

Praktikumsbericht **[C1]** Erasmus+ Praktikum – Akademisches Jahr 2025 / 2026

Stand: April 2024

Bitte füllen Sie alle Felder des Formulars am Computer aus, NICHT per Hand, und senden Sie es als E-Mail-Attachment an den EU-ServicePoint: eu-servicepoint@international.uni-mainz.de.

Ihre Angaben sollen in anonymisierter Form anderen Studierenden bei der Praktikumsuche zur Verfügung stehen. Bitte achten Sie daher unbedingt darauf, wichtige Internetadressen und weitere hilfreiche Informationen anzugeben!

ALLGEMEIN

Zielland:	Schweiz
Studienfach:	Humanmedizin
Heimathochschule:	Johannes Gutenberg-Universität Mainz
Berufsfeld des Praktikums:	Medizin
Arbeitssprache:	Deutsch
Zeitpunkt des Praktikums:	von 30.06.2025 bis 21.09.2025

PRAKTIKUMSSTELLE

Name des aufnehmenden Unternehmens:	Stadtspital Zürich
Straße/Postfach:	Birmensdorferstrasse 497
Postleitzahl und Ort:	8063 Zürich
Land:	Schweiz
Homepage:	https://www.stadt-zuerich.ch/stadtspital/de.html?cid=redirect-stz.html
E-Mail:	

VORHER – Informationen zur Vorbereitung auf das Auslandspraktikum

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie die Suche und Vorbereitung abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

Praktikumssuche:	Mir war bewusst, dass ich gerne ein Tertial des PJs in der Schweiz absolvieren möchte. Aus Erfahrungsberichten von Kommiliton*innen und vorherigen Besuchen in der Schweiz und Zürich, wusste ich, dass ich mich an Kliniken in Zürich bewerben werde.
Bewerbung (Ablauf, Initiativbewerbung, Auswahlgespräch, etc.):	Als Initiativbewerbung per E-Mail an die verantwortliche Person im chirurgischen Sekretariat mit Lebenslauf, Bewerbungsschreiben und Zeugnissen. (Link s.u.)

Wohnungssuche:	Das Stadtsptial Triemli bietet Zimmer im angegliederten Wohnheim an. Dafür muss man sich rechtzeitig (ich habe mich ca. 6 Monate vor Beginn des Tertials darum gekümmert) bei der zuständigen Stelle im Spital (zimmer@stadtsptial.ch) melden. Genauere Infos dazu bekommt man aber auch nach Zusage der Praktikumsstelle.
Versicherung:	Ich hatte vorab bereits eine Auslandsrankenversicherung. Auch hatte ich für vorherige Praktika im Ausland bereits eine Haftpflichtversicherung abgeschlossen. Zusätzlich war ich über die Klinik/Stadt Zürich Unfall-versichert.
Telefon-/Internetanschluss im Zielland:	Da mein Handyvertrag die Schweiz nicht inkludiert habe ich für die Zeit meines Praktikums eine eSIM über Fraenk abgeschlossen. Damit war telefonieren in und aus der Schweiz möglich und auch Internet war darin mitinbegriffen. Kosten der eSim lagen bei 10 Euro/Monat. Zusätzlich gab es im Wohnheim und in der Klinik WLAN.
Bank/ Kontoeröffnung:	Ich habe kein separates Konto für meine Zeit in der Schweiz in der eröffnet, jedoch hat die Verarbeitung meines Gehalts von meiner Bank aus pro Monat 12,50 Euro gekostet.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges:	https://www.stadt-zuerich.ch/stadtsptial/de/ueber-uns/fachbereiche/orthopaedie-hand-unfallchirurgie/karriere.html https://www.stadt-zuerich.ch/stadtsptial/de/ueber-uns/fachbereiche/viszeral-thorax-gefaesschirurgie/Karriere.html https://fraenk.de

INFORMATIONEN ZUR PRAKTIKUMSSTELLE

Bitte füllen Sie die folgenden Felder detailliert aus und machen genaue Angaben, wie das Praktikum abgelaufen ist (Internetadressen, Hinweise, Kontakte, etc.).

Art des Praktikums:	Chirurgisches Tertial im Rahmen des Praktischen Jahrs im Medizinstudium.
Aufgaben im Praktikum: konnten Sie Erlerntes umsetzen? Waren Sie über-/unterfordert? etc.	Ich habe das Gefühl, dass ich erlerntes Wissen und praktische Fähigkeiten anwenden konnte. Ich würde nicht sagen, dass ich überfordert war.
Betreuung: (Einführungs-/Abschlussgespräch, wöchentl./monatl. Rücksprache, etc.)	Es gab zu Beginn des Tertial ein Einführungsgespräch mit dem für die PJler verantwortlichen Oberarzt. Auch kurz vor Ende des Praktikums haben wir ein Abschlussgespräch mit ihm geführt und durften Feedback zu unserer Zeit in der Klinik geben. Ansonsten konnten wir uns stets an die Ärzt*innen auf den jeweiligen Stationen wenden.
soziale Kontakte während des Praktikums:	Da man in der Klinik mit anderen PJlern zusammenarbeitete und mit den meisten von diesen auch im gleichen Wohnheim gewohnt hat, hat man wirklich sehr

	schnell Anschluss gefunden und soziale Kontakte geknüpft. Außerdem kannte ich auch bereits Leute in Zürich und habe Besuch von Freunden aus Mainz sowie meiner Familie bekommen.
Sprachkenntnisse (Nutzen, Verbesserung, etc.):	Da die Sprache vor Ort deutsch ist, musste ich in dieser Hinsicht keine Fremdsprache vor Ort sprechen. Ich würde jedoch sagen, dass ich mich in Gesprächen mit Patient*innen weiterentwickelt habe.
kurze Gesamtbewertung des Aufenthaltes: fachlicher/ privater Nutzen; was waren Ihre Erwartungen – wurden diese erfüllt? Was war besonders gut/ nicht so gut?	Mein Praktikum hat mir fachlich wertvolle Einblicke in ein anderes Gesundheitssystem als das deutsche ermöglicht. Dies empfand ich als besonders sinnvoll und wichtig, da es mir nicht nur neue Perspektiven eröffnet hat, sondern auch mögliche zukünftige Arbeitsoptionen aufgezeigt hat. Zudem konnte ich verschiedene chirurgische Fachbereiche kennenlernen und mit unterschiedlichen Teams zusammenarbeiten. Was mir allerdings gefehlt hat, war eine intensivere praktische Tätigkeit im OP. Durch die Sommerferienzeit in der Schweiz war die Anzahl an Operationen deutlich reduziert, sodass ich hier weniger praktische Erfahrungen sammeln konnte, als ich mir erhofft hatte. Auf privater Ebene war mein Aufenthalt in der Schweiz ein voller Erfolg. Ich habe viele neue, tolle Menschen kennengelernt, konnte Zeit mit Freunden verbringen und das vielfältige Angebot der Stadt Zürich und der Schweiz intensiv nutzen.
Dauer des Praktikums: zu kurz, richtig, zu lang – Empfehlung über optimale Dauer	Da der Zeitraum von Vorhinein auf die Dauer eines Terts festgelegt ist, hat man keine „Auswahlmöglichkeit“ bezüglich der Zeitspanne. Ich finde jedoch das die Dauer eines Terts gut ist, da man so die Möglichkeit hat einen tieferen Einblick und/oder mehrere verschiedene Stationen besser kennenzulernen.
Durchschnittliche monatliche Ausgaben im Ausland in € ; Mehrkosten ggü. Ausgaben in Deutschland:	Die monatlichen Ausgaben waren definitiv höher als in Deutschland. Lebensmittel waren im Schnitt teurer, aber wenn man vor allem z.B. bei Aldi Suisse anstelle der deutlich teureren Supermärkte wie Migros/Coop/... einkaufen geht ist es kein zu großer Unterschied. Auswärts Essen oder abends mal etwas trinken gehen ist sicherlich auch teurer. Ein zusätzlicher Kostenpunkt für mich waren Ausgaben für öffentliche Verkehrsmittel (auch wenn ich Zürich selbst eigentlich alle Strecken mit dem Fahrrad zurückgelegt habe). Auch waren Kultur- und Freizeitangebote teuer als in Deutschland.
Was sollte man unbedingt wissen/ beachten?	Es gibt die sogenannte Schnupperhalbtax, die man mit einem Gutschein (am besten Googlen: Gutschein Schnupperhalbtax SBB) abschließen kann. Dies ist ein zweimonatiges Probeabo der regulären Halbtax. Mit der Halbtax bekommt man i.d.R. 50 % Ermäßigung auf Bahn-,

	Bus-, Tram- und Schiffsfahrten in der ganzen Schweiz. Diese gilt teils auch bei Bergbahnen. Auch lohnt es sich eine KulturLegi zu beantragen. Diese ist ein Ausweis für Menschen in der Schweiz mit kleinem Einkommen und ermöglicht 30–70 % Rabatt auf Kultur-, Sport- und Bildungsangebote (z. B. Theater, Museen, Schwimmbäder).
Sind Sie der Meinung, dass Ihnen das Praktikum bei der Ausübung Ihres zukünftigen Berufs (bitte angeben) von Nutzen sein wird? Wenn ja, in welcher Weise? Wenn nein, warum nicht?	Das Praktikum wird mir auf jeden Fall für die Ausübung des ärztlichen Berufs von Nutzen sein, da es eine Möglichkeit war einen tieferen Einblick in Fachbereiche zu erlangen, die ich vorher noch nicht so gut kannte und auch praktische Fähigkeiten neu lernen oder verbessern können (z.B. Nähen von Wunden, Assistieren bei verschiedenen Operationen, körperliche Untersuchungen durchführen, Gesprächsführung mit Patient*innen...).
Können Sie die Stelle weiterempfehlen? (bitte begründen) Wenn ja, wäre Ihre Praktikumsstelle bereit, auch zukünftig PraktikantInnen aufzunehmen?	Ich kann die Stelle auf jeden Fall weiterempfehlen. Die Klinik bietet ein vielfältiges fachliches Umfeld sowie die Möglichkeit, unterschiedliche Fachbereiche kennenzulernen. Mit einem gewissen Maß an Eigenmotivation kann man auf jeden Fall einiges mitnehmen. Und auch mit meiner Entscheidung für Zürich als Ort für mein Praktikum bin ich sehr zufrieden. Die Stadt hat sehr viele Freizeit-/Kulturangebote und von Zürich aus erreicht man schnell andere Städte in der Schweiz und auch die Berge sind schnell zu erreichen. Es ist noch wichtig zu wissen, dass die Bewerbungsfristen sehr lang im Voraus liegen, da in der Schweiz deutlich langfristiger geplant wird als in Deutschland. Ich habe mich ca. zwei Jahre vor Beginn meines Aufenthaltes beworben und ähnlich wird es von den meisten schweizer Kliniken auch gehandhabt. Häufig kann man auf der Internetseite pj-ranking.de (Link s.u.) durch Berichten von anderen PJlern nachvollziehen, wie viel früher man sich bewerben sollte. Grundsätzlich nimmt die Klinik in der ich mein Praktikum absolvierte, weiterhin PJ-Studierende auf.
hilfreiche Internetadressen/ Sonstiges	https://www.kulturlegi.ch/zuerich/kulturlegi-beantragen/online-antrag https://www.sbb.ch/de/billette-angebote/abos/halbtax.html https://www.pj-ranking.de/review/read/

Sind Sie mit einer anonymisierten Veröffentlichung des Berichts auf der Website www.eu-servicepoint.de einverstanden?

Ja ☒ Nein ☐