je potekala od začetka oktobra do konca decembra 2021. Predstojnika oddelka sem kontaktirala preko maila konec avgusta, odgovor sem prejela precej hitro, podpisan learning agreement pa tudi po nekaj dneh. Zahtevali so še zavarovanje osebne odgovornosti, ki sem ga sklenila preko macsf.fr. Iskanje nastanitve je bilo naporno, iskala sem preko različnih facebook skupin, lacartedescolocs.fr in pap.fr.

Delo v bolnici je potekalo vsak dan od 8h30 do približno 14h. Prvi dan sem se predstavila predstojniku oddelka in ostalemu osebju. Neposrednega mentorja nisem imela, ampak sem se priključila ostalim študentom na vajah. Sicer pa so bili vsi zdravniki na oddelku zelo prijazni in na

voljo za vprašanja. Dan se je začel z jutranjim sestankom. Nato je sledilo delo na oddelku, ki je zajemalo anamneze in klinične preglede pacientov, pregledovanje dokumentacije, gledanje slik, pisanje dnevnik opazanj, asistiranje pri raznih posegih (intubacija, vstavljanje različnih katetrov, traheotomija) in predstavljanje svojih pacientov na vizitah. Oddelek intenzivne medicine je bil polivalenten, tako da so imeli pacienti zelo različne patologije. Delo je potekalo večinoma s specializantom, nato pa si se o pacientih pogovarjal še z nadzornim zdravnikom. Nekajkrat na teden so bila organizirana predavanja iz področja intenzivne medicine in infektologije, predstavitve novih raziskav s strani specializantov in predavanja s kliničnimi primeri, ki so bila namenjena posebej študentom. Študenti smo bili vključeni tudi v nočna dežurstva. Takrat je bila naloga študenta narediti sprejeme in jih predstaviti zjutraj na sestanku. Poleg tega si šel skupaj s specializantom in nadzornim zdravnikom na druge oddelke, kadar so klicali ekipo iz intenzivne za svoje paciente. Zelo simpatična stran dežurstev je bila večerja skupaj z ekipo, kot študent pa si bil zadolžen da spečeš pecivo.

Praksa je potekala v francoščini. Posebnih dokazil o znanju jezika sicer niso zahtevali, vendar je priporočljivo, da znaš vsaj približno dobro, da lahko razumeš, kaj se dogaja. Sicer sem bila tudi sama kljub dobremu znanju na začetku malo zmedena, saj uporabljajo specifične izraze in drugačne kratice, vendar sem se kmalu navadila. Poleg tega so na oddelku glede jezika zelo razumevajoči in potrpežljivi, saj sprejmejo veliko erasmus študentov na vaje.

S prasko sem bila na splošno zelo zadovoljna. Mislim, da sem pridobila veliko novega znanja. Tudi dežurstva so se mi zdela odlična izkušnja, saj res vidiš akutna stanja in kako postopati. Prav tako je bilo samo delo zaradi odlične ekipe zelo prijetno in sproščeno. Razočarana sem bila le nad dejstvom, da nam niso pustili delati veliko praktičnih posegov. Poleg vsega sem izboljšala znanje francoščine in še preostalo mi je dovolj prostega časa za raziskovanje Pariza. Če vas še kaj zanima, mi lahko pišete na [taja.knific@gmail.com](mailto:taja.knific@gmail.com)

## 17. FRANCIJA – Hôpital L'Archet, Nica (Luka Pušnik)

Januarja in februarja 2022 sem opravljal praktično usposabljanje Erasmus+ v Hôpital L'Archet v Nici. Za izmenjavo sem izbral oddelk za slikovno diagnostiko, kjer sem skupaj s francoskimi študenti medicine opravljal dvomesečni staž iz radiologije. Delo na oddelku se je začelo ob 8. uri zjutraj. Ob ponedeljkih smo začeli z oddelčnim raportom, ob sredah z 1-urnimi predavanji specialistov o različnih radioloških tematikah, petke pa smo začeli s seminarji ter kliničnimi primeri, ki so jih pripravili specializanti. Vsak dan smo lahko sami izbrali, kje želimo preživeti preostanek dneva – na izbiro smo imeli ultrazvok, magnetno resonanco, računalniško tomografijo ter občasno tudi intervencijsko radiologijo. Na oddelku smo 1:1 spremljali specializanta pri opravljanju njegovih zadolžitvev. Specializanti so bili zelo prijazni ter si vzeli precej časa za razlago in diskusijo. Kljub temu da vaje niso potekale z bolniki (razen na ultrazvoku), je vsa komunikacija potekala v francoščini, tako da za izmenjavo priporočam vsaj nivo B1/B2. Radiološki oddelk je bil usmerjen predvsem v gastrointestinalno ter onkološko diagnostiko, zato so bile patologije večinoma iz omenjenih področij. Glede izbire bolnišnice in oddelka sem izredno zadovoljen, saj sem se seznanil s slikovno diagnostiko, protokoli slikanja, sledenjem ter zdravljenjem raznolikih bolnikov. Dodatno sem spoznal radiološko diagnostiko mnogih bolezni predvsem v področju prebavnega trakta, seznanil pa sem se tudi z nekaterimi možnostmi intervencijskega radiološkega zdravljenja. Sami stroški življenja v Nici so nekoliko višji kot v Ljubljani. Ker sem se odpravil zgolj na krajšo 2-mesečno izmenjavo, sem za bivanje uporabil Airbnb, tako da dvomesečna štipendija ni pokrila niti stroškov enomesečne nastanitve. Sicer je vredno pobrskati tudi po različnih skupinah po Facebooku (ESN Nice, Erasmus Nice), kjer se oddajajo sobe/stanovanja po nekoliko nižjih cenah. Tudi cene v restavracijah so precej višje kot pri nas, v trgovinah pa zgolj nekoliko višje, ponekod primerljive. Javni promet je zelo dobro razvit, hkrati pa so postaje za izposajo koles na vsakem koraku. Izmenjavo v Nico vsekakor priporočam – še posebej v zimskem času.

## 18. HRVAŠKA – Univerza na Rijeki (Nika Dobrilovič)

V juliju in avgustu 2022 sem opravljala praktično usposabljanje na Rijeki. Prvi mesec sem bila v pediatrični bolnici na Kantridi, naslednji mesec pa se na nevrološkem oddelku v KBC Rijeka - center. Kantrido sem si izbrala po priporočilu študentke Nine Zupančič, ki je napisala poročilo o opravljeni praksi, kljub temu, da pediatrije še nisem imela. Za nevrologijo sem se odločila, ker se mi je zdelo, da sem od predmeta Živčevje odnesla premalo praktičnih izkušenj. Pred izmenjavo sem opravila začetni 30 urni tečaj hrvaščine, ki se je izkazal za zelo koristnega in zadostnega za osnovno sporazumevanje in razumevanje.

Prvi mesec sem štiri tedne preživela na različnih oddelkih v otroški bolnici. Najprej sem se zglasila pri prof. Roganović iz oddelka za hematologijo in onkologijo, ki mi je napisala urnik po tednih, saj nisem imela mentorja. Običajno sem se na začetku dneva ob 9. uri priključila viziti, nato pa sem odšla v specialistično ambulanto opazovat delo s pacienti. Večino časa sem sledila specializantom, saj je specialistov na oddelku poleti zelo malo. Včasih sem naredila tudi del statusa, a drugih praktičnih izkušenj nisem pridobila. Predvsem sem nadgradila teoretično znanje iz različnih področij kot so infekcije, nevrologija, gastroenterologije ipd. Opazovala sem opravljanje UZ srca, endoskopij in lumbalnih punkcij. Pogosto sem bila v urgentni ambulanti, kamor pripeljejo vse otroke iz okolice in bližnjih otokov. Urgentna stanja so bila zelo raznolika, od apendicitisa, utopitve do venske tromboze zgornjega uda. Vzdušje v bolnici je sproščeno, oddelki imajo malo pacientov in se jim zato osebje lahko v celoti posveti. Zdravniki so mi bili vedno pripravljene odgovorjati na vprašanja, tudi v časovni stiski v urgentni ambulanti. Moj delovnik se je običajno končal ob 13. uri, če bi želela, bi šla lahko domov že prej. Opravljanje prakse na Kantridi bi priporočila vsem, ki jih zanima delo z otroci ob sproščenem delovnem vzdušju.

Na žalost pa je bila izkušnja na odraslem oddelku za nevrologijo nekoliko slabša. Oddelek je glede na količino pacientov in osebja zelo majhen, zato sem na viziti pogosto stala na hodniku in nisem sledila vsebini. Prvi dan me je sprejela predstojnica oddelka doc. Vuletić, naprej pa sem bila prepuščena sama sebi. Običajno sem odšla v specialistično ambulanto (nevrodegenerativno, paroksizmalno, za glavobole, ...) ali pa splošno, zgodilo se je tudi, da nekateri zdravniki niso dovolili moje prisotnosti v ambulanti. Takrat sem odšla na opazovanje EMNG ali UZ vratnih žil. Predvsem obiski nevrodegenerativne ambulante so bili zelo koristni. Videla sem mnogo zanimivih bolezenskih stanj, opazovala dajanje botokosa pri distonijah, povadila sem nevrološki status. Kljub drugačnemu vzdušju, sem iz strokovnega vidika pridobila veliko - nadgradila sem znanje nevrologije in videla veliko nevroloških stanj, o katerih sem se učila. Delovnik sem zaključila kadarkoli sem želela.

V času izmenjave sem bivala s cimro v stanovanju, ki sem ga našla teden dni pred izmenjavo na fb strani (potem, ko sem objavila oglas). Za veliko sobo s klimo in stanovanje v bližini centra sem odštela 200 eur na mesec, vključno s stroški. Hrano sem si kuhala sama. Do Kantride sem z busom potrebovala 15 min, od KBC sem bila oddaljena 5 minut hoje. Popoldneve sem običajno preživela na plaži ali med raziskovanjem mesta. Med vikendi sem odšla na bližnje otoke z družino ali pa v Ljubljano s flibusom ali vlakom. V času bivanja sem spoznala tudi druge študente medicine, skupaj smo odšli na kakšno pijačo, le enkrat na zabavo na kampus medicinske fakultete, saj jih več niti niso organizirali. Izmenjavo v Reki bi priporočila vsakemu, ki želi nadgraditi teoretično znanje in se ob tem naučiti poletja. Za dodatna vprašanja me lahko vedno kontaktirate:)

## 14. ITALIJA – Inštitut Human Technopole Milano (Sara Vidmar)

V 3. letniku doktorskega študija Biokemije in Molekularne Biologije sem se julija 2022 odpravila za 3 mesece v Milano, na Human Technopole. To je nov inštitut v Milanu, nastal na področju Expo 2012 v neposredni bližini Milana. Sama nisem imela posebne želje da bi šla v Italijo, vendar je tam

nastala nova skupina pod nadzorom dr. Erdmanna, s katerim že več let sodelujemo na skupnem projektu. Kot sem že omenila, je inštitut na novo ustanovljen, z delom v laboratorijih so začeli jeseni 2021, ko je prišla tudi večina zaposlenih in takrat so tam začeli s svojim delom in študijem prvi doktorski študentje. Zaenkrat je tam zaposlenih nekoliko prek 300 ljudi, ki se večinoma ukvarjajo s strukturno biologijo, nevrogenomiko, genomiko, računalniško biologijo in podatkovno analizo. Sama sem šla delat v manjšo skupino znotraj strukturne biologije, ki sicer šteje 5 skupin. Ker sem vedela da je situacija s stanovanji v Milanu zelo težka, sem že veliko prej začela iskati. Po poslanih več kot 100 sporočilih, sem dobila le en odgovor, in ravno ta mi je dovolil ostati za le tri mesece. Cena je bila visoka (550 za sobo v stari hiši s 6 sobami, 2 kopalnicama in 1 kuhinjo na slabi lokaciji), lokacija vse prej kot idealna, vendar druge izbire nisem imela, saj na inštitutu zaenkrat nimajo nikakršnih sob ali stanovanj za goste.

V Milano sem prispela ravno julija, ko je bilo peklensko vroče, in ta vročina je vztrajala do konca mojega obiska. Tako zelo vroče, da dva meseca vlaki niso vozili in da sem morala po mesecu prebedenih noči kupiti prenosno klimo. V hiši so z mano živeli študentje, ki so živeli precej italijansko – pozne večerje in druženja pozno v noč. Sama sem morala hoditi vsak dan zgodaj v službo, zato se na žalost nismo najbolje razumeli oziroma se zaradi drugačnega načina življenja nismo družili in tudi nismo ostali v kontaktu.

V kolikor sem imela na samem inštitutu večinoma prijetne izkušnje in sem se počutila udobno, na žalost tega za Milano in Italijo ne morem reči. Italijansko govorim osnovno in razumem toliko da sem se zmožna zmeniti osnovne stvari, vendar pa je bilo težko, saj nihče razen sodelavcev, ni govoril angleško. To mi je seveda zelo otežilo tudi obiske pri zdravniku ko sem se poškodovala. Tudi na splošno, na bazenu, v trgovinah, v restavracijah – razen v kakšni veganski restavraciji v centru, nihče ne govori angleško. Cene v trgovinah so zelo visoke, da o restavracijah ne govorimo. Sama sem hodila po nakupih v Lidl, ki je bil od mene oddaljen dober km, vsako soboto sem se odpravila z nahrbtnikom. V treh mesecih sem zunaj jedla trikrat, cena jedi po osebi s pijačo je okoli 25 eur. S 750 eur je praktično nemogoče preživeti, na teden sem za hrano zapravila okoli 30 eur na stroške sem zelo pazila in sem varčevala, nisem si privoščila kavic ali obrokov zunaj.

V službo sem hodila z vlakom (ko niso bili odpovedani zaradi vročine ali stavke), postajo sem imela zelo blizu, vožnjo do službe 3 minute, in spet zelo blizu službe postaja. Mesečna karta za vlak znaša 50 eur, za eno vožnjo z avtobusom, tramvajem ali metrojem pa 2 eur, ali mesečna 39 eur. Sama sem imela mesečno za vlak, za ostalo sem pa kupovala po 10 kart za 18 eur. Vlaki se mi na splošno niso zdeli dragi, vozili so pogosto in praktično kamorkoli, zato sem za vikende, v kolikor sem imela čas, lahko odšla na veliko izletov predvsem severno od Milana, v gore in k jezerom, ali pa tudi na Ligursko obalo.

V službi sem imela večinoma prijetne izkušnje s sodelavci, predvsem pa z mentorjem. Skupine so majhne, sodelavci so povezani, mentorji pa tesno sodelujejo s svojimi doktorandi, jim pomagajo in svetujejo. Oprema na inštitutu je popolnoma nova in zaenkrat nima veliko uporabnikov, tako da si praktično lahko delal vse kar si si zamislil (če odmislimo italijansko birokracijo, kjer te je moral nekdo uvesti za uporabo vsake aparature – tudi če imaš s popolnoma enako stvarjo že izkušnje in znaš boljše od osebe, ki te uvaja). Veliko več je bilo tudi druženja, ki nikakor ni izpadlo prisiljeno, kot se doma včasih zdi, vendar je to verjetno italijanska mentaliteta in njihova družbena povezanost. Na inštitutu sem se počutila dobro in sprejeto, ekipa je bila sicer večinoma italijanska ampak tudi kar nekaj mednarodnega osebja. Vsi so bili vedno pripravljeni pomagati in ostati dlje v službi.

Je bilo pa tudi nekaj negativnih izkušenj, na primer konstantni sestanki in podpisovanja dokumentov iz strani kadrovske službe, vedno nova pravila in nadziranje dela. To je povzročilo veliko nejevolje in velikokrat je tudi vzelo veliko časa, ki bi ga lahko namenil delu in ga zapravil

mного produktivneje. Zelo se je opazil različen pristop do dela. V Sloveniji smo navajeni priti bolj zgodaj, resnično delati tistih 7, 8, 9 ur in potem čim prej domov, medtem ko se tu delo začne šele okoli 10h, z dolgimi sestanki, kosili in kavicami, domov greš pa okoli 6h ali 7h.

Če povzamem svojo izkušnjo – s samo skupino in delom sem bila izredno zadovoljna. Sama ne bi zmogla poiskusiti in narediti toliko različnih stvari v takšnem kratkem času, sploh pa imeti podporo od ljudi ki so študirali in delali po celem svetu. Sam Milano in Italija mi nista ostala v preveč lepem spominu, verjamem pa da sem zato nekoliko kriva tudi sama. Drugače je če imaš večji budget, če živiš v prijetnem delu mesta, sam ali s prijatelji, kot pa da si finančno omejen in ti tvoj začasni dom ni všeč. Veliko je pripomogla tudi neznosna vročina in suša, ki je držala Milano v primežu vso poletje. Tudi moje poznavanja jezika bi moralo biti boljše, saj sem prišla tja z A2, odšla pa z B1, vsekakor bi priporočala da je začetni nivo B1.

Zelo pa sem zadovoljna s profesionalnimi odnosi ki sem jih razvila tam, z novimi poznanstvi, ki mi bodo koristila na karierni poti, hvaležna sem ker sem s tem obiskom naredila velik korak naprej mojemu doktoratu, predvsem pa zaradi tega, ker moraš iti včasih od doma in izkusiti kako je drugje, da ceniš kar ti je dano doma.

## 15. ITALIJA - Università Degli Studi di Padova (Olga Gordeeva)

Predmet Kirurgija (obveznost 6. letnika) sem v študijskem letu 2021/2022 opravljala na univerzi v Padovi v bolnici Ospedali Ruiniti Padova Sud v okviru Erasmus prakse. Poleg tega sem naredila še dodatnih 6 tednov na oddelku Urologije kot pripis k diplomu.

Že pred pričetkom izmenjave sem vprašala študente iz Padove, kako je situacija z nastanitvijo in sem septembra 2021 oddala vlogo za nastanitev v študentskem domu. Pri oddaji vloge nisi mogel izbrati doma, ampak se lahko samo napisal v opombe svojo željo. Jaz sem imela srečo in sem dobila dom Luzzatti, ki se nahaja 10 minut od centra. Tam sem imela svojo enoposteljno sobo s kopalnico, kuhinja je pa bila skupna za cel dom, kjer je vsak dobil eno majhno omarico in polico v hladilniku. Sam dom je bil majhen, zgleдал je kot študentska vila za približno 15 ljudi. Najemnina je bila 400EUR. Drugi študenti s bili razporejeni tudi v druge domove, kjer so imeli včasih deljeno kopalnico in kuhinjo. Moja bolnica se je nahajala v majhnem mestu na podeželju pri Padovi, moj dom je bil tudi 5 minut stran (s kolesom) od glavne železniške postaje, vsak dan sem šla na vlak, vožnja v emno smer je trajala okoli 40 minut, mesečni abonma za vlak je stal 50EUR.

V Padovi sta dve študentski organizaciji za dogodke in izlete Erasmus študentov - ESN Padova (letna članarina oz. kartica je 10eur) in IC Padova (kartica člana stane 5eur).

Javnega prevoza v Padovi kot samem mestu nisem uporabljala, saj glede na mojo lokacijo in dostopnost destinacij v Padovi pride bolj prav kolo (mesto je na nek način podobno Ljubljani). Rabljeno kolo se da dobiti za 30-70eur, splača se vprašati v domu ali pri nekemu, ki ga poznaš, ker tako lahko dobiš kolo že za 30-40EUR. Ker sem imela že kolo iz prejšnje izmenjave v Padovi, kolesa nisem potrebovala kupiti. Do Padove sem pripotovala s Flixbusom (iz Ljubljane prideš v 4 urah do 5 urah za 20eur). Odlične so tudi povezave z vlakom, vendar priporočam Železniško postajo Trst.

Ob prihodu sem se morala prijaviti v organizaciji ESU, ki upravlja študentske domove, za pridobitev ključev in dokumentov za nastanitev.

Na univerzi v Padovi vaje niso vezane na predavanja/izpite. Tukaj je treba posebej naročiti tedne vaj glede na to, koliko ur je treba za priznanje na ULMF. Za opravljanje Erasmus mprakse moraš kontaktirati mednarodno pisarno UNIPD, nato imaš možnost ali naročiti vaje v elektronskem sistemu (potem si razporejen v bolnico mesta Padova) ali najiti vodjo oddelka v periferni bolnici, dogovoriti se z njim preko elektyronske pošte in to poslati v mednarodno pisarno UNIPD. Jaz sem



izbrala periferno bolnico zaradi boljšega študijskega okolja. Kirurgija me zanima iz vidika bodoče specializacije in zato sem želela veliko delati in se naučiti. Bila sem na oddelku Multidisciplinarne Kirurgije (Splošna+Abdominalna pri nas) in Urologiji. Morala sem priti vsak dan na oddelčni sestanek zjutraj ob 8:00, že prej sem imela določenega mentorja, ki mi ga je vodja oddelka (»primario«) dodelil. Na vajah sem bila ponavadi sama ali pa še z enim študentom 6. letnika iz Padove. Vsi kirurgi so bili zelo prijazni, tudi če nisem bila z mojim mentorjem, sem dobila veliko razlage in pomoči, lahko sem pomagala v ambulanti, asistirala na operacijah, delala cistoskopije na urologiji.

Na izmenjavi sem morala vsak mesec kupiti abonma za vlak (brez popustov za študente), drugače pa na teden sem porabila približno 50 evrov, dobila sem obrok v menzi za 5,7eur. Z najemnino te stroški na žalost niso v celoti pokriti z Erasmus štipendijo, vendar v primeru, da bi jaz več kuhala in manj potovala, bi lahko porabila tudi precej manj. Študentskih bonov ni, v menzi v bolnici sem morala plačati 7eur/obrok.

Erasmus skupnost je v Padovi zelo močna, prirejajo ogromno izletov, zabav in športnih dogodkov, na žalost se nisem mogla vsega udeležiti, ker sem bila veliko časa v bolnici v Monselice (tako se imenuje naselje pri bolnici) – odšla sem vsak dan ob 6:40, prišla pa nazaj v Padovo okoli 17:00 zvečer. Na vajah sem preživela veliko ur, vendar je bilo to tudi zaradi osebnega zanimanja - za nekoga, ki ga kirurgija ne zanima, lahko bi teoretično odšel domov že okoli 13:00.

Glede jezikovnih tečajev se nisem pozanimala, ker imam nivo znanja C1, sicer sem včasih imela kakšno privatno uro s profesorico, ki jo poznam od prejšnje izmenjave leta 2020 (cena je 15-20eur/60min).

Izkušnja na vajah mi je bila enkratna. Verjamem, da bi lahko tudi v Sloveniji dobila primerljivo izkušnjo, vendar bi morala izbrati tudi pri nas periferno bolnico in imeti srečo z mentorji. Le po kliničnih vajah težko ocenim celotno organizacijo študija v Padovi (to izkušnjo sem opisala v poročilu za leto 2020/21). Najbolj je pomembno, da za prakso dobiš oddelek, kjer je prijeten ambient in dobri odnosi med zdravniki. Izmenjavo bi priporočala vsem študentom, ki imajo dobro znanje italijansčine (vsaj B1 – večina mentorjev sploh ne govori angleško) in si želijo stika z bogato italijansko kulturo. V primeru, če bo Erasmus praksa v Padovi nekoga zelo zanimala, lahko me tudi kontaktirate preko elektronske pošte [olga.gor2307@gmail.com](mailto:olga.gor2307@gmail.com)

## 16. ITALIJA – Univerza v Sassariju (Maja Jankovič)

V okviru Erasmus+ študijske izmenjave sem v študijskem letu 2021/22 na Univerzi v Sassariju na Sardiniji opravljala 60-dnevno prakso. Za izmenjavo v Sassariju sem se odločila, ker sem predhodno prejela priporočila glede univerze.

**BIROKRATSKI POSTOPKI:** Urejanje podpisov je bilo precej zamudno, predvsem zaradi zamika v odzivu tajništva na univerzi v Sassariju. Sicer večjih težav ni bilo.

**JEZIKOVNI TEČAJ:** Jezikovni tečaj sem opravljala v angleščini. Zaradi relativno slabega poznavanja angleškega jezika med prebivalci Sardinije priporočam vsaj osnovno znanje italijansčine. Sama sem na lastne stroške predhodno opravila 60 urni tečaj, ki mi je bil v pomoč. Za lažjo komunikacijo in s tem še boljšo izkušnjo bi vsakemu priporočila kakšno dodatno uro.

**NASTANITEV:** V sklopu Univerze naj bi bilo na voljo majhno število sob, vendar mi le-ta žal ni bila dodeljena. Zaradi neodzivnosti najemodajalcev sem imela z nastanitvijo kar nekaj težav. Pri iskanju mi je bila v pomoč študentska organizacija ([sassari@esn.it](mailto:sassari@esn.it)). Po zamudnem iskanju sem bila z najdeno nastanitvijo zelo zadovoljna (10 min peš do klinike, 15 min peš do centra mesta). Priporočam, da se za iskanje nastanitve odločite dovolj zgodaj (mesec ali dva pred odhodom).



Sassari sicer ne ponuja številnih znamenitosti, ima pa relativno dobre prometne povezave z ostalimi predeli Sardinije (avtobus, vlak).

**STROŠKI:** Mesečni stroški bivanja in hrane so le rahlo višji kot v Sloveniji. Najemnino za stanovanje (plačevala sem 300 eur/mesec za enoposteljno sobo) in hrano pokrije Erasmus štipendija. V mestu so restavracije in bari sicer nekoliko dražji. Končni stroški so bili nekoliko višji od dodeljene štipendije, predvsem na račun prevoza (vozovnice, rent a car, letalske karte) in ogledov v sklopu obštudijskih dejavnosti.

**ŠTUDIJSKE OBVEZNOSTI:** V sklopu projekta sem tekom tedna vsakodnevno obiskovala kliniko, kjer sem asistirala specialistom in specializantom. Največ časa sem preživela na oddelku za kirurgijo, zanimiva pa se mi je zdela tudi raziskava o kserostomiji. Nasploh so postopki precej podobni tem, ki jih izvajamo na Stomatološki kliniki v Ljubljani. Celotno sporazumevanje med zaposlenimi, pacienti in študenti poteka v italijanskem jeziku.

**PROSTI ČAS:** Zaradi študijskih počitnic v poletnem času (julij, avgust) na kliniki in univerzi ni veliko študentov, zato za obštudijske dejavnosti za študente na izmenjavi ni bilo poskrbljeno. Prosti čas smo si študenti, ki smo v tem času gostovali v Sassariju, zapolnili in organizirali sami. Ogledali smo si številne znamenitosti Sardinije (arhitektura, plaže, ...).

**POVZETEK:** Z odločitvijo in izbiro Univerze sem zadovoljna. Časovno se mi zdita dva meseca ravno prav. Za lažjo komunikacijo in s tem še boljše izkušnjo bi priporočila poznavanje italijanskega jezika.

## **17. ITALIJA – Bolnišnica San Matteo, Pavia (Gaja Cvejić Vidali)**

V mesecu avgustu sem se udeležila 3 tedenske kratkoročne mobilnosti (Erasmus + Short term mobility) v Centru za amiloidoze, v bolnišnici San Matteo, Pavia, Italija. Ta center za amiloidoze je najverjetneje eden od najboljših in najbolj plodnih centrov za amiloidoze v Evropi. Center sestavlja ambulantni del, ogromen laboratorij in sektor za Klinične raziskave. Od 8-10 ur dnevno sem tri tedne opazovala delo strokovnjakov (zdravnikov, raziskovalcev biologov in laboratorijskega kadra) v obravnavi bolnikov z amiloidozo, diagnostiko, način zdravljenja, ocenjevanja odgovora na zdravljenje in zdravljenja zapletov. Prisostvovala sem delu zdravstvenega kadra pri vključevanju bolnikov v klinične študije in sledenju le-teh. Imeli smo veliko časa za diskusije, izvlečki teh diskusij mi bodo v veliko pomoč pri pripravi doktorske naloge in raziskavi, ki se prav tako dotika kliničnega aspekta amiloidoze lahkih verig. Sledila sem delu raziskovalcev, opazovala delo v laboratoriju in prisluhnila prezentacijam letošnjih izvlečkov na področju bazične znanosti o amiloidozah v njihovem centru. Naučila sem se veliko novega in utrdila že pridobljeno znanje. Uporabila ga bom tudi v klinični praksi. S strokovnjaki sem ostala v stiku, sodelovala bomo tudi v prihodnje. Erasmus Short term mobility je bila res dobra priložnost in odlična izkušnja. Zadovoljna sem, da sem jo v tretjem letniku podiplomskega študija izkoristila.

## **18. NEMČIJA – Uniklinik Aachen, Aachen (Domen Lenarčič)**

Na Univerzitetni kliniki v Aachnu sem opravljal praktično usposabljanje na področju pediatrije v sklopu Erasmus+ mobilnosti. Za praktično usposabljanje sem se odločil ker me to področje zanima in sem želel pridobiti dodatne izkušnje, Nemčijo pa sem izbral zaradi mojega znanja nemščine. S kolegi, ki sem jih od tam poznal že iz predhodne izmenjave na Dunaju, sem se posvetoval glede praktičnega usposabljanja, in so mi svetovali, da naj kontaktiram bolnišnico v Aachnu, saj velja za eno najboljših praktičnih učnih ustanov v Nemčiji. Kasneje sem po prijavi še izvedel, da uživata

predvsem oddelek za otroško onkologijo in oddelek za otroško kardiologijo bolnišnice v Aachnu velik državni in mednarodni ugled.

Za izmenjavo sem se dogovoril direktno z vodstvom Pediatrične klinike, ki mi je dodelilo oddelke in pomagalo urediti vso dokumentacijo potrebno za izvedbo izmenjave. Spoznal sem, da je v Nemčiji bolj priljubljeno urejanje zadev preko telefona kot preko elektronske pošte, zato bi vsem, ki želijo opravljati praktično usposabljanje v Nemčiji, da dotične oddelke ali bolnišnice pokličejo direktno in se pozanimajo o morebitnem opravljanju praktičnega usposabljanja, saj tako poteka hitreje. Za izvedbo izmenjave sem se dogovoril, da bo potekala od 13. septembra do 12. novembra, dodeljenih pa mi je bilo 5 različnih oddelkov, na katerih sem bil vključen v delo praktikantov in specializantov pod mentorstvom nadzornih zdravnikov posameznih oddelkov. Izmenjavo sem začel na oddelku za predšolske otroke, kjer sem stažiral en teden. Tam je bilo največ kliničnih primerov iz področja infekcijskih bolezni, nekaj tudi iz področja razvojnega zaostanka. Naslednji teden so me premestili na oddelek za intenzivno pediatrično nego, kjer sem videl veliko primerov otrok z najtežjimi kliničnimi slikami, od skrajne nedonošenosti novorojenčkov do hudih prirojenih napak. Sledeča dva tedna sem izmenjavo opravljal na oddelku za novorojenčke in nedonošenčke, na katerem sem dnevno opravil več rutinskih pregledov novorojenčkov, ki so v nemškem zdravstvenem sistemu obvezni za vse otroke. Naslednji oddelek na katerem sem dva tedna krožil je bila poliklinika, kjer sem sodeloval v sprejemni ambulanti in pri urgentnih sprejemih pediatričnih bolnikov. Na polikliniki sem opravljal največ praktičnega dela, med drugim tudi sprejemne klinične preglede in popise, cepljenje, odvzem krvi in vstavljanje venskih pristopov. Zadnje tri tedne bi moral opravljati na oddelku za pediatrično onkologijo in hematologijo, vendar sem prejel povabilo na kliniko za otroško kardiologijo s strani nadzornega zdravnika dr. med. Blaža Kosmača in zato prosil za spremembo »Learning Agreementa«. Tako sem 2 tedna stažiral na onkologiji ter en teden na otroški kardiologiji. Na oddelku za onkologijo sem pridobil največ novega teoretičnega znanja v primerjavi z ostalimi oddelki, kjer sem krožil. Udeležil sem se tudi seminarske razprave o bolezni srpastih celic s poudarkom na klinično sliko, diagnostiko in terapijo. Zadnji teden sem odšel na oddelek za otroško kardiologijo, kjer sem imel možnost videti nekaj izjemno redkih patologij s področja otroške kardiologije in prirojenih srčnih bolezni.

Za delo v bolnišnici sem moral predložiti potrdilo o cepljenju proti COVID in potrdilo o vpisu na študij medicine na matični izobraževalni ustanovi, poleg tega sem moral imeti svoj stetoskop. Haljo oz. bolnišnično opremo sem imel svojo, vendar bi lahko, če bi želel, v bolnišnični centrali zaprosil za opremo bolnišnice.

Bivanje v Aachnu sem si moral urediti sam, preko agencije sem na robu centra našel enosobno stanovanje, ki mi je v celoti ustrezalo, le cena je bila nekoliko visoka. Sicer se cene enosobnih stanovanj normalno gibajo med 400€ in 700€, možno pa je tudi skupno bivanje v večsobnih stanovanjih, tako imenovano »Wohngemeinschaft«. Ker je Aachen precej oddaljen od Ljubljane je verjetno najhitrejši dostop z letalom iz Ljubljane do Bruslja, nato s hitrim vlakom ICE do Aachna, vendar sem zaradi praktičnosti sam v Aachen odpotoval z osebnim avtomobilom. Poleg povezave z Brusljem pa je Aachen zelo dobro povezan s preostankom Nemčije, saj hitri vlaki potujejo do Münchna, Berlina in preko Kölna v vsa preostala večja mesta. V samem mestu je možna uporaba avtobusa, vendar sem zaradi navade raje najel kolo preko podjetja Swapfiets, ki oddaja kolesa z mesečno najemnino 20€. Po Aachnu sem tako raje kolesaril ali hodil peš.

Samo mesto je po številu prebivalcev zelo podobno Ljubljani – 250 000 prebivalcev z dnevnimi migranti iz manjših okoliških krajev, vendar je poseljenost bolj gosta in s tem površina mesta manjša. Tako kot Ljubljana je tudi Aachen predvsem študentsko mesto z nekaj turističnimi točkami, kar se pozna v popoldanskih in večernih urah, saj so na obrobju centra mesta pogosto polne vse študentske kavarne. Mesto ima tudi dve zelo veliki nakupovalni središči kjer je možno nakupiti vse

kar se potrebuje v času izmenjave, cene v trgovinah pa so primerljive z našimi, veliko živilskih izdelkov je celo cenejših kot v Sloveniji.

S svojo izmenjavo v Aachnu sem bil izjemno zadovoljen. Dana mi je bila edinstvena priložnost izboljšanja svojega praktičnega in teoretičnega znanja na področju pediatrije, prav tako sem izboljšal svoje znanje nemščine, predvsem na področju medicinskih izrazov in strokovne terminologije. Poleg tega sem se naučil veliko o delovanju nemškega zdravstvenega sistema in delu v nemškem zdravstvu. Praktično usposabljanje v okviru Erasmus+ mobilnosti v Aachnu bi priporočal vsem, ki želijo pridobiti dodatne veščine, predvsem tistim, ki jih zanima delo na področju pediatrije.

## 19. NEMČIJA – Uniklinik Aachen, Aachen (Maruša Jerše)

V šolskem letu 2021/2022 sem se odpravila na 3-mesečno študijsko izmenjavo v Aachen, ki sem jo podaljšala za dva meseca Erasmus prakse. Tako sem januar in februar 2022 preživela na kliniki za dermatologijo in alergologijo v Aachnu. Gre za manjše mesto na zahodu Nemčije, tik ob meji z Belgijo in Nizozemsko. Mesto je polno študentov, tako da se družba vedno najde. Ker je majhno, prideš z javnim prevozom povsod v dvajsetih minutah.

Ker sem bila za prve mesece izmenjave dogovorjena samo za trimesečni najem, sem si morala od podaljšanju izmenjave najti novo nastanitev za dva meseca. Iskanja sem se lotila v začetku decembra na spletni strani WG gesucht. V tem času je bilo precej manj ponudb kot v poletnih mesecih. Na koncu me je preko Whatsapp aplikacije kontaktiral študent, ki se je pred zaključkom semestra želel odseliti iz študentskega doma in je potreboval podnajemnika do konca marca. Tako sem se vselila v katoliški študentski dom Eckertweg (<https://www.eckert.rwth-aachen.de/>). Z domom sem bila zelo zadovoljna. Zvečer smo se družili v kuhinji, v predelu s sobami je bilo mirno. Imeli smo tudi čistilko, tako da je bil dom zelo čist. Imeli smo tudi študijsko sobo, Whatsapp skupino za tek in Partykeller v katerem je bil domači kino in prostor za zabave. Če se boste odločili za izmenjavo v Aachnu in razmišljate o študentskem domu, ga zelo priporočam. Za sobo v domu sem plačevala skupaj s stroški cca 240e.

Sama sem se za podaljšanje moje študijske izmenjave odločila v mesecu novembru. Takrat sem na kliniko v Düsseldorfu, Kölnu in Aachnu poslala prošnje za opravljanje Erasmus prakse. Dolgo nisem dobila odgovora, nakar mi je na moj mail odpisal profesor, ki je na Dermatološkem oddelku odgovoren za PJ (Praktisches Jahr) študente in mi rekel, da lahko pridem. Da sem dobila podpisane dokumente za pridobitev Erasmus štipendije sem mu sicer morala napisati kar nekaj mailov, vendar mi je do sredine decembra uspelo pridobiti vse potrebno. Največji problem prakse je bil, da me niso uradno vnesli v sistem. Za razliko od ostalih PJ študentov nisem imela dostopa do računalniškega programa. Na srečo sem bila pred prakso v Aachnu na izmenjavi, tako da sem ID kartico, uniforme in semestrsko vozovnico imela veljavno še od takrat.

Prvi mesec sem bila v bolnišničnem delu dermatološke klinike, ki je lokaliziran v manjši bolnišnici bližje centru mesta – Franziskushospital. Z delom smo začeli ob 8ih. Najprej smo vsi specializanti in študentje odšli na vizito celotnega oddelka, ki je trajala približno 3 ure. Nato je vsak od študentov dobil svojega pacienta, ki je bil tisti dan na novo sprejet na oddelek. Naredila sem anamnezo, status in vse zabeležila v računalnik. Ob 12ih smo svoje paciente predstavili specialistu, ki je bil tisti dan na oddelku. V popoldanskem delu smo študentje pomagali pri jemanju krvi, vstavljanju i.v. kanalov, pojasnitev zdravljenj in jemanju kožnih biopsij. Nato si lahko začel pisati odpustno pismo za svoje paciente. Domov sem odhajala okoli 4ih.

Po enem mesecu sem odšla na polikliniko v glavno bolnišnico. Tukaj smo dan začeli ob 8ih z jutranjim sestankom, nato pa si si izbral specializanta, s katerim si bil tisti dan v ambulanti. Preprostejše primere so specializanti naredili samostojno, zahtevnejše pa so predstavili specialistom, ki so se odločili za potek zdravljenja. Na polikliniki so imeli splošne ambulante,

onkološko ambulanto, laserje in operacijsko dvorano. Zadnji teden sem asistirala pri operacijah. Domov sem odhajala okoli 4ih popoldne.

Pred predhodno študijsko izmenjavo v oktobru je bila moja nemščina na zelo začetnem nivoju, vendar se je do prakse v januarju ob tečajih in učenju v prostem času že zelo popravila. Z govornim sporazumevanjem med prakso nisem imela težav, pri pisanju odpustih pisem sem delno uporabljala vzorce pisem, ki so mi jih poslali specializanti, delno pa sem si pomagala z DeepL prevajalnikom (<https://www.deepl.com/translator>).

Najbolj so mi bili všeč odnosi na oddelku. Vso zdravstveno osebje je zelo prijazno in se med samo tika. Zelo mi je všeč prijazen odnos do pacientov. Zdi se mi, da so pacienti skozi celoten potek diagnostike in zdravljenja zelo dobro obveščeni. Naprave so novejše, več stvari je digitaliziranih (vsi kartoni, predpisovanje zdravil). V sobi sta eden ali dva pacienta. Zelo sem vesela, da sem se odločila za podaljšanje mojega bivanja v Aachnu, saj sem se veliko naučila, mesto pa je zelo prijetno za študentsko življenje.

## **20. NEMČIJA – Schön Klinik Bad Aibling Harthausen, Bad Aibling (Maida Beganović)**

Prakso na kliniki v Bad Aiblingu sem poiskala in organizirala sama. Za kliniko sem se odločila na podlagi poročil na spletni strani <https://www.pj-ranking.de/>, kjer so bile opisane dobre izkušnje študentov, ki so tam opravljali vaje. Stran priporočam tudi sicer, saj razpolaga z zajetno bazo poročil s praks in vaj pretežno na nemškem govornem področju, nekaj manj pa tudi drugod. Klinika je 50 km oddaljena od Münchna in 13 km od Rosenheima. Ima okoli 440 postelj, večinoma namenjenih zgodnji rehabilitaciji po bivanju na intenzivni negi, pretežno z nevrološko patologijo, nekaj je pa tudi drugih (npr. po hipoksičnih okvarah možganov po oživljanju ipd.), imajo pa tudi geriatrični in paliativni oddelek ter veliko število konziliarnih internistov. Izjemno veliko je traheotomiranih pacientov, zato zelo dobro obvladajo nego traheostom, prav tako imajo zelo dobro razvito logopedsko službo. Imajo tudi oddelek intenzivne terapije s 24 posteljami in akutno postajo z okoli 30 posteljami.

Bad Aibling je manjše mesto, tako da v samem mestu ni na voljo veliko zanimivosti ali aktivnosti, toda narava je čudovita, v neposredni okolici pa je veliko pohodniških poti. Z vlakom se do Münchna pride v slabi uri, sama pa sem se med vikendi večkrat odpravila tudi v Rosenheim, v Avstrijo in v Berlin. Prakso na Bavarskem sem izbrala, saj niso komplicirali z organizacijo v času epidemije COVID-19. Zahtevali so potrdilo o cepljenju; vsi, ki niso cepljeni, ali je od drugega odmerka poteklo 6 mesecev ali več pa so morali ali prejeti poživitveni odmerek ali pa se testirati dvakrat tedensko.

Prakso sem opravljala med 06.09. in 31.10.2021, od tega sem šest tednov opravila na oddelku za možganske kapi, dva tedna pa na intenzivi. Za razvijanje praktičnih veščin klinika ponuja precej možnosti, kot študent se lahko vključi v delo na oddelku oz. je to skoraj neizogibno, saj ne marajo, da le opazuješ, dovolijo ti pod nadzorom sam pregledovati in voditi paciente, če želiš lahko zjutraj jemlješ kri (ni pa treba), vstavljaš periferne venske kanile, učiš se ultrazvoka vratnih žil, TCD, EMG/ENG, analize hoje/gibanja. Sodelovala sem tudi pri vstavitvi stenta v ACI, kjer sem lahko celo pacientu vbrizgala nekaj zdravil med samim posegom (seveda tudi pod nadzorom). Višji specialisti so zelo dostopni in pokažejo interes tudi za študente, veliko sprašujejo in tudi poučujejo. Dvakrat na teden poteka Chefarztvisite, kjer vodja klinike obiše vse paciente in tudi debatira o zanimivih primerih. V ambulanto za nujni sprejem so redno prihajali pacienti s sumom na možgansko kap, tako da sem se naučila postopka od sprejema do morebitne trombolize ali trombektomije ter nadaljnje obravnave na oddelku.

Na intenzivi je bilo podobno, tam sem lahko npr. tudi menjala cevke pri traheotomiranih pacientih, bolj invazivne posege kot je vstavitve CVK pa sem le opazovala. Vmes sem nekajkrat šla zraven na vizito tudi na oddelkih za rehabilitacijo, dobila sem vpogled tudi v delo logopedov.

Vsak drug četrtek je potekalo izobraževanje za vse nevrologe, vsak drug četrtek zjutraj (izmenično) pa je bil predstavljen zanimiv primer ali obravnavano določeno bolezensko stanje ali novost v terapiji. Mreža klinik, del katere je tudi omenjena sicer ponuja redna izobraževanja za specializante, tako teoretična kot tudi praktična (npr. nega traheostome, manipulacija vozička, predpisovanje antikoagulacijskih zdravil...). Delovni čas je bil od 8:00 do 16:30, pol ure je premor za kosilo. Večino časa sem sicer hodila domov ob 16:00, se je pa nekajkrat zgodilo tudi, da sem ostala dlje.

Za prakso sem se dogovorila pol leta prej, pisala sem neposredno zdravniku koordinatorju. Pogoj je bilo predvsem dobro znanje nemščine (C1 ali več). Zagotovili so mi brezplačno namestitev, na voljo sem imela celo dvosobno stanovanje, ki je bilo oddaljeno 5 minut hoje od klinike. Brezplačno sem imela tudi kosilo in zajtrk v bolnišnični menzi. Zavoljo tega mi sicer niso plačali t.i. Aufwandsentschädigung, ki je denarno nadomestilo, ki ga prejmejo študentje, ki opravljajo praktično leto v Nemčiji in znaša v tem primeru 500€.

Izmenjava je predstavljala super priložnost za učenje. Ena stvar, ki me je nekoliko presenetila je, da ima klinika, ki sicer sprejema vse paciente, tudi z navadnim zavarovanjem, nekaj posebnih oddelkov, namenjenih izključno zasebnim pacientom, ki imajo boljšo namestitev (zasebno sobo, več osebja na razpolago), s tem da je tudi namestitev za „navadne paciente“ bila nadpovprečna, z največ dvema posteljama in kopalnico v vsaki sobi, vsi pacienti so lahko izbirali meni za vsak obrok. Hecno se mi je zdelo, da so pri nenujnih pacientih, ki so prišli na načrtovan sprejem (skupaj s pacientom) diskutirali, koliko časa naj bi ostal, glede na to, kako dolg obisk je njihovo zavarovanje pripravljeno pokriti – v nekem smislu me je to spominjalo bolj na hotel z oskrbo kot na bolnišnico. Pozitivno je pa to, da je nadstandard pri zasebnih pacientih temeljil predvsem na dodatnem udobju, medtem ko so medicinska oskrba, kakor tudi čakalne dobe za preiskave in posege za vse bili enaki in so se določali na podlagi medicinskih kriterijev.

## 21. NEMČIJA – Charité – Universitätsmedizin, Berlin (Nika Jaki)

Za nastanitev je potrebno odšteti vsaj 400 eur, bolj verjetno proti 500 eur. Izjemno je treba biti pazljiv, saj je prevar več kot si jih lahko zamisliš. Npr. ljudje od nekoga najamejo airbnb in potem tuj airbnb oddajo v najem nekemu na internetu. Se izselijo, ti se vseliš, na kar se lastnik vrne v stanovanje in ti ostaneš brez strehe nad glavo. To je le eden od nešteti primerov, kako si lahko ogoljufan. Od najemodajalcev zahtevaj potni list, podnajemno pogodbo, ki jo je priporočljivo poslati na urad zemljiške knjige (Grundbuchamt), kjer lahko preverijo ali je oseba res lastnik stanovanja. V glavnem zelo pazljivo pri iskanju stanovanja. Jaz pri tem nisem imela težav, saj sem še imela stanovanje od prej, ko sem opravljala dva semestra študijske izmenjave v 5. letniku.

Okvirni mesečni življenjski stroški se gibljejo nekje okrog 900 eur +/- 200 eur

- najemnina: 500 eur
- hrana: 250 eur
- ostali nespecifični stroški: do 200 eur
- prevoz: 58 eur mesečno - samo v primeru, da je praksa del tvojih študijskih obveznosti. Če ni, moraš za mesečno vozovnico, ki ti omogoča potovanje z vsemi sredstvi javnega prometa v Berlinu, odšteti 84 eur

Za prakso sem se dogovorila s slovenskim zdravnikom infektologom dr. Andrejem Trampužem, vodjo infektologije na oddelku za Septično kirurgijo, Centra za mišičnoskeletno kirurgijo na Charite-ju. Dr. Trampuž je bil moj glavni mentor in mi pomagal pri organizaciji kroženja na različnih oddelkih. Namreč za kroženja se je bilo v času pandemije COVID-19 dogovoriti precej

težavno. Predvsem za pediatrijo je to skoraj nemogoče. Sicer sem pisala različnim oddelkom in jim poslala Learning Agreement in CV, na podlagi česar so mi odobrili opravljanje prakse. Krožila sem po 2 kampusih: Charite Virchow Klinikum (CVK) v Weddingu in Charite Benjamin Franklin (CBF) v Steglitzu. V Sloveniji sem pridobila podpise za priznavanje vaj pri:

- pediatriji - 4 tedne (doma moram opraviti še seminar in izpit),
- interni medicini - 6 tednov (doma moram opraviti še 2 tedna vaj),
- kirurgiji - 4 tedne travmatologije (druga možnost ki bi jo priznali, bi bila abdominalna kirurgija) in 2 tedna septične kirurgije (oz. kirurškega oddelka po moji želji) (doma moram opraviti seminar množične nesreče in izpit) in
- perioperativni medicini (doma moram opraviti predavanja, vaje v simulacijskem centru ter izpit)

Dodatno sem vaje delala še na kirurški enoti intenzivnega zdravljenja. Za te vaje sem se dogovorila na kliniki za anesteziologijo, CBF, kjer sem krožila en teden v operacijskih dvoranh (v sklopu perioperativne medicine) in en teden na intenzivi.

Zjutraj se delo prične ob 7. ali 8. uri. Odvisno od oddelka in sicer z jutranjo predajo, ki se jo kot študent udeležiš. Nato sledi odvzem krvi. Na oddelkih je navada, da jutranji odvzem krvi opravljajo krožeči študenti. Namreč, to je v Nemčiji zdravniško opravilo, zato odvzem krvi in nastavljanje intavenskih kanalov izvajajo zdravniki. Ker pa so v praksi zdravniki prezaposleni, je to naloga študentov, ki imajo tako odlično priložnost za vajo. V primeru treh neuspešnih poskusov je študent šele dolžan poklicati zdravnika. Torej od zdravnika se pričakuje, da bo, če nihče drug, on nastavljal "kanal". Ko študenti opravijo z odvzemom krvi, kar običajno traja med eno in dvema urama, odvisno od števila študentov, se razporedijo po operacijskih dvoranh oz. se udeležijo vizite. Nato sledijo odpusti in sprejemi. Na internističnih vajah sem po viziti običajno začela s pregledovanjem in izpraševanjem pacientov za sprejem in v odpustno pismo zapisala stanje ob prihodu. Ko sem zaključila s sprejemi, sem pomagala pri različnih opravilih po oddelku, npr. odstranjevanje centralnih venskih katetrov, odstranjevanje šivov, asistenca pri punkciji ascitesa, orpavljanje ultrazvočnih preiskav, naročanje preiskav in drugo. V primeru da mi je ostalo še kaj časa, sem se poglobila v poljubnega pacienta in bolj natančno preštudirala njegove diagnoze, potek bolezni, zdravljenje in islala članke na temo njegovega problema oz. si za ponovitev prebrala literaturo o negovi bolezni.

Vsekakor so bile vaje izjemno poučne in so mi prikazale realno sliko zdravnikovega dela po sistemu sledenja zdravniku kot njegova senca oz tako imenovani "shadowing". Večkrat so nam zdravniki dali nalogo preštudirati bolnikovo dokumentacijo in narediti načrt zdravljenja, ki smo ga potem skupaj predebatirali. V Nemčiji je v 6 letih obvezno opraviti skupno 22 tednov takšnih vaj, ko si polni delovni čas z zdravnikom in mu pomagaš. Na ta način se ti pojavijo vprašanja, ki se ti samo ob študiju iz knjig ne bi, poleg tega pa je stik z realnostjo meni osebno zelo pomagal pri povečanju motivacija za študij. Takšnega načina učenja v Sloveniji vsekakor manjka.

Za izvajanje vaj predvsem na nekirurških oddelkih je skoraj nujna nemščina. Moja vsekakor ni bila perfektna, vendar se je tekom izmenjave izboljševala. Če se trudiš, so tudi Nemci potrpežljivi in ti odpustijo vsakršno napako. Tudi kombiniranje z uporabo kake angleške besede ti ne zamerijo. Predvsem se ne smeš bati jih prositi govoriti počasneje. Za celostno vključevanje v delo je potrebno izkazovati zanimanje in samoiniciativo, se pa splača, saj na ta način lahko izvajaš veliko postopkov pod zdravniško kontrolo.

Praksa je bila izkušnja, ki si jo človek zapomni za vse življenje in ki ti da ogromno izkušenj, zato jo priporčam vsakomur. Nemalokrat sem bila zelo utrujena, saj se vsak dan naučiš in srečaš s toliko novimi znanji, postopki in izkušnjami, da si pač utrujen. Vendar če pogledam nazaj, bi brez pomisleka ponovno šla čez vse vzpone in padce, ki sem jih srečala na poti prakse.



## 22. NEMČIJA - Klinikum Großhadern, LMU München (Tajda Tornič)

V prvem delu zimskega semestra 2021/2022 sem opravljala dvomesečno prakso v Klinikum Großhadern, ki spada pod okrilje LMU München. Prakso sem opravljala na področju Radiologije, na oddelku Roentgen B.

S stanovanjem v Münchnu sem imela veliko srečo, saj sem uspela dobiti sobo v deljenem stanovanju »WG« s še tremi osebami v bližini centra, so pa cene nastanitev v Münchnu zelo visoke. Sama sem za sobo plačevala 500eur/ mesec + stroški. Sobo je tudi težko dobiti, saj na posamezno ponudbo v oglasu navadno pride vsaj 40 do 50 prošenj, ti pa seveda kot tujec nisi njihova prva izbira. Priporočam, da se iskanja stanovanja lotite vsaj 1,5 meseca pred izmenjavo. »Better safe than sorry«. Stanovala sem v kar živahnem okrožju – Maxvorstadt, vendar je bilo zabavno življenje v mestu zaradi COVID-19 omejitev precej okrnjeno.

Stroški življenja so nekoliko višji kot v Sloveniji. Hrana v trgovini je malenkostno dražja, sploh v Aldiju in Lidlu, so pa cene storitev občutno dražje, ravno tako hrana na ulici in v restavracijah. (npr. Kebab stane 6-8eur). Mesečna karta za prevoz po coni M stane 57eur. V bolnišnici pa lahko obrok hrane zaposleni in študentje dobijo za 4eur, kar je daleč najugodnejša opcija, če si seveda ne kuhaš sam.

Prakso sem opravljala v LMU Klinikum- v Klinikum Großhadern, eni največjih univerzitetnih bolnišnic v Nemčiji in Evropi. S svojo prošnjo o opravljanju prakse sem se obrnila direktno na predstojnika oddelka radiologije v Großhadernu, ki mi je prijazno odpisal v pičlih 12ih minutah. Seveda je bilo potem potrebnih še veliko e-mailov s tajništvom oddelka klinike in koordinatore Erasmus + študentov LMU, preden smo uredili vso obvezno birokracijo. Na sami kliniki so tudi zelo zahtevni glede znanja Nemščine in predvsem glede vseh nalezljivih bolezni. Poleg standardnih titrov protiteles in potrdil o cepljenju proti OMR, DiTePer itn., sem morala podati tudi negativno serologijo na HIV in hepatitis.

V kliniki sem spadala med študente »PJ« Praktisches Jahr, kar ustreza našemu pripravništvu in tako so obravnavali tudi mene. Moje delo na oddelku je bilo jemanje krvi, vstavljanje kanalov in prevezovanje ran. Dela je bilo še več, vendar so ga opravljali drugi študentje pripravništva, ki so nemško znali bolje od mene.

Delavnik je vsak dan potekal približno enako. Okrog 7ih sem morala biti na oddelku, kjer sem najnujnejšim pacientom odvzela kri, nato sem ob 8ih pasivno prisostvovala jutranjemu raportu. Tam so obravnavali najpomembnejše in najbolj zanimive paciente prejšnjega dne (oziroma konca tedna), nato pa so včasih imeli tudi 15-20min predstavitev določene teme, ki jo je moral pripraviti specializant po vnaprej določenem razporedu. Nato je v večini primerov sledilo predavanje za študente praktičnega leta, kjer so bile predstavljene osnove radiološkega slikanja in zanimivi primeri. To predavanje je bilo vedno zelo zanimivo in poučno. Nato sem morala iti še za 1-2h na oddelek, kjer sem opravila delo še pri ostalih pacientih. Zatem sem se lahko do konca delovnika pridružila specializantom radiologije pri njihovem delu. Delo je bilo raznovrstno, na več postajah. Ultrazvok, ultrazvok s kontrastom, CT-slikanje in priprava izvidov, Magnetna resonanca, PET-CT, mamografija, interventna radiologija... Večinoma so bili specializanti in specialisti zelo ustrežljivi in so mi z veseljem razlagali, kaj počnejo. Delovnik traja nekje 15.00-16.00, čeprav specializanti vedno ostajajo do 17.00 ali celo dlje. Zelo prijetno presenečenje čaka vsakega Slovenca tudi v tajništvu uprave radiološkega oddelka, saj tam dela gospa Sara, ki ima korenine v Sloveniji in lahko reši vaše morebitne težave tudi v materinščini.

Na izmenjavi sem se veliko naučila, tako teoretično kot praktično. V Sloveniji se študent medicine tekom študija bolj uborno seznanja z delom radiologa, zato so bile vse izkušnje na tem področju zame nekaj novega. V teh dveh mesecih sem izpopolnila svojo sposobnost jemanja krvi in

nastavljanja kanalov, usvojila osnove branja radioloških slik in se naučila tudi osnov ravnanja z ultrazvokom. Veliko so me seznanjali tudi z novostmi in naprednejšimi tehnikami na področju slikovne diagnostike, saj jim je to (kot eni največjih univerzitetnih bolnišnic) zelo pomembno. V prostem času (ki ga, razen za vikende) ne ostane ravno veliko, sem si ogledovala mesto, za vikend pa sem odkrivala predalpsko Bavarsko. Železniški promet v Nemčiji odlično deluje, zato lahko z vlakom dostopaš do veliko različnih turističnih destinacij kot tudi izhodišč za planinarjenje. München je zelo prijetno mesto za opravljanje prakse, saj nudi vso tehnološko naprednost in akademsko odličnost, hkrati pa združuje velemesto z bližino narave in ne navsezadnje tudi z bližino Slovenije, kar v COVID-19 časih lahko pride zelo prav.

### 23. NEMČIJA - Nürnberg Hospital (Tim Hropot)

Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljal v Nürnbergu od 18. aprila do 24. junija 2022. Za možnost izmenjave v Nürnbergu sem izvedel od starejšega kolega, ki je tam prav tako opravljal praktično usposabljanje. V Nürnbergu namreč dela slovenski srčni kirurg, ki se prav tako zelo aktivno ukvarja z raziskovalnim delom. Mentorja sem enostavno kontaktiral preko epošte in brez večjih zapletov sem se zmenil za opravljanje praktičnega usposabljanja. Zaradi COVID pandemije (natančneje omikron variante) sem bil izmenjavo primoran za nekaj mesecev zamakniti, sicer pa drugih večjih problemov ni bilo. Ko sem pridobil podpisan learning agreement s strani direktorja srčne kirurgije sem si poiskal stanovanje. Ker sem bil nekoliko pozen sem imel zelo omejeno izbiro, vseeno pa se je kot dobra taktika izkazala spletna stran WG-Gesucht, kjer lahko objaviš svoj oglas (kaj točno iščeš/za koliko časa), potem pa sem dobil kar nekaj ponudb za sobo. Na koncu pa sem imel srečo, da sem se lahko vselil v stanovanje, v katerem je bil že moj predhodnik. Moja soba je imela zares odlično lokacijo blizu bolnice, a vendar nekoliko oddaljeno od mestnega središča (cca. 5 minut s kolesom do klinike, cca. 25 minut s podzemno železnico do centra Nürnbergga). Plačeval sem 330 evrov na mesec, kar se je izkazalo za precej ugodno ceno. Mesečne vozovnice za javni prevoz nisem potreboval, saj mi je najemodajalka posodila kolo za čas bivanja. Sem pa vseeno v juniju kupil t.i. 9 Euro ticket, s katerim sem se lahko cel junij vozil neomejeno s praktično vsem javnim prevozom v Nemčiji (razen hitrimi vlaki...). Kar se tiče prevoza do Nürnbergga priporočam Flixbus (daleč najbolj ugodno, cca 35e v eno smer), sicer pa so med Avstrijo in Bavarsko tudi odlične povezave z vlakom. Samo mesto Nürnberg je sicer staro srednjeveško mesto z obzidjem, gradom in številnimi stolpi, polno zgodovine in turističnih atrakcij. Staro mestno jedro je ves čas polno ljudi in zaradi odličnega javnega prometa v mestu je vsaka destinacija blizu.

Na začetku izmenjave sem dobil oblačila, kratico z imenom in nazivom Praktikant, ključke za oddelek in operacijske sobe, čip za menzo ter telefon za interne klice po bolnišnici. Prav tako sem pridobil tudi posebne liste za COVID samotestiranje, ki ga je bilo potrebno izvajati 2x/teden. Na kliniki je menza, v kateri ponujajo zares odlično hrano po zelo ugodni ceni (v povprečju 4 evri za topel obrok). Normalno sem na kliniki začel dan ob 7:00 in končal okoli 16:00-17:00, včasih tudi dlje.

Na začetku izmenjave sem bil predvsem v operacijski dvorani in na oddelku srčne kirurgije. Veliko specializantov mi je z veseljem razložilo osnove srčne kirurgije in kako izgleda nemški zdravstveni sistem, lahko sem tudi pomagal na oddelku pri manjših posegih in bil prisoten pri obravnavi pacientov. V operacijski dvorani sem lahko tudi asistiral, a vendar je srčna kirurgija zelo specifična in brez ogromno predznanja težko zares veliko prispevaš pri operacijah, vseeno pa imaš odličen pogled na delo kirurgov. Mentor mi je ponudil možnost, da sodelujem pri zanimivem raziskovalnem projektu in zaradi veselja do raziskovalnega dela sem privolil. Na koncu smo tako dobro sodelovali in napredovali, da sem se skoraj povsem osredotočil na raziskovalno delo.

Kar se tiče jezika, je priporočljivo, da imate nekaj znanja nemščine. Namreč na oddelku se govori samo v nemščini in sam sem z ostalimi zaposlenimi vedno komuniciral v nemščini (razen z mentorjem v slovenščini). Nazadnje sem se nemško učil v gimnaziji, zato sem se pred izmenjavo

udeležil tečaja medicinske nemščine, ki so ga organizirali študentje medicine (toplo priporočam). Na koncu sicer kar hitro napreduješ z jezikom in zelo veliko se lahko naučiš, če se le trudiš pogovarjati v nemščini.

Izmenjavo v Nürnbergu bi priporočal vsem, ki jih zanima srčna kirurgija, predvsem pa imajo željo po raziskovanju in sodelovanju pri zanimivih projektih. Samo mesto ponuja nešteto možnosti za krajšanje prostega časa in dvomim, da se ga kdo hitro naveličal. Za dodatne informacije mi lahko pišete na: [tim.hropot@gmail.com](mailto:tim.hropot@gmail.com)

## 24. NIZOZEMSKA - VUMC Amsterdam (Lucija Rožman)

Na ERASMUS+ praktično izmenjavo kot mlada diplomantka sem se odpravila aprila 2022 na Nizozemsko, natančneje v Amsterdam. 4-mesečno izmenjavo sem opravljala v VUMC Amsterdam, eni večjih univerzitetnih kliničnih centrov v Amsterdamu, ki je sodeluje s Vrije Universitat. VUMC Amsterdam se nahaja na v južnem delu mesta, ki ima zelo dobre povezave s centrom Amsterdama, letališčem in je odlična odskočna deska za potovanje z vlakom v druge predele Nizozemske in države zahodne Evrope. V času izmenjave sem bivala v študentskem stanovanju blizu bolnišnice, ki je imelo 7 ločenih sob, veliko skupno kuhinjo z jedilnico in skupni dnevni prostor. V stanovanju s šestimi sstanovalci smo si delili 2 kopalnici in 2 toaletna prostora in pralni prostor s pralnim in sušilnim strojem. Namestitev sem dobila preko DUWO, ki je specializirana organizacija, ki se ukvarja z namestitvami tujih študentov. DUWO organizaciji me je priporočila gostujoča univerza or. bolnišnica. Zaradi pomanjkanja prostora in vedno večjega števila mednarodnih študentov, je zelo zahtevno dobiti namestitev v Amsterdamu in tudi v ostalih Nizozemskih mestih, zato sem imela srečo, ko sem se prva odzvala na mail, ki smo ga prejeli glede prazne sobe, ki je kasneje postala moj dom v Amsterdamu. Preko ERASMUS+ razpisa za štipendiranje sem prejela 570 €/mesec, ki zagotovo ni pokrilo osnovnih življenjskih stroškov. 507 €/mesec sem odštela za namestitev, 200 €/mesec za hrano, 20 €/mesec za najem kolesa pri Swapfits in dodatni stroški javnega prevoza ob slabem vremenu, ter stroški hrane in pijače v restavracijah in barih, ki so v Amsterdamu skoraj enkrat višji kot v Sloveniji.

Prijavni postopek za ERASMUS+ praktično izmenjavo v Amsterdam sem opravila Novembra 2021, še pred diplomo, preko mednarodne pisarne MF LJ, za izmenjavo z gostujočo ustanovo sem se dogovorila en mesec prej. Predstojniku ORL oddelka in oddelka za kirurgijo glave in vratu v VUMC Amsterdam sta me priporočila mentorja na ORL kliniki v Ljubljani in tako sem dobila kontakt, da sem se dogovorila za praktično izmenjavo na omenjenem oddelku. Uradni jezik izmenjave je bila nizozemščina, vendar jezik v katerem sem komunicirala z osebjem in pacienti je bila angleščina. Nizozemščino sem se začela učiti nekaj tednov pred odhodom in tekom izmenjave preko OLS orodja. Nizozemci veljajo za narod, ki zelo dobro govori angleško, kar lahko potrdim, saj vsi, od majhnih otrok, do starejših, zelo dobro razumejo in govorijo angleško, zato težav s komunikacijo nisem imela. Prakso sem vsak dan začela ob 8. uri zjutraj z jutranjim sestankom, na katerem so bili prisotni vsi zaposleni specialisti, specializanti in študenti na oddelku, po 15-minutnem sestanku o novostih na oddelku in dnevnem operativnem programu, sem se, glede na tedenski raspored, priključila delu v operacijski dvorani, na oddelku ali v ORL ambulantah poliklinike. Čas zaključka delovnega dneva je bil odvisen od operativnega programa in obremenitve v ambulantah, vendar sem običajno zaključila delovni dan okrog 16. ali 17. ure popoldan. V operacijski dvorani sem občasno lahko asistirala pri operacijah glave in vratu in diagnostičnih postopkih, opazovala sem in pomagala pri delu v ORL mali operacijski na polikliniki ter sodelovali pri pregledih v ORL ambulantah. Sledila sem tudi operacijam za zdravljenje motenj sluha, boleznih zunanjskega, in srednjega ušesa ter diagnostičnim in terapevtskim postopkom v otološki ambulanti.

V času opravljanja izmenjave, so na ORL oddelku vaje opravljali tudi študenti medicine. Študenti imajo obvezne 2-tedenske vaje v sklopu ORL predmeta v 4. ali 5. letniku medicine, nato pa si lahko v 6. letniku izberejo 2-mesečno ali 4-mesečno prakso po želji, torej tudi na ORL oddelku. Študenti, ki si izberejo prakso na oddelku, kjer tudi kasneje želijo pridobiti specializacijo imajo veliko večje možnosti za pridobitev specializacije in v tem času pridobijo ogromno več praktičnega znanja, ki ga v času obveznih vaj ne morejo. To se mi zdi primer zelo dobre prakse, ki študentu medicine že v času študija omogoči boljši vpogled v določeno specialnost in omogoči pridobitev praktičnih izkušenj še pred začetkom specializacije.

Na izmenjavo sem se odpravila po opravljeni diplomi, torej v absolventskem letu in s tem pridobila ogromno več znanja in izkušenj iz specialnosti, ki me zanima in v kateri želim nadaljevati karierno pot. Zagotovo bi se še enkrat podala na isto pot in kljub tujemu jeziku, ki ga ne govorim, izbrala Amsterdam kot mesto, kjer si želim izkusiti življenje na izmenjavi. Zagotovo bi si želela še večjo vključenost v delo na oddelku in samostojno delo, vendar je bila težava zavarovanje za poklicne nezgode, ki ga kot zdravnik brez licence nisem mogla pridobiti. Ovira pred izmenjavo je bila namestitvev, vendar se je na koncu vse zelo dobro izšlo. Nizozemska je lepa država, s toplimi ljudmi in ogromno kilometrov kolesarskih poti ter super destinacija za mlade, saj so Nizozemske univerze zelo odprte za tuje študente. Amsterdam je ogromno mesto z mešanico mnogih kultur, saj je priljubljena destinacija za turiste kot tudi za mlade, željne zabave, glasbe in novih izkušenj.

## 25. PORTUGALSKA – Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Anita Prša)

Od konca julija do konca septembra letos, sem opravljala Erasmus+ prakso v Coimbri na Portugalskem. Polovico časa sem preživela na Stomatološki kliniki, drugo polovico pa na dermatološkem oddelku Univerzitetne klinike v Coimbri. Sama bolnišnica ima po mojem mnenju nekoliko slabše pogoje kot v Ljubljani, vendar so kljub temu vsi zdravniki, ki sem jih spoznala, odlični strokovnjaki in tudi zelo prijazni. Skoraj vsi zelo dobro govorijo angleško. Na Stomatološki kliniki sem večino časa opazovala in asistirala. Pacientov ni bilo veliko, ker je bilo poletje, če pa si tam med šolskim letom, je polno pacientov in lahko celo imaš svoje. Podobno je bilo na dermatološkem oddelku, kjer sem večino časa opazovala biopsije in male operacije na obrazu in vratu, saj je to bližje mojemu študijskemu področju. Tudi dermatologi so bili do mene izredno prijazni, vse so mi razložili in mi celo dovolili izvajanje določenih posegov, kot so aplikacija lokalne anestezije, šivanje in manjše incizije.

Če govorimo o življenju v Coimbri na splošno, so cene precej podobne tistim v Ljubljani. Nekatere stvari so dražje in nekatere cenejše. Sama sem bivala v zasebni hiši, kjer sem imela svojo sobo z majhno kopalnico in skupno kuhinjo za 250 evrov (stroški so vključeni). Priporočam, da začnete iskati nastanitev čim prej, saj je Coimbra študentsko mesto in je včasih težko najti nastanitev. Na facebooku je veliko skupin s takšnimi stvarmi, lahko se pozanimate tudi o študentskem domu. Obstaja tudi veliko študentskih restavracij, v katerih lahko jeste po ugodni ceni (približno 2,50 evra). Hrana v supermarketih je nekoliko dražja kot pri nas. Po mestu se večinoma lahko sprehodiš, saj ni preveliko, obstaja pa tudi javni prevoz in za približno 20 evrov lahko dobiš študentsko mesečno vozovnico, vendar avtobus skoraj nikoli ne vozi pravočasno, zato ga nisem veliko uporabljala. Odlična možnost sta Uber in Bolt, ki ju priporočam takoj po pristanku na Portugalskem, saj sta veliko cenejša in zanesljivejša od običajnih taksijev.

Samo mesto je zelo raznoliko, v njem lahko vidiš in počneš veliko stvari, nočno življenje pa je zelo dobro. Spoznala sem veliko novih ljudi iz različnih držav in z nekaterimi od njih ohranila stike. Potovala sem tudi skoraj vsak konec tedna in obiskala veliko mest na Portugalskem, kar toplo priporočam. Menim, da je to ena najlepših držav, kar sem jih do zdaj obiskala. Med potovanjem vedno prosite za študentske popuste, če ste stari 25 let ali manj, saj so dostopni skoraj za vse, kot

so vozovnice za avtobus in vlak, muzeje, turistične znamenitosti itd. Ena stvar, ki me je presenetila, je, da ni toliko ekstremno vroče, kot sem pričakovala, zato poskrbite, da boste imeli s seboj raznolika oblačila, če boste tam poleti. Portugalci so zelo prijazni, veliko jih zelo dobro govori angleško in na splošno je to zelo varen kraj. To je bila ena izmed najboljših izkušenj v mojem življenju in jo priporočam vsakomur. Če imate kakšno vprašanje, mi lahko pošljete elektronsko sporočilo na [anitaprs@hotmail.com](mailto:anitaprs@hotmail.com)

## 26. PORTUGALSKA Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Nađa Delić)

Po zaključku 5. letnika sem se odločila za opravljanje dvomesečnega Erasmus+ praktičnega usposabljanja v obdobju poletnih počitnic. Čeprav sem na začetku začela razmišljati o več različnih gostujočih univerz v več različnih državah, in že začela pošiljati maile, sem se na koncu, po pogovoru s sošolko, ki je eno leto pred mano bila v Coimbri, in se vrnila nazaj s samo pozitivnimi izkušnjami, na koncu tudi jaz odločila da se bom prijavila, in še vedno mislim, da je to bila najboljša izbira zame, ki jo naprej tudi toplo priporočam.

### PRIJAVA

Prijavni postopek mi se ni zdel precej zahteven, kar je mislim predvsem zaradi tega, da ima naša fakulteta podpisano bilateralno pogodbo z njihovo. Vsa komunikacija je potekala preko njihove mednarodne pisarne, oziroma referentke Nicole Dourado, ki je skozi celo naše "sodelovanje" bila zelo potrpežljiva, razpolagala je z vsemi informacijami, dokaj hitro odgovorila na vsa moja vprašanja in me pravočasno obvestila o vseh obveznostih. Če se boste držali navodil objavljenih na spletni strani oz. spletni učilnici, mislim da bo vse potekalo zmeroma hitro, brez kakršnihkoli nepričakovanih zapletov. Gospa Dourado pa že več let lepo sodeluje z našo mednarodno pisarno, tako da tudi v tem primeru mislim, da je sposobna in tudi pripravljena vam pomagati. Vso potrebno dokumentacijo (Letter of Acceptance, Learning Agreement) sem dobila podpisano nazaj že nekaj mesecev pred odhodom, urnik in navodila glede potekanja prakse, ter imena mentorjev, kateri so mi bili dodeljeni na posameznih oddelkih, tud tako . Glede izbire oddelkov za opravljanje prakse so moje želje bile deloma upoštevane, saj so imeli že veliko tujih študentov prijavljenih, in so nas želeli nekakor enakomerno razporediti po oddelkih, kakor bi na koncu tudi mi imeli nekaj od tega, in ne samo naredili gužvo, kar se mi zdi pravilno.

### PRAKSA

Prvi dan sem se mogla oglasiti na fakulteti, kakor bi pred začetkom prakse naredila HAGT, dokončala vpisni postopek (vpisnina se plača 20 evrov, če se ne motim), in dobila njihovo študentsko izkaznico, ki jo tudi služi ko identifikacija pri vstopu v bolnišnico. Potem pa sem 5 tednov preživela na pulmološkem in še 4 tedne na dermatovenerološkem oddelku. Moj mentor na pulmologiji je imel plan da me pusti vsaj en teden pri eni zdravnici na meritvah pljučne funkcije, ampak, čeprav je ona bila pripravljena pomagati in vse v vsem bila prijazna, je pa zelo slabo govorila angleško in je jezikovna bariera, kakor med nami, tako tudi med pacienti in mano zaradi tega, bila ogromna. Ko sem to težavo razložila mom mentorju pri ponovnem pogovoru, se je strinjal z mano in se odločil da me bo predstavil na oddelku za bronhoskopije, kjer sem tudi na koncu največ časa in ostala. To delo večinoma opravljajo mladi specializanti ali specialisti, ki tudi tekoče govorijo tekoče angleško in so tudi bili pripravljene pred vsakim pacientom se pogovoriti o njegovi anamnezi, statusu in diagnozi, ter razložiti RTG ali CT sliko in planirani poseg. V glavnem pa sem samo posege opazovala, sproti so mi tudi večinoma vsaj poskusili razlagati sam poseg, ampak več od tega, oziroma še kakšnega pregleda, pa nisem delala, kar pomeni tudi da, nobenega praktičnega znanja nisem pridobila, teoretično pa si zapomniš marsikaj. Čakal pa me je še en mesec na dermatologiji. Zdelo se mi je da je celoten kolektiv na oddelku dokaj mlad, zelo navdušen nad svojim delom, pripravljen se pogovarjati, odgovoriti na vsa moja vprašanja in me tudi vključiti v svoje delo. Vsak dan sem lahko izbrala ali se bom pridružila enem izmed zdravnikov, ki delajo v



ambulanti, ali pa asistirala v biopsijski sali, imela sem tudi možnost opazovanja vseh kirurških posegov. Zdi se mi da, sem mogoče malo več odnesla tudi s tega oddelka, kjer so vsi bili resno navdušeni nad delom z mano in so me v vsakem trenutku poskusili na en ali drug način vključiti tudi v delo, ter sem tudi delala vsaj nekaj “z rokami”.

## ŽIVLJENJE

Čeprav je Coimbra v primerjavi z Lisbono ali Portom precej manjše mesto, sem dobila občutek da za življenje in porabljanje prostega časa ponuja še vedno velik možnosti. Pravzaprav je to tretje največje mesto v centru same Portugalske, z njihovo najstarejšo univerzo in še vedno zelo prisotno študentsko tradicijo. Vsako leto sprejmejo velik delež stalnih mednarodnih študentov, kakor tudi Erasmus in IFMSA študentov iz ogromno različnih držav. Organizacija ESN se zelo aktivno ukvarja s pripravljanjem dogodkov za erasmus študente, kar pomeni da zabave in priložnosti da spoznaš nove ljudi iz celega sveta nikoli ne bo zmanjkalo. Potem pa skupaj z njimi, ali tudi brez, sem vikende izkoriščala za potovanja po različnih krajih na Portugalskem, ki so tudi vsak na svoj način pustili ogromen vtis name, bi rekla tudi da je to bila edna izmed mogoče najlepših držav, ki sem imela priložnost obiskati.

Na splošno sem s celotno svojo erasmus izkušnjo zelo zadovoljna, in bi jo, če bi me zdaj še enkrat nekdo vprašal, spet ponovila.

Če še vedno premišlujete ali imate še kakšna dodatna vprašanja, mi lahko pišete na mail ([nadjadelic@hotmail.com](mailto:nadjadelic@hotmail.com)) ali fb, bom z veseljem pomagala.

## 27. PORTUGALSKA – Univerzitetna bolnišnica Coimbra (Samo Gregorčič)

Erasmus+ praktično usposabljanje sem opravljal v Coimbri, od 6.9.2021 do 10.12.2021. Portugalska ni bila moja prva izbira, zaradi epidemije sem prejel številne zavrnitve s strani držav iz severa Evrope. Univerza v Coimbri je bila prva, ki je odobrila mojo prošnjo, z našo fakulteto ima sklenjen tudi bilateralni sporazum. Dogovarjanje je potekalo preko e-pošte z gospo Nicole Dourado ([grii@fmed.uc.pt](mailto:grii@fmed.uc.pt)), ki je bila zelo ustrezljiva. Poleg tega sem moral izpolniti še uradno prijavo na spletni strani univerze. Izbral sem si lahko oddelke in čas opravljanja izmenjave. Vso dokumentacijo sem relativno hitro uredil.

Stanovanje sem si poiskal prek spletnega portala njihove univerze, kjer so predlagali nekatere privatne rezidence. Uporabni sta tudi spletni strani Uniplaces in Erasmusu, za kateri pa moraš plačati 100-150 € za uporabo. Najboljša rešitev je, da se včlaniš v razne erasmus skupine na Facebooku, kjer ponujajo številna stanovanja. Če se o njih želiš bolje prepričati, lahko prvih nekaj dni preživiš v hostlu in v tem času opraviš ogled stanovanj. Cene se gibljejo od 150-350 € na mesec. Večinoma gre za sobe z deljeno kuhinjo in kopalnico.

Letel sem iz Benetk v Porto in za karto z vključeno prtljago plačal okrog 100 evrov. V Coimbro sem prispel s Flixbusom, do avtobusne postaje pelje metro iz letališča. Za let nazaj iz Porta v Treviso sem odštél le 45 €, ker sem si naredil ESN kartico, ki ti ponuja popust in brezplačno prtljago s prevoznikom Ryan air.

Do bolnišnice sem se običajno zjutraj peljal z avtobusom, domov pa odpravil kar peš. Vozni red avtobusov je malce kaotičen. Uporabna je aplikacija Moovit, s katero lahko preveriš linije, ki vozijo do željene destinacije, čas odhoda pa je bolje preveriti na elektronskih tablah, ki so prisotne ob večini postaj.

V mestu se nahaja več študentskih kantin, kjer lahko vsak dan od 12h-15h dobite kosilo za 2,4 €.

Prakso v bolnišnici sem opravljal na oddelkih za endokrinologijo, plastično kirurgijo, ortopedijo, anesteziologijo, nevrologijo, gastroenterologijo in oftalmologijo. Na vsakem oddelku sem preživel 2 tedna, saj sem želel videti delo čim več različnih specializacij, ki me zanimajo, oziroma z njimi



tekom faksa nismo bili dovolj v stiku. V bolnico sem običajno prišel okrog 9h in tam ostal dokler se je odvijalo kaj zanimivega. Na kirurških oddelkih sem večinoma opazoval operacije, zdravniki so mi tekom operacij razlagali različne patologije in postopke. Asistirati nisem imel priložnosti, saj so bili pred mano v vrsti številni specializanti. Na internističnih oddelkih sem večino časa preživel s specializanti, z njimi opravljal preglede in bil prisoten pri različnih posegih. Za bolj samostojno delo bi bilo potrebno znanje portugalsčine, saj starejša generacija v veliki večini ne govori angleško. Na oddelku za oftalmologijo sem lahko vadil pregled s špranjsko svetilko, opazoval različne operacije in pomagal v urgentni ambulanti.

Lokalna ESN organizacija je organizirala pester družaben program. Večina študentov je prišla v mesto v drugi polovici septembra, saj se njihovo šolsko leto začne v sredini oktobra. Organizirali so izlete, družabne dogodke in zabave. Z ostalimi erasmus študenti smo vikende večinoma preživljali na izletih po Portugalski. Povezave z avtobusi in vlaki so dobro urejene, tudi najem avtomobila je zelo poceni. Veliko študentov se je udeležilo tritedenskega intenzivnega tečaja portugalsčine, ki so ga zelo pohvalili. Za študente medicine, ki so že poznali osnove portugalsčine (ali so bili tekoči v španščini/italijanščini) je bil na voljo tudi tečaj medicinske portugalsčine.

Izmenjavo v Coimabri bi priporočal vsem, saj lahko prav vsak najde nekaj zase v tem čudovitem mestu. Univerza, bolnišnica in ESN organizacija so vse zelo dobro organizirane, napram Lizboni ali Portu pa je mesto dosti manjše, tako da se v njem z vsem hitro znajdeš. Za dodatne informacije mi lahko pišete na: [samo.gregorcic@gmail.com](mailto:samo.gregorcic@gmail.com)

## **28. PORTUGALSKA - Hospital de Santa Maria, Lizbona (Ina Zalar)**

Svojo 12- tedensko praktično usposabljanje sem opravila v Lizboni, v Hospital de Santa Maria na dermatološkem oddelku. Za to ustanovo sem se odločila, ker mi pred dvema leti tam ni uspelo dokončati 5- mesečne izmenjave zaradi izbruha pandemije Covid-19. Takrat sem tam tako preživela le dober mesec dni in sem se zaradi dobre izkušnje želela ponovno vrniti.

Za možnost opravljanja prakse sem kontaktrala mednarodno pisarno Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa in se brez težav dogovorila za opravljanje praktičnega usposabljanja. Poslali so mi seznam razpoložljivih oddelkov in predvidene časovne omejitve trajanja prakse na vsakem izmed njih. Sama sem se odločila za 8- tedensko prakso na oddelku za dermatologijo in 4 - tedensko prakso na oddelku za plastično kirurgijo. Kasneje sem, med opravljanjem prakse, menjala plastično kirurgijo za še 4 dodatne tedne dermatologije, saj mi je bilo na tem oddelku odlično. Imela sem veliko avtonomije, lahko sem se vsakodnevno samostojno odločala, kje želim biti. Na voljo sem imela dermatološko urgenco, kirurgijo, ambulanto za venerologijo, ambulanto za dermatološko onkologijo in dermatoskopijo, ambulanto za kožne alergijske teste, splošne dermatološke ambulante in dermatološki oddelek. Sama sem večino časa preživela v ambulanti za dermatološko onkologijo, kjer sem imela zares odlično mentorico. Naučila me je dermatoskopije z navadnim dermatoskopom in z uporabo naprave Fotofinder. Videla sem tudi veliko primerov kožnih limfomov, ki jih do sedaj še nisem imela priložnosti videti v živo, kar se mi je zdelo zelo dobro, saj kožni limfomi večinoma ostajajo dolgo časa napačno diagnosticirani ali pa nediagnosticirani. Udeležila sem se tudi multidisciplinarnih obravnav pacientov na področju melanomov in kožnih limfomov. Na urgenci sem imela priložnost videti tudi kar nekaj zelo redkih dermatoloških bolezni. Vsak četrtek so na oddelku potekala izobraževanja in predstavitve pacientov hospitaliziranih na oddelku. Začelo se je s histološko diagnostiko biopsij odvzetih v preteklem tednu, sledile so power point predstavitve pacientov na oddelku, nato hiter pregled člankov in novih odkritij na področju dermatologije in venerologije in na koncu še daljša predstavitev določene dermatološke teme. V času opravljanja prakse sem imela tudi priložnost udeležbe na dvodnevnem dermatološkem

kongresu s tečajem dermatoskopiranja. Kongres je potekal v portugalsščini in je bil zelo dobro organiziran.

Kar se tiče znanja portugalsščine, je le-to za opravljanje prakse pomembno. Zdravniki so se sicer brez težav z menoj pogovarjali kar v angleščini, vendar pa potekajo razgovori s pacienti v portugalsščini, zato je razumevanje portugalsščine ključno, če sem želela od prakse tudi kaj odnesti. Zato bi učenje jezika pred opravljanjem prakse res toplo priporočila. Sama sem se portugalsščino začela učiti pred opravljanjem Erasmus izmenjave pred dvema letoma. Z osnovnim znanjem sem nato odšla na izmenjavo, nato pa v Lizboni vpisala nadaljevalni tečaj, ki je kjub Covidu potekal naprej online, tako da sem lahko z njim nadaljevala tudi po predčasni vrnitvi v Ljubljano. Sama sem tako pred opravljanjem prakse kar dobro obvladala jezik, tako da nisem imela posebnih težav in sem se na praksi tako tudi veliko naučila. Kar se tiče samih odnosov pa so Portugalci na splošno zelo topel narod, vedno pripravljeni pomagati, tako da sem se na oddelku vedno počutila sprejeto. Iskanje nastanitve v Lizboni zna biti kar naporno. Lizbona je namreč v zadnjih letih postala zelo priljubljena med študenti iz tujine, tako da so boljše nastanitve hitro rezervirane, cene pa so vsako leto višje. Večina nastanitev tudi nima centralnega ogrevanja, na kar je potrebno biti pozoren v zimskem času. Priporočala bi, da se nastanitev poišče cca. pol leta pred opravljanjem prakse. Sama sem nastanitev iskala šele dober mesec pred odhodom, tako da sem imela kar nekaj težav pri iskanju, pa tudi najemnina je bila temu primerno višja.

Lizbono definitivno priporočam, saj je čudovito mesto z veliko sonca, pozitivno energijo in multikulturno obarvanostjo. Brez dvoma upraviči svojo 'popularnost' in nas vse, ki smo tam preživeli nekoliko dlje časa, vedno znova vleče nazaj.

## 29. ŠPANIJA - Clinico Dental Bejar, Barcelona (Urša Žun)

Na Erasmus+ praktično usposabljanje sem se po 3. letniku za 2 meseca odpravila v Barcelono. Napisala sem mnogo mailov zasebnim klinikam, če so me pripravljene vzeti kot erasmus študentko, pa mi večina sploh ni odgovorila ali pa so napisali, da takega mentorstva ne izvajajo. Nato sem na spletu našla na Clinico Dental Bejar in sva se z dr. Nikolićem brez problema dogovorila za izvajanje moje prakse od februarja do aprila. Z izpolnjenim ter podpisanim Learning Agreement-om in prijavnico so se tako začele priprave na moje bivanje v Španiji.

Delovni dan na kliniki sem začinjala ob 9:30 in bila tam do 13:00 oz. 13:30. Potem je sledila siesta in po siesti so bili pacienti zopet naročeni ob 16. uri oziroma 16:30 pa potem do 19. ali 19:30. ure. Moje delo je zajemalo asistiranje, pri čemer sem lahko opazovala in pomagala mentorju. Ker je dr. Nikolić specialist implantologije, sem večino časa prisostvovala pri ekstrahiranjih, vsaditvah implantatov, popravljanju implantatov, jemanju ugrizov in načrtovanju za izdelavo protez in mostičkov ter cementiranju. Pri tem je obvezna uporaba rentgenskih slik, tako da sem se seznanila tudi s tem in odčitavanjem. Občasno sva naredila tudi kakšno zalivko. Nekaj dni v mesecu, ko je dr. Nikolić delal na drugih klinikah izven Barcelone, sem asistirala drugemu zobozdravniku, dr. Izquerdu. Ta je bil splošni zobozdravnik, tako da sem pri njem videla še več zalivk ter tudi endodontske in protetične obravnave.

Med siesto sem imela dovolj časa za raziskovanje Barcelone z njenimi znamenitostmi (park Guell, Sagrada familia, park Cuitadela, Montjuic, Gaudijeve hiše, Arc de Triumf). Najlepši razgled je vsekakor z vrha bunkerjev, kjer se vidi celotno mesto, na plaži Barceloneti pa se res doživi tisto pravo barcelonsko vzdušje. Poleg tega so bila za Erasmus študente vsak teden organizirana razna srečanja brez vstopnine in izleti med vikendom po cenejših cenah. So se pa s februarjem malo razbremenili koronski ukrepi, tako da je zopet zaživelo tudi nočno življenje. Nošenje mask je bilo v metroju in po trgovinah še vedno obvezno in kar me je zelo presenetilo, je bilo to, da so vsi ljudje res dosledno maske nosili pravilno.

Kar se tiče nastanitve je najceneje in najbolj varno najeti sobo v skupnem stanovanju z več ljudmi preko preverjenih spletnih strani za oddajanje (npr. Idealista, Spotahome). Za sobo s skupnima kopalnicama in kuhinjo za 9 ljudi sem na mesec odštela 540e. Nad samim standardom, opremljenostjo in čistočo za ta denar sem bila zelo razočarana, vendar pri njih tako pač je in se moraš navaditi, ker je povsod tako. Sem bila pa zelo zadovoljna z lokacijo stanovanja, saj sem bila v centru Barcelone, tako da sem imela vse relativno blizu in tudi do klinike sem imela le 15min. Večino časa sem uporabljala metro in kdaj tudi trola. Kupila sem karto za 40e na mesec, ki je veljala za oboje. Na splošno so cene vsega višje kot pri nas, še posebno v restavracijah in nekatere vstopnine (živalski vrt, aquarium, park Guell, Sagrada familia). Naj omenim še, da je Barcelona znana tudi po številnih kradljivcih telefonov in podobno, zato previdnost nikoli ne škodi.

Z izkušnjo Erasmus+ prakse sem zelo zadovoljna, ker sem imela priliko spoznati del španske zobozdravstvene dejavnosti, kako deluje in kakšen imajo sistem ter seveda tudi njihovo kulturo. Vsekakor priporočam! Če kdo želi več informacij, pa me lahko kontaktira po mailu [ursa.zun@gmail.com](mailto:ursa.zun@gmail.com)

### 30. ŠPANIJA – Univerzitetni klinični center San Cecili, Granada (Anisija Stojkowska)

Tromesečno Erasmus praktično usposabljanje sem opravljala na Univerzitetnem kliničnem centru San Ceciliu v Granadi, Španiji. Odločila sem se ravno za to mesto, saj od malega govorim španščino, kar se mi zdi za medicinsko prakso zelo pomembno. Že nekaj časa med študijem sem načrtovala opravljati prakso v Andaluziji, torej na jugu Španije. Kontaktirala sem precej mentorjev v pokrajini, ponudbe je bilo dokaj težko dobiti, velikokrat so kot razlog navedli tudi COVID-19, a sem se vseeno uspela zmeniti za prakso na Oddelku za endokrinologijo. Moj mentor je bil predstojnik oddelka. Večino prakse sem opravljala delo v ambulanti in na oddelku za endokrinologijo, kjer sem lahko tudi samostojno jemala anamneze in statuse in pod mentorstvom naročala preiskave. Sicer sam endokrinološki oddelek ni imel veliko sprejemov na dan, tako da sem večkrat preživela dan v ambulanti. V ambulanti sem pomagala pri pregledu pacientov in naročala preiskave. Delo sem opravljala tako v splošnih endokrinoloških ambulantah, kot tudi v tirolski (ta je bila razdeljena na ambulanto za tiroidne nodule in sum na karcinome), diabetološki, ambulanti za klinično prehrano, ambulanti za gestacijski diabetes, za kostni metabolizem, nevroendokrinološki, spolni, transspolni. Največkrat sem delala v ambulantah za diabetes in kostni metabolizem (ki jo vodi moj mentor). Všeč mi je bilo, da endokrinološke ambulante ponujajo veliko raznolikost, tako sem se lahko učila opravljati tankoigelnno biopsijo ščitnicnih nodulov, kot tudi meriti glikirani hemoglobin pri diabetikih, interpretirati denzitometrije pri osteoporotičnih bolnikih, itd. Ena najzanimivejših se mi je zdela ambulanta za transformacijo transspolnih oseb, kjer smo obravnavali paciente ob pričetku hormonske terapije oz. jih med transformacijo vodili. Dan se je začel ob 8:00 z jutranjim raportom, med katerim se je velikokrat predstavljalo klinične primere, razglabljalo o različnih novostih v zdravljenju in raziskavah na sploh. Občasno so bili organizirani tudi popoldanski mini kongresi, pri katerih so endokrinologi ob sodelovanju s specialisti različnih internističnih vej obravnavali določeno bolezensko stanje ali terapijo. Odnos specializantov in specialistov do mene je bil zelo sproščen in prijateljski, nihče se ni pustil vikati, vsakogar sem lahko vprašala kar sem želela, ljudje v Andaluziji na sploh veljajo za najbolj odprte v Španiji. V primeru neobvladanja španščine Andaluzijo odsvetujem, saj je tu značilno posebno narečje in redkokdo govori dobro anglesko.

Stanovanje sem si poiskala preko spletnega portala idealista, preden sem vplačala varščino je Erasmus kolegica, ki je bila na celoletni izmenjavi v Granadi šla na ogled stanovanja. Cene stanovanj so odvisne od tega v kateri četrti si, jaz sem si izbrala dokaj centralno, za 300-400 evri mesečno se da dobiti zelo dobro namestitev. Stanovanje sem si delila s 4 študentkami, zbrala sem si take sstanovalke, da smo govorile samo špansko. Za prehrano je v Španiji poskrbljeno slabše kot pri

nas, saj ni študentskih bonov, je pa bilo mogoče jesti kosilo tako na fakulteti kot v bolnici, cene v trgovinah in restavracijah so podobne kot pri nas. Ni najbolj ugodno to, da je Univerzitetni klinični center dokaj oddaljen od centra mesta, tako da sem se morala vsakič peljati 25-30 minut z metrojem v eno smer. Ena vožnja z metrojem znaša 80 centov, vendar so povezave z metrojem zelo pogoste. Za transport do Granade je verjetno najboljša povezava Benetke Treviso- Malaga z Ryanairom.

Granada je mesto študentov in mladih ljudi na sploh, tako da je ESN (Erasmus) organizacija zelo aktivna in dejavnosti kulturne, športne, zabavne narave nikoli ne primanjkuje. Granada je meni osebno eno najlepših mest. V juniju je potekala tudi ferija, tako da je veliko priložnosti spoznati veliko novih ljudi in na sploh imeti pestro socialno življenje.

-----  
Enoinpolmesečno Erasmus praktično usposabljanje sem opravljala na Univerzitetnem kliničnem centru San Ceciliu v Granadi, Španiji. Šlo je za podaljšanje predhodnje tromesečne Erasmus prakse na istem kliničnem centru. Ko sem že bila v Granadi sem kontaktirala predstojnika Katedre za psihiatrijo in sem se zmenila za poletno prakso pod njegovim mentorstvom. Moj mentor je bil dobro seznanjen z Erasmus prakso, tako da to ni bilo težko. Odločila sem se ravno za Andaluzijo, saj od malega govorim španščino, kar se mi zdi za medicinsko prakso zelo pomembno. Večino prakse sem preživela na oddelku za psihiatrijo, kjer sem pod nadzorom specializantke lahko jemala anamneze in statuse pacientov. Sodelovala sem pri vsakdanjih pregledih pacientov. Najpogostejše patologije so bile paranoidna shizofrenija, bipolarna motnja, depresija s poskusom samomora... Včasih sem se skupaj s specializanti dogovorila za sestanek z mentorjem, s katerim smo razglabljali teorijo o shizofreniji, o njenem zdravljenju, o terapiji, ki jo uporabljajo v Španiji in o primerjavi različnih antipsihotikov, antidepresivov, stabilizatorjev razpoloženja...Kdaj sem dan preživela tudi v urgentnih ambulantah, kar mi je dalo vpogled kako zares izgleda delo psihiatra. Dan se je začel ob 8:00 z jutranjim raportom, tu je potekal pogovor o bolnikih na oddelku in predstavitve kliničnih primerov. Odnos specializantov in specialistov do mene je bil zelo sproščen in prijateljski, nihče se ni pustil vikati, vsakogar sem lahko vprašala kar sem želela, ljudje v Andaluziji na sploh veljajo za najbolj odprte v Španiji. Za psihiatričen oddelek pa je zelo bistveno obvladovati jezik države, v kateri opravljaš prakso, saj je delo bazirano na pogovoru s pacienti, hkrati imajo, zlasti starejši v Andaluziji, zelo poseben naglas in narečje, nobeden pa ne govori angleško. Prestoj sem podaljšala v istem stanovanju iz prejšnjih treh mesecih prakse. Stanovanje sem si poiskala preko spletnega portala idealista, preden sem vplačala varščino je Erasmus kolegica, ki je bila na letoletni izmenjavi v Granadi šla na ogled stanovanja. Cene stanovanj so odvisne od tega v kateri četrti si, jaz sem si izbrala dokaj centralno, za 300-400 evri mesečno se da dobiti zelo dobro namestitev. Stanovanje sem si delila s 4 študentkami, izbrala sem si take sstanovalke, da smo govorile samo špansko. Za prehrano je v Španiji poskrbljeno slabše kot pri nas, saj ni študentskih bonov, je pa bilo mogoče jesti kosilo tako na fakulteti kot v bolnici, cene v trgovinah in restavracijah so podobne kot pri nas. Težava zna biti v tem, da poleti jedilnica na fakulteti ne obratuje vseskozi. Ni najbolj ugodno to, da je Univerzitetni klinični center dokaj oddaljen od centra mesta, tako da sem se morala vsakič peljati 25-30 minut z metrojem v eno smer. Ena vožnja z metrojem znaša 80 centov, vendar so povezave z metrojem zelo pogoste. Za transport do Granade je verjetno najboljša povezava Benetke Treviso- Malaga z Ryanairom.

Granada je mesto študentov in mladih ljudi na sploh, tako da je ESN (Erasmus) organizacija zelo aktivna in dejavnosti kulturne, športne, zabavne narave nikoli ne primanjkuje, edino v poletnih mesecih (avgusta) neha obratovati. Granada je meni osebno eno najlepših mest, julija in avgusta pa postane tudi eno najbolj vročih mest, dnevne temperature presegajo 40 stopinj, tako da je to potrebno upoštevati ob izbiri mesecev za prakso.

### 31. ŠPANIJA –Hospital Universitario Virgen del Rocío, Sevilla (Ana Benkovič)

Na praktično usposabljanje sem se opravila ob koncu leta 2021 - od oktobra do decembra. Opravljala sem jo v mestu Sevilla, ki je glavno mesto pokrajine Andaluzije v Španiji, v univerzitetni bolnišnici Virgen del Rocío, ki je največja bolnišnica regije.

Kontakt mentorja sem dobila preko dermatologinje, s katero sem delala v Sloveniji. Pisala sem mu poleti, komunikacija pa je potekala preko elektronske pošte. Ker sem na končni odgovor in podpis čakala kar nekaj časa, sem z urejanjem dokumentacije začela šele konec meseca septembra. Svetovala bi, da iskanje mentorja začnete prej, kot sem jaz. Na koncu sem sicer vse uredila in pravočasno prejela tudi Erasmus finančno pomoč, ampak je bilo vse precej na tesno. Glede epidemije ni bilo posebnih težav, polno cepljenje je bilo dovolj za vstop v Španijo brez karantene. Izpolniti sem morala tudi obrazec za zdravstveni nadzor za pridobitev QR kode (<https://www.spth.gob.es/>).

Stanovanje sem iskala na več spletnih straneh, najboljša se mi zdi Idealista (<https://www.idealista.com/>), kjer sem na koncu našla svoje stanovanje. Oddajala ga je agencija Aluni (<https://www.aluni.net/>), ki stanovanja oddaja v več španskih mestih, lahko ga poiščete tudi neposredno pri njih, cene mislim, da so enake. Ker sem z iskanjem stanovanja pričela 10 dni pred odhodom, ni bilo več veliko izbire. Na koncu sem prvih 5 dni najela Airbnb, predvsem tudi za to, da sem si lahko stanovanja pred najemom ogledala v živo. Živel sem v stanovanju na jugu Seville, 5 minut peš oddaljeno od bolnišnice, kjer sem prakso opravljala, še s 3 dekleti. Vsaka je imela svojo sobo in kopalnico, kuhinjo in dnevno sobo pa smo si delile. Moja soba je imela še balkon in dve postelji, saj je bila soba najprej mišljena za 2 študenta. V sobi sem bila sama, zato sem zanjo mesečno odštela okoli 500 eur (440 soba in približno 60 eur stroški). Za stroške hrane sem mesečno odštela še približno 150 - 200 eur.

Celotna praksa je potekala v španskem jeziku. Mentor je sicer govoril tudi angleško in nemško, ampak smo se dogovorili, da poiskusimo v španščini, ker sem si ta jezik želela izboljšati. Pred odhodom sem sicer nekaj že znala, saj sem tekom faksa obiskovala tečaj španščine na Filozofski fakulteti.

Vse tri mesece sem v Virgen del Rocío pretežno preživela na oddelku za otroško dermatologijo. Ambulante so bile ob ponedeljkih, sredah in petkih dopoldne. Zame so bile izredno zanimive, saj se pojavlja veliko patologije, ki je pri nas ne vidimo pogosto. V otroški ambulanti se poleg posvetov in pregledov izvajajo tudi manjši posegi, kot denimo biopsije kože in jemanje brisov sprememb. Ob torkih dopoldne sem hodila v ambulanto splošne odrasle dermatologije. Na vsake 14 dni pa smo ob torkih in petkih imeli tudi dermatološke operacije. Pri operacijah sem lahko asistirala, včasih tudi zašila, odvisno od glavnega zdravnika pri operaciji. Žilne spremembe so v operacijski dvorani obravnavali z barvilnim laserjem (pulsed dye laser), posege sem lahko izvajala tudi sama. Od ponedeljka do srede so pred začetkom ambulant potekala tudi kratka izobraževanja, kjer so specializanti in specialisti dermatologije vsak dan predstavili drugo dermatološko temo.

Ob torkih popoldne in četrtek sem z mentorjem hodila tudi v zasebno bolnišnico Viamed Hospital. Tam sem se poleg splošne dermatologije veliko naučila tudi o estetski dermatologiji (polnila, botox) in delu z laserji. Z mentorjem sem bila izredno zadovoljna, saj se je vedno zelo potrudil, da bi od dneva odnesla čim več. Dogovoril se je tudi, da sem lahko obiskovala ambulante drugih zdravnikov; tako sem videla transplantacijo las in ambulanto za dermatološke bolezni vulve, s katero se ukvarja zelo malo dermatologov.

Celotna izkušnja praktičnega usposabljanja je bila zame izredno pozitivna in bi jo priporočila vsakemu. Mesto in njegovo podnebje je odlično, sploh jeseni, ko ni več tako vroče in je dan precej



daljši kot v Sloveniji. Vsi zaposleni, s katerimi sem se srečevala, so me zelo prijazno in toplo sprejeli. S specializanti in medicinskimi sestrami smo se družili tudi izven ambulant, mentor pa me je vedno vključil v vse ostale družabne aktivnosti bolnišnic; recimo božično večerjo in razne predstavitve kozmetike dermatoloških znamk. Odnos zdravnik - pacient je v Španiji precej drugačen od našega. Je veliko bolj sproščen, skoraj vsi se med seboj tikajo, in prijateljski. Odprtost in prijaznost ljudi je sicer mogoče zaznati na vsakem koraku, zato so bili ti trije meseci še toliko bolj prijetni. Če bi lahko, bi izmenjavo vsekakor ponovila.

Za kakršnakoli vprašanja mi lahko pišete na: [ana.benkovic2@gmail.com](mailto:ana.benkovic2@gmail.com)

### **32. ŠPANIJA – Hospital Universitario Virgen del Rocío, Sevilla (Ela Rednak)**

V mesecih oktober in november 2021 sem opravljala praktično usposabljanje v Sevilji. Na izmenjavo sem se prijavila, saj sem želela pridobiti dodatne izkušnje s področja medicine, Španijo pa sem izbrala, ker mi je država všeč in z jezikom nimam problemov.

Sprva sem imela težave z iskanjem mentorja, saj so bile kapacitete študentov zaradi epidemije omejene, nekatere bolnišnice pa še vedno niso sprejemale tujih kandidatov. Kontakt sem na koncu dobila preko osebnih poznanstev, na oddelku za urgentno kirurgijo v Hospital Virgen del Rocío, kjer so me lepo sprejeli.

Delo na oddelku se je vsak dan začelo ob 9.00, po viziti sem si vsak dan lahko izbrala, s katerim zdravnikom sem bila tisti dan. Tako je bil vsak dan drugačen: nekaj dni sem preživela v operacijski, kjer sem lahko tudi asistirala, nekaj dni sem bila na oddelku za spremljanje bolnikov pred ali po operacijah, nekaj dni pa sem bila v ambulanti. Z delom sem po navadi končala po 5 urah, govorni jezik pa je bil španščina.

Samo življenje v Sevilji mi je bilo všeč, saj je zelo lepo mesto, temperature pa so tudi pozimi prijetne. Glavno prevozno sredstvo pa avtobusi, zato sem si kupila mesečno vozovnico za prevoz do bolnišnice. Z iskanjem stanovanja sem imela kar veliko problemov, saj večina najemodajalcev oddaja nepremičnine za daljše časovno obdobje. Na koncu sem za pomoč prosila agencijo Beroomers, ki so mi našli studio v centru mesta za 500€/mesec. V Španiji so v tem času veljali le še manjši ukrepi zaradi epidemije – nošenje maske v zaprtih prostorih in vzdrževanje ustreznih razdalj.

V mestu in bolnišnici sem se dobro počutila in vesela sem, da sem pridobila nova znanja in izkušnje. Za morebitna vprašanja sem vedno dosegljiva na e-mail: [ela.rednak@gmail.com](mailto:ela.rednak@gmail.com)

### **33. ŠPANIJA – Les Clínicas de la Universitat de València (Liza Kuhar)**

V mesecu maju sem se kot mlada diplomantka dentalne medicine, v obdobju pred začetkom pripravništva, odpravila na 4-tedensko prakso v Valencijo. Le-to sem si v celoti financirala sama. Za prakso sem se odločila zaradi želje po novi izkušnji in pridobitvi novega znanja, predvsem na področju dentalne implantologije. Pomembna prednost pri iskanju prakse je bilo osebno poznanstvo z zobozdravnikom iz Španije, ki me je priporočil predstojniku Katedre za oralno kirurgijo in implantologijo na Univerzi v Valenciji. Po poslanem motivacijskem pismu in življenjepisju je profesor sprejel mojo prošnjo za prakso. Že pred odhodom sva se dogovorila, da bom praktično usposabljanje opravljala na Univerzitetni kliniki v Valenciji, izjemoma pa so me sprejeli tudi na njihovo zasebno kliniko. Na univerzi sem se udeležila kliničnega programa (Clinical Stay in Oral Surgery and Implantology, v osnovi je namenjen bodočim študentom magistrskega programa), na katerem sem spremljala potek praktičnega dela na Magistrskem študiju oralne kirurgije in implantologije. Moje delo je vključevalo predvsem opazovanje in asistiranje podiplomskim študentom in učiteljem magistrskega programa pri oralno kirurških posegih in implantološko-protetičnih rehabilitacijah, ter razpravljanje o različnih kliničnih primerih. Za obisk



univerze sem morala poravnati stroške šolnine in sicer 200 €/teden. Preostanek delovnega časa sem preživela na zasebni kliniki, kjer poleg oralne kirurgije in protetičnih rehabilitacij na implantatih, opravljajo tudi druge stomatoprotetične posege, endodontijo in konzervativno zdravljenje. Delo je potekalo v dopoldanski in popoldanski izmeni. Kljub temu, da pred odhodom niso zahtevali znanja španskega jezika, bi bila moja izkušnja ob znanju španščine pomembno boljša. Tako bi lažje sama komunicirala s pacienti in spremljala anamneze, olajšana bi bila tudi komunikacija z osebjem na zasebni kliniki. Ob praksi v Španiji torej toplo priporočam vsaj osnovno znanje španskega jezika.

Prenočišče sem si uredila preko platforme Airbnb, ostale spletne strani zame niso prišle v poštev, saj večinoma oddajajo namestitve za 2 meseca ali več. Za sobo s kopalnico sem za en mesec odštela 600 €. Stanovanje je imelo odlično lokacijo, nahajalo se je na ulici Blasco Ibáñez, ki velja za glavno univerzitetno ulico v Valenciji. Do univerzitetne klinike sem tako potrebovala 10 minut s kolesom, do zasebne klinike pa slabih 20 minut. Moje glavno prevozno sredstvo je predstavljalo kolo Valenbisi. Gre za podoben sistem izposoje koles kot je BicikelJ v Ljubljani. Cena letne uporabe je 29,21€.

Celotna izkušnja je bila zelo zanimiva, poučna in prijetna. Celotno osebje, tako na univerzi kot na kliniki, me je prijazno sprejelo. Ne le, da sem spoznala način dela v tujini, dobila sem tudi vpogled v način življenja Špancev in spoznala čudovito mediteransko mesto polno zelenih površin ter pestre zgodovine, ki je v kontrastu z moderno, avantgardno arhitekturo Mesta umetnosti in znanosti (Ciudad de las Artes y las Ciencias).

### 34. TURČIJA – Medicinska univerza Acibadem, Istanbul (Andraž Jahič)

Na Erasmus+ prakso v Istanbul sem se odpravil po 5. letniku medicine. Tam sem preživel dva meseca, avgust in september. UL MF ima z univerzo Acibadem bilateralno pogodbo za prakse, kar pomeni, da je vse kar moraš narediti to, da koordinatorki na njihovi univerzi napišeš željo po praksi, ona ti sestavi Learning agreement, nato pa ga posreduješ naši koordinatorki in se prijaviš v Visu. S turško koordinatorko se dogovorite na katerih oddelkih bi radi bili, ter točne časovne okvirje. Svetuje vam tudi v kateri četrti si iščite nastanitev. Seveda je vse to treba narediti v času veljavnega razpisa za Erasmus+ prakse.

Del bivanja sem stanoval v airbnb stanovanju, del pa v Check&Chill kompleksu, kjer živijo večinoma študenti, pa tudi drugi, večinoma stari do 30 let. Priporočal bi, da izberete Check&chill, zagotovo boste spoznali zanimive ljudi iz celega sveta. V času mojega bivanja je bilo tam okoli 30 študentov, ki so prihajali iz Maroka, Slovaške, Romunije, Pakistana, Jordana, Kitajske, Poljske, Hrvaške, Italije, največ pa je bilo Špancev. Cene bivanja se gibljejo od 5-10e na noč za sobo in okoli 15-25e/noč za celotna stanovanja. Se pa cene trenutno iz mesca v mesec spreminjajo zaradi inflacije turške valute, lire. Stroški bivanja in hrane so kljub nenehni rasti cen še vedno mnogo nižji kot pri nas. Za kosilo v restavraciji boste odšteli približno 3-5e.

Moja praksa je trajala 9 tednov, od katerih sem 3 tedne preživel na oddelku za infekcijske bolezni v bolnišnici Acibadem Atakent, 4 tedne na dermatologiji v bolnišnici Acibadem Maslak ter 2 tedna na plastični kirurgiji prav tako v bolnišnici Acibadem Maslak. Komunikacija z mentorji poteka v angleščini. Ponavadi so z mentorji tudi turški študentje, ki vam bodo prevajali vse o čemer zdravnik govori s pacienti. Bolnišnice so izredno moderne in odlično opremljene, osebno sem bil zelo presenečen. Ubistvu gre za zelo veliko verigo bolnišnic Acibadem, ki ima večino bolnic v Istanbulu, a so tudi drugje po svetu. Imajo tudi veliko pacientov iz tujine, npr. iz bližnjega vzhoda, Amerike in Afrike. Praksa načeloma traja 8h na dan od 9-17, a je večinoma zelo fleksibilno in večino dni lahko odditete prej oziroma se dogovorite za izostanek. Izgleda podobno kot naše klinične vaje.

Bolnišnice so mi bile zelo zanimive, ker tam res lahko vidite, kako izgleda zdravljenje na najvišjem nivoju, ko denar ni ovira.

Istanbul kot destinacijo za Erasmus bi priporočal vsakomur. Mesto ima svoj čar, ima zgodovino, ima 18 milijonov ljudi ter ima unikanto kulturo. Definitivno pa morate v to mesto vstopiti brez predsodkov in pripravljeni na nekaj novega, ter se ne ustrašiti morebitnega kulturnega šoka, ki vas morda čaka na začetku. A prav ta drugačnost vam na koncu da največ v smislu razgledanosti, kulturne razgledanosti in širjenja obzorja. Več pa boste spoznali sami. Za vsa vprašanja in nasvete vam z največjim veseljem pomagam kadar koli, prek facebooka ali prek maila na [andro.jahic@gmail.com](mailto:andro.jahic@gmail.com)