

# Erfaringsrapport

Til rette vedkommende.

Jeg skriver dette brev i håb om at nå en medstuderende med samme ærinde som ut.

Min rejse begyndte i april og varede til midt juni måned. Gennem denne spændingsfyldte og farefulde affære gjorde jeg mig en række erfaringer, som jeg allernådigst vil dele med Jer.

**Før Deres ophold** vil jeg råde Jer til at følge nedenstående råd:

Ved rejse med IMCC risikerer man at stå uden bolig i Nuuk, hvorfor det anbefales at forespørge sig en bolig til KAF via hjemmesiden så tidligt som muligt. I tilfælde af at denne afvises, gendes samme forespørgsel indtil den godkendes. Leje i sådan en bolig koster 850 kr om måneden.



Figur 1: Foran vores kollegie i Nuuk

Der anbefales at udsende ansøgninger til fonde så tidligt, som dette kan lade sig.

For at sikre god færdsel i Nuuk rådes til at downloade et såkaldt offline-kort på maps.

Oplæsning til rejsens kliniske arbejde kan rettes særligt mod fnat, bevægeapparatsundersøgelser (skulder og knæ), tonsillitis, pneumoni, mellemørebetændelser, allergi, astma og KOL. Til dette formål kan med fordel benyttes IMCC kittelkort som kan medbringes til rejsen.

Medbringelse af listede genstande vil gavne Deres ophold:

- IMCC klinikkort
- Stetoskop
- Pupillygte
- Sko til klinik
- Solbriller + kasket
- Vandretøj og -sko
- Solcreme
- Slik hvis De har en sød tand
- Lille kikkert

**VIGTIGT i tilfælde af at De er blevet lykønsket med et kollegieværelset ved KAF:**

GIV AGT for at afhentning af nøgler ved KAF kan være udfordret under helligdage da KAF er lukket. En medarbejder vil dog drage til KAF idet man telefonerer dem. En udfordring hermed kan dog opstå idet sim-kort kun kan tilkøbes i Tussas butikken beliggende tæt på Nuuk centeret, som også er lukket under

helligdage. Derfor er det at foretrække at tilkøbe et eSIM hjemmefra, men VIGTIGT er det at tjekke, om ens mobiltelefon kan benytte dette, da det kun er de nyeste telefoner, som undertøtter dette. Et mobilabonnement fra Tussas koster 500 kr for 20 gB og fri tale i Grønland og Danmark.

Kollegieværelserne i KAF mangler dyner og sengebetræk, som dog kan afhentes på Dronning Ingrid's Hospital.

**Under Deres rejse** vil denne visdom komme Dem til gode:

Deres erfaringer til Dronning Ingrid's Sundhedscenter kan i særdeleshed udvikles gennem rejsen. Klinikopholdet beror på at 2 studerende bemande hvert konsultationsrum med 30 min til hver pt. Ved hver konsultation drøftes planen med lægen, hvis rolle på dagen er at supervise. Arbejdet er således trygt, og der er store muligheder for udvikling af kommunikative såvel som teoretiske færdigheder.

ANBEFALING lyder på at rotere mellem hvilke 2 medicinstuderende, der samarbejder hver dag. Dette træner Dem i at udvikle samarbejdsevner mellem Dine medstuderende.

VIGTIGT for Deres pengepungs tyngde:

- Brød og brødkager kan tilkøbes ved halv pris efter kl 18 i brugseni.
- Wifi kan findes hos DIS, biblioteket i Nuuk samt cafeen Kaffivik.
- HOLD øje med tilbud i daglivarebutikkerne. Friske grøntsager er rigmands eje i Nuuk, men ofte kan de koste samme pris som i Dk, når tilbuddet rammer. Eks. Squash til 25 kr stykket.

Deres frie tid vil optimeres såfremt den udfyldes med følgende:

I starten af Deres rejse i Nuuk opmuntres De til:

- Få et Brugseni medlemskab,
- Tilmelde sig saunagruppen gnm følgende link:  
<https://www.facebook.com/groups/1004871577303079/>  
Saunagruppen regeres af frivillige, koster 100 kr per kvartal og monstrø er De velsignet og får glæde af en Saunagus.
- Udforske livet som lystfisker og drage ud i sejlåbåd. Hvis heldet er med Dem kan de nå at fange 12 fisk på 1 time som kan nydes under resten af Deres forløb.
- Undersøge hjemmesiden som opdateres løbende, hvis De lider af FOMO eller blot ønsker at have kendskab til alle seværdigheder og oplevelser i Nuuk: <https://www.localeventsgreenland.com/>



Figur 2: Fangsten fra sejltur

Er sulten for døren kan De med ro i sindet finde dem til rette hos:

- Charoen Porn, med vished om at rødfisken og grønlandsk kaffe (med show) kan lette Deres sult og humør.

- Esmelounge byder på en spændingsrig ret med snekrabbe på menuen. Denne ret kan med fordel nydes af 2 mennesker.

#### Oplevelser i Nuuk centrum:

- Opsøg værkstedet Ajagaq mellem kl 12 og 14 i hverdagene. I den angivne tidsperiode ses højest chance for udbytte af tupilak anskaffelse. Værkstedet sælger deres varer til gode priser ift. turistbutikkerne, og der er tilmed mulighed for at spørge kunstnerne om de kan skabe særlige ønsker.
- Besøg Brættet, særligt i start april med hvalros sæson.
- Besøg museerne i Nuuk, som er GRATIS for studerende.
- Tag til bingo aften og forvent at blive outmatched af den vilde hastighed bingo numrene råbes højt.

Til Dem, hvis ønske er at udvikle eller vedligeholde Deres fysiske egenskaber, gælder følgende:

- Svømmehallen Malik i Nuuk koster 250 kr om mdr. Varm anbefaling fra ut. (psst der er sauna, dampbad og boblebad inkl. i prisen). Man kan komme dertil med bus for 10 kr for studerende.
- Crossfit inua 500 kr for 10 klip. Crossfit inua huser mange holdtræninger og heriblandt også begynder hold som alle og enhver kan deltage i.
- Daddys running club, gratis hver onsdag kl 17:00, se venligst:  
<https://www.facebook.com/profile.php?id=61556408854446>

#### **Naturoplevelser i Nuuk:**

Deres vandreånd vil blusse med forventning og gejst ved tanken om eventyrerne der venter.

- Ved tourist guide butikken kan fås kort over mulige vandreture samt ved brug af appen wikiloc. Eksempler på vandreture:
- Vandring til shelter 1, udsigten, omkring og op ad lille marlene.
- I TILFÆLDE AF SNE anbefales at vandre op ad lille marlene for derefter at kælke nedad med plasticpose eller numsekælk.

Hytteture omkring Nuuk er alle pengene værd. Følgende hytteture kan varmt anbefales:

- For at opleve bygderne i fjorden kan hyttetur hos Kapisillit udforskes, med vandring og badning i isfjorden.
- For at opnå en primitiv hyttetur med mulighed for snescooter tur, skisko og vandring henvises til Kang Skicenter.



Figur 3: Hytte hos Kang Skicenter

Må al held og Gudernes fred være med Dem,

Nikoline