Allgemeine Informationen

Mein Student Exchange Programm führte mich nach Warschau in Polen. Ich habe dort zwei Wochen lang ein Praktikum in einer öffentlichen Apotheke gemacht.

Vorbereitung

Ich habe mich im September 2025 über den Fragebogen vom BPhd für das SEP im Sommer beworben. Im Februar erhielt ich die Zusage als Outgoing. Anschließend habe ich ein Profil auf der IPSF Website erstellt um mich bei den Ländern zu bewerben. Bei meinen Wunschländern habe ich auf eine hohe Anzahl von Placements geachtet. Etwa zwei Monate später erhielt ich dann die Zusage für ein Placement in Polen in Krakau. Nachdem ich mich bereits auf Krakau eingestellt hatte, wurde mir mitgeteilt das ein Missverständnis vorliege. Ich hatte also kein Placement in Krakau, sondern dafür eins zu einem anderen Zeitpunkt in Warschau. Von da an war aber die Organisation sehr unkompliziert. Da Polen zur EU gehört, musste ich dann nicht viel mehr machen als Züge zu buchen und meine Reisedaten dem LEO Team von Warschau mitzuteilen.

Unterkunft und Kosten

Wir sind in student dorms untergekommen. Diese wurden zuvor von dem LEO Team für uns reserviert. Die Unterkunft hat 40 zloty pro Tag gekostet, also etwa 9,3 Euro. In der Unterkunft enthalten war ein Bad, ein kleiner Kochbereich und ein Zimmer mit zwei Betten. Das Zimmer hat man sich also geteilt. Es gab auch noch eine große Gemeinschaftsküche. Was jedoch gefehlt hat waren Küchenutensilien und da ich selber nichts mitgenommen hatte, konnte ich nichts kochen. In Polen gibt es an jeder Ecke Convience Stores (zabkla). Durch diese konnte ich mich sehr gut versorgen. Die Lebenserhaltungskosten sind in etwa vergleichbar mit denen in Deutschland und wenn man kein Gefühl für die Währung hat unerwartet hoch.

Praktikumsstelle

Das Praktikum habe ich zusammen mit zwei anderen SEPlern absolviert. Die Apotheke in der wir das Praktikum gemacht haben gehörte zu einer großen Kette. Die Mitarbeiter waren sehr freundlich und haben uns stets Aufgaben gegeben. Mit den meisten Aufgaben war ich dank meiner Famulatur schon vertraut. Inhaltlich konnte ich leider nicht viel neues mitnehmen. Dafür hat mir das Praktikum einen spannenden Einblick in eine polnische Apotheke ermöglicht. Viele Herangehensweisen in der Apotheke haben sich von denen in Deutschland unterschieden. Das fand ich interessant. Mit den anderen beiden SEPlern habe ich mich sehr gut verstanden und so war es schön, dass wir das Praktikum zusammen gemacht haben.

Freizeit, Land und Leute

Warschau hat ein sehr großes kulturelles Angebot. Wir haben vom LEO Team eine Liste mit Museen bekommen die an bestimmten Wochentagen freien Eintritt anbieten. Zudem wurden vom LEO Team jeden zweiten Tag Ausflüge durch Warschau organisiert. Das war toll, denn so konnten wir nicht nur Warschau kennenlernen, sondern auch die anderen SEPler und LEOs. Das LEO Team war wirklich sehr engagiert und konnte uns viel über Warschau erzählen. Mit meiner Zimmernachbarin habe ich mich sehr gut verstanden und so haben wir viel gemeinsam unternommen.

Fazit

Der Aufenthalt hat mir geholfen mich persönlich weiterzuentwickeln. Ich konnte Pharmaziestudierende aus ganz unterschiedlichen Ländern kennenlernen und neue Freundschaften knüpfen. Mein Polnisch geht leider immer noch nicht über die Begrüßung hinaus, dafür habe ich mein Englisch nochmal aufgefrischt. Ich bin sehr dankbar für die tolle Erfahrung und würde ein SEP in Polen jedem empfehlen!