

## Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

<b>Name:</b>		<b>Austausch im:</b> (akademischen Jahr)	<b>WS 2020/21</b>
<b>Studiengang:</b>	<b>Lehramt für sonderpädagogische Förderung</b>	<b>Zeitraum (von bis):</b>	<b>August 2020- Januar 2021</b>
<b>Land:</b>	<b>Schweden</b>	<b>Stadt:</b>	<b>Linköping</b>
<b>Universität:</b>	<b>Linköping University (LiU)</b>	<b>Unterrichts- sprache:</b>	<b>Englisch</b>
<b>Austauschprogramm:</b> (z.B. ERASMUS)		<b>ERASMUS</b>	

Angaben zur Zufriedenheit während des Aufenthalts:  
(Zutreffendes bitte ankreuzen)

	1 (niedrig)	2	3	4	5 (hoch)
Soziale Integration:					X
Akademische Zufriedenheit:				X	
Zufriedenheit insgesamt:					X

ECTS-Gebrauch: JA: **X** NEIN:

### Vorbereitung

#### Bewerbung / Einschreibung

(z.B. Bewerbungsschreiben, Fristen, zeitlicher Ablauf, Zusammenstellung des Stundenplans (mit/ohne ECTS))

Ich habe schon lange mit dem Gedanken gespielt, ein Auslandssemester zu absolvieren und im Januar 2020 mit der konkreten Planung begonnen. Die Bewerbung um einen Platz verlief reibungslos (ich habe mich für Linköping und Trondheim beworben). Nach der Zusage waren die Bewerbung, das Zusammenstellen der benötigten Dokumente (ToR etc.), das Informieren über Kurse, die auch angerechnet werden können usw., zeitintensiver als erwartet. Jedoch gab es viele Hilfestellungen und Informationen. Auch die Website der LiU ist sehr übersichtlich aufgebaut und man bekommt hier viele wichtige Informationen (<https://liu.se/en/education/exchange-studies>).

#### Finanzierung (z.B. Auslands-Bafög, ERASMUS-Förderung, anderen Stipendien, etc.)

Ich habe ERASMUS-Fördergeld (450 €) erhalten. Dieses Geld alleine ist nicht ausreichend, da nach Abzug der Mietkosten nur noch etwa 70 € bleiben. Dennoch war die Finanzierung problemlos möglich, da ich z.B. mein WG Zimmer in Deutschland zur Zwischenmiete angeboten habe und somit eine zusätzliche Einnahmequelle hatte.

#### Dokumente (z.B. Visa, Aufenthaltsgenehmigung, Reisepass, etc.)

Ein Personalausweis reicht in Schweden vollkommen aus.

#### Sprachkurs (im Heimatland oder an der TU Dortmund, online, etc.)

Ich habe bereits vor meinem Auslandsaufenthalts einen Schwedischkurs absolviert. Auch in Schweden selbst habe ich weiter Schwedisch gelernt. Einen Englischkurs habe ich nicht belegt. Die allermeisten Schweden sprechen sehr gutes Englisch. Ich bin mit meinem Englisch fast immer gut zurecht gekommen.

## Während des Aufenthalts

### **Ankunft** (z.B. Anreise, Einschreibungsformalitäten; Einwohnermeldeamt)

Nach Linköping kann man mit dem Flixbus, dem Zug, dem Flugzeug oder dem Auto anreisen. Ich bin mit eurowings relativ günstig nach Stockholm Arlanda geflogen und anschließend mit dem Zug nach Linköping gereist (es gibt einen Zug, der durchfährt, Fahrzeit etwa 2,5 Stunden). Ich habe jedoch die Erfahrung gemacht, dass man für etwa 60€ (bei frühzeitiger Buchung) auch mit dem Zug relativ bequem anreisen kann (Dauer ca. 12,5 Stunden).

Ich bin während der sog. "Arrival-Days" angekommen, was auf jedem Fall zu empfehlen ist. Während der Arrival Days sind die Öffnungszeiten des Infocenters verlängert und es gibt einen kostenfreien Shuttle-Service vom Bahnhof zum Campus Valla und anschließend auch zu eurer Unterkunft. Am Infocenter im Studenthuset habe ich mich registriert und meine LiU-Card und meine Zimmerschlüssel bekommen. Die LiU bietet zudem ein "Orientation Programme" an.

### **Campus** (Ansprechpartner (z.B. International Office, Koordinatoren, etc.), Mensa, Cafeteria, Bibliothek, Computerräume)

Der Campus ist ähnlich aufgebaut wie in Dortmund, jedoch deutlich moderner. Vor allem draußen gibt es zahlreiche Sitzmöglichkeiten und einen kleinen Park. Die Bibliothek ist sehr modern und einladend - anders als in Dortmund darf hier auch gegessen werden. Günstig essen kann man im Falafelhuset. Im Gegensatz zu deutschen Universitäten gibt es hier jedoch keine große und günstige Mensa. Dafür stehen in den Gebäuden zahlreiche Mikrowellen zur Verfügung und es ist üblich, sich das Essen einfach selbst mitzubringen und zu erwärmen. Auf dem Campus werdet ihr auch viele Studierende sehen, die Overalls tragen. Das ist in Schweden ganz normal, jede Fakultät hat eine andere Overallfarbe. Auch als ERASMUS-Student kann man einen Overall erwerben, ich habe mich jedoch dagegen entschieden.

### **Vorlesungen** (z.B. Prüfungen, ECTS, Studienaufbau, Professoren, erforderliches Sprachniveau etc.)

Ich habe neben meinem Schwedischkurs noch zwei weitere Kurse belegt: Nordic Culture und Outdoor Education. Für beide gab es jeweils 15 ECTS. Die Unterrichtssprache ist Englisch gewesen und ich bin hiermit gut zurechtgekommen. Die Dozenten sind alle sehr nett und hilfsbereit. In Schweden spricht man die Dozenten alle mit Vornamen an. Der Nordic Culture Kurs (dieser fand immer mittwochs abends statt), ist zwar ein Bachelorkurs, jedoch sehr spannend, da man viel über die nordische Kultur erfährt und Ausflüge macht. Wir haben zwei Trips mit Übernachtungen gemacht - einen Countryside-Trip in die Gegend südlich von Linköping und einen Trip nach Stockholm. Die beiden Dozenten Therese und Bosse haben extrem viel Ahnung und sind super freundlich. Der Outdoor Education Kurs war deutlich anspruchsvoller, hier hatten wir mehr Abgaben und mussten auch viel mehr lesen. Dieser Kurs war auch ein Vollzeit Kurs und wir haben uns meistens vier Treffen pro Woche, die Zeiten waren hierbei sehr unterschiedlich und waren dem Stundenplan zu entnehmen.

Das besondere an diesem Kurs war, dass wir so viele Lerneinheiten draußen hatten und unglaublich viel herum gekommen sind. Gegen Ende des Kurses haben wir auch eine Unterrichtsstunde draußen gehalten. Auch die Dozentin dieses Kurses ist sehr offen und freundlich. Alles in allem kann man sagen, dass die Kurse etwas an die Schulzeit erinnern, da es sehr viele Gruppenarbeiten gibt und die Kurse auch deutlich kleiner sind als in Deutschland. Ich musste nur eine einzige Klausur mitschreiben und das war in Schwedisch. Die anderen Kurse habe ich mit einem Essay beendet.

### **Wohnen** (z.B. Wohnmöglichkeiten, Wohnungssuche/-ausstattung, Miete, Kaution, Wohngeld etc.)

Ich habe ein Zimmer in Ryd bekommen - die meisten Studierenden wohnen hier und ich kann Ryd sehr weiterempfehlen. Mit dem Fahrrad habe ich ca. 7 Minuten zur Uni und 15 Minuten in die Stadt gebraucht.

Ich habe in einem Korridor gewohnt und hatte sieben Mitbewohner. Unserer Korridor war sehr gut ausgestattet: Wir hatten z.B. einen Flachbildschirmfernseher, einen Staubsauger und sogar eine Spülmaschine. Der Korridor war frisch renoviert. Unsere Küche bestand aus zwei Kochnischen für jeweils vier Personen und lud zu gemeinsamen Kochabenden mit Freunden ein. Auch im Wohnzimmer haben viele Spieleabende stattgefunden. Besonders gut hat mir mein Zimmer gefallen: modern, hell, groß und ausgestattet mit einem eigenen Bad. Mit den Mitbewohnern bzw. mit der Sauberkeit generell gab es immer wieder Probleme, das kommt leider häufiger vor. Bei der Bewerbung an der LiU solltet ihr angeben, dass ihr gerne ein Zimmer über die Uni haben möchtet. Allerdings empfiehlt es sich, dennoch so schnell es geht eine Registrierung auf der Seite von Studentbostäder vorzunehmen (<https://www.studentbostader.se/en>). Jeder Tag bringt einem dann einen (Warte-)Punkt. Freie Zimmer gehen dann immer an den Bewerber mit den meisten Punkten. Solltet ihr über Studentbostäder direkt ein Zimmer bekommen, spart ihr ca. 50 € im Monat, achtet aber darauf, dass es möbliert ist. Wer ein Zimmer über die Uni/Studentbostäder hat, kann zudem zweimal die Woche kostenlos die Sauna buchen, was besonders bei kaltem, regnerischen Wetter, sehr zu empfehlen ist. Auch das Wäsche waschen ist gratis: Hier gibt es Waschräume, die man buchen und dann für ein gewisses Zeitfenster für sich hat oder Waschräume, in denen ihr einfach immer waschen könnt, wenn eine Maschine frei ist. Solltet ihr euch für den Waschraum entscheiden, kommt immer einige Minuten bevor eure Wäsche fertig ist zurück, wenn ihr nicht riskieren möchtet, dass jemand Fremdes durch eure Wäsche wühlt (das ist mir leider passiert). Außerdem gibt es die Möglichkeit Räume zum Billiard- oder Tischtennis spielen zu buchen und auch sog. Study Rooms. Die Study Rooms eignen sich hervorragend, um sich dort mit Freunden zu treffen. In Ryd gibt es zahlreiche Grillplätze.

#### **Unterhaltungskosten** (z.B. Lebensmittel, Miete, Benzin, Eintrittsgelder, Ermäßigungen, Studentenrabatte, etc.)

Die Mietkosten für mein Korridorzimmer betragen etwa 380 € im Monat, das Internet ist hierbei im Preis enthalten. Lebensmittel sind in Schweden auf jeden Fall teurer als in Deutschland, es empfiehlt sich regelmäßig zu Willys, ICA Maxi oder Lidl zu fahren, dadurch lässt sich ordentlich Geld sparen. Ich habe für Lebensmittel ca. 180 € im Monat gezahlt. Es lohnt sich immer einfach mal zu fragen, ob es einen Studentenrabatt gibt, oft hatte ich da Glück. Vor allem Alkohol ist in Schweden sehr teuer. Alkohol, der mehr als 3,5% hat, gibt es auch nur im Systembolaget (staatliche Läden, die nur Alkohol anbieten) zu kaufen. Falls ihr noch warme Kleidung für den Winter benötigt, schaut unbedingt mal bei Intersport und im Stadium outlet vorbei, da habe ich einige Wintersachen zu extrem guten Preisen bekommen.

#### **Öffentliche Verkehrsmittel** (z.B. Verkehrsnetz, wichtige Buslinien, Fahrplan, Preise, Ticket-Verkaufsstellen, Fahrradverleih)

Die öffentlichen Verkehrsmittel sind in Schweden günstiger als in Deutschland. Bis 25 könnt ihr mit dem Youth-Ticket fahren. Ich bin zu Beginn ein paar Mal mit dem Bus gefahren, allerdings ist das Fahrrad dann doch praktikabler. Wichtig ist, dass Bustickets entweder am Bahnhof von Linköping im Resecentrum oder am Automaten dort oder mit dem Smartphone gekauft werden müssen. Ein Verkauf im Bus selbst findet nicht statt. Mit dem Zug oder auch mit dem Flixbus kann man auch günstig andere Städte wie z.B. Stockholm oder Jönköping erreichen. Es gibt auch die Möglichkeit ein Auto zu leihen, was meiner Erfahrung nach auch günstiger als in Deutschland ist.

#### **Kontakte** (z.B. Tandem-/Mentorenprogramm, ESN-Betreuung, Sportmöglichkeiten, Vereine)

Ich habe mich bei Campushallen (dem Fitnessstudio auf dem Camus) angemeldet, was sehr zu empfehlen ist, wenn man gerne Sport machen möchte und auch um weitere Kontakte zu knüpfen. Mit der ESN Card konnte man hierbei Geld sparen, weil es ein extra Angebot für Erasmusstudenten gibt. Ich habe zudem an sehr vielen Veranstaltungen von ESN und ISA teilgenommen - hierbei lernt man sehr viele andere ERASMUS Leute kennen, bekommt viel zu sehen und hilfreiche Tipps. Wir haben z.B. Wanderungen gemacht, Radtouren, einen Pub Crawl, waren Waffeln essen, sind schwimmen gefahren, haben BBQs gemacht, Bubble Ball gespielt...

#### **Nachtleben / Kultur** (z.B. Bars, Clubs, Einkaufsmöglichkeiten, Sehenswürdigkeiten, Kino, Ausflüge)

Durch die Corona-Pandemie war ich auf keinen großen Partys. In den Bars ist Alkohol relativ teuer - ein Weizen-Bier kostet z.B. ca. 8,50 €. Es gibt Studentenpubs, in denen man Getränke etwas günstiger kaufen kann - diese sind z.B. in Ryd und in Flamman zu finden. Außerdem finden sehr viele Korridorpartys statt, zu denen man in den großen WhatsApp Gruppen für internationale Studierende eingeladen wird. Im August und September haben zahlreiche BBQs im Park stattgefunden (Skåland). Ich war während meiner Zeit in Linköping nur einmal im Kino: Das Kino ist nicht gerade preiswert, aber die Filme werden alle auf Englisch mit schwedischen Untertiteln gezeigt.

**Sonstiges** (z.B. Bank (Kreditkarte, Auslandskonto), Auslandsversicherung, Telefonieren, Internet, evtl. Nebenjob)

Ich habe eine Kreditkarte der DKB genutzt und konnte somit kostenlos Geld abheben. Allerdings zahlt man in Schweden nur selten mit Bargeld und dieses wird auch oft gar nicht akzeptiert, wartet daher ruhig erstmal ab, ob ihr es überhaupt benötigt (z.B. um Ausflüge von der Uni zu zahlen). Außerdem kann ich euch nur empfehlen viel zu reisen und Tagestrips zu unternehmen. Ich bin bereits im Rahmen meiner Kurse viel gereist (z.B. nach Stockholm) und habe die Gegend kennengelernt. Es lohnt sich z.B. sich die Höhle im Trollegater Naturreservat anzusehen, zum Sonnenuntergang an den Roxen zu fahren und im Landschaftsschutzgebiet Viggeby oder am Vättern (z.B. in der Gegend um Omberg) zu wandern. Schwimmen gehen kann man gut im Roxen, in der blauen Lagune (diese hat mir besonders gut gefallen) oder auch rund um Norrköping. Sehenswerte Orte und Städte in der Umgebung sind Västervik, Jönköping, Norrköping (hier könnt ihr mit dem LiU Bus gratis hinfahren), Söderköping und natürlich Stockholm. Ich habe außerdem an dem 5-Tagestrip nach Lapland teilgenommen, was für mich von Anfang an ein absolutes Muss war. Hier kann ich euch nur raten, einen Trip zu buchen, der möglichst spät ist. Die Gruppe Ende November hatte noch kaum Schnee. Der Trip ist zwar sehr teuer, aber hat sich für mich auf jeden Fall gelohnt. Meine Highlights waren die Schneemobiltour und natürlich die Polarlichter. Wichtig sind für die kalte Jahreszeit auf jeden Fall warme und regenfeste Kleidung. Für meine Dozenten konnte das Wetter nie zu schlecht sein, um rauszugehen. Der einzige Fehler, den man machen kann, ist es, sich falsch zu kleiden (eine Regenhose, lange Unterwäsche und eine regen- und winddichte Jacke sowie Wanderschuhe gehörten einfach zur Grundausrüstung). In Schweden lassen sich auch sehr schöne Airbnb-Unterkünfte finden, die z.B. eine private Sauna haben und dennoch nicht allzu teuer sind. Als mögliche Ziele kann ich hierbei die Westküste Schwedens empfehlen und die Gegend um Östersund.

## Nützliches

**Sonstige Tipps und Infos** (z.B. nützliche Links, Telefonnummern / E-Mail-Adressen, Adressen etc. von Behörden)

1. Ich habe an dem Buddy-Programm von ESN teilgenommen, wodurch ich nochmal einen zusätzlichen Ansprechpartner hatte, an den ich mich jederzeit wenden konnte.
2. Ein Fahrrad ist in Linköping meiner Meinung nach wirklich ein absolutes Muss! Allerdings empfehle ich euch zu versuchen, ehemaligen ERASMUS-Studenten das Fahrrad abzukaufen und kein Fahrrad im Fahrradladen zu kaufen, da die Fahrräder dort oft überteuert verkauft werden. Guckt am Besten mal in die Facebook Gruppe "ESN Linköping Flea Market". Generell solltet ihr aber keine allzu hohen Ansprüche an das Fahrrad haben, sobald ihr euch mal ein paar Fahrräder angesehen habt, wisst ihr, was ich meine.
3. Zuletzt solltet ihr wissen, dass die Zusagen für ein Zimmer manchmal erst sehr spät kommen: Ich hatte zwei Wochen vor Abreise nach Linköping noch immer keine Zusage für ein Zimmer.

**Mein Erfahrungsbericht darf im Internet veröffentlicht werden:**

JA:  NEIN:

**Meine E-Mail Adresse für weitere Informationen:**

**Bitte schicken Sie dieses Dokument als Word-Datei per E-Mail an**  
**[erasmus-outgoings@tu-dortmund.de](mailto:erasmus-outgoings@tu-dortmund.de)**

**im folgenden Speicherformat: Vorname Nachname\_Stadt.doc**

**DANKE!!**