

Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

Name:		Austausch im: (akademischen Jahr)	Wintersemester 2024/25
Studiengang:	Master Lehramt für sonderpädagogische Förderung	Zeitraum (von bis):	25.07.24 - 20.12.24
Land:	Norwegen	Stadt:	Trondheim
Universität:	NTNU	Unterrichts- sprache:	Englisch
Austauschprogramm: (z.B. ERASMUS)		Erasmus+	

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))

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. Dann mussten ein paar Dokumente ausgefüllt werden, dieser Prozess wird allerdings eng begleitet. Zu Hause habe ich bereits Kurse rausgesucht, diese vor Ort allerdings nochmal verändert, was kein Problem war.

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

Ich habe den Auslandsaufenthalt über die Erasmus-Förderung und besonders auch die Unterstützung durch meine Eltern sowie meinen Nebenjob an der TU, den ich von Trondheim aus weitermachen konnte, finanziert. Norwegen ist ein wirklich teures Land, bietet allerdings oftmals für Studierende auch kostenlose oder günstigere Angebote.

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

Ich habe nur meinen Personalausweis, Reisepass und Krankenversicherungskarte(n) mitgenommen. Den Reisepass habe ich nie gebraucht, kann aber vielleicht hilfreich sein, wenn man von Norwegen aus in andere Länder reisen möchte.

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

Ich habe den Norwegisch Sprachkurs als Sommerkurs (10 LP) an der NTNU besucht und würde das jedem weiterempfehlen. Für mich war das eine ganz tolle Möglichkeit, um ein Gefühl für das Land und die Sprache zu bekommen, sich in Trondheim zu Recht zu finden, bevor das Semester gestartet ist und besonders auch, um schon Leute kennenzulernen, mit denen ich das gesamte

Erasmus Zeit verbracht habe, weil man in den ersten Wochen schon eng zusammengewachsen ist. Der Sprachkurs ging immer von 9 bis 13 Uhr drei Wochen lang. Unsere Lehrerin hat sich total Mühe gegeben und viele Lernspiele eingebaut. Am Ende der drei Wochen steht die Klausur an, die allerdings mit ein bisschen Lernen und den Unterrichtsstunden gut bewältigbar ist. Nachmittags gab es viel soziales Programm und an den Wochenenden organisierte Cabin Trips, unter Anderem auch nach Åre in Schweden.

Während des Aufenthalts

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

Angereist bin ich mit dem Flugzeug. Jedem, der mehr Zeit hat, würde ich allerdings das Erasmus-Interrailticket empfehlen. Dieses nutzen wir jetzt auch auf dem Weg nach Hause und ist eine tolle Möglichkeit, um die Landschaft und Städte auf dem Weg zu genießen. Nach der Ankunft erhält man von der NTNU automatisch eine Ankomm-Bestätigung. Alle Studierenden müssen dann einen Termin bei der Polizei ausmachen und einmal den Personalausweis, europäische Krankenversicherung (automatisch bei gesetzlichen KV) und Mietvertrag in Trondheim vorlegen. Dies wird allerdings alles in der Orientierungswoche erklärt und geht problemfrei.

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

Über die Stadt verteilt gibt es mehrere Campi. Am relevantesten für die Lehramtsstudierenden sind Dragvoll und Kalvskinn. Der Sprachkurs hat in Dragvoll stattgefunden, was von mir aus sehr weit weg war, von dem Studierendenwohnheim Moholt allerdings lediglich 15 Minuten mit dem Bus entfernt ist. Alle Kurse des Semesters hatte ich in Kalvskinn, dem Campus in der Innenstadt, was für mich deutlich näher war. Alle Campi sind wirklich modern, besonders Kalvskinn, da er ziemlich neu ist. Alle Campi sind auch mit einer Kantine ausgestattet, wobei die Preise nicht mit der TU vergleichbar sind, sodass ich immer mein Essen mitgenommen und in der Mikrowelle aufgewärmt habe. Mittwochs ist allerdings Kanelbullardag, der immer sehr beliebt ist :) Insgesamt gibt es viele Lernplätze an denen man mit Kommiliton*innen zusammen arbeiten und lernen kann. Sehr zu empfehlen ist die fünfte Etage in Akrinn mit einer schönen Aussicht :)

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

Ich habe zunächst drei Kurse belegt (zwei mit 7,5 und einen mit 15 LP), musste aber feststellen, dass das mit meinem Nebenjob zu viel für mich war, besonders weil mein 15 LP Kurs sehr zeitintensiv war. Daher habe ich schließlich in folgenden Kursen meine Prüfungen abgelegt:

1. Arts and Crafts (15 LP) - ein Kurs, in dem wir mit Holz, Keramik, Textil und Visual Communication gearbeitet haben. Die Norwegerinnen waren uns Erasmus-Studierenden zwar voraus, weil sie dies bereits in der Schule hatten, es wurde aber total Rücksicht auf uns genommen. Der Kurs hat viel Spaß gemacht, war allerdings auch sehr viel Aufwand, weil wir neben den ganzen Produkten, die wir für die Ausstellung brauchten, auch ein Logbuch und eine Klausur schreiben mussten.
 2. Introduction to Norway (7,5 LP) - eine Vorlesung, in der es um die Geschichte, den Sozialstaat, die Sprache und die Kultur Norwegens ging. Der Kurs war sehr interessant und die Klausur auch machbar.
- Da die Norweger*innen prinzipiell gutes und verständliches Englisch (und auch langsam und unaufgeregt im Generellen) sprechen, war das Sprachniveau nicht exorbitant hoch, sondern man konnte gut folgen. Zudem sind die Professor*innen sehr nahbar und verständnisvoll, sollte es also Schwierigkeiten geben, kann man sich immer an jene wenden. Generell besteht kein großes Machtgefälle, so werden die Dozierenden z. B. auch mit Vornamen angesprochen.

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

Die Wohnungssuche war ziemlich anstrengend. Die Wohnheimplätze wurden erst einen Monat vor Beginn des Aufenthalts vergeben und auf der Website von SiT stand, dass die Plätze nur denjenigen zugesichert werden, die von außerhalb der EU kommen und/oder länger als ein halbes Jahr bleiben. Daher habe ich bereits einige Monate zuvor angefangen auf der norwegischen Website hybel.no nach einer WG zu suchen und viele WGs anzuschreiben. Dies war ziemlich frustrierend und es hat lange gedauert, bis ich eine Rückmeldung hatte und schließlich in einer 10er WG relativ weit außerhalb gezogen bin, die im Vergleich zu einigen anderen verhältnismäßig günstig war (4800 NOK). Im Endeffekt war ich dort sehr glücklich und auch die Anbindung mit dem Bus 3 war gut. Die meisten der Erasmusstudierenden leben allerdings auf der anderen Fjordseite in Moholt oder Voll studentby. Im Endeffekt haben auch alle, die ich kannte (insbesondere, wenn sie am Sommerkurs teilgenommen haben, denn diese werden auch vorrangig berücksichtigt) einen Platz im Wohnheim bekommen, die wollten.

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

Insgesamt ist Norwegen in Bezug auf Miete und Lebensmittel deutlich teurer als Deutschland. Gleichzeitig gibt es fast überall Ermäßigungen für Studierende. Teilweise kann sich auch eine Mitgliedschaft lohnen. In einigen Cafes und Restaurants lohnt es sich auch zu erwähnen, dass man studiert, um Rabatte zu bekommen. Es lohnt sich auch Angebote im Blick zu behalten, im Family Market einkaufen zu gehen und in der reduzierten Abteilung zu gucken.

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

In Norwegen gibt es für jede Region eine andere App, die den lokalen öffentlichen Nahverkehr organisiert. Für Trondheim ist es die AtB App, in der man sich monatliche Tickets mit Studierendenrabatt kaufen und damit Bus und Bahn in der Zone A nutzen kann. Für Cabin Trips, die über diese Zone hinausgehen, können zusätzlich Einzeltickets für die jeweilige Zone gekauft werden. Ansonsten ist vy.no die Bahnwebsite für norwegische Züge. Alle Tickets können online und/oder in der App gekauft werden.

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

ESN bietet viele Aktionen an, um andere Studierende kennenzulernen, ganz besonders am Anfang ist dies sehr lohnenswert. Es wird auch ein Buddy-Programm angeboten, bei dem man eine*n Norweger*in als Buddy zugewiesen bekommen kann. Das Sportangebot von SiT ist sehr zu empfehlen. Für 1400 NOK kann man für ein halbes Jahr die Mitgliedschaft kaufen und hat damit in jedem der sehr modernen Gyms Zutritt und kann sich auch für die vielfältigen Kurse, die angeboten werden anmelden oder die Saunen nutzen. Daneben gibt es von der NTNUI auch weitere (Manschafts-)Sportangebote. Auch die einzelnen Fakultäten (z. B. SALT für Lehramtsstudierende) bieten verschiedene Sportangebote an, wodurch man gut mit Norweger*innen in Kontakt kommen kann.

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

In Trondheim gibt es einige süße Cafes, wie z. B. Mormors Stue oder Tantes Hage. Außerdem gibt es viele Secondhand Läden und die Gratisbutikken, die jeden Montag von 17-19 Uhr geöffnet ist und in der man kostenlos Kleidung, Küchengegenstände, Bücher etc. mitnehmen kann. In Moholt gibt es auch den ReStore, der kostenlose Möbel, Handtücher etc. anbietet. Für das Nachtleben ist das Studentersamfundet vermutlich der beliebteste Ort. Dieses ist von Studierenden betrieben und ein tolles Gebäude, in dem neben regelmäßigen Partys auch Karaoke, Konzerte etc. angeboten werden. Hier kann sich eine Mitgliedschaft lohnen, da dann der Eintritt frei ist und zudem einige Vergünstigungen inbegriffen sind. Ansonsten ist Downtown mit dem Piano-Mann besonders donnerstags mit vergünstigtem Eintritt zu empfehlen, jedoch fahren dann keine Busse.

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

In der ganzen Zeit in Trondheim habe ich genau ein Mal norwegisches Bargeld gesehen, und zwar als eine Norwegerin aus unserem Kurs es uns gezeigt hat. Ansonsten läuft alles selbstverständlich über Kartenzahlung (auch mit dem Handy). Hier ist die App Revolut sehr zu empfehlen, auf der

man monatlich bis zu 1000 Euro (an Wochentagen) kostenlos Euro in NOK umtauschen kann. Die meisten Erasmus-Studierenden haben diese App, sodass man sich auch gegenseitig Geld schicken kann. Mein Internet- und Telefonvertrag lief ganz normal zu Inlandskosten weiter, ausreichend mobile Daten zu haben, ist allerdings sehr zu empfehlen für Cabin Trips und co. Über den ADAC hatte ich noch eine Auslandsrankenversicherung, die ich allerdings glücklicherweise nicht gebraucht habe.

Nützliches

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

- NTNUI Boomerang (hier kann man kostenlos mit Reservierung auf der Website Sportausrüstung wie Skier, Schlittschuhe, Wanderrucksäcke etc. ausleihen)
- yr.no als Wetterapp
- Aurora als App für die Nordlichter-Vorhersage
- Røde Kors in der Innenstadt (hier können junge Menschen bis 25 Jahre drei mal die Woche kostenlos ein warmes Essen bekommen und die Gemeinschaftsräume, Kaffemaschine etc. nutzen)
- Lofoten nicht entgehen lassen (wenn es finanziell möglich ist)

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

im folgenden Speicherformat: Vorname Nachname_Stadt.doc

DANKE!!