

ERSTSEMESTERINFORMATION HUMANMEDIZIN

2025

INHALT

- 03 GRUSSWORT
- 04 EURE FACHSCHAFTEN STELLEN SICH VOR
- 08 ESIWOCHE
WAS EUCH IN DER ERSTEN WOCHE ERWARTET
- 10 ORGANISATION
DIE WICHTIGSTEN LINKS IM ÜBERBLICK UND MEHR
- 17 STUDIUM
FÄCHER IM ERSTEN SEMESTER, KRANKENPFLÈGEPRAKTIKUM &
ERSTE-HILFE-KURS
- 27 STUDENTENLEBEN
ESSEN, ARBEITSKREISE, MENTORING, HOCHSCHULSPORT

IMPRESSUM

HERAUSGEBER
Breite Liste Gesundheit (BLG)
Fachschaft Humanmedizin der
Ludwig-Maximilians-Universität Mün-
chen
Pettenkoferstr. 11
80336 München
Tel.: (089) 51 60 72689
E-Mail: info@fachschaft-medizin.de
Web: www.fachschaft-medizin.de

11. Auflage, 2025

© September 2025

BILDNACHWEIS
Fotografien/Zeichnungen/Grafiken/
Texte von der Redaktion (falls nicht
anders angegeben).
Nachdruck nur mit Genehmigung
der Redaktion/BLG.

HERZLICH WILLKOMMEN BEI UNS

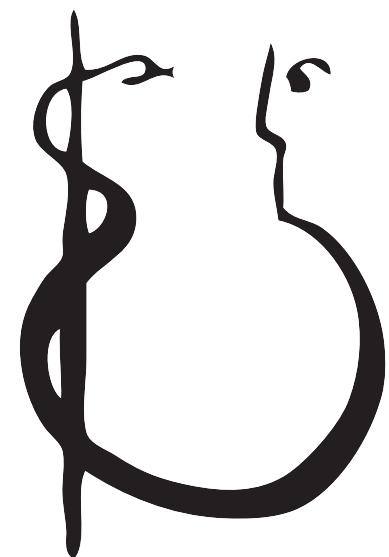
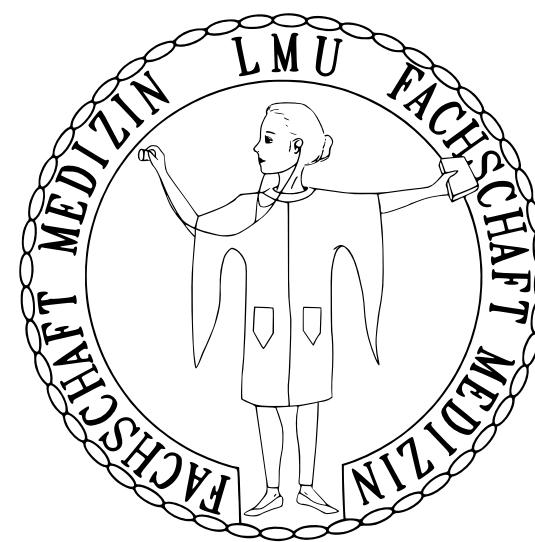
Herzlichen Glückwunsch zum Studienplatz der Humanmedizin! Wir freuen uns, Euch hier begrüßen zu dürfen. Ihr habt mit München eine tolle, lebenswerte Stadt ausgewählt, die euch viel zu bieten hat. Als „Zuagroaste“ (=alle nicht-gebürtigen Münchner) werdet ihr in den nächsten Jahren viel Neues erkunden.

Für die meisten von euch ist nicht nur München neu, sondern auch das Studentenleben. Endlich weg von Mutti, ab jetzt heißt es selber kochen, selber putzen und heimkommen, wann ihr wollt. Das hat viele Vorteile, kann aber auch echt überwältigend sein, wenn man sich plötzlich um alles selber kümmern muss.

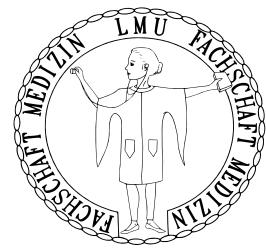
Um zumindest im Studium durchzublicken (und den Kopf fürs Lernen und Feiern frei zu haben), wollen wir euch hier einen kleinen

Wegweiser durch den Vorklinik-Dschungel an die Hand geben. Im Folgenden findet ihr Infos zum Ablauf der ersten 4 Semester, wichtige Anlaufstellen, Freizeittipps und vieles mehr.
Euer Semester beginnt am 13.10.2025 und endet am 06.02.2026.

Und nun: Viel Spaß beim Lesen und einen erfolgreichen Start in ein neues turbulentes Leben wünschen euch Eure Fachschaften der TUM und LMU!



EURE FACHSCHAFT STELLT SICH VOR



Servus! Wir, eure Fachschaft BLG, bestehen aus ca. 80 aktiven Studierenden aus allen Semestern, die sich dafür einsetzen, euer Studium besser zu gestalten und als Ansprechpartner für Fragen aller Art zur Verfügung zu stehen. Der Name BLG: „Breite Liste Gesundheit“ kommt aus unserer Vergangenheit, als Studierende ihren Protest gegen die damalige Studierendenvertretung richteten und eine breite und tolerante Alternative gegründet haben. Aus dieser Historie heraus ist der Name

bis heute geblieben.

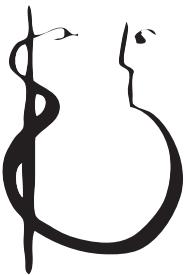
Wir sind im ständigen Kontakt mit unseren Professoren und Dozenten und engagieren uns dafür, dass unser Studium studierendenfreundlicher wird. Wir setzen uns für euch ein! Und da es auch ein Leben außerhalb des Studiums gibt, organisieren wir Partys und Feiern, unterstützen vielfältige Projekte im Rahmen unserer Arbeitskreise wie das Teddybärkrankenhaus oder „Mit Sicherheit verliebt“ und unterstützen Gruppen wie die Medimeister, den Medizinerchor

und viele mehr. In unserem Büro verkaufen wir über Seg. Med. Materialien wie Kittel, Stethoskope und Handschuhe und stehen euch mit Rat und Tat zur Verfügung. Außerdem verleihen wir jedes Jahr das Präparierbesteck. Bei Problemen, Wünschen oder Anregungen schreibt uns (info@fachschaft-medizin.de) oder kommt vorbei. Unser Büro findet ihr im Eingang der Anatomie vorne rechts, die Öffnungszeiten findet ihr immer aktuell auf unserer Website: www.fachschaft-medizin.de. Wir freuen uns immer über neue

Mitglieder insbesondere auch aus den jüngeren Semestern! Wenn ihr Interesse habt oder einfach mal dabei sein möchtet, dann kommt einfach vorbei! Unsere Sitzungen finden jeden Donnerstag um 19:00 Uhr statt (genaue Infos zum Ort findet ihr auf Instagram/ unserer Homepage). Wir freuen uns auf euch!

 [@fs_medicin_lmu](https://www.instagram.com/fs_medicin_lmu)
 www.fachschaft-medizin.de





EURE ANDERE FACHSCHAFT STELLT SICH VOR

Herzlich Willkommen im Studium auch von uns; schee, dass ihr bei uns in Minka seid!

Wir sind die Fachschaft Medizin der Technischen Universität München oder unter Freunden auch die FSMEDTUM.

Wieso denn jetzt Technische Universität München?! Ihr habt es vielleicht bei der Immatrikulation schon bemerkt, da steht neben LMU auch irgendwo klein TUM dabei. Ihr seid an beiden

Universitäten immatrikuliert und nach dem Physikum entscheidet sich, an welcher der beiden Unis ihr weiterstudieren werdet.

Fairerweise werdet ihr von der TUM - und auch von uns - während der ersten Semester nicht viel mitbekommen, die Vorklinik wird fast ausschließlich von der LMU getragen. Unsere Freunde von der LMU Fachschaft sind daher während der ersten vier Semester eure besten Ansprechpartner.

Trotzdem sind wir auch in der Esi-Woche am Start, ihr seid ja schließlich auch unsere Erstis - und den Leberkasabend verpassen wir um keinen Preis! Ansonsten mischen wir überall mit, wo es Parties gibt. Wir feiern zusammen mit der LMU, den Medimeistern oder veranstalten eigene Medizinerparties.

Natürlich haben wir auch viele andere Veranstaltungen im Programm, wie unseren traditionellen Tatortabend,

zu denen ihr natürlich eingeladen seid. Wir sehen uns dann Ende des vierten Semesters wieder bei der Roadshow LMU vs. TUM – und hoffentlich danach auch am TUM Klinikum Rechts der Isar. Am besten ihr folgt uns gleich mal bei instagram.

 @fsmedtum

 www.sv.tum.de/med/



ESI-EINFÜHRUNGSWOCHE

Montag, 06.10.	Dienstag, 07.10.	Mittwoch, 08.10.	Donnerstag, 09.10.	Freitag, 10.10.	Samstag, 11.10.
<p>10:00 Uhr <u>Einführungsvorlesung</u> Biomedizinisches Zentrum der LMU - Audimax (N.00.001) Großhadernerstr. 9 82152 Planegg U-Bahn: U6 Klinikum Großhadern + Bus 266 LMU ca. 13:00 Uhr <u>BMC-Rallye</u> <u>Abendgestaltung in den Tutorengruppen</u></p>	<p>8:30 Uhr <u>Kittelverkauf</u> 9:00 Uhr <u>Ticketverkauf und Ausgabe Präbesteck</u> Anatomische Anstalt, Pettenkoferstraße 11 10:00 Uhr <u>Vorstellung der Arbeitskreise</u> Mosaiksaal, Pettenkoferstraße 14</p>	<p>22:00 Uhr <u>Erstsemesterparty</u> Sweet Maximilianspl. 5, 80333 München Vorglühen in den Tutorengruppen</p>	<p>11:00 Uhr <u>Medizinhistorischer Stadtrundgang</u> Infos auf Seite 39 19:00 Uhr <u>Warm-up Sitzung der FS der LMU</u> Pettenkoferstraße 11, 80336 München, gr. Hörsaal Anatomie, Gebäude A, Raum 140</p>	<p>18:00 Uhr <u>Leberkasabend</u> Audimax der TUM, Arcisstraße 21, 80333 München </p>	<p>11:00Uhr-18:00 Uhr <u>MeCuM-Mentor Stadtrallye</u> Lerne München und deine Kommiliton:innen besser kennen und verbringt gemeinsam einen lustigen Tag. Anmeldung:  Alle weiteren Infos: https://mecumplus.de/ projekte/stadtrallye oder unter buero@mecum- mentor.de</p>

AWARENESS-KONZEPT:

Bei jeder Veranstaltung der Esi-Woche
 kannst du das Safeword: „Wo gehts nach
 Panama?“ benutzen. mehr dazu auf Seite 51.

Termine und Locations können sich auch kurzfristig noch ändern, Bitte schaut regelmäßig unter <https://www.fachschaft-medizin.de/studium/erstsemester-einfuehrung/> nach.

LAGEPLAN KLINIKUM INNENSTADT



MECUM-MENTOR

Willkommen an der Fakultät – und willkommen bei MeCuM-Mentor! Neu an der Uni? Neu in München? Offene Fragen zum Studium? Keine Sorge – du bist nicht allein! Bei MeCuM-Mentor findest du superleicht Menschen, die dich unterstützen. In der Vorklinik: Hol dir einen erfahrenen Studierenden als Mentor, der dir Tipps für den Uni-Start, Stundenplan, Prüfungen und all deinen individuellen Anliegen gibt. In der Klinik: Such dir zusätzlich Ärztinnen und Ärzte als Mentoren.

Mit nur ein paar Klicks bist du dabei: mecumplus.de/teams/mecum-mentor/mentoring

Außerdem organisieren wir spannende Mentoring-Events wie die Erstsemester-Stadtrallye, Duelle der Fachrichtungen, die Doktorarbeitsmesse und vieles mehr.

Instagram: @mecummentor

E-Mail: buero@mecum-mentor.de

Wir freuen uns sehr auf dich!

BAYRISCHES ERMÄSSIGUNGSTICKET

Einmal quer durch die Stadt?! Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln in München kein Problem! Auch im Wintersemester 2025/26 gibt es wieder das Ermäßigungsticket für Studierende. Die AK Mobilität der Münchner Studienvertretungen hat hierzu einige Informationen bereitgestellt: Mit dem ermäßigen Deutschlandticket könnt ihr ab dem 01.10.2025 im gesamten Münchner MVV und deutschlandweit den ÖPNV und Regionalverkehr für 38€ monatlich nutzen. Das bayerische Ermäßigungsticket könnt ihr online mit einem M-Login Account bei der MVG (<https://kundenportal.mvg.de/#patris/abo/privat/new-vertrag/produkt/Ermaessigungsticket>) mit Nachweis

des Studierendenausweises via Shibboleth-Verifizierung (LMU-Benutzerkennung) vorbestellen. Dabei könnt ihr zwischen einem Handy-Ticket und einer Chipkarte wählen. Das Ticket ist monatlich kündbar und muss jedes Semester neu bestellt werden. Falls ihr aktuell das reguläre Deutschlandticket verwendet, müsst ihr dieses kündigen und zum Ermäßigungsticket wechseln (Kündigungsfrist bis 10.09.2025). Nützliche Apps sind MVGO, MVV-App und DB Navigator.

Weitere Infos inklusive FAQs findet ihr auf der offiziellen Website der MVG: <https://www.mvg.de/abos-tickets/abos/ermaessigungsticket.html>

INTERNETZUGANG

Internet:

Gleich nach Kaffee und Bier ist Internet eines der wichtigsten Grundbedürfnisse des Studenten. Zum Glück muss man in der Uni nicht darauf verzichten. Es gibt sowohl ein offenes WLAN-Netz für Handy und Laptop, als auch feste PC-Arbeitsplätze. Diese bieten über einen Internetzugang hinaus die Möglichkeit, Office-Programme oder spezielle Simulations-Programme zu medizinischen Fragestellungen zu nutzen.

WLAN:

eduroam: Nicht nur in München, sondern an zahlreichen Unis und Hochschulen weltweit kann man kostenlos im eduroam-Netz surfen. Zum Einloggen braucht ihr die LRZ-Kennung.

Genaue Infos zum Login gibt es unter

<https://www.lmu.de/de/die-lmu/struktur/zentrale-universitaetsverwaltung/informations-und-kommunikationstechnik-dezernat-vi/it-servicedesk/zentrale-it-angebote/wlan-eduroam/>

PC-Arbeitsplätze mit Internetzugang:

Medizinische Lesehalle
Beethovenplatz 1

Computerraum in der Physiologie
Pettenkoferstr. 14, Raum Fo.12

Anatomische Sammlung
Pettenkoferstr. 11

ZeUS Poliklinik
Pettenkoferstr. 8a

ZeUS Klinikum Großhadern
Hörsaaltrakt

Bibliothek Klinikum Großhadern
Hörsaaltrakt

BMC
CIP-Raum (Den PIN könnt ihr bei den Dozenten erfragen)

Außerdem gibt es viele Möglichkeiten bei anderen Fakultäten.
(Bsp.: StaBi oder LMU Hauptgebäude)

Zugang zu Datenbanken und E-Books:

Über die Unibibliothek hat man Zugriff auf unzählige medizinische Datenbanken und kann dadurch kostenlos wissenschaftliche Publikationen und Bücher downloaden. In den ersten Semestern sind die E-Books der Verlage Elsevier, Springer und Thieme besonders interessant, da fast alle gängigen Lehrbücher verfügbar sind. Hierüber könnt ihr auch euren Amboss-Account verifizieren.

Der Online-Zugang funktioniert folgendermaßen: Auf der Website der Unibibliothek über den E-Medien-Login einloggen (emedien.ub.uni-muenchen.de)
-> Datenbanken
-> Medizin
-> es erscheint die Liste mit allen verfügbaren Datenbanken und Links zu den E-Books der Verlage

Drucken, Scannen und Kopieren:

Im ZeUS und der Medizinischen Lesehalle sowie beim Kopierdienst Ibing, auch „Dagobert“ genannt (Goethestr. 41)
Gegen einen kleinen Betrag kann man hier drucken, scannen und kopieren.

Fachschaft Medizin LMU	www.fachschaft-medizin.de Viele Infos rund ums Studium und zu Projekten der Fachschaft.
Fachschaft Medizin TUM	www.sv.tum.de/med/ Vor allem in der Klinik eure Ansprechpartner, falls Ihr euch für die TUM entscheiden solltet.
Campusportal der LMU	https://www.oc.med.uni-muenchen.de Stundenplan, Kursbuchungen etc.
MeCuM-Moodle	www.med.moodle.elearning.lmu.de Tutorienanmeldungen (freiwillige Kurse von Studenten für Studenten), Vorlesungsfolien, Kursinfos, e-Learning
Alles rund ums Studium	https://www.med.moodle.elearning.lmu.de/course/index.php?categoryid=642 Vom Studiendekanat gepflegte Moodle-Seite mit gebündelten wichtigen Links
LMU Verwaltung	https://qissos.verwaltung.uni-muenchen.de Immatrikulations-, Gebühren- und Studienverlaufsbescheinigung
LMU Portal	https://www.lmu.de/de/workspace-fuer-studierende/ Organisatorisches der Universität, Uni-Mailaccount-Verwaltung u.ä.
Raumfinder	https://www.lmu.de/raumfinder/ Wo ist welcher Raum? Funktioniert z.B. am Hauptgebäude und am BMC (auch als App verfügbar)
ZeUS	www.zeus.med.uni-muenchen.de/ Überblick über Räumlichkeiten und Ausstattung des ZeUS

LRZ	https://www.lmu.de/de/die-lmu/struktur/zentrale-universitaetsverwaltung/informations-und-kommunikationstechnik-dezernat-vij/it-servicedesk/zentrale-it-angebote/index.html IT-Angebote des Rechenzentrums, kostenloser Virenscan, Software, VPN, E-Mail
Bibliothek	www.ub.uni-muenchen.de Bibliotheksfunktionen, eBooks, eZeitschriften, E-Medien Login
LMU Co.Med	www.comed.med.uni-muenchen.de Tutorien (freiwillige Kurse von Studenten für Studenten), E-Learning und mehr
E-Medien-Login	emedien.ub.uni-muenchen.de/ Zugriff auf E-Books, Thieme Examen online, Datenbanken
Thieme Examen Online	examenonline.thieme.de Mit Uni-Zugang kostenlos, die Examensfragen sind inklusive, Lernmodule kostenpflichtig.
quowadis	www.quowadis.de/login.html Anatomie-Lerntool von Prof. Waschke, kostet 60€ für 2 Jahre und ist gut auf die Testate abgestimmt.
Amboss	www.amboss.com/de Ähnlich wie Thieme. 700 Examensfragen pro Monat sind kostenlos, Lernmodule ebenfalls.
MorphoMed	e-learning.studmed.unibe.ch/MorphoMed Sehr gute Seite der Uni Bern mit Schnitten und Graphiken zur Anatomie und Histologie
Histologie-Atlas	https://www.mhh.de/institute-zentren-forschungseinrichtungen/institut-fuer-funktionelle-und-angewandte-anatomie/a/mikroskopische-anatomie/online-atlas Die Bilder sind aus „unseren“ Präparaten der LMU – unbedingt lernen für die Prüfungen!



PRÄPARIERBESTECK

Auch dieses Jahr gibt es für euch wieder die Möglichkeit, Präpbesteck auszuleihen. Angeboten wird das Ganze von eurer Fachschaft BLG Medizin LMU. Wir haben für euch ein Verleihsystem aufgebaut, mit dem ihr bares Geld sparen könnt. Bisher musste jeder Medizinstudent sein eigenes Präpbesteck zusammenstellen und selbst anschaffen. Wir haben für euch ein Komplett-paket, das genau die Pinzetten und den Klingenhalter beinhaltet, die ihr braucht und das ihr, wenn ihr es nicht mehr braucht, an uns zurückgeben könnt. Das Ganze kostet euch effektiv nichts, ihr bezahlt lediglich 30 € Pfand und bekommt dafür 1x chirurgische Pinzette (5€), 1x Anatomische Pinzette (15€) und 1x Klingenhalter (10€). Da auch das Präparierbesteck von steigenden Preisen nicht verschont wurde, mussten wir den Preis für die Anatomische Pinzette um 5€ erhöhen.

Deshalb bekommt ihr hierzu zusätzlich eine Pfandmarke, die ihr bei Rückgabe mitbringen müsst, ansonsten können wir euch leider nur 10€ auszahlen. Und so einfach geht's

- > In eurer ersten Uniwoche, aber auch jederzeit im FS Büro, könnt ihr es abholen.
- > Ihr erhaltet euer Präpbesteck-Set für 30 € Pfand.
- > Ihr präpariert euch durch zwei Semester Anatomie.
- > Skalpellklingen (Fig. 19), Handschuhe und Kittel, das Verbrauchsmaterial, müsst ihr aber noch kaufen. Zum Beispiel bei SEG-MED.
- > In der 2. Hälfte des zweiten Semesters bzw. wenn ihr das Besteck am Ende des Präpkurses nicht mehr braucht, kommt ihr zu uns ins Büro und gebt es zurück. Das Pfand wird nur für originales Präpbesteck ausgezahlt.



BIOMEDIZINISCHES ZENTRUM (BMC)

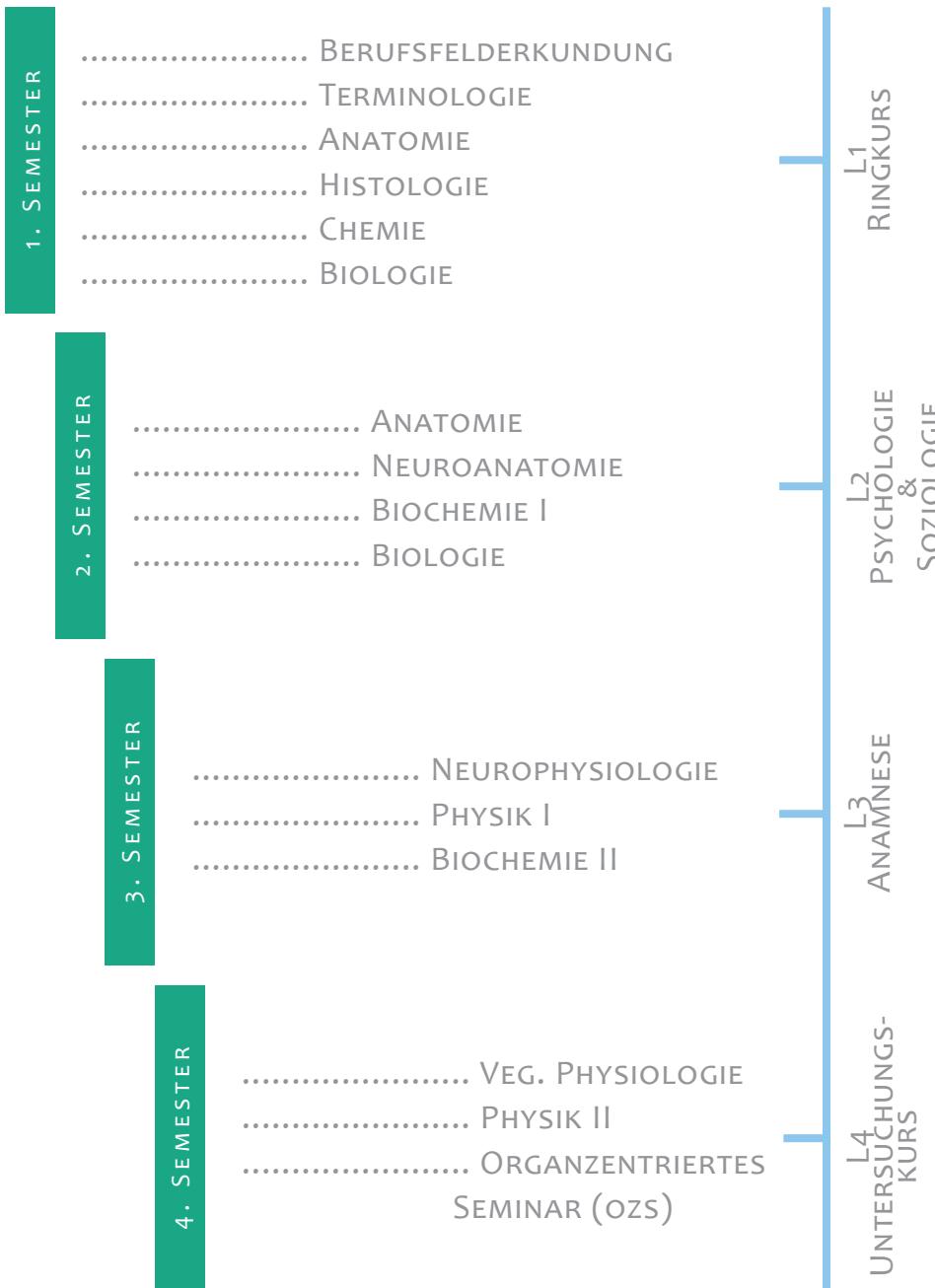
Das Biomedizinische Zentrum ist ein erst 2015 eröffneter Komplex in Martinsried, ganz in der Nähe vom Campus Großhadern. Man erreicht es mit der U6 Richtung Klinikum Großhadern und einem anschließenden Fußweg oder einer kurzen Busfahrt (266 Richtung Planegg Bhf. Ausstieg LMU Martinsried).

Zusammen mit den Hauptgebäuden der Fakultäten für Biologie, Biochemie, Chemie und Pharmazie befindet sich das BMC auf einem großen, neuen Campus. Dieser ist vor allem im Sommer mit den großen Grünflächen wirklich schön.

Man findet dort zwei sehr gute

Menschen mit großer Auswahl, mehrere Bibliotheken mit medizinischen Fachbüchern, einen CIP-Raum, Seminar- und Praktikumsräume sowie zwei Hörsäle. Das dortige Audimax ist mit 950 Plätzen der größte Hörsaal der LMU. Hier werden die Vorlesungen der Biochemie, Physiologie und Neuroanatomie gelesen. Generell finden dort die meisten Veranstaltungen ab dem 2. Semester der Vorklinik statt. Neben den Vorlesungen, Seminaren und Praktika während des Semesters sind auch die Praktika der Biologie und Chemie in den Semesterferien auf dem Campus zu finden.

DIE VORKLINIK IM ÜBERBLICK



BERUFSFELDERKUNDUNG

Die ersten drei Tage des Medizinstudiums werdet ihr mit der Berufsfelderkundung verbringen. Ca. fünf Stunden lang berichten euch verschiedene Fachärzte und Spezialisten von ihrer Arbeit und geben euch einen ersten Einblick über die Möglichkeiten nach dem Studium. Neben den typischen klinischen Fächern wie Kardiologie oder Pädiatrie werden auch kleinere Fächer wie Rechtsmedizin oder Humangenetik vorgestellt. Viele der Ärzte geben sich sehr viel Mühe und zeigen OP-Videos, sodass einem nicht

langweilig wird! Aber keine Angst, danach habt ihr immer noch sechs Jahre Zeit, um euch für einen dieser Berufswägen zu entscheiden. Die Anwesenheit wird hier kontrolliert, aber am Ende der drei Tage habt ihr dafür schon euren ersten Schein (und so leicht bekommt man im ganzen Studium nie wieder einen Schein, also solltet ihr zumindest hier noch nicht mit dem Schwänzen anfangen)!

TERMINOLOGIE

Der Terminologiekurs findet während der ersten vier Wochen des Semesters statt. In diesem Kurs wird man in die Geheimnisse der Medizinerfachsprache eingeweiht, und stellt meistens fest, dass das Ganze gar nicht so kompliziert ist, wie es klingt. Natürlich muss man hier ein bisschen trockene Theorie lernen (die lateinischen und griechischen Übersetzungen für die wichtigsten Organe und Krankheiten und den Nominativ, wie auch den Akkusativ), wenn man dann aber am Ende Wörter wie „Cholezystolithiasis“ problemlos übersetzen kann, merkt man, dass sich das Lernen gelohnt hat. Der Kurs findet in Form einer Vorlesung statt, in der allerdings die Anwesenheit kontrolliert wird. Erfahrungsgemäß kommt man auch ohne lateinische oder gar griechische Vorkenntnisse sehr gut klar. Zum Lernen reicht das Terminologieskript aus dem Copyshop Ibing



ANATOMIE

Anatomie ist wahrscheinlich das Fach, das die meisten Menschen mit dem Medizinstudium verbinden. Tatsächlich wird man hier schon in der zweiten Woche ins kalte Wasser geworfen und wird im Präparierkurs zum ersten Mal mit den Leichen der Körperspender konfrontiert. Aber keine Sorge, auch wenn es am Anfang sehr ungewohnt und neu ist, gewöhnt man sich doch schnell daran. Der Präparierkurs findet mehrmals wöchentlich im ersten und zu Beginn des zweiten Semesters statt. In Gruppen von etwa 10 Personen bekommt ihr einen ‚eigenen‘ Körperspender, die ihr dann im ganzen Anatomiekurs Schritt für Schritt präpariert. Jedem Tisch ist ein Dozent zugeteilt, der euch die anatomischen Grundlagen vermittelt und unterstützt. Zusätzlich gibt es an jedem Tisch auch noch einen oder mehrere Präpassistenten, das sind Studierende welche ganz genau wissen, wie es ist, zum ersten Mal im Präpsaal zu sein, und welche ihr jederzeit mit Fragen löchern könnt. Beim Copyshop Ibing könnt ihr das Skript zum Präparierkurs erwerben, anhand dessen man sich auch gut über die relevanten Themen informieren kann und in dem beschrieben ist, was in einem Gebiet präpariert und dargestellt werden muss. Nach ca. fünf Wochen findet auch schon das erste Anatomie-Tesstat statt, eure erste mündliche Prüfung. Euer Prüfer, welcher im 1. Tesstat euer Tischdozent ist, fragt euch dabei ca. zehn Minuten lang ab und

ihr sollt verschiedene Strukturen (Organe, Arterien, Nerven) an der Leiche zeigen und erklären. Meistens sind die Prüfer sehr fair und das größte Problem ist vielmehr, nicht zu aufgeregert zu sein. Trotzdem lohnt es sich, von Anfang an im Präpkurs aufzupassen. Die Vorlesungen finden parallel zum Präparierkurs (meistens vormittags) statt, dort wird nochmal anhand von Bildern und einer Leiche genau erklärt, was man wissen und erkennen muss. Es ist hilfreich, sich diese Vorlesung anzuhören, denn bei der Masse an Büchern und Skripten, die man zur Auswahl hat, verliert man schnell den Überblick über die relevanten Themen. Mit welchem Buch und Anatomieatlas man lernt, muss man im Endeffekt selber entscheiden, hierzu werden in der Vorlesung aber auch einige Hinweise gegeben. Tipp: Am Anfang des Semesters solltet ihr sehr rechtzeitig zur Vorlesung kommen, wenn ihr einen Platz bekommen wollt. Ansonsten gibt es noch einen anderen Hörsaal, wo hin die Vorlesung übertragen wird. Im Laufe des Semesters nimmt die Zahl der Studenten, die in die Vorlesungen gehen, kontinuierlich ab. Dann reicht es auch, kurz vorher zu kommen. Jeder Student bekommt für den Zeitraum des Anatomiekurses einen Spind zugeteilt, welcher meist von zwei Studenten genutzt wird. An ‚Ausrüstung‘ braucht ihr einen Kittel, Handschuhe und Präparierbesteck, bestehend aus einer Pinzette, einem Klingenhalter und

Klingen. Kittel, Handschuhe und Klingen könnt ihr in der Erstsemesterwoche im Esipaket von SEG-MED bekommen. Das Besteck gibt es gegen Pfand bei der Fachschaft zu leihen. Um Zutritt zum Präpariersaal zu bekommen, bekommt ihr am ersten Kurstag einen Ausweis mit Foto (Passfotos mitbringen!), ohne den leider kein Zutritt möglich ist. Die Aufseher sind da sehr streng.

Zusammenfassend kann man sagen, dass ihr im ersten und auch zu Beginn des zweiten Semesters sehr viel Zeit mit Anatomie verbringen werdet. Meistens ist das Präparieren aber super interessant und es entstehen auch immer Freundschaften am Präpariertisch, die das ganze Studium lang halten.



HISTOLOGIE

Die Histologie, oder auch mikroskopische Anatomie, ist das zweite praktische Fach, mit dem ihr euch im ersten Semester beschäftigt. Hier geht es darum, den mikroskopischen Aufbau der Organe und Gewebe, die ihr im Präparierkurs behandelt, zu verstehen. Der Kurs findet mehrmals wöchentlich im Mikroskopiersaal statt. Hier schaut ihr euch histologische Präparate entweder auf einem PC oder durchs Mikroskop an. Ein Dozent erklärt euch die wichtigsten Strukturen, woraufhin ihr das Ganze zeichnet. Künstlerische Fähigkeiten sind hier nicht erforderlich, können aber von Vorteil sein. Mit Buntstiften und Spitzer macht ihr euch viele Freunde. Ihr solltet die Präparate gut ken-

nen und euch merken, an welchen Strukturen man ein bestimmtes Organ oder Gewebe erkennen kann. Einen Großteil der Bilder (aber nicht alle, in den letzten Jahren sind auch neue dazugekommen!) findet ihr auf der Website der MH Hannover. Auch hier gibt es eine Vorlesung, die je nach Dozenten sehr hilfreich ist. In Histologie werdet ihr einmal mündlich geprüft und abschließend schreibt ihr noch eine schriftliche Klausur. Für die Prüfungen ist es auch wichtig, im Mikroskopierkurs gut aufzupassen, weil hier alle relevanten Themen nochmal durchgesprochen werden und es notwendig ist, die Präparate zu erkennen.



BIOLOGIE

Für das Biologiepraktikum seid ihr schon jetzt für eine Woche in den Semesterferien eingeteilt, wobei die Hälfte der Studenten das Biologiepraktikum erst in den Sommer-Semesterferien machen wird. Erfahrungsgemäß passt fast niemandem diese Einteilung und das Biologiepraktikum überschneidet sich zuverlässig mit Plänen für Urlaube, Pflegepraktikum etc. Mit einem Tauschpartner ist es aber problemlos möglich, den Termin zu tauschen, und über soziale Netzwerke findet man fast immer jemanden. Die Vorlesung findet am Ende des ersten Semesters statt und ist erfahrungsgemäß sehr schlecht besucht. Das Praktikum selbst dauert vier Stunden pro Tag und findet in Martinsried statt. Plant also einen längeren Anfahrtsweg ein. Im

Kurs werdet ihr verschiedene Experimente mit Bakterien und DNA durchführen. Meistens ist es relativ spannend, vor allem wenn man seinen eigenen genetischen Fingerabdruck bestimmen kann oder herausfindet, welche Bakterien sich auf der Haut oder Kleidung tummeln. Anstatt einer Prüfung müsst ihr hier 3 VhB-Kurse erfolgreich durcharbeiten.



CHEMIE

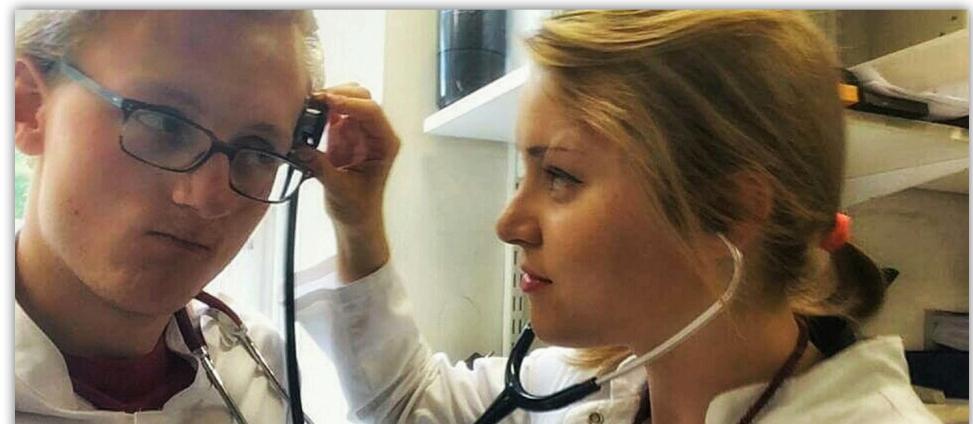
Das Chemiepraktikum findet wie das Biologiepraktikum in den Semesterferien statt und ist ähnlich aufgebaut. Die Chemie-Vorlesung findet schon im ersten Semester einmal wöchentlich statt, selbst wenn man Vorkenntnisse aus der Schule hat, ist es sicherlich sinnvoll dort hinzugehen. In Chemie gibt es eine Klausur, welche man online absolviert, in einem festgelegten Zeitraum von ca. 3 Tagen mit einem

Zeitlimit von 1 Stunde. Hierbei kursieren wahrscheinlich auch Lösungen auf Telegram und Co. – macht euch also nicht zu große Sorgen, wenn ihr kein Chemie Genie seid.

L-KURS

Der Longitudinalkurs (oder L-Kurs) spielt im ersten Semester noch eine sehr untergeordnete Rolle, da es hier keine Pflichtveranstaltung ist. Er wird euch aber bis ins 10. Semester begleiten und nimmt kontinuierlich an Wichtigkeit zu. Hier werden später Themen wie Psychologie, Ambulante Medizin und Rechtsmedizin behandelt. Außerdem lernt ihr praktische Fähigkeiten wie Anamnese und körperliche Untersuchung.

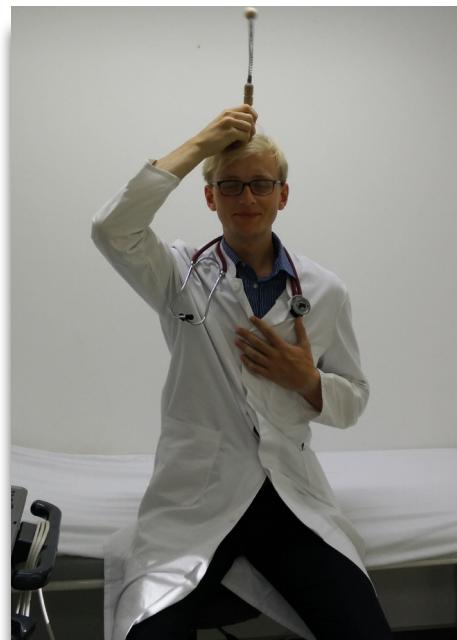
Im ersten Semester findet einmal wöchentlich eine Vorlesung zu aktuellen medizinischen und ethischen Themen statt. Die Veranstaltungen gehen in der Masse der Prüfungen und Pflichtveranstaltungen etwas unter, können aber sehr interessant sein!



KRANKENPFLEGEPRÄKTIKUM

Wie ihr wahrscheinlich schon gehört habt, müsst ihr bis zum Physikum drei Monate Pflegepraktikum in einem Krankenhaus absolvieren. Wichtig: Hierbei handelt es sich nicht einfach um drei Monate, sondern um genau 90 Tage! Ihr könnt das Praktikum aufteilen, dabei müssen aber immer 30 Tage am Stück absolviert werden. Passt also gut auf, wie viele Tage der Zeitraum auf eurer Bescheinigung wirklich beträgt (vier Wochen reichen nicht). Am Besten, ihr geht frühzeitig mit der Praktikumsbescheinigung zum Prüfungsamt in der Amalienstraße und lasst euch dort einen Stempel geben, nicht dass es vor dem Physikum böse Überraschungen gibt. Das Pflegepraktikum kann auch im Ausland absolviert werden, dafür gibt es nochmal spezielle Anerkennungsfristen beim Prüfungsamt. Prinzipiell ist das aber kein Problem. Vorsicht: viele Krankenhäuser

wollen, dass ihr bestimmte Impfungen nachweist. Kümmert euch also frühzeitig darum, dass euer Impfausweis aktuell ist.



NUR EIN KLEINER STICH - IMPFUNG

Für das Pflegepraktikum ist eine Hepatitis-B-Impfung verpflichtend. Studierende der LMU können sich grundsätzlich kostenfrei am Max von Pettenkofer-Institut, das seit Mai 2025 in der Marchioninistraße 54 in Großhadern zu finden ist, gegen Hepatitis B impfen lassen. Die Impfung erfolgt in Zusammenarbeit mit dem Betriebsärztlichen Dienst der LMU. Dabei besteht auch die Möglichkeit, den

Impfstatus zu überprüfen und gegebenenfalls weitere empfohlene Impfungen nachzuholen.
Bitte beachten:
Aktuell finden aufgrund von Änderungen keine Impfungen und Beratungen am Max-von-Pettenkofer-Institut statt. Für weitere Informationen und aktuelle Updates zur Impfsprechstunde: www.mvp.uni-muenchen.de/impfsprechstunde

LERNEN MIT LMU Co.MED

Du möchtest Inhalte diskutieren und wiederholen, Fragen stellen, einen Blick über die Inhalte des Curriculums hinaus erhaschen, deine mentale Gesundheit stärken oder suchst Unterstützung in einem oder verschiedenen Fächern? Dann bist Du hier richtig!

Die Tutorien: Unser Peer-Assisted Learning Programm

Wir stehen Euch mit zahlreichen Tutorien (von Studierenden für Studierende) und bei fast jeder Prüfung zur Seite (mit Veranstaltungen in Präsenz und Online). Unser Peer Support München ergänzt die Tutorien durch individuelle Hilfestellung bei Problemen. Schon in der Woche vor Semester-start kannst Du den Esi-KlinEx kennenlernen.



Der Klinische Exkurs für Erstsemester (in der Einführungswoche) liefert erste Einblicke in klinische Inhalte und greift die Themen Lernen sowie Mentale Gesundheit im Studium auf. In folgende Themen kannst Du hineinschnuppern: Resilienz, Notfallmedizin, Der Präsaal – was erwartet mich?, Lernen an der Uni, Diabetes, Herz-Infarkt (HI), Reisemedizin, Impfen, Blut abnehmen und vieles mehr.

GAIA (Gemeinsam Aktiv für Interkulturellen Austausch)

In der Einführungswoche gestalten wir für alle Studierenden, international und deutsch, das erste GAIA-Café.



Hier bekommst Du Tipps für die Bücherauswahl und das erste Semester, kannst dich mit Kommiliton*innen aus deinem Semester und Studierenden höherer Semester austauschen – und natürlich GAIA kennenlernen

E-Learning

Digital, selbstbestimmt und interaktiv Lernen? Nutze hierfür die interaktiven E-Learning Kurse auf der Lernplattform med.moodle! Für Dich im ersten Semester besonders interessant, z.B. Anatomie Lernkarten, der Histo-Trainer und E-Learnings in Chemie, Mikrobiologie, Entwicklungsbiologie sowie Genetik.

Links zu diesen E-Learnings und den Tutorien findest Du hier: <https://www.med.moodle.elearning.lmu.de/course/index.php?categoryid=436>

Überall kannst Du - natürlich freiwillig - teilnehmen und mitmachen!

Du möchtest Dich selbst engagieren?

Du hast ein besonderes Lieblingsfach und Freude am Erklären und Unterrichten oder möchtest Kommiliton*innen unterstützen? Werde als Peer Teacher oder im Peer Support bei LMU Co.Med tätig!

Du hast Interesse, bereits bestehende E-Learnings zu testen, weiterzuentwickeln oder mit uns neue Programme zu entwickeln? Du möchtest bei LMU Co.Med, GAIA oder der AGN (Arbeitsgemeinschaft Notfallmedizin, Infos auf der Homepage unten) mitmachen?



MIND YOUR HEALTH (TUM)

Wer sind wir?

MIND Your Health ist eine Initiative der Fachschaft und der Fakultät mit dem Ziel Awareness für psychische Belastungen zu schaffen, Informationen zu bieten, Tabus aufzuheben und präventive sowie kurative Programme aufzusetzen. Derzeit besteht MIND Your Health aus Vertreter*innen der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, den

Melde Dich bei LMU Co.Med.

Besuch uns auf unserer Homepage (Link s. u.) und finde heraus, was wir machen, schau auf med.moodle (Link s. o.), schreib uns an oder komm persönlich vorbei.

Wir freuen uns auf Dich!

Deine
LMU Co.Med



Informationen zum Esi-KlinEx, zu GAIA, Tutorien, zur AGN, Kontakte und mehr über die interaktiven E-Learning Kurse findest Du auf der Homepage der LMU Co.Med: <http://www.comed.med.uni-muenchen.de>



Studierenden sowie des TUM Medical Education Centers.

Was wir so machen:

Semester-Event für alle Studierenden

Einmal pro Semester veranstalten wir eine Impuls- und Diskussionsveranstaltung, um Awareness für das Thema Mental Health zu schaffen. Eingeladen sind sowohl Expert*innen als auch Studierende, die offen über

ihre eigenen Erfahrungen berichten. Themen vergangener Veranstaltungen waren z. B. „Krisenbewältigung“, „Finanzen und Versicherungen“ oder „Berufsstart Assistenzzeit“.

Podcast - Speak Your Mind (Spotify)

Im Podcast geben wir regelmäßig kurzen Input zu verschiedenen Themen rund um mentale Gesundheit.

Workshop Psychological First Aid

In manchen Situationen ist nicht nur körperliche, sondern auch psychische Erste Hilfe gefragt. Der Workshop vermittelt Theorie und Praxis, sodass Medizinstudierende am Ende das Gefühl haben, Personen in Krisensituationen entlasten und unterstützen zu können.

Anmeldung: 1-2mal pro Semester.
Buchung: MediTUM oder
OpenCampus LMU

Workshop Resilienz:

Dieser Workshop gibt Medizinstudierenden Impulse zu Resilienz, Stressbewältigung und Selbstfürsorge. Neben kurzen theoretischen Einheiten gibt es viele praktische Übungen. Ziel ist es, einen praxistauglichen „Werkzeugkoffer“ zur Förderung von Resilienz mitzugeben – einsetzbar im Studium, in der ärztlichen Tätigkeit und in der Arbeit mit Patient*innen. Anmeldung: 1-2mal pro Semester. Buchung über MediTUM oder OpenCampus LMU

Unsere Botschaft

Wir Studierenden sind mit unseren mentalen Belastungen nicht allein – wir können offen darüber sprechen und uns gegenseitig unterstützen.

Instagram: @mindyourhealth.tum
Webauftritt: <https://www.sv.tum.de/med/projekte/mind-your-health/>

Eure Maja, Caro, Sandra, Olli, Viktoria, Anna, Alina, Matthias und alle Mitwirkenden

ENGAGIER DICH! UNSERE ARBEITS-KREISE

Zu unserer Fachschaft gehören jede Menge Arbeitskreise, bei denen du mitmachen kannst! Wenn du dich kreativ ausleben willst, dann ist ein Besuch bei der Big Band, beim Chor/Orchester oder beim Medizinertheater sicher empfehlenswert. Auf der medizinischen Seite sind die studentischen Anamnese-gruppen sehr beliebt. Wenn du dich gerne um ausländische Gaststudien-ten kümmern möchtest, dann schau doch mal beim AK Ausland oder bei



Migramed vorbei. Zusätzlich haben wir das Sexualaufklärungsprogramm „Mit Sicherheit verliebt“ für Schüler und das „Teddybärkrankenhaus“ für Kinder im Programm. Du siehst, es gibt jede Menge zu tun für dich! Besuche uns auf unserer Website, um mehr über die einzelnen Arbeitsgruppen zu erfahren und den Kontakt herzustellen.

www.fachschaft-medizin.de

EMSA

Der Arbeitskreis EMSA ist die lokale Arbeitsgruppe der European Medical Students' Association.
fb: @AK.EMSA.LMU.EUROPE
insta: @akemsalmu
www.emsa-europe.eu



AK STUDIEREN MIT KIND

Der AK "Studieren mit Kind" ist eine Gruppe Studierender mit und ohne Kinder, die sich für die Vereinbarkeit von Studium und Familie einsetzt.
www.fachschaft-medizin.de/studieren-mit-kind



MIT SICHERHEIT VERLIEBT

Mit Sicherheit verliebt ermöglicht Aufklärungsunterricht von Studierenden für SchülerInnen und befasst sich mit allen Themen rund um Liebe, Sex und Zärtlichkeit.

msvmuenchen@gmail.com



OneAIM

Bridging Disciplines for Medical Innovation

OneAIM

Die Zukunft der Medizin wird von Technologisierung geprägt. Bei OneAIM fangen wir schon im Studium an verschiedene Disziplinen zusammenzubringen für Innovation im Gesundheitswesen. Wenn dich KI / MedTech / Digital Health interessieren, schau mal vorbei. AIM high with us!
one-aim.org



ANAMNESE
GRUPPEN
MÜNCHEN

STUD. ANAMNESEGRUPPEN

Du möchtest Patient*innenkontakt gleich zu Beginn des Studiums und dich mit Medizin- und Psychologiestudierenden aus allen Semestern austauschen? Dann komm in die Anamnese gruppe! Email: info@anamnese-muc.de, Instagram: [anamnesemuenchen](https://anamnesemuenchen.com),



TEDDYBÄRKrankenhaus

TEDDYBÄRKrankenhaus

Du willst als Teddyärztlspielerisch Kindern die Angst vorm Arzt nehmen? Dann komm zum nächsten Teddybärkrankenhaus am 14.-16.11. und behandel mit uns die Kuscheltiere der Kinder.
<https://tbk-muenchen.de> oder Instagram: [@tbkmuenchen](https://www.instagram.com/tbkmuenchen)



AK SCHACH
München

SCHACH

In entspannter Atmosphäre Schach spielen mit dem Peer-to-Peer-Teaching Konzept.
AK-Schach@gmx.de



MEDIMEISTERSCHAFTEN TEAM MÜNCHEN e.V.

Organisation des münchener Auftritts auf den Medimeisterschaften und alles, was so dazu gehört.
insta: @medimeister_muenchen WhatsApp-Community: QR-Code (siehe S.49)



AK WISSENSHUNGER

Willst auch Du SchülerInnen gesunde Ernährung schmackhaft machen? Dann komm zu uns! wissenshunger.muenchen@gmail.com
insta: @wissenshunger_muenchen



BIGBAND MED.RONOM

Med.Ronom ist die Medizinerbigband der LMU/TU München. Auf dem Programm steht Swing, Funk und mehr. www.fachschaft-medizin.de/big-band/ medizinerbigband@gmail.com



MEDIZINERORCHESTER & CHOR

Medizinerorchester & -chor Das Medizinerorchester und der Chor vereinen Klang und Gesang in halbjährlichen Konzerten.
Insta: @medizinerchor.muenchen @medizinerorchester.muenchen



AK AUFKLÄRUNG ORGANSPENDE

Der AK Aufklärung Organspende möchte ein verstärktes Bewusstsein für die Möglichkeit einer Organspende in der Öffentlichkeit vermitteln.
insta: @aufklaerungorganspende.muc



AK AUSLAND

Du hast Lust auf einen Auslandsaufenthalt oder die Betreuung von Medizinstudierenden aus dem Ausland während ihres Aufenthalts in München? Dann mach bei uns mit!
E-mail: austausch-muenchen@bvmd.de
Insta: bvmd_exchange_mucAm



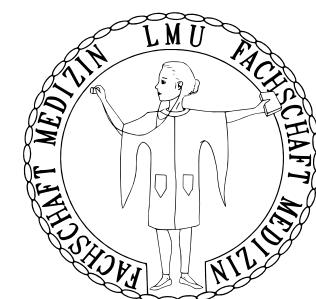
AG NOTFALLMEDIZIN

Zusammenschluss von Medizinstudierenden mit und ohne notfallmedizinischen Kenntnissen, die ihr Fachwissen und praktischen Fähigkeiten erweitern und dieses Wissen weitergeben möchten.
www.agn-muenchen.de
insta: agn_muenchen



SYNAPSE

Du wolltest deiner Kreativität schon immer mal freien Lauf lassen und dabei Teil einer tollen Gemeinschaft werden? Dann ist die „Synapse“ genau das Richtige für dich! Die geschichtsträchtige Zeitschrift von & für Münchener Medizinstudierende sucht Verstärkung! Wir freuen uns über jeden Neuzugang! Interesse geweckt? Schreib uns eine kurze Mail an synapse.magazin@gmail.com und folge unserem Instagram-Kanal @synapse.magazin Synaptische Grüße!



Ak Yoga

Der Arbeitskreis Yoga bietet regelmäßig Yoga-Stunden in der Poliklinik, Pettenkoferstraße 8a an.
Instagram: https://www.instagram.com/lmu_ak_yoga/
Anmelden könnt ihr euch für die Stunden über die Spond App; Spond: <https://group.spond.com/SMJIF> “



STUDENT MEDICAL JOURNAL

Das Student Medical Journal ist eine Open-Access-Plattform der LMU und TU, die sich der Veröffentlichung von studentischen Forschungsarbeiten der biomedizinischen Wissenschaften widmet und somit den Studierenden die Möglichkeit bietet, schon früh auf hohem Niveau zu publizieren. Die SMJ Academy organisiert regelmäßig Journal Clubs, Workshops und Seminare über aktuelle Themen und schafft einen Raum für wissenschaftlichen Austausch zwischen Studierenden und erfahrenen Wissenschaftlern. Insta: @student_medical_journal Website: smj.ub.uni-muenchen.de



IPOKRATES STUDENTS

IPOKRATES STUDENTS

IPOKRATES Students ist ein überregionaler Arbeitskreis in mehreren deutschsprachigen Städten, der Bedside Teaching Seminare mit Dozierenden aus den renommierten Universitäten der Welt organisiert. Dabei steht besonders das interaktive Lernen in Kleingruppen im Vordergrund, sowie das angloamerikanische Vorbild der Anamneseführung und körperlichen Untersuchung am Patienten. Zudem werden bei uns auch klinische Fälle aus dem New England Journal of Medicine vorgestellt sowie Gastvorlesungen von Fakultätsmitgliedern aus München abgehalten. Natürlich kommt bei uns auch der Spaß nicht zu kurz, sodass es während jedem unserer Bedside Teaching Seminare auch viele soziale Aktivitäten gibt, wie z.B. gemeinsames Kochen, Pubquizzing oder Karaokebar-Besuche. Falls Ihr Interesse an unseren Seminaren habt, besucht gerne unsere Homepage (ipokrates-students.org), auf der ihr mehr zu den Dozierenden und dem Team hinter IPOKRATES erfahren könnt. Auch die Bewerbung für die Seminare läuft darüber ab. Wir freuen uns auf Euch!

Euer IPOKRATES-Team in München

MeCuM-SiGma Simulation Gesundheitsmanagement



MeCuM SiGma

Möchtest du die Wirtschaft und Politik in der Medizin besser verstehen? Dann bist du im MeCuM SiGma Kurs genau richtig! Verbessere deine Management-, Diskussions- und Planungsskills und entwickle gemeinsam mit Entscheidungsträger*innen aus Wirtschaft, Politik und der Uniklinik die Zukunft der Medizin! Der neue SiGma-Jahrgang startet jedes Jahr im Wintersemester.

FAFA – First Aid for All

Wir bringen Schüler*innen in München Basic Life Support bei – kurz, praktisch, hands-on: Herzdruckmassage, AED, Notruf, stabile Seitenlage. Zu Semesterbeginn gibt's eine kurze Grundausbildung, danach gehen wir in kleinen Teams an Schulen. Einstiegen kannst du ohne Vorkenntnisse – den Rest lernst du bei uns. Schreibt uns auf Instagram: @fafa.muenchen Mail: firstaidforall.fs@mh.tum.de

(WISSENS-)HUNGER?!

Neu in der Gegend, allein in der WG und bei den ersten Hungerattacken keine Ahnung, wie und wo ihr euch zwischen den manchmal ewig langen Vorlesungen, Prä- und Mikroskopierkursen und dem Lernen mit ein paar leckeren, schnellen und möglichst nicht zu kostspieligen Konzentrationskalorien stärken könnt? Hier etwas Erste Hilfe mit Lokalen- und Kulturtipps:

MENSA: ** bis ****

Die gute Nachricht: Die Mensa am BMC ist auf jeden Fall empfehlenswert und auch wenn es sich hier zu den Stoßzeiten schon mal etwas staut geht es meist recht zügig. Die nicht so gute Nachricht: Das StuBistro Schillerstraße (praktisch neben Anatomie/alter Physiologie) ist nicht ganz so schön und die Auswahl deutlich kleiner. Aber: Für die schnelle Stärkung reicht's, es gibt ein kleines Salatbuffet und der Kaffee dort soll sogar Kult sein. Leider gibt es in der Nähe auch wenig Alternativen. Das StuBistro Goethestraße (Zahnklinik) ist zur Mittagszeit meist sehr voll, dafür aber besser. Die anderen Menschen (z.B. in der Giselastraße) und vor allem die an allen größeren Standorten verteilten StuCafes für den schnellen Kaffee/ Snack (am besten eigenen Becher mitbringen: Umwelt schützen und Geld sparen) sind ebenfalls empfehlenswert, aber das müsst ihr selbst ausprobieren! Gezahlt wird mit der LMU-Card, Infos zu den Speiseplänen

gibt's im Netz oder per App, z.B. bei „Mensaplan“. Mahlzeit!

LITTLE İSTANBUL: ***

In Richtung Bahnhof versorgt euch ein kleiner Stadtteil - liebevoll „Little Istanbul“ genannt - mit sämtlichen osmanischen Spezialitäten. Natürlich auch mit Döner, der muss es aber bei der großen Auswahl definitiv nicht immer sein! Insbesondere der „Sultan“ neben dem Lehmanns ist nicht nur gut gelegen, sondern u.a. wegen seinen gefüllten Kartoffelteigtaschen ein Tipp (im Sommer schön zum draußen sitzen). Die Schillerstraße entlang bis zum Hauptbahnhof kommt man zum Medi-Döner. Die türkischen Supermärkte in der Gegend haben sehr gutes Obst und Gemüse!

LINDWURMSTRASSE: ****

Hier findet ihr einige Schnellimbiss-Läden: Sushi, Burrito, Döner, Pizza etc. Das „Grillfleischsandwich mit Jahrhundertsauce“ kurz vorm Goetheplatz soll sogar wirklich gutes Fastfood sein – behaupten zumindest Manche!

ESSEN GEHEN: ****

Sparen ist gut und schön, aber es gibt Gelegenheiten, da passt das wie ein Zigarettenautomat auf die Lungenstation. Also wo geht's hin? Zu empfehlen ist der Italiener „La Vecchia Masseria“ 50 Meter vom „Pettenkofer-Str.-Zöttl“ aus in die Mathildenstraße oder das Cafe-Mozart am Sendlinger Tor. Gemütlich und definit mit Kultfaktor

(und Livepiano): Das „Mariandl“ gegenüber der Lesehalle am Beethovenplatz – probiert euch aus, damit sind Generationen an Medizinern stilyvoll und zufrieden satt geworden.

INSIDERTIPPS: ****

Der Zeitschriftenladen rechts neben dem StuBistro Schillerstraße macht auf Wunsch auch schnell Wurst- sowie Käsesemmeln, wenn mal Not am Mann/Frau und wenig Zeit ist. Zwei Parallelstraßen zur Pettenkoferstraße weiter in Richtung Hauptbahnhof gibt es einen Lidl und einen Aldi.

BÄCKEREIEN: ***

Um den Campus Innenstadt herum gibt es eine ganze Reihe von Bäckereien, erwähnenswert sind wohl der „Zöttl“ (da günstig zwischen Anatomie und U-Bahn gelegen, „Backs“ Bio-Backladen (mit warmem Mittagsangebot und das „Mauerer“ am Ende der Schillerstraße (mit gemütlichem Café zum reinsetzen.

ZUHAUSE: * bis *****

Der Student an sich ist in der Regel eine sehr nudelorientierte Lebensform, daneben gibt es Toast und sonntags eine Tiefkühlpizza. Alles andere scheitert, wenn nicht an den Kochkünsten dann meist am drohenden Abwasch... In München sollte man neben seinem Essensbudget auch stets den Vorratsschrank und vor allem als auswärtiger Student

(„zug‘roaster Saupreiß“) die Ladenöffnungszeiten im Blick haben! Ab 20 Uhr gibt es (außer am Hauptbahnhof) zuverlässig keine Einkaufsmöglichkeiten mehr! Ergo: Das Sprichwort „Zuhause schmeckt es doch am besten!“ gilt nur, solange man noch bei den Eltern wohnt. Und auch wenn man von Kartoffeln, Nudeln oder Reis mit Ketchup gerüchteweise Wochenlang überleben kann: Empfehlenswert ist das nicht!

LEGENDE:

- * = Besser als verhungern
- ** = Zumindest praktisch
- *** = Wenn man grad da ist
- **** = Ein Umweg lohnt sich
- ***** = So gut wie bei Mama

(WISSENS-)DURST?!

Wo und was?

Noch nicht genug von der Esi-Woche? Hier ein paar Tipps für einen geselligen Abend mit original Münchner Flair und süffigen Getränken. Egal ob Vorglühen, Bar-Tour oder nur ein Feierabendbier, in dieser Liste ist für jeden was dabei! Prost!

1 MÜNCHNER FREIHEIT:

BAR SCHWEIN
Kleiner Tanzbereich, billiges Bier
HOPFENDOLDE
klebrige Tische, gefühlt immer Karaoke

2 GISELA STRASSE:

SHAMROCK PUB
Irischer Pub, Karaoke, teils Live-Musik, Pizza und Sandwiches

3 UNIVERSITÄT:

Fox
Klein, eher unbekannt, gemütlich
CADU (CAFÉ AN DER UNI)
Nur bis 12 auf, netter Innenhof, große Essensauswahl
CAFE VORHÖLZER
TUM Dachterasse

4 HAUPTBAHNHOF:

CUCURUCU
Leckere Cocktails, neu, mit Terrasse

5 MARIENPLATZ:

PUSSENS
Gute Cocktails, mit Piano, urig
SAUSALITOS
Viele Standorte, teils laut, riesige Cocktails, mexikanisches Essen

6 SENDLINGER TOR:

KENNEDYS
Oft Livemusik, irischer Pub
UNTER DECK
Faire Preise, eher alternativ
LA FIESTA
Mexikanisches Essen, gute Cocktails, Tanzen am Wochenende

7 GÄRTNERPLATZ:

KLENZE 17
Rustikal, Burger und Kneipenessen, günstig
DIVE BAR
Ausgefallene Cocktails, kleine Bar, urig, retro chic

8 GOETHEPLATZ & POCCISTRASSE:

FLEX
Rock und Punk
SUBSTANZ
Kickern, Events wie Poetry Slams

9 FRAUNHOFERSTRASSE:

ZEPHYR BAR
Fancy Cocktails
FLUSHING MEADOWS
Hotel, Rooftopbar

Weitere:

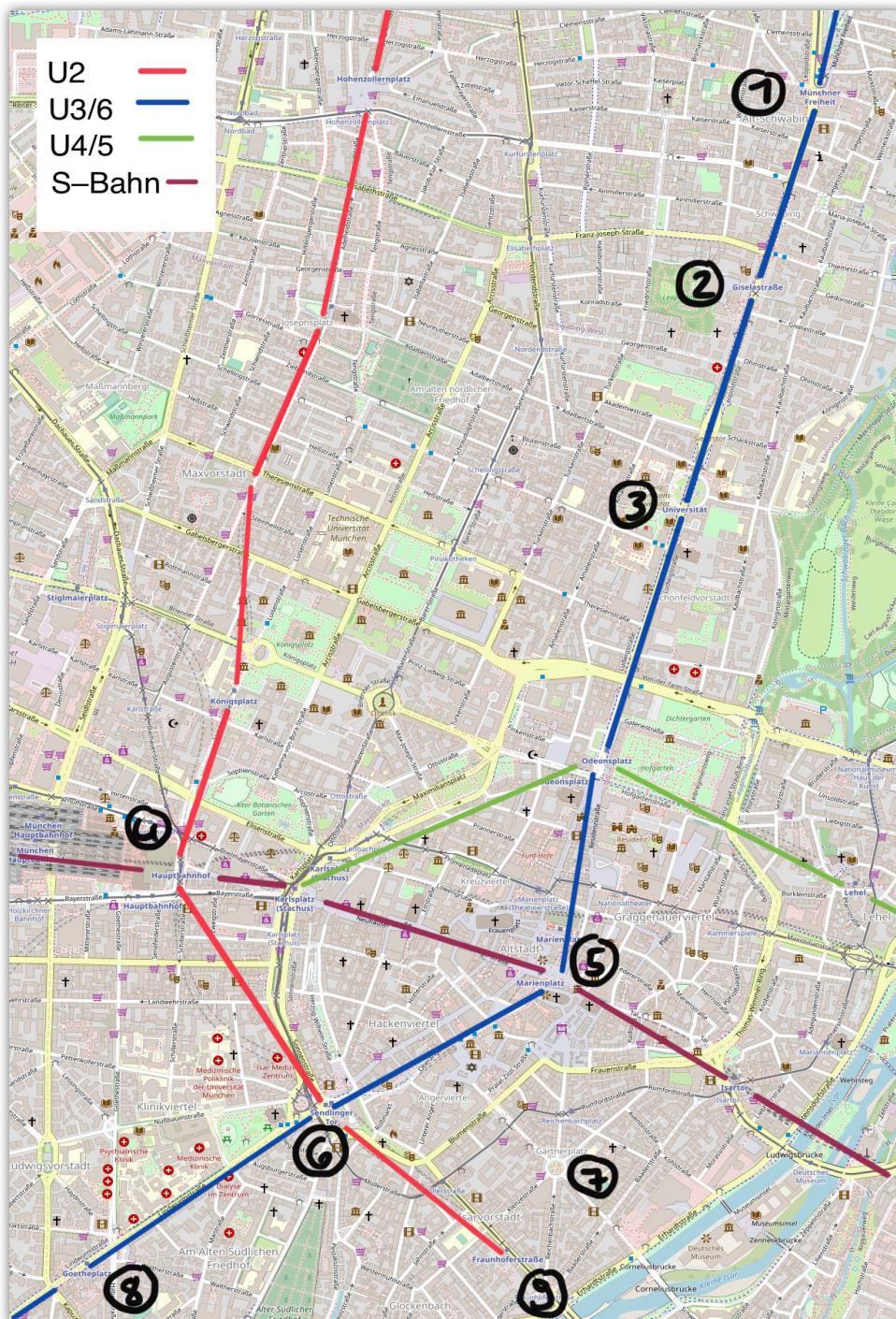
BIERSTUBE IM OLYDORF
Günstig, fast nur Studenten, urig
IM SOMMER: BIERGÄRTEN, Biergartenfahrplan auf muenchen.de

Münchener Medizin im Nationalsozialismus - ein Stadtrundgang

München trägt klar die Spuren von Medizinverbrechen während des Nationalsozialismus. Heute renommierte Institute und Kliniken in München waren während der nationalsozialistischen Diktatur aktiv an Menschenversuchen und Verbrechen gegen die Menschlichkeit beteiligt. Doch eine ausführliche Aufarbeitung und ein Gedenken der unzähligen Opfer blieb und bleibt weitestgehend aus. Stattdessen konnten viele Täter nach der Niederlage Deutschlands ihrer Arbeit ungestört nachgehen. Seit 2021 bietet die Kritische Medizin München einen medizinhistorischen Stadtrundgang durch das Klinikviertel der Innenstadt an und widmet sich dieser Geschichte. Dabei werfen wir auch einen Blick auf die Medizin von heute mit der Frage nach einer Kontinuität von Rassismus und Diskriminierung im Gesundheitswesen.

liches Beisammensein und weitere Gespräch möglich. Aus organisatorischen Gründen ist die Teilnehmerzahl auf 30 begrenzt. Wir daher bitten um Anmeldung unter [info@kritischemedizinmuenchen.de] [info@kritischemedizinmuenchen.de]."

Am Donnerstag, den 09.10.2025 ab 11:00 Uhr findet ein solcher Rundgang statt. (Ggf. wird es am Nachmittag einen zweitermin geben). Der Rundgang findet bei jedem Wetter statt und dauert maximal drei Stunden. Treffpunkt ist vor dem Max-von-Pettenkofer Institut in der Pettenkoferstraße 9a. Im Anschluss sind ein gemüt-



ZENTRALER HOCHSCHULSPORT

Der ZHS ist mit knapp 20.000 aktiven Teilnehmern die größte Hochschulsporteinrichtung Deutschlands und bietet euch mit ca. 600 Einzelveranstaltungen pro Semester ein sehr abwechslungsreiches Sportprogramm. Auf dem ehemaligen Olympiagelände befinden sich 11 Sporthallen, 15 Fußballplätze, eine In- und Outdoor Kletter- und Boulderanlage, sowie eine Beach- und Tennisanlage

mit 13 Beachvolleyball und 21 Tennisplätzen. Außerhalb dieser Sportanlagen stehen das Trainingsbecken der Olympiastadionhalle und der Wassersportplatz am Starnberger See zur alleinigen Nutzung zur Verfügung, zur Teilnutzung darüber hinaus die Olympia-Regatta-Anlage in Oberschleißheim und natürlich die Bayerischen Alpen. Also auf geht's und rein in die Sportschuhe!

STUDIENBEDARF BEI SEG-MED

Die Wir als Münchener Teil der deutschlandweiten Initiative Studentische Einkaufsgemeinschaft Medizin eG (SEG-MED eG) versorgen euch zu günstigen Preisen mit allen Materialien, die ihr fürs Studium und das spätere ärztliche Arbeiten braucht.

SEG-MED

Studentische Einkaufsgemeinschaft Medizin

Wir suchen auch wieder neue Mitglieder, die uns bei der Organisation und Durchführung der Verkäufe helfen. Natürlich arbeiten wir nicht nur, sondern fahren auch jedes Semester für ein Wochenende zu unserer Mitgliederversammlung in eine andere deutschen Uni-stadt. Da ist dann viel Zeit, um sich mit Studis von anderen Medizinuniversitäten in Deutschland auszutauschen und nachts gemeinsam die örtlichen Clubs und Spielecafés unsicher zu machen.

Bei der SEG-MED bekommt ihr Präkittel, Handschuhe, Skalpellklingen, Stethoskope und vieles mehr.

Wenn das nach was für dich klingt, trete doch gerne unserer Whatsapp-Gruppe bei:



Unser komplettes Sortiment findet ihr hier:



www.mecumplus.de/teams/seg-med/produkte

Wir freuen uns auf dich!

Bei Anmerkungen, Fragen oder Produktvorschlägen gerne Mail an: muenchen@seg-med.de

ZEUS

Das ZeUS ist das Zentrum für Unterricht und Studium und an insgesamt zwei Standorten (Großhadern und Poliklinik Innenstadt) vertreten. Dort findet man Computer- und Gruppenräume sowie eine kleine Küche. Doch das ZeUS ist viel mehr als ein stiller Rückzugsort, um Infos für das nächste Referat zu recherchieren oder in der Gruppe am Skelett Anatomie zu wiederholen.

Man kann dort selbstständig praktische Fähigkeiten und Techniken für die ärztliche Arbeit lernen und üben. Viele verschiedene Tutorien und Skill-Trainings werden hier angeboten, aber man kann auch ohne Anlei-

BÜCHERFLOHMARKT

Du bist neu in der Welt der Medizin? Du hast noch keine Bücher? Und keine Ahnung welche Bücher man haben sollte? Dann ist der Flohmarkt genau das Richtige für dich! Dort verkaufen Studenten aus älteren Semestern günstig ihre gebrauchten Bücher. Natürlich können sie bei der Entscheidung helfen, ob ein Kurzlehrbuch oder doch der große Wälzer mit 1000 Seiten die bessere Wahl ist. Außerdem findest du auf der Homepage der Fachschaft BLG der LMU

tung verschiedene Abläufe üben. Von Blut abnehmen, Zugänge legen, EKG schreiben bis hin zu Ultraschall hat das ZeUS alle Materialien, damit es dann auch im Praktikum oder in der Famulatur gut klappt. Einen Überblick über die Räumlichkeiten und Ausstattung der drei ZeUS sowie die Möglichkeit, Räume zu buchen, gibt es online.

www.zeus.med.uni-muenchen.de/index.html

München eine große Menge an Rezensionen zu den meisten aktuellen Lehrbüchern. Diese Buchbewertungen wurden von Studis für Studis geschrieben und können dir auch bei deiner Entscheidung helfen. Der Bücherflohmarkt findet derzeit über die entsprechende Telegram-Gruppe statt. Falls es einen Bücherflohmarkt in Präsenz geben wird, informiert euch eure Fachschaft BLG über Instagram und Telegram rechtzeitig!



DAS GROSSE UNI-ABC

ÄApprO

Ärztliche Approbationsordnung, auch mit AO abgekürzt, regelt bundesweit das Studium der Medizin inklusive Examina und welche Scheine ihr dafür braucht.

Anatomie

altgriechisch für „Aufschneiden“ – beschreibt in einem Wort den Präkurs und steht bei euch für Lernen. Sehr viel Lernen.

Approbation

Staatliche Zulassung, den Beruf Arzt ausüben zu dürfen.

BAföG

Staatliche Förderung des Studiums unter gewissen Voraussetzungen. Informationen sowie Anträge erhalten ihr über das Studentenwerk München bzw. deren Homepage.

BayHSchG

Bayerisches Hochschulgesetz; Enthält fachübergreifende Regelungen zum Studium in Bayern.

Beauftragte für Studierende mit Beeinträchtigung

Kontakt: Prof. Dr. Peter Zentel, Edmund-Rumpler Str. 13, Raum B207

Tel: 089 2180-72140

E-Mail: peter.zentel@edu.lmu.de

Bibliotheken

Medizinische Lesehalle

In der Goethestraße, zweiter Wohnsitz vieler Medizin- und leider auch

Jurastudenten.

Bayerische Staatsbibliothek

Besser bekannt als „Stabi“. Liegt in der Ludwigstraße zwischen Odeonsplatz und LMU Hauptgebäude: ein Lernklassiker für Studierende aller Fakultäten.

Bibliothek Klinikum Großhadern

Kennt fast niemand und man kann dort keine Bücher ausleihen, jedoch sind fast alle als Leseexemplar vorrätig und es gibt auch viele ruhige Lernplätze!

Ihr findet sie beim Hörsaaleingang, wenn ihr nicht die Treppe zu den Sälen komplett hochgeht, sondern auf halbem Weg das kleine Treppchen links nach unten.

TUM-Bibliothek

Am TUM-Stammgelände in der Arisstraße 21; hat auch Sonn- und Feiertags von 9:00 bis 22:00 Uhr geöffnet.

Bibliothek im BMC

Wenn überall alle Vorklinikbücher verliehen sind, oft der letzte Ort, um noch das gewünschte Buch zu bekommen. Achtung: keine Online-Verlängerung!

BLG

steht für „Breite Liste Gesundheit“ und stellt eure Fachschaft der LMU dar. Die Fachschaft besteht aus Studierenden und vertritt eure Interessen innerhalb und außerhalb der Universität.

www.fachschaft-medizin.de

Nebenbei organisiert sie eure Einführungswoche organisiert und steckt hinter vielen weiteren Events und Arbeitsgruppen, die ihr in den nächsten Jahren erlebt. Interesse? Mach mit!

bvmd

= Bundesvertretung der Medizinstudierenden in Deutschland e.V.
Ansprechpartner für Auslandsfamulatur, -PJ und deutschlandweite Projekte von Medinstudenten.

Chefarzt

Der Student kennt sie meist nur von Wandtafeln und den Websites. Vorlesungen halten die Herren Ordinarien zumeist kaum noch. Kompetenzgipfel eminenzbasierter Medizin!

Dagobert

aka Ralph Ibing, Inhaber von Ibing Kopierdienst Goethestr. 41, 80336 München. Hier bekommt ihr eure Skripte aus der Vorklinik und einige Altklausuren, sofern diese nicht auf docsdocs sind.

Dekanat/Dekan

Der Dekan hat die Leitung für ein gewisses Ressort der Universität.

Dekan der Gesamtfakultät
Prof. Dr. Thomas Gudermann

Studiendekan Vorklinik
Prof. Dr. Michael Meyer

Studiendekan Klinik
Prof. Dr. Martin Fischer

Forschungsdekan
Prof. Dr. Stefan Endres

Die Mitarbeiter des Dekanats koordinieren euren Stundenplan. (Wenn ihr mit anderen einen Kurs tauschen wollt, schreibt direkt den Fachbetreuern). Kontakt:
Bavariaring 19, 80336 München
E-mail: Studiendekanat07@med.uni-muenchen.de

Docsdocs

Plattform zum Altklausuren sammeln und Kreuzen.
www.docdocs.net

Doktor, Herr

Anrede des Pflegepraktikanten, meist gewählt von älteren Damen. Muss jetzt wirklich noch nicht eure Sorge sein. 55% der Studierenden machen gar keine Doktorarbeit mehr.

EMSA

Europäische Studierendenvertretung (European Medical Students' Association) mit vielen lokalen Projekten und Studierendenaustausch.

Erste-Hilfe-Kurs

Braucht man für Physikum, Führerschein und das Leben. Also machen!

Fachschaftswahlen

Ihr dürft einmal im Jahr (Sommersemester) wählen, wer aus der Fachschaft euch in den Universitätsgremien vertreten soll. Sehr wichtig!

Frauenbeauftragte

Kontakt: Frau Margit Weber

margit.weber@kaththeol.lmu.de
+49 89 2180-3526
C 322 Wissenschaftliche Mitarbeiterin und Akademische Direktorin

abschiedet hat.

IMPP

Institut für medizinische und pharmazeutische Prüfungsfragen. Das Institut stellt die Prüfungsfragen für alle Staatsexamina der Medizin zusammen.

Natürlicherweise entwickelt man spätestens im vierten Semester eine extreme Antipathie der Organisation gegenüber.

Internationaler Studentenausweis

Falls benötigt: www.isic.de (ermöglicht viele Rabatte wie z.B. bei Flixbus)

Kino**M23-Kino**

Uni-Kino mit medizinischen Filmen am Sendlinger Tor, oft mit nachfolgender Diskussionsrunde mit geladenen Gästen.

fb: @M23Kino

TU-Film

Jeden Dienstag ein cooler Film, egal ob alt oder neu, im TU-Hauptgebäude. Eintritt 3€. Legendar ist „Die Feuerzangenbowle“ vor Weihnachten. www.tu-film.de

Klinik

Umgangssprachlich für klinischer Studienabschnitt und bezeichnet die Studienjahre nach dem Physikum. In München teilt sich der Jahrgang zwischen den Unis TUM und LMU auf.

Krankenpflegepraktikum

Da muss jeder durch bis zum Physikum: Insgesamt drei Monate, nur nach dem Abitur und vor dem Studium bzw. in Semesterferien abzuleisten; maximal in drei Zeiträume geteilt, wobei keiner der Zeiträume kürzer als 30 Tage sein darf.

Haltet euch an die Regeln, das Prüfungsamst ist diesbezüglich extrem streng!

Kuss

„Ein Kuss ist Mund-zu-Mund-Beatmung ohne medizinischen Anlass.“
(Joachim Fuchsberger)

MeCuM

Steht für „Medizinisches Curriculum München“. In der Vorklinik gilt MeCuM für alle Medizinstudierende, in der Klinik nur für LMU-Studierende. TULER haben dann mit mediTUM ein eigenes Curriculum.

MeCuM-Mentor

Betreuung von Medizinstudenten durch ehemalige Studierende oder Studenten des klinischen Studienabschnittes. Richten auch zahlreiche Infoveranstaltung wie die Doc-tamed (Messe zur Medizinischen Doktorarbeit) und die Stadtrallye aus.

Mensa

Bester Zufluchtsort bei Hunger und Hypokoffeinämie (= zu wenig Kaffee im Blut). Heißt bei uns StuBistro und liegt in der Schillerstraße. Seit dem WS 2015 völlig neu strukturiert.

Physikum

Alias Füüüsikum! Das erste Staatsexamen; Für euch besteht es aus schriftlichem und mündlichem Prüfungsteil und findet halbjährlich in den Semesterferien statt. Die erste Möglichkeit teilzunehmen habt ihr nach dem vierten Semester.

PJ

Steht für „Praktisches Jahr“. Es schließt direkt an den universitären Teil der Ausbildung, nach dem 10. Semester, an. In jeweils einem von drei Tertiaien durchläuft man dabei die „Innere Medizin“, „Chirurgie“ und ein Wahlfach. Anschließend folgt das dritte Staatsexamen.

Präpkurs

Der Anatomiekurs, in dem ihr Leichen präpariert. Dazu gehören die langjährigen Neologismen: präpen, Präp-Assi (die Studenten in Grün, die euch anleiten), der Präp-Saal, der Präp-Kittel und zuletzt das Präp-Besteck, welches ihr von der Fachschaft ausleiht.

Prüfungamt

Hier kann man Pflegepraktika, sowie Erste-Hilfe-Bescheinigungen anerkennen lassen und sich zu den Staatsexamina anmelden. Kontakt: Amalienstr. 52, 80799 München

Psychologische Beratung

Anonyme und kostenlose Beratungen vom Studentenwerk München bei studienbedingten Problemen als auch in persönlichen Konfliktsituationen.

Terminvergabe über:

Tel: +49 89 38196-1202

Anmeldungszeiten:
Mo, Di und Do, Fr von 09:00 -
12:00 Uhr.

Schein

Gemäß MeCuM erhaltet ihr in der Vorklinik für die Teilnahme an den Pflichtkursen und nach dem Bestehen der zugehörigen Prüfungen insgesamt 16 Scheine online. Diese braucht ihr zur Anmeldung fürs Physikum.

Scheinfrei

Alle Prüfungen und Kurse sind geschafft, erstmal Party, dann ab zum Prüfungamt und Examensanmeldung vornehmen.
Das Erlebnis hat man gleich zweimal (Vorklinik und Klinik).

Synapse

Zeitschrift der Münchener Medizinstudierenden; Kostenlos und lesenswert! Erscheint einmal pro Semester. Haltet die Augen offen!

Vorklinik

Umgangssprachlich für den ersten Studienabschnitt. Dauert in Regelstudienzeit vier Semester, schließt mit dem Physikum ab.

Zahnmediziner

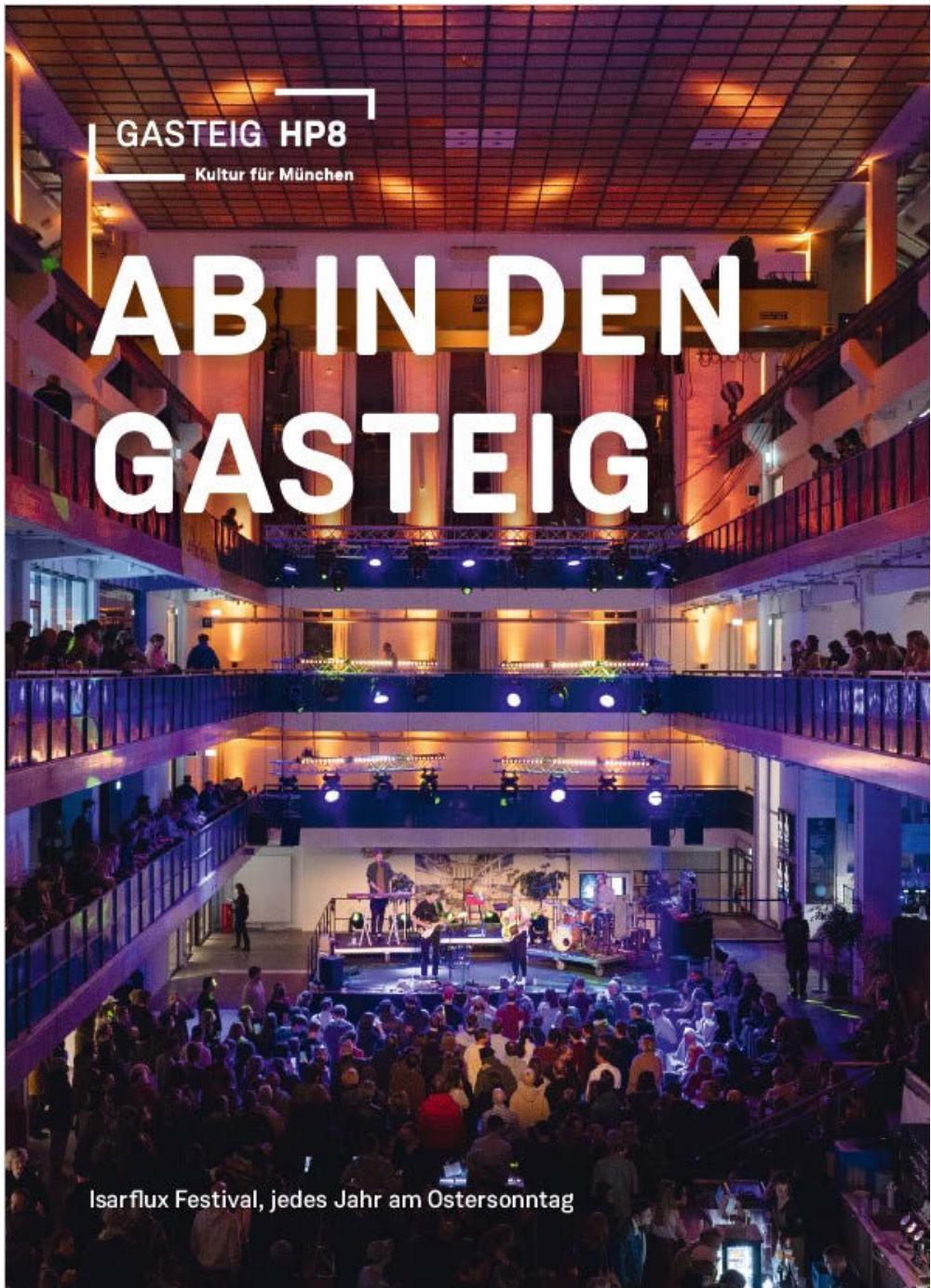
Auch kurz Zahnis genannt ergreifen Berufe, bei denen sie anderen Menschen zielgerichtet Schmerzen zufügen. Dies steht im Gegensatz zum human-medizinischen Grundprinzip nach Hippokrates „Leiden zu lindern“.

Zahnis haben eine eigene Klinik

zwischen Lesehalle und Goetheplatz und die bessere aber teurere Mensa.

ZeUS

Zentrum für Unterricht und Studium: Seminarräume für Kurse und privates Lernen.



Immer etwas los!

Im Kulturzentrum Gasteig HP8 in Sendling ist für Studierende viel geboten:

- **Bibliothek:** Die Stadtbibliothek im HP8 ist täglich von 7 bis 23 Uhr geöffnet. Sie bietet Platz zum Lernen, kostenloses Wlan und ein großes Medienangebot zu den Themenschwerpunkten Unterhaltung, Musik, München und Wissen. Musikinteressierte können sich an ePianos ausprobieren, die Sonic Chairs nutzen, oder im MusikLab eigene Songs aufnehmen.
- **Gratis:** Jährlich finden rund 500 kostenlose Veranstaltungen statt – von großen Festivals, wie dem Isarflux Festival, Tanz den Gasteig und dem Mental Health Arts Festival, über Salsa Nächte und Nadel-Treffs, bis hin zu Sprachcafés und Jam Sessions. (gasteig.de/gratis)
- **Volkshochschule:** Das kostenlose offene Programm bietet u. a. Einblick ins Emaillieren, Fotografieren, Holzschnitzen und Zeichnen. Zusätzlich veranstaltet die MVHS regelmäßig Quiznächte und offenes Singen.
- **Kino:** Im Projektor werden internationale Filmreihen gezeigt, u. a. Kino Europa, die Japanische Filmreihe und die Afrikanischen Filmtage.
- **Konzerte:** Bei vielen Veranstaltungen in der Isarphilharmonie gibt es Ermäßigungen, u. a. erhalten alle U30 für die Konzerte der Münchener Philharmoniker Karten zu 11 bzw. 14 €.

Mehr unter gasteig.de

Alle Highlights aus dem Gasteig direkt ins E-Mail-Postfach: gasteig.de/newsletter

#GasteigHP8

ARTISTART
Bernhard Paul's
neues Meisterwerk

MÜNCHEN
WERKSVIERTEL

24. OKT BIS 7. DEZ

Sichern Sie sich 20 % Ermäßigung
für Ihren unvergesslichen Besuch im Circus-Theater Roncalli

DAS GROSSE RONCALLI-SPECIAL

Wenn Kunst auf Zirkus trifft, entsteht eine magische Fusion. Mit dem komplett neuen Programm „ARTistART“ feiert das Circus-Theater Roncalli die Fortsetzung des umjubelten Vorgängerprogramms „All for Art for All“ und bringt die Kunst großer Künstler zurück in die Manege. Mitreißende Artistik, charmante Clownerie und die geliebte Roncalli-Atmosphäre entführen das Publikum auf eine unvergessliche Reise. Poetisch inszeniert im nostalgischen Circuszelt und seit 2018 tierfrei bietet Roncalli ein Erlebnis für alle Sinne und die ganze Familie. Hereinspaziert!

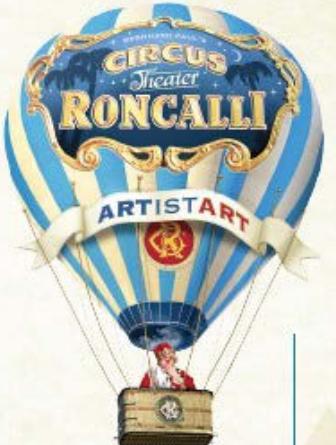
Mit dem Aktionscode MUC2025BB erhalten Sie 20% Rabatt auf Vorstellungen mittwochs und donnerstags (15 Uhr und 19.30 Uhr) für die Ränge A-C, und die Galerie-Loge. Feiertage ausgenommen.

NUR ONLINE BUCHBAR!

Buchbar bis zum 14. November. Gilt nicht für ermäßigte Tickets und Family&Friends-Pakete. Wichtig: Der Aktionscode kann nur online unter www.roncalli.de eingelöst werden. Bitte im Feld „Aktionscode“ eingeben.



JETZT VORTEIL SICHERN: WWW.RONCALLI.DE





BLG FACHSCHAFT MEDIZIN x MIT SICHERHEIT VERLIEBT MÜNCHEN



Awareness-Konzept

EINFÜHRUNG

Awareness bedeutet „sich etwas bewusst sein“ und ist für jeden Menschen individuell. Um allen eine schöne und sichere Veranstaltung zu ermöglichen, haben wir dieses Konzept erstellt, um daran zu erinnern, dass alles kann, aber nichts muss. Jeder Mensch besitzt seine eigenen Vorstellungen und Grenzen und uns liegt es daran, diese zu erfüllen und zu respektieren.

„WO GEHT'S NACH PANAMA?“

Solltest du dich in einer Situation wiederfinden, in der du dich unwohl oder bedrängt fühlst, kannst du jederzeit zu jeglichen Helfer*innen (Awareness-Team, Fachschaft, Barpersonal, Ordner*innen) kommen und das Safeword „Panama“ benutzen. Sie sorgen dann für, dass du an einen sicheren Ort gebracht wirst.

AWARENESS-TEAM

Zu jeder Zeit während des offiziellen Programms wird unser Team vor Ort sein und an **rosa Warnwesten** erkennbar sein. Zögere nicht, uns anzusprechen. Ob es sich um eine Frage handelt oder du unsere Hilfe benötigst, wir kümmern uns um dich.

NOTFALLNUMMER

Während der gesamten Veranstaltung ist unser Team unter der Notfallnummer erreichbar. Diese lautet **0174 8091156**.

RESPEKTVOLLER UMGANG

Damit sich jede*r wohlfühlt, achtet bitte auf einen umsichtigen Umgang und eine diskriminierungsfreie Sprache. Solltet ihr Betroffene oder Zeug*innen von jeglichen Grenzüberschreitungen sein, steht für einander ein und zieht eine*n Helfer*in hinzu.

CONSENT

Nur ein Ja ist ein Ja - und jedes Nein ist ein Nein. Und das bezieht sich nicht nur auf sexuelle Handlungen sondern auch auf den Konsum von Alkohol. Beachtet eure eigenen Grenzen und die Anderer und zeigt Awareness. Hier ist kein Platz für Peer Pressure, wer an Trinkspielen lieber mit Limo teilnehmen möchte oder bei Aktivitäten aussetzen möchte, kann dies selbstverständlich jederzeit tun.

RUHERÄUME

Sollte es für euch mal zu viel werden, haben wir jederzeit separate Ruheräume eingerichtet, in die ihr euch zurückziehen könnt. Kommt einfach auf das Awareness-Team zu und wir begleiten euch dorthin. (Disclaimer: Diese Räume sind nicht zum Ausnüchtern und Chillen gedacht, also nehmt sie nur in Anspruch, wenn ihr sie braucht und verhaltet euch dort ruhig, aus Respekt Anderen gegenüber.)

DIE MEDIMEISTERSCHAFTEN AKA MEDIS



Münchener Clubs und weitere Events wie z.B. den Kastenlauf, Getränkeverkäufe nach den Klausuren, Bierpongturniere oder den Großhadern-Cup.

Die Medimeisterschaften. Was in 2002 als Fußballturnier gestartet ist, hat sich zu einem 23.000 Besucher starken Musikfestival entwickelt, bei dem wir unter dem Motto #NURLiebe vier Tage lang ausgelassen feiern. Dabei ist der sportliche Teil natürlich nicht untergegangen. Heute werden neben Fußball auch Beach-Volleyball, Basketball, Cheerleading oder Spike Ball uvm. angeboten.

Wir - die Münchener Orga - sind dafür verantwortlich, dass die Münchener Studenten vor, auf und nach den Medis die beste Experience haben. Jedes Jahr wählen die Unis ein Motto zu dem passend ein Song mit Musikvideo gedreht wird. Die Songs werden dann auf den Stages der Medis live performt. Neben dem Song designen wir auch ein Outfit passend zum Motto, damit jeder erkennt zu welcher Uni wir gehören - das Fanpaket. Die handwerk-

lich Interessierten bauen die Homebase und das Fanmobil, mit dem wir über die Landebahn fahren, um unsere Sportler anzufeuern.

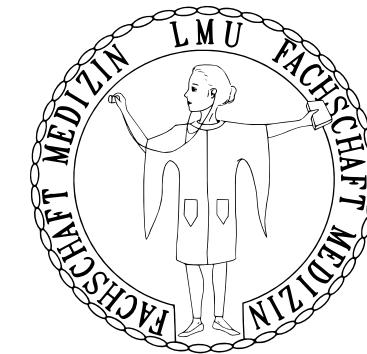
Wir kümmern uns auch um die Code Vergabe für München und um die Busanreise zu den Medis.

Außerhalb der Medis organisieren wir viele Partys in Zusammenarbeit mit den Münchener Clubs sowie weitere Events wie z.B. den Kastenlauf, Getränkeverkäufe nach den Klausuren, Bierpongturniere oder den Großhadern-Cup.

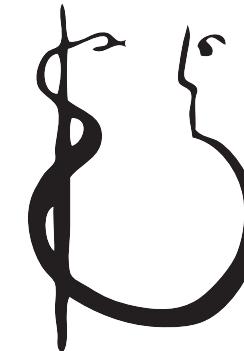
Haben wir dein Interesse geweckt und du willst dabei sein? Egal ob als Sportler oder neue helfende Hände in der Orga - wir freuen uns über jeden! Bei Fragen stehen wir dir auch per Mail immer zur Verfügung (medimeister.muenchen@gmail.com).

Um immer up to date zu bleiben, folge uns einfach auf Instagram (@medimeister_muenchen).

#NURLiebe von der Münchener Orga!



Fachschaft Medizin
der LMU München
www.fachschaft-medizin.de



Fachschaft Medizin
der TU München
www.sv.tum.de/med/