

## Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

<b>Name:</b>		<b>Austausch im:</b>	<b>WiSe24/25</b>
		(akademischen Jahr)	
<b>Studiengang:</b>	<b>Lehramt für sonderpädagogische Förderung</b>	<b>Zeitraum (von bis):</b>	<b>01.08.2024- 20.12.2024</b>
<b>Land:</b>	<b>Norwegen</b>	<b>Stadt:</b>	<b>Trondheim</b>
<b>Universität:</b>	<b>NTNU</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))

Generell war der Bewerbungsprozess schon recht umfassend und es gab viel Papierkram auszufüllen, aber ich finde, dass sich das im Endeffekt für Auslandsaufenthalte immer absolut lohnt :)

Die Bewerbung lief über die Fakultät. Zuerst hatte man ein Gespräch, in dem grob darüber gesprochen wurde, was man sich vorstellt und in welchem Studienabschnitt man sich befindet etc. Es gab einen Bewerbungsprozess, in dem man dann auch seine Favouriten bzgl. der Länder-/Städtewahl angeben musste. Nach der Zusage mussten einige Dokumente ausgefüllt werden, was allerdings recht eng begleitet wurde. Zu Hause habe ich bereits Kurse rausgesucht, diese vor Ort allerdings nochmal verändert, was kein Problem war. Ich würde trotzdem empfehlen, frühzeitig damit anzufangen, den Kurskatalog der NTNU zu durchstöbern und mögliche Kurse rauszusuchen. Bei einigen Kursen muss man doch noch auf die Bestätigung der Fakultät(en) warten. Aber alles ist immer recht flexibel und noch lange abänderbar.

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

Den Aufenthalt habe ich mir durch Ersparnes, durch die finanzielle Unterstützung meiner Eltern, die Erasmus Förderung und das Gehalt meines WHF-Jobs, den ich von Trondheim aus weiter ausführen konnte, finanziert.

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

An Dokumenten habe ich lediglich Personalausweis, Reisepass und Krankenversicherungsdokumente mitgenommen. Der Personalausweis hat aber zur Einreise

absolut ausreicht. Gegebenenfalls könnte der Reisepass hilfreich sein, wenn man von Norwegen aus noch andere, nicht-EU Länder besuchen möchte.

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

Zu Hause habe ich nur 1-2 Monate mit dem Norwegisch lernen auf Duolingo angefangen, was schon mal ein nettes Reinkommen war :)

Vor Ort habe ich dann den Short Course an der NTNU belegt. Dabei ist auf jeden Fall zu beachten, dass die Anmeldefristen andere sind als für die normalen Kurse, aber man wird über E-Mails darüber informiert. Den Sprachkurs fand ich echt toll! Die Dozentin war super lieb und im Rahmen von 10 Sitzungen haben wir echt einiges an den Basics gelernt. Norwegisch ist recht ähnlich zum Deutschen und man kann das ein bisschen nutzen. Der Kurs schließt mit einer Klausur ab, die echt machbar ist, und gibt 7,5 ETCS.

## **Während des Aufenthalts**

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

Ich bin mit dem Flugzeug angereist und bin von Düsseldorf über Oslo nach Trondheim geflogen. Vom Flughafen habe ich dann den Flybuss genommen, der max. 15€ kostet, man kann aber auch einen anderen Zug nehmen, der im ÖPNV-Ticket enthalten ist.

Da ich weniger als 6 Monate in Norwegen war, musste ich mich nur im Laufe der ersten Woche bei der Polizei registrieren. Da wird man aber auch gut informiert & die NTNU bietet einem die Termine an.

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

Es gibt mehrere Campi in Trondheim, die alle gut mit dem ÖPNV zu erreichen sind. Der Hauptcampus ist Gløshaugen, aber die sozialen Studiengänge haben die meisten Kurse in Dragvoll (etwas außerhalb) oder Kalvskinn (direkt im Zentrum). Die meisten Gebäude sind sehr modern und mit Cafeterien, Bibliotheken, Druckern, Lernorten etc. ausgestattet.

Am Anfang muss man seine Student-ID erstellen und bekommt damit ebenfalls einen analogen Studierendenausweis, den man mit einem PIN benutzen kann, um Zugang zu Räumen und Bibliotheken etc. auch außerhalb der Öffnungszeiten zu erlangen.

Zum Lernen kann ich sowohl das neue SiT Gebäude in Øya (hat auch ein Fitnessstudio in der ersten Etage) als auch das Akrinn Gebäude in Kalvskinn empfehlen.

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

Vor Ort habe ich 4 Kurse belegt, wovon einer der Sprachkurs war. Der Plan ist, mir die Vorlesung "Introduction to Norway" mit 7,5 ETCS als 3Ü Seminar im Förderschwerpunkt anrechnen zu lassen. Außerdem möchte ich mir den Kurs "Comparative Perspectives on Education, Citizenship and Democracy in Norway" auch mit 7,5 ETCS für Veranstaltungen im 4er Modul vom FS Lernen anrechnen lassen. Den Kurs "Linguistic perspectives on English language acquisition in multicultural and multilingual settings" mit 15 ETCS kann ich als Möglichkeit für die 4.1 Veranstaltung im FS Sprache sehr empfehlen.

Die Professor\*innen waren meistens sehr nett und oft sehr gut per Mail erreichbar. Es besteht generell eine informellere Beziehung zwischen Studierenden und Professor\*innen.

Bezüglich des Sprachniveaus haben Englischkenntnisse absolut ausreicht und alles war gut verständlich.

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

Die Wohnungssuche hat sich recht schwierig gestaltet. Nachdem ich viele verschiedene Menschen angeschrieben & wenige Rückmeldungen erhalten habe, habe ich dann schließlich ein Zimmer in einer 4er-WG mit drei anderen Erasmus-Studierenden gefunden. Die hauptsächlichsten Websites waren dabei hybel.no und finn.no.

Die monatliche Miete lag umgerechnet bei ca. 600€ und lag damit ungefähr im Durchschnitt, was ich von anderen Studierenden gehört habe. Am Anfang mussten wir ebenfalls eine Kautions von ca. 1600€ zahlen.

Die Lage war jedoch recht zentral und wir waren mit dem Bus innerhalb von ca. 5-10min im Zentrum. Ich kann total empfehlen mit anderen Austauschstudierenden zusammenzuleben, da die meisten Lust haben, Dinge zu unternehmen und Kontakte zu knüpfen. Wir haben uns dann echt alle total wohl gefühlt :)

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

Ich kann keinen genauen Betrag nennen, wie viel ich monatlich ausgegeben habe, weil öfter auch noch Trips oder größere Ausgaben (wie Bustickets, Memberships etc.) hinzukamen, aber generell stimmt es leider, dass Norwegen einfach ein teures Land ist. Ich kann es schon empfehlen, im Supermarkt auf die Kilopreise zu achten oder auf Angebote zu beachten, zum Beispiel über die Website Mattilbud.

Persönlich bin ich jetzt eher selten in Restaurants oder Cafes gegangen.

Trotzdem gibt es in Trondheim viele Studentenrabatte und auch durch die Mitgliedskarten bei ESN Erasmus Student Network) oder Studentersamfundet gab es Ermäßigungen bei einigen Aktivitäten oder Läden.

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

Die Anbindung mit ÖPNV ist in Trondheim echt sehr gut. Es gab sehr viele verschiedene Busse und auch eine etwas ältere, aber süße Tram. Wenn man das Studi-Ticket (für 1 Monat oder länger) nimmt, sind dabei auch die Nachtbusse & City Bikes enthalten. Die Nachtbusse fahren freitags und samstags nachts ungefähr einmal pro Stunde. Unter der Woche gehen die letzten Busse gegen 00:30 Uhr. Leider funktionieren danach auch die City Bikes nicht mehr. Generell waren die City Bikes und auch die E-Scooter keine Option mehr, als der erste Frost und Schnee kam. Günstig sind die ÖPNV Tickets nicht unbedingt. 3 Monate Studi-Ticket kosten ca. 150€.

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

Ich habe an keinem Tandem- oder Buddy-Programm teilgenommen, aber es wurde sehr viel von der NTNU und ESN organisiert, besonders in den ersten Wochen. Für die Sozialkontakte insbesondere für Austauschstudierende wurde super viel angeboten. Es war super leicht, neue Leute kennenzulernen und an Aktivitäten teilzunehmen. Man muss leider trotzdem sagen, dass Kontakte mit Norweger\*innen eher selten waren.

Empfehlen würde ich auf jeden Fall, eine SiT-Membership abzuschließen. Damit kann man dann alle SiT Fitnessstudios benutzen und dort trainieren und auch alle Sportkurse besuchen, die wirklich viel Spaß gemacht haben. Zusätzlich bin ich noch im NTNUI Swim Team gewesen, wo ebenfalls die Option bestand 4mal die Woche zu trainieren, was aber auch total unverbindlich war und in der SiT Mitgliedschaft enthalten war. Die Teilnahme an den NTNUI Sportgruppen gibt ebenfalls die Möglichkeit, viele Menschen kennenzulernen. Oft werden Partys, Cabin Trips oder andere Aktivitäten organisiert.

An Sportangeboten gibt es wirklich unbegrenzte Möglichkeiten!

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

- Bars/Clubs: Studio 26 (vor allem von ESN Partys), Downtown (Studi-Partys am Donnerstag für max. 5€ Eintritt), Samfundet (riesiger Club mit Konzerten, Partys und weiteren Veranstaltungen), Solsiden (Area mit vielen vers. Bars)

- Restaurants: Egon Pizza Tower (Pizza Buffet sonntags und montags für ca. 11€), Los Tacos, Grano (von Italiener\*innen approved ; ) ), Sushi All You Can Eat etc.

- Cafes: Mormors Stue, Tantes Hage

- Einkaufen: Rema100, Bunnpris (etwas teuer, aber Rabatte an Bread Monday und Fruit Wednesday), Coop Extra, Kiwi

- Aktivitäten: Bowling, Minigolf (Trondheim Camping), Karaoke, Kino, Saunen, (auch viele Aktivitäten durch ESN usw.), Cabin Trips (NTNUI) und ganz viel Zeit in der Natur (Bymarka, Naturgebiet Nähe Dragvoll usw.)

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

Zum Bezahlen habe ich meine Mastercard als Kreditkarte verwendet und das hat vollkommen ausgereicht. Bargeld braucht man definitiv nicht in Norwegen.

Ich habe zusätzlich noch eine Auslandsrankenversicherung abgeschlossen, aber es reicht glaub ich auch eine normale, europäische.

Für Telefonieren, Internet etc. habe ich weiterhin meine Aldi-Talk SIM Karte verwendet und das klappte auch reibungslos.

## Nützliches

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

- Kurskatalog NTNU:

<https://www.ntnu.edu/studies/coursesearch#alesund=false&gjovik=false&trondheim=true&english=true&semester=2024&faculty=-1&institute=-1&multimedia=false&phd=false&open=false&courseAutumn=false&courseSpring=false&courseSummer=false&pageNo=1&season=autumn&sortOrder=ascTitle>

- NTNUI Bumerang (gratis Ausleihe von Wanderrucksäcken, Skiern, Schlittschuhe etc.):

<https://ntnui.no/bumerang/>

- Gratisbutikken (immer montags von 17-19 Uhr geöffnet; Secondhandstore mit gratis Kleidung, Wohnungsgegenständen etc.)

- SjetneBODEN (immer montags von 14-18 Uhr; gratis Ausleihe von Wanderrucksäcken, Schlafsäcken usw.): <https://sjetne.frivilligsentral.no/dokument?sjetneboden---utlan&Id=79505>

- wenn möglich, unbedingt einen Trip zu den Lofoten einplanen!!

**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!!**