

# Erfahrungsbericht WS 2020 und SS 2021

## Allgemein

Ich habe mein Erasmus-Jahr im WS 2020 und SS 2021 an der Latvia University (LU) in Riga verbracht.

Ich hatte wirklich Glück, dass ich trotz Corona die Möglichkeit hatte, das Jahr hier verbringen zu dürfen, da viele geplante Erasmus-Aufenthalte meiner Freunde und Freundinnen in diesem Jahr ausfielen.

Ich bin im August in Riga angekommen -3 Wochen vor offiziellem Unibeginn. Den Sprachkurs, den ich eigentlich machen wollte, wurde aufgrund von Corona abgesagt. Ich kann Jedem empfehlen, einige Zeit vor Unibeginn einzuplanen. Ich habe die 3 Wochen genutzt, umso viel wie möglich von Riga und Umgebung zu sehen. Zu Unibeginn hatte ich mich somit bereits bestens eingelebt und auch schon wirklich viel gesehen und erlebt.

Von August bis Mitte Oktober war die Lage hier noch entspannt, sodass man von Corona nicht viel mitbekommen hat. Das Erasmus Student Network (ESN) Riga hatte viele Trips und Events organisiert - von PubCrawl bis Tagestrips in umliegende Städte. Diese Events lohnen sich sehr. Ich habe alle meine Freunde und Freundinnen über diese Events kennengelernt.

## Leben vor Ort

Lettland im Allgemeinen und vor allem auch Riga hat mich wirklich positiv überrascht. Es war das beste Jahr meines Lebens und ich hätte mir keinen schöneren Ort aussuchen können für meine Erasmus-Zeit. Die Stadt hat so unglaublich viel zu bieten...

Ich habe es sehr genossen, endlich einmal am Wasser zu studieren (da schwächelt Göttingen ja leider sehr).

Ein Highlight sind definitiv die Sommerabende an der Daugava, wo man den Tag mit Sonnenuntergang und den wunderschönen Lichtern der Altstadt ausklingen lassen kann. Zudem ist man in nicht mal 20 min an der Ostsee und kann den Sonnenuntergang über der Ostsee (!) mit einem Picknick, langem Spaziergang oder einer Runde Volleyball genießen. Für alle, die Outdooraktivitäten lieben, hat Lettland überhaupt unglaublich viel zu bieten. Ich war selten so viel wandern und Kayak fahren wie hier in Lettland. Durch Corona war ein Reisen in die Nachbarländer ungern gesehen, sodass man so mehr Lettland erkunden konnte. Ich habe mit Freunden viele Ausflüge (Buchung über AirBNB) gemacht, die sehr häufig sogar Sauna oder Whirlpool hatten.

Die Preise für die öffentlichen Verkehrsmittel (Bahn, Fernbusse) sind sehr günstig und auch Taxis vor Ort (z.B. Bolt und Yandex). Zudem kann man sich in Riga sehr günstig Autos mieten, um z.B. kurze Ausflüge zu machen (v.a. CityBee). Der öffentliche Nahverkehr ist für Studenten mit entsprechendem Busticket auch günstig (Einzelfahrt 30 ct, Monatsticket 16 €).

Wer im Wintersemester kommt, sollte sich auf kalte Temperaturen und kurze Tage gefasst machen. Dafür hatten wir aber eine traumhafte Winterlandschaft über mehrere Monate hinweg, in der wir Langlaufen und sogar Skifahren waren und zahlreiche Spaziergänge an der zugefrorenen Ostsee. Insgesamt ist das Wetter recht wechselhaft und man sollte sich auf kühlere Temperaturen und auch den ein oder anderen Regenschauer gefasst machen. Ich hatte bei meiner Ankunft im August aber durchaus auch 2 Wochen mit 25-35°C).

## Aktivitäten

Lettland an sich und Riga haben sehr viel zu bieten. Lettland hat eine lange Küste mit vielen zum Teil sehr einsamen Stränden. Wir waren abends viel in „Jurmala“ (Bulduri, Majori, Lielupe, Dubulti) oder in Bolderaja am Strand, da man hier schnell mit Zug oder Auto hinkommt. Lohnend sind aber auch die Städte Richtung Estland um Saulkrasti (Vecāki,

Inčupe, Tūja) und – etwas weiter - entfernt Kolka. Auch der Ķemeri Nationalpark und der Gauja Nationalpark (Sigulda, Līgatnē, Cēsis) lohnen sich sehr. Als weitere Städte kann ich Ventspils, Liepājā und Kuldīgā sehr empfehlen.

In Riga selber gibt es sehr viele gute und vergleichsweise preisgünstige Cafés und Restaurants. Die besten Aussichten hat man von der Skyline-Bar im Radisson Blue oder von den Restaurants auf der Dachterasse der Galleria Riga. Wie waren abends aber auch viel am Hafen und Andrejosta-mols zum Sonnenuntergang schauen.

Zum Abends ausgehen kann ich das Tallinas Quarter, Sinners Club, French Bar und die Cartell Bar sehr empfehlen. Im Folkklubs ALA pagrabs gab es vor Corona jeden Mittwoch Abend Live-Musik und es wird traditionell Lettisch getanzt. Zudem haben die dort typisch lettische Gerichte und ein großes Angebot an lettischem Bier.

Auch ein Besuch der Nationaloper lohnt sich sehr. Das Gebäude sollte man einmal von Innen gesehen haben und Tickets für Ballet und Oper gibt es ab 12 € für Studenten. Wenn man dort eine Aufführung besucht, sollte man sich aber schick anziehen, da Jeans und T-Shirt ungern gesehen werden. Auch sehr empfehlenswert sind eine SUP-Tour durch die Kanäle von Riga und eine Paddeltour auf der Daugava bei Sonnenuntergang.

## Universität

Ich mein Erasmus hier an der Latvijas Universitate (LU) verbracht. Aufgrund von Corona hatte ich das gesamte Jahr über reine Online-Kurse über Teams.

Ich habe aber am Ende meines Erasmus-Jahres mein 2-wöchiges Blockpraktikum in der Inneren Medizin hier auf der Nephrologie im Pauls Stradiņš clinical university hospital gemacht. Das Praktikum hat mir richtig gut gefallen und ich kann gerade auch die Station Jedem empfehlen. Man muss aber sagen, dass ein bisschen Russisch- und/oder Lettisch-Kenntnisse sehr hilfreich wären, damit man auch viel mitnehmen kann.

Die Uni funktioniert insgesamt etwas anders als in Deutschland. Man muss deutlich mehr Leistung während des Semesters erbringen (meist 1-2 Tests und eine bis mehrere Präsentationen), dafür zählt die Klausur am Ende deutlich weniger. Falls Präsenz-Unterricht stattfindet, unbedingt den eigenen Kittel und ggf. auch ein Stethoskop mitbringen. Die medizinischen Kurse sind prinzipiell wie in Deutschland organisiert, sodass die Fächer in Blöcken unterrichtet werden (meist um die 2 Wochen). Es gibt in der Regel jedes Fach zweimal im Semester (Gruppe 1 und 2), wobei es bei mir auch kein Problem war zwischen den Gruppen im Semester für einzelne Kurse hin und her zu wechseln.

Ich hatte insgesamt ein relativ entspanntes Jahr mit großen Pausen zwischen drinnen in denen ich bis auf den Sprachkurs keine Uni hatte und somit genügend Zeit Riga und Lettland zu erkunden. Ich bin nach dem 7. Semester ins Erasmus-Jahr gegangen und werde nach meiner Rückkehr das 8. Semester machen und hoffentlich parallel meine Doktorarbeit beginnen. Es sollte auch möglich sein, kein gesamtes Jahr zu „verlieren“, sondern nur ein Semester. Mir war das ehrlich gesagt aber nicht so wichtig und ich habe die viele Freizeit hier sehr genossen. Ich hatte ursprünglich geplant, auch Kurse außerhalb der medizinischen Fakultät zu belegen. Dies war bei mir aber leider nicht möglich aufgrund von zahlreichen Überschneidungen.

Alles in allem war Riga für mich die perfekte Stadt für mein Erasmus-Jahr und ich würde diese schöne Hauptstadt Lettlands daher uneingeschränkt weiterempfehlen.

## Praktische Tipps

- Bei der Ankunft am Flughafen Taxi über Bolt oder Yandex (Apps zum Runterladen) bestellen, da man somit keine 10 € für die 20-minütige Fahrt in die Innenstadt zahlt.
- Man kann auch mit der Fähre von Travemünde aus nach Liepaja anreisen (recht günstig und bei gutem Wetter kann man die Zeit die ganze Zeit an Deck verbringen).

- Wer ein Fan von second-hand-shopping ist, sollte jede Menge Platz im Koffer lassen, da Riga ein Paradies dafür ist und die Preise einmal im Monat für jedes Kleidungsstück auf 50 ct fallen.
- Falls man im Winter kommt - warme Schuhe und wenn möglich auch Schneehose einpacken, da wir Temperaturen bis minus 30 Grad hatten.
- Im Sommer auf jeden Fall an Mückenspray denken, da es leider auch am Strand nach Sonnenuntergang sehr viele Mücken geben kann.
- Wer einen internationalen Studentenausweis möchte (was sich lohnt, wenn man vor hat, auch in andere Länder zu reisen), dem würde ich empfehlen, den hier vor Ort zu beantragen. Hier kostet er nur die Hälfte und die Beantragung ging problemlos über die offizielle Website von ISIC.
- Die meisten Freunde und Kommilitonen haben ihre Wohnungen über Facebook gefunden (Riga Student Market, Flatmates for shared, flat wanted-Riga)
  - Hier gibt es viele Agenturen, die ausschließlich dafür da sind, Wohnungen an ausländische Studenten zu vermieten (viele verlangen jedoch eine Gebühr für ihre Dienste)
  - Falls man ein Jahr bleibt, lohnt sich auch die Suche über Airbnb (ist z.T. günstiger und dann auch i.d.R. über Privatpersonen)
  - Ich würde empfehlen, auf der Altstadt-Flussseite zu wohnen, da sich auf dieser Seite fast das gesamte alltägliche Leben abspielt

Hier einige detaillierte Informationen, die euch vielleicht bei der Erstellung eures Learning Agreements helfen, da ich mich erinnere, dass ich an dem fast verzweifelt bin :D

**Ich habe hier vor Ort folgende Kurse belegt:**

(über diesen Link müsste man an die notwendigen Infos auf der Website der LU-Universität kommen:

<https://www.lu.lv/en/gribustudet/arzemju-studentiem-eng/exchange/> )

Wintersemester

- **Medi3014 Dermatovenerology (4,5 ECTs) (in Gö F6)**
- **Medi5098 Orthopaedics (3 ECTs) (in Gö F15)**
- **Medi4011 Internal disease III (4,5 ECTs)**  
-umfasst Endokrinologie und Rheumatologie
- **Valo1465 Practical Latvian for International Students I (6 ECTs)**

Sommersemester

- **Medi5105 Ophthalmology (3 ECTs) (in Gö F4)**
- **Medi5106 Otorhinolaryngolgy (3 ECTs) (in Gö F8)**
- **Medi5079 Internal disease IV**  
-ich dachte ich muss den Kurs belegen, um ID III angerechnet zu bekommen (dem ist aber nicht so)  
-der Kurs umfasst Nephrologie (die Dozentin ist kompetent und habe somit nochmal richtig viel auffrischen können)  
-ich kriege die ECTS jedoch nicht angerechnet, da man fürs Bestehen am Ende an der Klausur über gesamt Innere Medizin teilnehmen muss  
-ich bekomme ein Certificate of attendance für 24h clinical practice
- **Valo221 Practical Latvian for International Students I (A2) (6 ECTs)**
- **Medi5040 Parts of Clinical practice IV (Internal disease 24h, Ophthalmology 16h, Otorhinolaryngology 16h)**  
-man bekommt für dieses Fach keine ECTS  
-es muss aber auf dem LAE vermerkt sein, damit der Koordinator einem ein Certificate of attendance ausstellen kann bezüglich der Clinical practice in den genannten Fächern

Anm. (x)	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	4.4	5.1	5.2	5.3	*5.4	6.X	OSCE II	6.2		Innere Chirurgie	Kind	Frauenheilkunde	Allg.-Medizin	Semester	Bemerkungen/-alle Besonderheiten (z. B. in Gö: in M4.4 nur F8)  Bitte hier auch eintragen, ob Sie die angekreuzten Module des jeweiligen Semesters im Ausland oder in Göttingen absolvieren!  *M5.4-Klausur Allg.-Med., Infektiol., Prävention, Referat & Besprech. - die LV hierzu finden parallel zu den Modulen des 5. Klgs. Sem. statt!!!
																				WiSe:19/20	in-Gö: (2-klinisches Semester)
	x	x	x																	SoSe:20	in-Gö (3-klinisches Semester)
				x	x															WiSe:20/21	Erasmus (im-Ausland) M4.1: nur-F6, F11 wird-genullt M4.2: nur-F15
							x													SoSe:21	Erasmus (im-Ausland) M4.4: nur-F4, F8
				(KI)	(x)	x	(x)									x	x		x	WiSe:21/22	in-Gö M4.1: nur-Klausur-Q6 M4.2: nicht-F15, nur-F11, F5, Q12 M4.3: F5, F11 M4.4: nicht-F4&F8, nur-F5, Q5, Q7
								x	x	x	x						x	x		SoSe:22	in-Gö
												x	x	x						WiSe:22/23	in-Gö-Q-Klausur

so sieht mein Studienverlaufsdokument aus für meine Rückkehr