

#### Motivation:

Ich war schon immer an Skandinavien und an dem Lifestyle der nordischen Länder interessiert. Daher fing ich 2006 an den Finnisch-Kurs am Finnisch-Ugrischen Seminar in der Thaeterstr. zu machen. Zwei Jahre lang habe ich den Kurs gemacht und konnte mir einige Kenntnisse aneignen, die im Nachhinein dann hilfreich waren. Finnisch ist eine schwierige Sprache deswegen sollte man sich schon im Klaren sein, dass es viel Zeit und Anstrengung in Anspruch nimmt. Weiterhin gibt es die Möglichkeit für Interessierte einen kostenlosen (Unterkunft sowie Kurs) Sprachkurs im Rahmen des Sommeruniversitätsprogramms (Kesä yliopisto) zu machen.

#### Planung:

Die Bewerbung läuft standardmäßig über die ERASMUS-Koordinatoren der Medizinischen Fakultät. Ich rate aber Jedem, sich im Voraus zu informieren über die Kurse, die angeboten werden. Es gibt auf jeden Fall immer Kurse für internationale Studenten die komplett auf Englisch sind. Für Interessierte, die finnische Kurse belegen wollen, sollte man sich mit der ERASMUS-Koordinatorin der medizinischen Fakultät auseinander setzen. Es gibt Kursangebote (englisch und finnisch), die online einsehbar sind und mit denen man planen kann, was man wann machen will. Überhaupt ist Vieles online verfügbar und es lässt sich so gut wie alles über e-mails regeln. Man kann also, wenn man möchte, das komplette Jahr englische Kurse belegen!

Wer vor Ort finnisch lernen möchte kann gerne die Kurse der finnischen Sommeruniversität besuchen (Kosten : 90€ für 3 Wochen, 4x wöchentlich) . Diese kann man übrigens auch ausserhalb der ERASMUS-Periode besuchen. Ausserdem wird ein Anfängerkurs („EILC“ – ERASMUS intensive language course) angeboten. Informationen hierzu findet Ihr auf der ERASMUS-Internetseite der Uni Helsinki. Dieser Kurs ist ein anderer, als der o.g. „kostenlose“ Kurs. Für den o.g. muss man sich über das Finnisch-Ugrische Seminar bewerben und darf i.d.R. auch nur dann am Bewerbungsverfahren teilnehmen, wenn man den Kurs in Göttingen besucht hat und die Lehrer kennt.

Wohnungssuche: Über eine universitätsuntergeordnete private Wohnungsgesellschaft werden teure Wohnungen und 1-ZimmerAppartments aber auch WG-Zimmer vermittelt. Die Kosten liegen bei 150 € (Ida Albergintie – sehr dezentral und qualitativ nicht hochwertig) bis ca. 600 € zentral. Es empfiehlt sich eine Recherche der möglichen Wohnheime bei „hoas.fi“ . Die Betreuung und die Verwaltung ist nicht optimal, man merkt, dass diese Wohnungsgesellschaft es auf finanzielle Interessen abgesehen hat. So werden abends um 23:00 die Fahrstühle abgestellt und weitere Merkwürdigkeiten gehören zur Tagesordnung. Teilweise wird der Gemeinschaftsraum abgeschlossen und strenge Kontrollen der Flure werden durchgeführt.

Ankunft:

In Finnland angekommen sollte man sich bei längerfristigem Aufenthalt ein finnisches Konto zulegen. Banken wie Nordea, Actia sowie Osuus-pankki gewähren auch kostenlose Konten für Studenten (kommt jedoch auf die Mitarbeiter an – einige Studenten mussten 2,5 € monatlich zahlen). Ansonsten gab es auch Studenten die ganz ohne finnisches Konto ausgekommen sind. Einige Banken (Comdirekt, DKB, Netbank) geben kostenlose VISA-Karten raus, mit denen man auf der ganzen Welt kostenlos Geld abheben kann. Und da man in Finnland sowieso fast alles mit Kreditkarte zahlen kann, ist dies eine gute Möglichkeit. Die Miete kann man auch rechtzeitig per SEPA-Europa Überweisung tätigen. I.d.R. gebührenfrei.

Als Student hat man die Möglichkeit auf einen Discount von 50% auf das öffentliche Verkehrsnetz (ca. 21€ pro Monat für die Zone Helsinki). Es lohnt sich ein Monatsticket zu kaufen wenn man regelmäßig fährt, ansonsten kann man das Ticket (aufladbare Karte) auch mit Geld laden und für Einzelfahrten einsetzen. Damit man aber die Studentenvergünstigung erhält, muss man sich von der Universität ein Formular (was man von der Internetseite der Verkehrsgesellschaft runterladen kann – ausfüllen und dann zum Studentensekretariat bringen) unterschreiben und stempeln lassen. Diese muss man der Verkehrsgesellschaft „HKL“ vorlegen und dann wird der Discount auf die Karte übertragen. Die „Travelcard“ kostet 8 €.

Ich habe für 3 Wochen zusätzlich noch den Finnisch-Kurs der Sommeruniversität gemacht. Hier variiert die Qualität massiv von Lehrer zu Lehrer. Ich hatte Pech! Das Buch zum Kurs kostet 30 €, jedoch kann ich es nicht empfehlen. Daher rate ich zu Kopien, da in 3 Wochen nur einzelne Seiten behandelt werden.

Uni:

Die Universität fängt ganz lustig an mit einer O-Phasen Woche. Hier lernt man seine zwei Tutoren kennen und die anderen Studenten seiner Fakultät (Mediziner, Zahnmediziner) und kriegt die Stadt gezeigt sowie einige Willkommens-Parties. Es macht sehr viel Spass und die Finnen sind sehr nette und umgängliche Menschen. Es werden alle Institutionen der Uni erklärt, das System mit den Computer-Accounts (welches sehr gut ist) sowie weitere für uns wichtige Sachen.

Wir wurden auch sehr nett von der Koordinatorin begrüßt und haben ein Willkommens-Paket erhalten mit Dokumenten und Anleitungen fürs Studium. Insgesamt muss ich sagen, dass ich sehr zufrieden war mit der Einführung. Es wird sich gut um die Studenten gekümmert und die Betreuung ist einfach nur klasse, wie man es von den skandinavischen Ländern erwartet. Die Universität ist sehr modern und gut eingerichtet. Den Studenten fehlt es an Nichts. Teilweise hat man das Gefühl man wäre in einer Firma, weil die Einrichtung so hochwertig ist.

## Die Stadt und das Land

Die Stadt Helsinki ist als Hauptstadt kulturelles und soziales Zentrum Finnlands. Das Stadtbild mutet als eine Mischung aus skandinavischer und osteuropäischer Hauptstadt an. Allgemein lässt sich sagen, dass Helsinki eine kleine europäische Hauptstadt ist, von der man allerdings nicht allzu viel zu erwarten sollte.

Das Land Finnland bietet im Sommer wohl eins der wunderschönsten Naturlandschaften Europas. Im Winter hingegen erschöpft sich das Bild in weiße Schneelandschaften. Einzig Lappland im Norden Finnlands ist eine Reise wert. ESN bietet Gruppenreisen für Erasmusstudenten nach Rovaniemi oder Inari an, in denen innerhalb einer Woche alle in Lappland empfehlenswerten Attraktionen gesehen und ausprobiert werden können: Husky-Schlittenfahrten, eine Schneemobil-Tour, Skilanglauf, St. Claus Village in Rovaniemi, ausgiebige Saunabesuche mit anschließendem Eisbaden wie auch das Beobachten von Nordlichtern (sofern man im Zuge des Jahreswechsel nach Lappland kommt). Weitere finnische Städte wie Turku, Joensuu oder Tampere eignen sich eher für einen Eintagestrip.

Die geographische Lage Finnlands bietet zahlreiche Möglichkeiten zum Reisen in andere Länder. Allen voran Schweden und Russland. Stockholm ist mit der Fähre in einigen Stunden erreichbar und nach St. Petersburg kann man für ca. 40€ mit einem Bus gelangen. Das Baltikum bietet eine günstige Alternative zum Einkaufen. Tallinn, die Hauptstadt Estlands kann mit einer Fähre zum günstigen Studententarif von 15€ (hin und zurück) in 3 Stunden erreicht werden. Litauen (Riga) und Lettland (Vilnius) wird von Ryanair von Tampere angefliegen (Frühbucher können schon für 4€ fliegen).

## Kosten

Die Lebenshaltungskosten in Finnland sind sehr hoch. Miete 400 €, Bierchen abends 5 €, Lebensmittel min. doppelt so teuer wie in Deutschland – im Winter sogar noch teurer. Das abendliche Weggehen ist dementsprechend sehr teuer, ca. 5-10 € Eintritt. Die ERASMUS-Parties waren meiner Meinung nach sehr schlecht, weil auch die Organisatoren uns ständig per facebook jede Woche eingeladen haben zu Parties, und uns versprochen haben, keinen Eintritt zahlen zu müssen. Dort an den Clubs angekommen musste man doch zahlen sowie den obligatorischen Beitrag von 2-3 € für die Garderobe (diesen muss man auch in allen Bars zahlen)

Günstig ist in Finnland einzig das Telefonieren. Einfach kann man sich in jedem Kiosk eine aufladbare Telefonkarte kaufen, mit der man für wenige Cents telefonieren kann. Die Mensa der Universität, UniCafé genannt, in der jeder Student für 2,50€ eine Hauptspeise neben Salat und zwei Getränken erhält, ist eine günstige Alternative zu den recht teuren Restaurants der Stadt.

## Sicherheit:

Helsinki ist mit Abstand eines der sichersten Städte der Welt. Man braucht keine Angst abends haben. Es gibt in jedem Lokal Sicherheitsleute, auch in Diskotheken und tagsüber an den Einkaufsstraßen. Diese regeln fast alle Probleme ehe die Polizei kommt. Das Vertrauen gegenüber fremden Menschen ist sehr groß und schafft eine gesellschaftliche und freundliche Atmosphäre. Helsinki ist sehr international (Hauptstadt mit Botschaften, international ansässige Unternehmen) und daher kommt man mit Englisch sehr gut zurecht.

## Kurse:

Ich hatte die Kurse Abdominal Problems (Gastro und Abdominal Chirurgie), Dermatologie, Auge und HNO belegt. Die Kursgruppen waren sehr klein und die Betreuung spitze. Man kann gerne nachfragen, die Hierarchie ist im Vergleich zu Deutschland sehr flach. Kontakte und Konversationen selbst zu Chefärzten sind immer möglich. Die Studenten werden ernst genommen und dürfen auch Vieles alleine machen. Die Klausuren sind im Gegensatz zu Deutschland keine Multiple Choice Fragen und man kriegt Fallvorstellungen und muss das weitere Prozedere, Differentialdiagnosen sowie Behandlung/Therapie aufschreiben. Ich hatte den Eindruck dass die Finnen weniger theoretisch wie wir denken können, jedoch viel mehr Praxisbezug haben und dementsprechend besser arbeiten können. Viele Studenten in den höheren Semestern arbeiten in Krankenhäusern und Gesundheitszentren. Das Gesundheitssystem ist anders als hier und der Schwerpunkt liegt auf die Ausbildung zum Allgemeinmediziner. So muss auch jeder Arzt für ein Gesundheitszentrum für eine Mindestzeit arbeiten.

## Fazit:

Ich kann Helsinki als gute Ausbildungsstätte sowie als interessante Stadt nur empfehlen. Die Finnen sind zwar nicht mit Ihrer Mentalität die Allerwärmsten, jedoch ist das Land sehr sauber, geordnet und hoch-entwickelt. Das Night-Life ist nicht zu verachten, allerdings teuer. Reisen nach Osteuropa sind erschwinglich und lohnen sich. Die Studentenschaft ist gut organisiert und bietet viele Veranstaltungen an und jede Woche gibt es Veranstaltungen für ERASMUS-Studenten. Es gibt zahlreiche ERASMUS-Trips (Lapland, Schweden, St. Petersburg etc.). Das Miteinander mit vielen anderen internationalen Studenten war mit Sicherheit das Highlight für mich.