

## Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

<b>Name:</b>		<b>Austausch im:</b> (akademischen Jahr)	<b>SoSe 2022</b>
<b>Studiengang:</b>	<b>Lehramt für sonderpädagogische Förderung</b>	<b>Zeitraum (von bis):</b>	<b>29.07.2022 - 22.12.2022</b>
<b>Land:</b>	<b>Norwegen</b>	<b>Stadt:</b>	<b>Trondheim</b>
<b>Universität:</b>	<b>Norges teknisk- naturvitenskapelige universitet (NTNU)</b>	<b>Unterrichts- sprache:</b>	<b>Englisch</b>
<b>Austauschprogramm: (z.B. ERASMUS)</b>		<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:  NEIN:

### Vorbereitung

#### Bewerbung / Einschreibung

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

Auf der Internetseite der NTNU wurden alle Informationen hinsichtlich der Einschreibung und Fristen übersichtlich dargestellt: [https://www.ntnu.edu/studies/exchange/how\\_to\\_apply](https://www.ntnu.edu/studies/exchange/how_to_apply).  
Generell muss man sich einfach durchklicken.

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

Ich habe die ERASMUS-Förderung erhalten. Zudem hatte ich zwei Jobs. Da das Geld von den Jobs nicht reichte, musste ich noch von meinen Eltern finanziert werden.

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

Ich hatte meinen Personalausweis und einen Reisepass mit. Den Reisepass brauchte ich allerdings nicht. Für 5 Monate Aufenthalt benötigt man keine Visa oder Aufenthaltsgenehmigung.

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

Ich habe in Norwegen einen dreiwöchigen "intensive summer course" besucht. Das war ein Sprachkurs, der noch vor dem Semesterstart angeboten wurde. Neben vielen neuen Freunden, die ich dort kennengelernt habe, war auch der Stoff nicht zu unterschätzen. Man hatte von morgens 9:00 Uhr bis um 14 Uhr und von 18-19 Uhr abends Unterricht. Wir hatten neben dem Unterricht aber auch viel soziales Programm und Wochenendausflüge (cabin trips, grillen, Sauna, Museen..). Nach den sozialen Programmen musste man noch lernen, da es Abgaben und am Ende eine Klausur gab, die 4h ging. In dieser wurde der Unterrichtsstoff von 7 Units abgefragt, also wenn man die Credits benötigt darf man es nicht unterschätzen.

## Während des Aufenthalts

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

Eigentlich wollte ich fliegen, aber da mein Flug eine Woche vor Abflug storniert wurde, bin ich mit dem Zug nach Kiel gefahren und von dort aus bis nach Oslo mit der Fähre. Von Oslo aus bin ich wieder Zug gefahren. Von Oslo nach Trondheim gibt es einen durchgängigen Zug, der 7 Stunden dauert.

Fliegt man nach Trondheim, heißt der dazugehörige Flughafen "Lufthavn Vaernes" und ist sehr klein, übersichtlich aber auch abgelegen. Vom Flughafen aus kann man sich entscheiden, ob man mit dem Flybus, Bus oder Zug in die Innenstadt fahren möchte. Der Flybus kostet 15 Euro, dauert aber nur 30 Minuten, während ein Einzelticket für Zug und Bus nur 4 Euro kostet.

Wir wurden weiterhin gut von der Universität durchgeleitet, was das Anmelden in der Stadt anging. Wir erhielten eine Mail und konnten uns darüber für einen Termin bei der Polizei registrieren.

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

Die Universität in Trondheim ist sehr groß und über die Stadt verstreut. Alle Gebäude sind sehr modern und freundlich eingerichtet. In dem Campus in dem ich vorwiegend war (Dragvoll) gab es ein Café, ein Kiosk, einen Buchhandel und große Aufenthaltsräume z.T. mit Fernseher. Alle Räume sind mit ausreichend Steckdosen ausgestattet. Die Dächer und viele Räume sind zum Teil vollständig aus Glas.

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

Alle Veranstaltungen geben entweder 7,5 oder 15 Credits. Ich selber habe den Sprachkurs belegt und dann noch "Introduction to Norway" und "Education and the Welfare state". Introduction to Norway fing erst zwei Wochen nach Semesterbeginn an und hatte zwischendurch "Selfstudy" Einheiten, in denen man Norwegen entdecken sollte. Den Stoff fand ich sehr interessant. Am Ende gab es eine 4h Klausur dazu. Die Klausuren sind alle digital, entweder als home oder school exam. Es gibt ein "Examen Hus", also ein Klausuren Haus, das nur für Prüfungen genutzt wird. Schreibt man eine Klausur, muss man sich einen safe exam browser herunterladen, den man auf der Prüfungsseite Inspera downloaden kann. Der Browser blockt alle Hintergrund Aktivitäten und man kann sich nur auf der Prüfungsseite bewegen. In dem examen hus werden außerdem Computer gestellt und in jeder Reihe gibt es Aufpasser, die einem bei technischen Fragen oder Schwierigkeiten helfen können. Ich empfand das Klausursystem als sehr strickt aber auch angenehm, da man durch den gesamten Prüfungsprozess begleitet wurde und durch das digitale Format es gerade bei längeren Aufsätzen einfacher hatte.

In "Education and the Welfare State" hatte ich eine sehr nette Dozentin, die bei Fragen immer und schnell erreichbar war. Während des Kurses hatten wir viele Diskussionsrunden. Da der Kurs aus internationalen und Norwegern bestand, waren die Gespräche immer interessant. Weitergehend haben wir in dem Kurs noch zwei Ausflüge zu verschiedenen Schulen gemacht. Die Kosten wurden dabei komplett von der NTNU übernommen.

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

Da im Herbstsemester die Wohnheimplätze sehr begrenzt sind, hat kaum einer der internationalen Studenten einen Platz bekommen. Die Absage kam allerdings leider erst sehr spät, sodass es sinnvoll war sich schon vorher auf dem privaten Wohnungsmarkt umzusehen. Aber

auch auf dem privaten Markt war das Wohnungsangebot sehr knapp. Viele Vermieter haben nicht geantwortet oder wollten Mieter für mindestens ein Jahr. Über den Sprachkurs habe ich dann eine Woche bevor ich nach Norwegen gefahren bin ein Angebot für eine siebener WG erhalten. In der WG waren nur internationale Studenten. Der Mietvertrag war ursprünglich auf ein Jahr angesetzt, aber wir konnten ihn auf ein halbes Jahr abändern. Leider mussten wir dafür dann auch mehr Geld bezahlen, sodass ich am Ende für 10qm 710 Euro bezahlt habe. Auch von anderen ERASMUS Studenten habe ich gehört, dass der Preis tatsächlich noch im normalen Bereich liegt. Dafür war die Wohnung schon mit allem Notwendigen ausgestattet - Bett, Schreibtisch, Schrank, Garderobe, Tisch, Stühle, Sofas und Küchenutensilien.

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

Das Meiste Geld geht für die Lebensmittel drauf. Die Lebensmittel sind in Norwegen ungefähr doppelt, wenn nicht sogar dreifach so teuer. Gerade Käse, Wurst und Brot kosten viel. Ich habe für Lebensmittel im Monat 300-400 Euro eingeplant. Weiterhin habe ich noch ein Busticket für 55 Euro pro Monat + die monatliche Miete bezahlt. Ich hatte also über 1000 Euro im Monat Fixkosten. Dann kommen ja noch die zusätzlichen Aktivitäten dazu, die man machen möchte.

Ich kann aber sagen, dass es viele Wege gibt in Trondheim Geld zu sparen. Es gibt eine App, in der man sich Rabatte in den Einkaufsläden anschauen kann. Außerdem werden von der ERASMUS Organisation viele Barbecues oder Frühstücke kostenlos angeboten. Von der Erasmus Student Network gibt es eine Mitgliedskarte, mit der man für Aktivitäten und Reisen teils große Vergünstigungen bekommt (Reise nach Bergen, Lappland, Lofoten etc.).

Möchte man essen gehen kann man auch da sparen: In Norwegen ist das Leitungswasser kostenlos. Möchte man etwas anderes trinken, muss man das extra bestellen. Außerdem gibt es einige Restaurants (bspw. Tyholt Tower), in dem es all you can eat pizza für 15 Euro mit fantastischer Aussicht gibt.

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

Es gibt eine Verkehrsapp, die heißt "ATB". Davon gibt es eine grüne und eine schwarze App. In der Grünen kann man ein Ticket kaufen (Ich habe immer ein Studententicket für einen Monat gekauft. Das waren 55 Euro für 30 Tage. Ein Einzelticket kostet um die 4 Euro) und sich in der schwarzen App die Busse, Züge und Flybusse anzeigen lassen. Zusätzlich gibt es die "VY"-App. Die zeigt noch einmal Busse an, die warum auch immer in der schwarzen App nicht aufgeführt werden.

Das Verkehrsnetz in der Innenstadt ist sehr gut und die Busse fahren regelmäßig in alle möglichen Richtungen. Es gibt bei einigen Bushaltestellen Ticketautomaten, man kann die Tickets allerdings auch beim Busfahrer erstehen. Die Tickets sind dann etwas teurer.

Es gibt auch Fahrräder, die man sich in der Stadt an Fahrradstationen ausleihen kann.

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

Es gibt an der NTNU ein Buddy-Programm. Ich selbst habe mich dafür nicht angemeldet, habe allerdings durch Zufall doch noch einen Buddy bekommen. Da war ich schon zwei Monate in Norwegen und dachte, ich bräuchte das nicht mehr. Allerdings kann ich sagen, dass das Buddy Programm ein richtig schöner Weg ist, um neue ERASMUS StudentInnen aber auch NorwegerInnen kennenzulernen. ESN bietet immer mal wieder Events mit Buddys an (z.B. Pub Quizze, Minigolfen, Angeln...) bei denen man sich nochmal besser kennen lernen kann. Außerdem ist es auch praktisch jemanden zu haben, wenn es darum geht, wo man am besten günstige Norwegerpullis herbekommt oder bei der Übersetzung eines norwegischen Rezepts zu helfen ;)

In Norwegen kann man sehr viel Sport treiben. Von der Uni aus gibt es ein riesen Sportprogramm: von Leichtathletik, über Reiten, Kickboxen, Surfen, Kajak, Fechten bis hin zu Quidditch gibt es alles. Diese Sportangebote laufen über "NTNUi" und einige Kurse auch über "Sit". Man kann sich

außerdem im Fitnessstudio anmelden und dort Kurse besuchen. Die Fitnessstudios sind in der ganzen Stadt verteilt und laufen auch über Sit.

Wenn der Schnee fällt, ist das außerdem DIE Gelegenheit Ski zu fahren. Möchte man cross country ski fahren kann man das im Erholungsgebiet "Bymarka" tun. Man kann sich entweder dort oder über "Bumerang" Skier ausleihen.

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

In Trondheim gibt es sehr viele Clubs und Bars. Anlaufstelle Nummer eins für StudentInnen ist das "Studentersamfundet". Das Studentersamfundet ist ein riesiges rotes Gebilde und darin finden Aufführungen, Konzerte und Partys statt. Feiern gehen kann man dort fast jeden Abend, allerdings unter der Woche nur bis 10 oder 11 und am Wochenende bis 2.30 Uhr. Man kann sich außerdem eine Mitgliedschaftskarte für 30 Euro kaufen. Mit der kann man dann kostenlos auf die Partys gehen und bekommt Vergünstigungen bei Aufführungen oder exklusiveren Partys.

Gute Clubs und Bars sind außerdem: Fire Fine, Circus, Den Gode Nabo, Studio 26 und mein persönlicher Favorit: Downtown. Ins Downtown kommt man vor 0.00 Uhr kostenlos und es gibt an einigen Tagen ziemlich gute Lifemusik.

Einkaufsmöglichkeiten für Lebensmittel gibt es viele: Rema 1000, Extra, Bunnpris, Joker, Kiwi, Europris und Meny. Rema 1000 kann ich am meisten empfehlen, wenn ihr viel einkaufen wollt. Da sind die Lebensmittel viel günstiger. Meny ist in Solsiden und hat die meiste Auswahl an Lebensmitteln etc.

Ich kann weiterhin das "Solsiden Shoppingcenter" und "Trondheim Torg" in der Innenstadt empfehlen, wenn man Klamotten, Geschenke etc. benötigt. Weiter außerhalb gibt es außerdem das "Sports Outlet Trondheim Lade" und das "Intersport Outlet". Dort findet ihr günstige Outdoor Bekleidung, die ihr in Norwegen dringend benötigt.

Viele Sehenswürdigkeiten gibt es sowohl in der Stadt als auch außerhalb: Nidarosdomen, Bakklundet, Festningsgata, Sverresborg Trøndelag Folkemuseum und das Rockheim museum findest du in der Stadt. Außerhalb ist "Bymarka" toll zum wandern oder spazieren gehen. Es gibt aber auch einen tollen Wasserfall (Storfossen), den man gesehen haben muss. Der Strand "Korsvika" ist ein Besuch wert, aber auch die "Burmaklippen" in der Nähe von Dragvoll.

Ich kann auch empfehlen, mit einer Gruppe Freunden ein Auto von Sixt zu leihen und einen Roadtrip zu machen. In der Nähe von Trondheim gibt es beispielsweise die Trollskirka, Ålesund, den Geiranger Fjord, Trollstigen und tolle Nationalparks.

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

Ich habe für meine Reise kein Bargeld mitgenommen, denn in Norwegen wird alles über die Kreditkarte bezahlt.

Ich hatte allerdings zwei Kreditkarten: Eine Visa und eine Master Card. Ursprünglich hatte ich ein Konto bei der Sparkasse. Die nehmen allerdings Währungsumrechnungsgebühren, weshalb ich mich noch für ein Konto bei der DBK entschied. Dort hat man die ersten 5 Monate nachdem man sein Konto eröffnet einen "Aktivstatus" und muss keine Währungsumrechnungsgebühren und keine Kosten bei online Überweisungen bezahlen. Allerdings ist es auch egal, ob man eine VISA oder Master Card hat. In der Regel funktionieren beide Karten gleich gut.

## **Nützliches**

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

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

**JA: X 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!!**