

ERFAHRUNGSBERICHT

AUSLANDSSEMESTER SOSE2020

an der Universität Oslomet in Oslo,

Norwegen



Hallo zusammen,

ich habe mein Auslandssemester Sommersemester 2020 in Oslo verbracht und werde in diesem Bericht meine Erfahrungen mit euch teilen. Vorweg möchte ich euch aber gleich erzählen, dass ich aufgrund der Corona-Situation schon im März 2020 (statt im Juli) nach Deutschland heimgereist bin und das Semester online zu Ende gebracht habe. Daher wird sich mein Erfahrungsbericht nur auf die Wintermonate beziehen – das war natürlich so nicht geplant und ist sehr schade - trotz allem habe ich viel zu berichten ;))

Ich hatte vor meinem Auslandsaufenthalt wirklich viele Fragen und war damals sehr dankbar über die Erfahrungsberichte anderer Studierender. Daher möchte ich mich nun bemühen, euch ebenfalls mit praktischen Tipps und Tricks zur Seite stehen zu können.



INHALTSVERZEICHNIS

<u>1. VORBEREITUNG & PLANUNG</u>	<u>4</u>
<u>2. ANREISE & UNTERKUNFT.....</u>	<u>8</u>
<u>3. DAS UNILEBEN</u>	<u>9</u>
<u>4. FREIZEIT & REISEN.....</u>	<u>10</u>

1. VORBEREITUNG & PLANUNG

Zunächst einmal muss man sagen, dass ich zu denjenigen gehört habe, die sich 1 ½ Jahre im Voraus auf das Auslandssemester beworben haben. Dadurch hatte ich natürlich viel Zeit für die Planung und Organisation. So viel Zeit ist natürlich nicht nötig - aber es kann doch bei der ein oder anderen Sache helfen, wenn man sich langfristig Gedanken über seinen Auslandsaufenthalt macht. Trotzdem gab es natürlich kurz vor Aufbruch noch einiges zu tun, da gab es einige organisatorische Dinge, die man erst kurzfristig planen konnte.

Die organisatorischen Abläufe werden euch vom AAA wirklich rechtzeitig mitgeteilt. Ich denke, wenn man zu allen Infoveranstaltungen geht, und sich vielleicht die ein oder andere Frist im Kalender notiert, kann da eigentlich nichts schiefgehen ;) Ihr solltet aber den organisatorischen Aufwand auf keinen Fall unterschätzen – es waren doch einige Dokumente, Formulare und Mails, die man da im Blick behalten musste.

Ihr solltet außerdem wissen, dass das Sommersemester in Oslo in der Regel im **Januar** und das Wintersemester im **August** startet. Das heißt, ihr solltet wirklich davor schauen, wie ihr das mit eurem Studium hier in Deutschland vereinbaren könnt.

An der Oslomet habt ihr auch vor Ort einen eigenen Ansprechpartner, den ihr jederzeit erreichen könnt. Mein Ansprechpartner war wirklich super bemüht – ich stand regelmäßig im Austausch mit meinem Koordinator und habe bei all meinen Anliegen Unterstützung von ihm erhalten.

Ansonsten hatte ich wirklich viele Fragen am Anfang, die sich gar nicht soo leicht haben klären lassen, daher möchte ich euch hier kurz ein paar wichtige Infos geben:

- **Wie dunkel ist es im Winter in Oslo?**

→ Ich hatte wirklich ein bisschen Angst, dass ich im Januar im Dunkeln ankomme und kaum Sonne sehen werde – das hat sich aber überhaupt nicht bewahrheitet. Oslo liegt ziemlich südlich und die Sonne war fast genau so lange da, wie bei uns in Deutschland. Als ich am 09.01.2020 angekommen bin, ist die Sonne gefühlt gerade mal eine Stunde früher als bei uns in Deutschland untergegangen – also wirklich gar kein Grund zur Sorge! Auch morgens war es ähnlich lange dunkel wie bei uns. Abgesehen davon ist Oslo eine Stadt in Norwegen mit außergewöhnlich vielen Sonnenstunden (laut meinem Reiseführer vergleichbar mit München). Das bedeutet, trotz Winter könnt ihr viele tolle sonnige Tage dort verbringen.

- Brauche ich spezielle Winterkleidung?

→ Auch wegen den Winterklamotten habe ich mich in meinen Vorbereitungen ziemlich verrückt gemacht. Ich hatte irgendwie die Vorstellung, dass ich auf jeden Fall für einen Winter mit -20° vorbereitet sein muss. Daher habe ich wirklich lange nach Jacken und Schuhen für extrem kalte Temperaturen recherchiert. Letztendlich hat meine normale Winterkleidung, wie wir sie in Deutschland tragen, total ausgereicht! Mit normalen Winterschuhen und Winterjacke werdet ihr super auskommen (zumindest in Oslo, im Norden könnte es eventuell schon anders aussehen). Man muss aber auch dazu sagen, dass es ein sehr milder Winter in Oslo war, an manchen Tagen war es sogar deutlich wärmer als in Deutschland. Aber auch hier habe ich euch ein paar Tipps, die ich damals auch bekommen habe und sehr hilfreich fand:

- ⇒ **Merino-Wollunterwäsche:** Super dünn und atmungsaktiv. Hat bei mir ohne Probleme unter jede Jeans gepasst. Das war aber auch nicht ganz so günstig, man kann da schon zwischen 70-100 € für ein Paar rechnen. Ich habe mir daher noch meine Skiunterwäsche mitgenommen (normale Thermounterwäsche), die natürlich auch ihren Zweck erfüllt hat, aber die war einfach etwas dicker und man hatte einfach nicht so viel Bewegungsfreiheit;).
- ⇒ **Fäustlinge:** Gerade für Outdoor-Ausflüge, wie z. B. Schneewanderungen gut geeignet, und wohl auch sehr legitim in Skandinavien.
- ⇒ **Hohe Wanderstiefel als Winterschuhe:** Da ich sowieso lange Wanderungen geplant hatte und mir noch Wanderschuhe zulegen wollte, habe ich mir gleich hohe gekauft. Dieser Tipp war wirklich super – ich konnte die Schuhe ohne Probleme mit dicken Socken anziehen, hatte ein super Profil und die waren absolut wasserdicht – auch bei jeder Schneewanderung!
- ⇒ **Spikes:** Der absolute Geheimtipp (ich habe davor noch nie davon gehört gehabt). Die ersten Wochen bin ich teilweise von einer Ecke zur nächsten geschlittert, da die Straßen oft vereist waren (es wird natürlich auch gestreut, aber manchmal hilft da eben alles nichts). Als wir Erasmus-Studenten dann mal bei einer Wanderung von einem Baum zum nächsten gerutscht sind, weil wir auf dem Eis einfach keine Chance hatten (da bringt auch das beste Schuhprofil nichts), ist eine Gruppe Joggern auf dem gleichen Weg mit einer unfassbaren Leichtigkeit an uns vorbei gejoggt. Es war für uns unvorstellbar, wie das möglich sein konnte. Daraufhin haben wir uns informiert und die Antwort war eigentlich ganz leicht: Spikes. Das sind Gummisohlen, die unten Noppen/Metallspitzen haben. Tja und was soll ich sagen – das war vermutlich die beste Investition in meinem Auslandssemester!

Man kann sich die Spikes einfach über die Schuhe ziehen und unbeschwert alle Wege gehen! Mein Tipp wäre aber tatsächlich, diese schon in Deutschland zu kaufen und mitzubringen, da sie in Norwegen wirklich doppelt so teuer waren (ich habe sie mir von Besuchern aus Deutschland mitbringen lassen).

- Wie teuer ist Norwegen und wie viel Budget sollte ich einplanen?

Das ist eine wirklich wichtige Frage und natürlich gar nicht so leicht zu beantworten. Zunächst möchte ich an dieser Stelle betonen, dass es natürlich immer auf die individuellen Bedürfnisse/Interessen ankommt! Man kann natürlich immer weniger Geld ausgeben (oder auch mehr), aber diesen Satz habe ich in jedem Erfahrungsbericht gelesen und das hat mir dann letztendlich auch nicht wirklich weitergeholfen. Deshalb versuche ich hier mal etwas konkreter zu werden – aber lasst euch nicht verunsichern, man kommt auch ganz bestimmt mit weniger Geld aus. Ihr solltet euch vielleicht schon vor dem Auslandssemester überlegen, wie viel Geld ihr für das Reisen und andere Freizeitaktivitäten ausgeben möchtet. Ich habe mir dafür ein recht großes Budget eingeplant, weil ich die Zeit einfach auch nutzen wollte, um viel reisen und sehen zu können. Das ist aber absolut kein Muss – ihr könnt an dieser Stelle natürlich auch sparen. Trotz allem will ich euch an dieser Stelle den Tipp ans Herz legen, dass es ja einfach auch schön ist mit einer Gruppe verschiedene Activities zu unternehmen, und das kostet eben auch immer ein bisschen was. Das Besondere an Oslo bzw. Norwegen ist aber wirklich, dass man auch viele Freizeitmöglichkeiten hat, die kostenlos sind. Darauf werde ich später noch eingehen ;) Ich muss aber vielleicht noch dazu sagen, dass ich für die Reisen wirklich lange gespart habe. Das bedeutet, ich habe in den 1 ½ Jahren davor immer Geld vom Arbeiten, etc. für diese Reise zur Seite gelegt.

So, nun werde ich mal konkreter: Ich habe damals gesagt bekommen, dass ich schon mit 1000€ pro Monat (inklusive Reisen) rechnen sollte. Das hört sich zunächst mal nach sehr viel Geld an, aber letztendlich war ich dankbar diese Info im Vorfeld erhalten zu haben, denn ihr solltet berücksichtigen:

- ⇒ Dass auch die Miete der Wohnheime nicht gerade günstig ist (mein 10qm Zimmer hat umgerechnet ca. 520€ im Monat gekostet + 800€ Kautions im Vorfeld, von der ich wegen Kursschwankungen der norwegischen Krone auch nur 700€ wieder zurückbekommen habe)
- ⇒ Generell alles mehr kostet (man kann quasi sagen, dass fast alles wirklich doppelt so viel kostet als in Deutschland). Kleines Beispiel dazu: Eine große Tafel Schokolade, die in Deutschland ca. 2€ kosten würde, kostet dann im Supermarkt auch wirklich 4€ (und das war dann auch schon der „billige“ Supermarkt...). Ausnahmen: Ikea und H&M (da sind die Preise wie bei uns in Deutschland). Dazu kommt,

dass alkoholische Getränke und Essen gehen oder bestellen, sehr teuer sind. Wenn ihr abends in einer Bar was trinken wollt, solltet ihr mit 5-7€ für eine Cola, oder 10€ für ein Bier rechnen (Ausnahme: Studentenkneipen).

Auch das „unterwegs Essen“ ist von den Preisen nicht vergleichbar mit Deutschland; ein Döner hat nicht selten 9€ gekostet, für ein Mensaessen könnt ihr sehr schnell (je nachdem, wie voll der Teller geworden ist - das geht nach Gewicht) so zwischen 8-14€ ausgeben. Natürlich gibt es in der Stadt das ein oder andere „Schnäppchen“, z. B. Kaffee mit Gebäck beim Bäcker für 3€, oder einen Hotdog für 4€, aber generell solltet ihr euch darauf einstellen, dass es nicht sehr einfach ist, unterwegs ein günstiges Essen zu besorgen. Es ist schlichtweg preiswerter (aber natürlich auch aufwendiger), zu Hause zu kochen und sich Brote zu schmieren für lange Unitage. Daher hier noch ein Tipp von mir: Nehmt **Tupperdosen** mit, oder kauft sie euch vor Ort (z. B. bei Ikea).

Für Studierende gibt es aber wirklich auch viele Angebote und Vergünstigungen. Wenn ihr euch ein bisschen umhört, werdet ihr da einiges an Erfahrung bringen können; z. B. Flohmärkte, Studententtarife im Fitnessstudio, günstige Essensangebote an verschiedenen Uniorten, Ermäßigungen in Museen oder freitags im Osloer Skigebiet. Da ich leider nur 2 ½, statt 6 Monate in Norwegen gelebt habe, kann ich euch leider nicht sagen, wie viel Geld ich nun durchschnittlich ausgegeben habe. Denn bei meiner Anreise im Januar habe ich natürlich viele Einmal-Ausgaben gehabt für Dinge, die ich mir eben am Anfang einmal zulegen wollte und im Februar habe ich eine längere Reise nach Tromsø unternommen – und es war auch schon im Vorhinein klar, dass das mit Abstand die teuerste Reise im Auslandssemester sein wird (das kann also auch kein Richtwert sein). Die letzten Märztag habe ich dann aufgrund von Corona nicht mehr viel unternommen und quasi kaum Ausgaben gehabt. Ich denke aber, mit der Schätzung von ca. 1000€/Monat seid ihr auf jeden Fall auf der sicheren Seite ;)

Jetzt habe ich euch hier noch zusammenfassend ein paar allgemeine Tipps für die Vorbereitung:

- ⇒ Nehmt Kontakt auf mit Studierenden, die das Auslandssemester bereits gemacht haben, um Antworten auf bestimmte Fragen zu erhalten.
- ⇒ Informiert euch rechtzeitig über eure Semesterdaten.
- ⇒ Nutzt die Duolingo-App, um die norwegische Sprache etwas kennenzulernen ☺.

⇒ Verschafft euch im Vorfeld einen kleinen Finanzüberblick und setzt euch vielleicht ein ungefähres Budget für die Monate.

⇒ Informiert euch über Winterkleidung und überlegt euch, was davon ihr noch in Deutschland besorgen möchtet.

2. ANREISE & UNTERKUNFT

Ich habe mich für einen Direktflug von München nach Oslo entschieden. In Oslo selbst kommt man dann ohne Probleme mit öffentlichen Verkehrsmitteln ans Ziel. Ich habe mich auf der offiziellen Seite für Erasmusstudenten auf einen Wohnheimsplatz beworben und wurde dem Wohnheim Sogn zugeteilt. Man konnte auf der Seite mehrere Prioritäten angeben und ich weiß noch, dass ich es sehr schwierig fand, mich für bestimmte Wohnheime zu entscheiden. Ich habe damals nebenher auf der Karte immer die Lage angeschaut, also darauf geachtet, wie weit das Wohnheim vom Zentrum entfernt ist und wo der nächste Supermarkt ist. Letztendlich kann man aber sagen, dass Oslo eine recht übersichtliche Stadt ist und die Wohnheime alle nicht weit weg vom Zentrum waren (auch wenn das auf der Karte so aussah). Z. B. hatte ich mich nicht für das Wohnheim Kringsjå beworben, weil ich dachte, dass es total außerhalb liegt. Tatsächlich finde ich die Lage im Nachhinein aber fast besser, als die von meinem Sogn Wohnheim: Ich musste entweder den Bus zur Bahn nehmen, oder ca. 10-15min zur Bahnstation laufen - vor dem Kringsjå Wohnheim gab es aber direkt eine Bahnstation. Außerdem gab es im Kringsjå ein Bistro, ein eigenes Fitnessstudio und noch ein paar kleine Extras, die es im Sogn nicht gab ;) Zudem liegt das Kringsjå-Wohnheim direkt neben Sogsvann, einem wunderschönen See, auf dem man im Winter Schlittschuhlaufen und auch spazieren gehen (hört sich jetzt komisch an, war aber wirklich so!) und im Sommer baden kann. Um den See herum gibt es schöne Spazier- und Langlaufskirouten, daneben fangen direkt die Wälder an. Die meisten Wanderrouten fangen auch an diesem See an. Sprich, wer in Kringsjå gewohnt hat, war Umgebungen von Natur, hatte alle Wanderrouten und Landschaften direkt vor der Haustüre und war trotzdem mindestens genauso so schnell im Zentrum wie wir. Die Zimmer in Kringsjå waren zudem meist einen Tick billiger als in Sogn (dafür waren unsere aber frisch



renoviert). Daher wäre bei der Wohnheimssuche meine Empfehlung das **Kringsjå-Wohnheim**. Das Sogn-Wohnheim, in dem ich gelebt habe, war auch natürlich auch super, aber wir haben am meisten Miete gezahlt. Ich habe in einer 6er-WG gelebt, was ich super schön fand, weil wir viel gemeinsam als WG unternommen haben und man nie alleine war. Aber ein klarer Minuspunkt war, dass wir nur ein Bad und eine Toilette zu sechst hatten! Ich



3. DAS UNILEBEN

Die Oslomet ist wirklich eine wunderschöne Universität, der Campus wurde 2018 neu eröffnet. Dementsprechend ist da alles super modern und auf dem Campus gibt es wirklich alles, was Studierende brauchen: Buchläden, mehrere Cafés und Restaurants und auch viele Gruppen- und Stillarbeitsräume. Außerdem gibt es jede Menge Programm, besonders auch für die Austauschstudierenden. Von Karaoke- und Spieleabende, bis hin zum Gruppenausflug auf eine Hütte, war dort alles geboten.

Ich habe mich für vier Kurse angemeldet, ein Kurs ist allerdings vor Ort wieder herausgeflogen. Grund dafür war, dass dieser Kurs auf einem anderen Campus stattgefunden hat, dem **Kjeller-Campus**. Ich wusste das auch schon davor und dachte aber, das würde mir nichts ausmachen. Tatsächlich war es nun aber so, dass man diesen Campus nur mit einer einstündigen Busfahrt erreichen konnte, für die man eine extra Zone kaufen

musste, die ca. 40€ zusätzlich im Monat gekostet hat (alles andere konnte man ohne Probleme mit der „Innenstadt-Zone“ erreichen). Durch diese einstündige Busfahrt, die ich nicht bedacht hatte, hätte ich meine anderen Seminare im Anschluss aber verpasst. Und da ich nicht zwingend auf diesen Kurs angewiesen war, sondern diesen nur aus Interesse belegt hätte, habe ich dazu entschieden, diesen Kurs zu streichen. Das war auch vollkommen in Ordnung für mich, denn ohne Corona hätte ich dann am Ende trotzdem 5 Prüfungen gehabt – mit dem vierten Kurs wären es dann 7 gewesen. Deshalb an dieser Stelle meine Empfehlung: **Informiert euch, auf welchem Campus eure Kurse stattfinden und wie viel Fahrzeit ihr dahin einplanen müsst ;)**

Meine Seminare haben mir alle gut gefallen und die Prüfungen waren auf jeden Fall machbar. Aber hier gibt es wahrscheinlich wie bei uns auch Unterschiede, je nachdem welches Fach und welches Seminar man belegt. Meine Dozenten waren alle super nett und hilfsbereit. Man hat sich geduzt und mit Vornamen angesprochen und ich hatte das Gefühl, dass die Dozenten sehr viel Wert auf eine gute und persönliche Atmosphäre legen. Etwas verwirrend fand ich aber, dass die Kurse oft nicht regelmäßig an einem Wochentag zu einer bestimmten Uhrzeit stattfinden, sondern man quasi jede Woche einen neuen Stundenplan hatte.

Mehr kann ich dazu leider nicht erzählen, da das offizielle Unileben dann durch das Corona-Chaos Mitte März leider stillgelegt war.

4. FREIZEIT & REISEN

Oslo bietet euch jede Menge Möglichkeiten für euer Freizeitprogramm. Es gibt natürlich einige Touristen-Attraktionen, wie z. B. die Osloer Inseln, den Holmenkollen, die Festung Akerhus und das Schloss. Man darf aber auf keinen Fall vergessen, dass die Innenstadt wunderschön ist und einen wirklich einzigartigen Flair hat. Ich sage das deshalb, weil sich die Studierenden oftmals nur in ihren Wohnheimen oder auf Studentenpartys treffen und nicht unbedingt in die Stadt gehen. Das liegt einfach daran, weil es in der Stadt teuer ist. Sowohl Shopping, als auch mal ins Café gehen oder abends eine Kneipe aufsuchen ist einfach immer gleich mit hohen Ausgaben verbunden. Aber dennoch lohnt es sich wirklich mal in der Stadt auszugehen, sei es in ein kleines süßes Café, in ein Restaurant oder in eine Bar. Denn hier lernt man dann auch wirklich mal Norweger kennen (das ist für Erasmusstudierende wirklich gar nicht so leicht, da man hauptsächlich mit den Internationals zusammenwohnt und i.d.R. auch nur internationale Kurse an der Uni besucht). Ich habe so tolle Gespräche mit Einheimischen führen können und konnte

dadurch auch einen Einblick in das kulturelle Leben bekommen. Und auch an dieser Stelle gibt es wieder viele Insider-Tipps, wo man günstig ausgehen kann. In Oslo gibt es sehr viele Konzerte, zum Beispiel gibt es im **Blå** jeden Sonntag Konzerte mit freiem Eintritt. Dann ist natürlich auch das Langlaufskifahren sehr beliebt in Oslo, wo ihr unzählige Routen in der nahen Umgebung finden könnt und es gibt eine Rodelbahn in der Nähe. Ich wollte das unbedingt ausprobieren, aber leider war der Winter so warm, dass es fast nie genug Schnee für diese Aktivitäten gab (das war aber wohl davor auch noch nie so, habe ich mir sagen lassen).

Zudem gibt es sehr viele, wunderschöne Wanderrouten, die ihr alle in Oslo starten könnt. Wenn ihr euch gerne in der Natur aufhaltet, dann wird euch hier also garantiert nicht langweilig ;)

Ich habe natürlich auch einige Reisen geplant gehabt, die aber hauptsächlich im Frühjahr und Sommer stattgefunden hätten. Daher kann ich euch an dieser Stelle nur von einem großen Trip berichten: meiner Reise nach Tromsø.

Tromsø liegt sehr weit oben in Norden von Norwegen und ist bekannt für die schöne Winterlandschaft. Diese Reise war wirklich etwas ganz Besonderes, was ich jedem nur empfehlen kann – unvergleichbar mit allen Reisen, die ich bisher unternommen habe. Wir haben die Nordlichter gesehen, eine Huskey-Schlittentour gemacht und sind durch die arktische Winterlandschaft gewandert. Die Reise und vor allem die Activities waren zwar sehr teuer – aber für mich jeden Cent wert! Man kann von Oslo in 2 Stunden nach Tromsø fliegen und sich entweder eine Hütte außerhalb buchen (dann braucht man aber ein Mietauto) oder ein AirBnb im Zentrum mieten. Dann kann man geführte Touren buchen, oder sich auf eigene Faust auf den Weg machen. Auf jeden Fall war die Reise ein einmaliges Erlebnis und wahrscheinlich einer der schönsten Momente meines Auslandssemesters!



**Arktische Winterlandschaft
in Tromsø**

Zum Schluss kann ich sagen, dass es eine wirklich tolle Zeit war, in der ich unglaublich viel erleben konnte. Norwegen ist ein tolles Land, das sehr viel zu bieten hat. In Oslo habe ich mich total wohl gefühlt, für mich ist das eine wirklich einzigartige Stadt, in der mich als Erasmusstudentin sehr gut aufgehoben gefühlt habe. Ich bin froh, dieses Auslandssemester gewagt zu haben und kann es jedem nur empfehlen, diese Chance im Studium zu nutzen 😊