




<u>Erfahrungsbericht</u>	Akademisches Auslandsamt/ International Office Medizinische Fakultät	  
--------------------------	---	---

Land	Gasthochschule	Studienfach
Mexico	Universidad Anahuac Mayab	Medizin
Hochschuljahr	Aufenthalt von	bis
PJ	05.12.11	25.03.12
Nachname (<i>optional</i>)	Vorname (<i>optional</i>)	E-Mail (<i>optional</i>)
	Saskia	sassy2287@aol.com
<p>Erklärung: Ich bin damit einverstanden, dass ...</p> <p>dieser Bericht anderen Studenten zugänglich gemacht wird. ja</p> <p>dieser Bericht auf der Homepage des AAA veröffentlicht wird. ja</p> <p>meine E-Mail-Adresse an interessierte Studenten weitergegeben wird. ja</p>		

Gastinstitution und Kontaktperson (Name und Adresse):

Universidad Anahuac Mayab
 Km. 15.5 Carretera Mérida-Progreso
 Int. Km. 2 Carretera a Chablekal
 Mérida, Yucatán, México C.P. 97310
 Tel: +52 (999) 9424800 Ext 416

Cindy Reyes - Asesora de Intercambios, Relaciones Académicas
 cindy.reyes@anahuac.mx

Kontaktperson für eine Unterkunft:

Hostel Nomadas – www.nomadastravel.com für die ersten Nächte, danach

Pablo - 9991556539

Information:

Ich habe mich vor meinem Abflug mit einer Studentin getroffen, die ein Jahr vor mir in Merida war und das hat mir auf jeden Fall sehr geholfen. Auch ich bin dazu bereit und stehe gerne mit Rat und Tat zur Seite. Ihr könnt mich also gerne mit Fragen löchern (per Mail oder persönlich). Denn natürlich kann man so schöne und erlebnisreiche vier Monate nicht komplett in einem Erfahrungsbericht wiedergeben. Nutzt also gerne die Chance und meldet euch!

1. Vorbereitung Heimatland

Die Bewerbung an das Auslandsamt der Magdeburger Uni war bis zum 15. Dezember des Vorjahres einzureichen. Einige Wochen später gab es dann ein angenehmes Gespräch mit der Kommission für Internationale Beziehungen. Daraufhin erfuhr man alle weiteren wichtigen Informationen von Frau Schliephake.

Die Uni in Merida hat allerdings auch eine sehr gute Internetseite, auf der alle erforderlichen Informationen in Spanisch und Englisch zu finden sind (<http://www.anahuacmayab.mx/251-1-requirements.html>).

Für die ersten beiden Tertiale sollte man sich bis zum 1. Mai bewerben, für das dritte Semester würde der 1. November reichen. Einzureichen sind:

- Four B&N/color passport size photographs
- Student Exchange Program admission form
- Letter from your university authorizing the exchange
- Official academic transcripts, with all the courses you have completed at the college or university you currently attend
- Curriculum vitae
- Verification of your ability to speak fluent Spanish (Intermediate Proficiency in Spanish).
- Photocopy of valid Passport
- Health information form
- Current health certificate
- A copy or summary of your health insurance plan, and a copy of your health insurance card (including expenses for illness, accident or hospitalization, and repatriation of remains).
- Immigration obligations
- Student obligations
- Medical treatment authorization

Alle dazu notwendigen Formulare findet man ebenfalls auf der Internetseite der Uni. Von daher war die Vorbereitung nicht all zu schwierig. Man sollte allerdings beachten, dass die mexikanische Post nicht sehr zuverlässig ist und sollte lieber alles mit einem Kurierservice schicken (wenn das auch leider nicht ganz billig ist). Meine Unterlagen waren auf dem normalen Postweg nach zwei Monaten immer noch nicht da. Mit dem Eilkurier hat dann zum Glück alles noch gut geklappt.

Ein Visum ist für einen Aufenthalt bis zu 6 Monaten nicht notwendig. Man reist ganz einfach mit einem im Flugzeug ausgestellten Touristenvisum ein. Zum Teil muss man das dann noch mal in Mexico vor Ort umwandeln lassen. Ich hatte aber das Glück, dass die Zollbeamten in Mexico City mir geraten hatten, anzukreuzen, dass ich normaler Tourist bin. Von daher musste ich nichts weiter machen. Das erspart auf jeden Fall eine Menge Arbeit vor Ort.

2. Ankunft

Man hat vor dem Abflug auf jeden Fall schon einige Male Mailkontakt mit Cinddy (oder Marisol). Beide arbeiten im International Office der Uni und sind sehr lieb und hilfsbereit. Von Ihnen erfährt man auch alles, was man wissen muss. Zusätzlich gibt es an der Uni Anahuac eine wunderbare Betreuung durch Studenten vor Ort (Hermanos Mayab), die sich super um alle Austauschstudenten kümmern. Ich habe zwar erst wenige Stunden vor meinem Abflug erfahren, wer „mein Hermano“ werden wird, aber es hat dann trotzdem alles super geklappt. Fürs nächste Mal würde ich einfach empfehlen, ein paar Wochen eher schon mal nachzufragen, wer der Hermano werden wird. Das nimmt auf jeden Fall eine Menge Aufregung. Ich wurde dann vom Flughafen abgeholt und zum Hostel gebracht. Auch an den folgenden Tagen hat er bei allem geholfen. Er hat mich zur Uni gebracht, mit mir ein mexikanisches Handy gekauft und freischalten lassen, war bei der Wohnungssuche behilflich und hat einem echt super zur Seite gestanden. Durch diese große Unterstützung hat man sich auch gleich sehr wohl gefühlt und sich super schnell in Merida eingelebt. Die Hermanos organisieren auch ein bis zwei Mal im Monat gemeinsame Ausflüge. Interessant ist hier vielleicht noch die Info, dass alle anderen Austauschstudenten natürlich an die Zeiten des Semesters gebunden sind und man selbst dann nur gemeinsam mit allen anderen anfängt, wenn man das erste Tertial in Merida absolviert. Allerdings fand ich das zweite Tertial auch perfekt geeignet. Dann kann man sich im Dezember schon ein wenig einleben, lernt noch die Austauschstudenten des letzten Semesters kennen und kann Weihnachten und Silvester miterleben. Und Anfang Januar kommen dann die neuen Austauschstudenten, mit denen man dann immer noch viel unternehmen kann. Außerdem sind die Temperaturen in diesen „Wintermonaten“ echt angenehm. Ich denke, vor allem im dritten Tertial wird es in Merida ziemlich heiß.

3. Die ersten Tage – Formalitäten

Ich habe mich gemeinsam mit meinem Hermano am ersten Tag bei **Cinddy** in der Uni gemeldet. Dort bekam ich dann gleich meinen Studentenausweis und meine Unterschrift für die Bestätigung für die deutsche Uni, dass ich angekommen bin. Zusammen sind wir dann zu **Dr. Luna** gegangen (ebenfalls in der Uni). Er war der Ansprechpartner der Medizinischen Fakultät für alle Austauschstudenten. Dort bekam man dann ein Schreiben für das Krankenhaus, auf welcher Station man arbeiten wird, sowie die weiteren Infos für das **Secretario de Salud**. Dann ging es also zum Secretario, um sich vorzustellen und die Überweisungsmodalitäten erklärt zu bekommen (100 USD monatliche „Studiengebühren“). Bei der HSBC-Bank kann man das Geld dann einfach in jeder gewünschten Währung bar einzahlen und bekommt eine Bestätigung für die Überweisung. Damit geht es dann wieder zum Secretario und dann ist eigentlich schon alles geschafft. Lasst euch dabei einfach von eurem Hermano helfen. Dann ist alles überhaupt kein Problem.

Im Krankenhaus (O’Horan) meldet ihr euch dann am ersten Arbeitstag bei **Dr. Palma Chan**. Er ist der „Jefe de Enseñanza“ und damit für die Ausbildung aller Studenten und Assistenzärzte zuständig. Er wird mit euch die Arbeitszeiten besprechen und euch dann auf Station vorstellen. Hier versucht euch durchzusetzen. Denn er wird euch sagen, dass ihr, wie die mexikanischen Studenten, jede dritte Nacht zusätzlich arbeiten müsst. Nachdem ich dann meinte, dass meine Vorgänger das doch auch nicht gemacht hätten, konnten wir uns auf eine Nachtschicht pro Woche einigen. Damit kommt ihr dann auch auf ca. 70 Wochenstunden, das ist anstrengend genug.

Positiv ist, dass er euch offiziell 10 Urlaubstage genehmigt. Ich habe damit über Weihnachten und Silvester Urlaub gehabt. Von der Uni aus wurden Urlaubstage während des Tertials nämlich eigentlich verboten. Aber Dr. Palma ist für euch im Krankenhaus zuständig und von ihm habe ich mir auch meine Bestätigung für das Tertial unterschreiben lassen. Von der Uni braucht ihr die Unterschrift des Dekans, dass man den dortigen Studenten gleichgestellt ist.

Sowohl die Uni als auch Dr. Palma fragen euch, wo ihr arbeiten wollt und sehen es gerne, wenn man wie die einheimischen Studenten nach zwei Monaten rotiert. Man kann dann z. B. noch in die Notaufnahme oder in eine ganz andere Fachrichtung schauen. Ich war somit, allerdings nur für die letzten drei Wochen, noch im Materno. Nutzt diese Chance ruhig! Ich durfte dort ziemlich schnell selbstständig Geburten leiten und das war einfach eine wahnsinnig schöne Erfahrung.

4. Studium/Praktische Ausbildung

Ich war in der Chirurgie im O`Horan und habe mich dort sehr wohlgefühlt. Ihr seid dort als PJ`ler den Internos (ebenfalls 6. Studienjahr) gleichgestellt und werdet auch den Großteil der Zeit mit ihnen verbringen. Auf jeder Station gibt es ca. 7 oder 8 Internos und sie haben trotzdem keine Langeweile. Ganz im Gegenteil kommen sie selbst bei ihren 36-Stunden-Schichten, die sie jeden dritten Tag haben, nur selten mal zu einer Stunde Schlaf. Die Stationen sind sehr groß. Bei uns gab es ca. 80 Betten, von denen 25 bis 30 den Orthopäden zugeteilt waren und die restlichen Patienten von den Chirurgen betreut wurden. Es gab ein unwahrscheinlich großes Spektrum an Krankheitsbildern. Man hat also neben der Allgemein- und Viszeralchirurgie auch Gefäß-, Neuro- und Kinderchirurgie und zusätzlich auch Urologie kennen gelernt. Das ist natürlich eine super Chance viel zu sehen und viel zu lernen.

In der Chirurgie ging es früh 6:00 Uhr los und dann begann gegen 6:30 die Visite. Gegen 8:00 war diese dann beendet und es ging erst mal zum Frühstück. Am Vormittag wurden dann auf Station die Dinge, die in der Visite besprochen worden waren, abgearbeitet (Abstriche, Röntgenanmeldung, Blutabnahmen, Katheter...) und am Nachmittag wurden alle Verbände gewechselt. Ich war ca. 3 Wochen auf Station und die restlichen Wochen eher (zumindest am Vormittag) im OP. Dort ist es im Gegensatz zur Stationsarbeit ziemlich europäisch, mal abgesehen von den ziemlich langen Wartezeiten, bis es dann im OP los geht. Wichtig: Bringt euch OP-Kleidung mit. Dort nutzen nämlich alle ihre private Kleidung. Ihr könnt hier auf jeden Fall gut das Nähen lernen und das „Instrumentieren“. Hier gibt es nämlich ziemlich oft keine OP-Schwestern und dann ist es die Aufgabe der PJ`ler, die Instrumente anzureichen. Aber dadurch lernt man natürlich schnell all diese wunderbaren Instrumenten-Eigennamen, die zu einem Großteil mit den deutschen Bezeichnungen übereinstimmen. Oft war man aber auch 1. Assistent, man hat wirklich ein breites Spektrum an Operationen gesehen. Nachmittags habe ich dann zum Teil noch auf Station mitgeholfen, zum Teil bin ich dann aber auch gegen 3 oder 4 Uhr gegangen. Die Internos mussten immer bis 18 Uhr bleiben und waren zum Teil auch noch deutlich länger dort. Aber sie hatten eigentlich immer Verständnis, dass man als Austauschstudent ja auch noch ein bisschen was vom Land sehen möchte. Aber dadurch, dass man so viele Stunden, gerade in den Nachtdiensten, miteinander verbringt, wächst man echt zu einem guten Team zusammen und fühlt sich schnell richtig integriert. 2 – 3 Mal pro Woche gibt es 7 Uhr Weiterbildungen, die oft sehr interessant waren, wenn man denn ausgeschlafen genug war, um sie wach zu verfolgen ... Denn daran wird man sich schnell gewöhnen, die Studenten, aber auch die Ärzte (und dann ziemlich bald auch man selbst) sind dank dieser Arbeitszeiten chronisch übermüdet. Zusätzlich gab es 1- 2 Mal wöchentlich an den Nachmittagen noch interne-Seminare in der Chirurgie, zu denen die Internos Vorträge halten mussten.

Am Anfang hätte ich echt nicht gedacht, dass man dieses Arbeitspensum schafft und man 36 Stunden komplett ohne Schlaf überlebt. Aber doch, es geht! Und wenn man ein nettes Team hat, macht die Arbeit sogar richtig Spaß. Und zum Glück hat man ja als Austauschstudent auch ein wenig mehr Freiheiten.

5. Unterkunft

Im Internet hatte ich mir für die ersten Tage ein Zimmer im Hostel Nomadas gemietet. Das ist echt zu empfehlen! Dort trifft man auf viele liebe Menschen und ist gleich mitten im Zentrum von Merida. Zusätzlich hatte ich mir von einer Studentin des Vorjahres die Handynummer ihres Vermieters geben lassen (Pablo-9991556539) und mich dann dort mit Hilfe von meinem Hermano gemeldet. Er hat einige nette WG-taugliche Häuser und zum Glück wurde in einer auch nach zwei Wochen ein Zimmer frei. Bis dahin habe ich dann also noch im Nomadas gewohnt und dann ging es in ein Haus nur einige Kreuzungen weiter, also auch noch total zentral gelegen. Das historische Zentrum ist auch sehr zu empfehlen, weil das Krankenhaus O`Horan von dort gut zu erreichen ist. Die meisten Studenten der Uni wohnen im reicheren Norden der Stadt. Das ist für das Krankenhaus dann aber eher unpraktisch, aber natürlich auch möglich. Wer aber das „mexikanischere“ Leben kennen lernen möchte, sollte auf jedem Fall im Zentrum bleiben.

Falls bei Pablo gerade nichts frei sein sollte, lohnt sich auch ein Blick in die Zeitung oder einfach Leute fragen! Dort kennt fast jeder jemanden, der Zimmer oder Häuser vermietet. Insgesamt sollte es kein Problem sein, schnell etwas zu finden. Cinddy hilft auch, hat aber fast nur Angebote im Norden, weil fast alle anderen Studenten natürlich etwas in der Nähe der Uni suchen.

6. Finanzen

Im Vorfeld musste ich nur die Kurierkosten (50 Euro) für die Bewerbungsunterlagen und die Passbilder (10 Euro) bezahlen. Für den Flug habe ich 1100 Euro bezahlt. Bei frühzeitigem Buchen findet man vielleicht auch schon was für 700 oder 800 Euro. Meist gibt es günstigere Flüge nach Cancun, statt nach Merida direkt. Allerdings muss man dann meist noch ein Hostel für die Nacht in Cancun finden und dann eben noch 4 Stunden mit dem Bus fahren. Möglich ist das aber auf jeden Fall auch.

Für die Miete habe ich ca. 170 Euro pro Monat bezahlt (incl. Internet und allen Nebenkosten). Im Zentrum findet man sicherlich auch noch billigere Wohnmöglichkeiten und im Norden auch noch deutlich teurere. Aber für diesen Standard und die tolle Wohneinrichtung in Pablos Häusern war das echt ein guter Preis.

Die Uni oder besser gesagt das „Secretario de Salud“ verlangt pro Monat 100 USD „Studiengebühren“. Die Lebensmittelpreise in den Supermärkten sind vergleichbar mit den Preisen bei uns, allerdings ist das Essen in den Restaurants deutlich preiswerter. Da bekommt man schon für 4 oder 5 Euro ein tolles Essen mit Dessert und Getränk. Im Krankenhaus bekommt man aber auch eine kostenlose und leckere Verpflegung.

Im Bus bezahlt man pro Fahrt ca. 30 Cent und Kultur (Konzerte, Theater, Ballett) ist ziemlich oft kostenlos.

Wichtig ist hier noch der Hinweis, dass ich von der Uni ein Stipendium (PROMOS) in Höhe von ca. 1500 Euro erhalten habe. Dafür hat man sich automatisch mitbeworben, wenn man sich für den Austausch beworben hat. Das kann sich allerdings im Laufe der Jahre ändern. Hier lohnt es sich also, sich vorher noch mal im Akademischen Auslandsamt zu erkundigen.

7. Stadt, Land, Menschen

Merida – eine wahnsinnig tolle Stadt! Hier gibt es ständig Konzerte, Ausstellungen, Theateraufführungen, Ballettabende, Kunsthandwerksmärkte... und vieles mehr! Die Stadt ist unwahrscheinlich lebendig. Man kommt schnell ins Gespräch mit den Bewohnern und entdeckt ständig neue Dinge. In den Parks sind fast immer alle Bänke belegt, ob früh oder spät. In den Bussen kann man der tollen Musik lauschen und abends gibt es fast immer eine Möglichkeit, seine Salsa-Kenntnisse aufzufrischen. Merida ist übrigens wirklich die sicherste Stadt Mexicos. Hier kann man ohne Bedenken auch als Frau nachts allein durch die Straßen gehen. Ihr könnt also eure Familien und Freunde beruhigen, auch wenn ihr nach Mexico fliegt, ihr werdet heil wieder ankommen!

Außerdem unbedingt zu erwähnen ist die leckere Küche von Yucatan. Zuerst musste ich mich erst einmal daran gewöhnen, dass es auch schon zum Frühstück Tortillas oder andere warme Leckereien gibt, aber das geht schnell!

Die Menschen sind unglaublich nett! Man ist eigentlich nie allein unterwegs, weil man ständig neue Bekanntschaften macht. Wenn man doch mal alleine durch die Stadt schlendern will, muss man sich schon richtig anstrengen, sich nicht ständig in Gespräche verwickeln zu lassen. Bei so großer Hilfsbereitschaft und Herzlichkeit fühlt man sich wirklich sehr schnell wohl.

Merida ist außerdem ein super Ausgangspunkt zu vielen Ausflugszielen in der Nähe, die ihr euch auch unbedingt anschauen solltet. Am Plaza Grande (dem zentralen Platz des historischen Zentrums) findet ihr ein Touristenbüro. Dort gibt es viel Informationsmaterial, u. a. auch ein monatlich erscheinendes Heft („Yucatan Today“) mit Stadtplänen und täglichen Kulturtipps. Unbedingt zu erwähnen sind neben den atemberaubenden Maya-Ruinen die „Cenoten“. Das sind unterirdische Wasserhöhlen, die einem durch die Klarheit und die Farbe des Wassers jedes Mal auf´s Neue den Atem anhalten lassen. Und zusätzlich sind sie eine tolle Erfrischung an heißen Tagen. Und wohin ihr natürlich auch unbedingt müsst – die Karibik! In nur ca. 4 Stunden seid ihr dort.

Yucatan, aber auch alle Nachbarstaaten, haben wirklich richtig viel zu bieten!

8. Anerkennung der im Ausland erbrachten Studienleistungen

Da Merida bereits seit mehreren Jahren zu den Austauschprogrammen der Universität Magdeburg zählt, sollte die Anerkennung beim Landesprüfungsamt kein Problem werden.

9. Fazit

Ich kann mich noch genau erinnern, wie aufgeregt und etwas zweifelnd ich kurz vor meiner Abreise war. Alles war ungewiss und man hatte sich natürlich viel weniger vorbereiten können, als man sich eigentlich vorgenommen hatte. Man hatte doch nicht mehr so viel Spanisch gelernt, wie gewünscht. Man hatte vieles doch erst auf die letzte Minute besorgt und wusste nicht so recht, ob sich all die Mühe auch lohnen würde... Und schon am ersten Tag in Merida war ich begeistert und wusste, dass all die Zweifel der letzten Tage umsonst gewesen waren. Diese Stadt hat mich wahnsinnig schnell in ihren Bann gezogen und mir den Abschied nach vier fantastischen Monaten richtig schwer gemacht. Deshalb muss ich euch auch ein bisschen warnen. Ihr werdet Merida und Yucatan im Ganzen sehr vermissen! Ich bin nun schon einige Wochen wieder zurück und denke noch jeden Tag an diese wunderschöne Zeit. Aber wenn ihr mit diesem wirklich einzigen Manko leben könnt, macht einen Austausch mit der Uni Anahuac Mayab. Ihr werdet es ganz bestimmt nicht bereuen!