

Ein Semester in Norwegen

Vorbereitung

Um meinen Master in Biologie abzuschließen, wollte ich unbedingt noch ein Semester im Ausland verbringen. Da mir der Süden Europas bereits recht bekannt war, entschloss ich mich in Nordeuropa nach interessanten Unis um zu schauen. Auf meiner Liste standen Oslo und Stockholm, schließlich bekam ich grünes Licht für Oslo. Beide Unis hatten super Kurse im Angebot und waren durch ihre übersichtliche und einfache Handhabung der Uniwebsites gut zu verstehen. Das Erasmusbüro an der FU war bei Fragen immer erreichbar, sodass die Bewerbung reibungslos ablief. Für die Bewerbung an der Universität i Oslo (UiO) benötigte ich lediglich ein B2-Englischzertifikat. Das konnte ich mit einem Englischtest an der FU umstandslos einreichen. Alle benötigten Dokumente konnte ich dann auf der UiO-Website hochladen. Die Semester in Norwegen laufen leider nicht zeitgleich mit den Semestern in Deutschland. In Norwegen wird der Unibetrieb in Frühjahrssemester (Januar-Juli) und Herbstsemester (August-Dezember) aufgeteilt, was dazu führte, dass ich die FU mitten im Semester (Januar) verlassen musste. Es ist daher sehr zu empfehlen, sich Kurse an der FU so zu legen, dass man bereits fertig ist, wenn man nach Oslo zieht. Die Kursauswahl lief, wie fast alles in Norwegen, digital. Kurz vor Semesterbeginn erhielt ich dann eine Bestätigung meiner gewählten Kurse und konnte mich in einer zweiten Runde noch auf weitere Kurse bewerben. Ebenso erhielt ich reichlich Informationen zum Semesterstart. In Form einer „Buddy-Week“ konnte ich andere Erasmus-Studierende, den Unicampus, sowie Aktivitäten in und um die Stadt kennenlernen und fühlte mich so gut vorbereitet für meinen bevorstehenden Uniaufenthalt.

Unterkunft im Gastland

Als Erasmus+ - Studierende ist einem ein Wohnplatz in einem der SiO Studentenwohnheime garantiert (www.sio.no/en/housing). Diese Wohnheime erstrecken sich in Form von Wohnkomplexen durch die ganze Stadt. Auch hier kann man sich online bewerben (je früher desto besser!) und erhält in aller Regel auch schnell einen Platz. Da ich mich mit dem Wohnungsmarkt in Oslo nicht auskannte und nur hörte, dass es sehr teuer sein kann, bewarb ich mich bei SiO auf solch ein Zimmer. Die Wohnungsgrößen können sehr variieren, oft lebt man mit 3-8 weiteren Studis zusammen. Die größten Wohnheime befinden sich in Kringsja und Sogn. Kringsja befindet sich weiter außerhalb, besteht aus größtenteils Plattenbauten, ist dafür aber nah an der Natur. Hier sind die Wohnungen meist sehr groß, 6-8 Mitbewohner:innen sind Standard. Sogn ist etwas Stadt -und auch Uni näher, hier können die Wohnungen auch etwas kleiner sein. Daher bewarb ich mich in Sogn und erhielt ein Angebot für ein unmöbliertes Zimmer. Das nahm ich schließlich auch an, und besorgte mir über IKEA und dem norwegischen eBay Kleinanzeigen (*finn.no*, sehr zu empfehlen!) all meine Möbel. Nach dem Semester verkaufte ich meine Möbel über *Facebook* und *Finn*. Ich lebte mit drei Norwegern zusammen, was gerade für den Einstieg in die norwegische Kultur sehr schön war. Auch Supermarkt und Uni waren nur 5-10 Gehminuten entfernt. Dennoch würde ich beim nächsten Mal mich auch bei anderen Plattformen umschauchen. Eine SiO-Wohnung ist zwar sehr praktisch da man leicht ein preiswertes Zimmer erhält, dennoch gefiel mir die Stimmung der Wohnungen nicht wirklich, es erinnerte mich oft an eine Art Schullandheim und war mir auch ein wenig zu weit vom Stadtzentrum entfernt. Außerdem hat man keine Ahnung mit wem man da zusammenlebt, bis man tatsächlich vor Ort ist. Als Alternative könnte man auf Websites wie *hybel.no* (das norwegische WG-Gesucht), *finn.no* und auch *Facebook* nach freien Zimmern schauen, das erfordert nur ein wenig mehr Zeit und Aufwand. Vor allem *Finn* und *Hybel* sind ausschließlich auf Norwegisch, Google Translate ist da ein großer Helfer. Ich würde diese Seiten dennoch sehr empfehlen, falls euch eine gemütliche WG wichtig ist.

Studium an der Gasthochschule / Kompetenz und Lernerfolg

Die UiO ist eine Campusuni, was mir, gerade von der FU kommend, sehr gefiel. Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln brauchte ich nur 10 Minuten an den Campus. Die Bibliothek, etliche Mensen und Cafés sind sehr schön und offen gehalten und laden ein dort Zeit zu verbringen. Es gibt selbst Studentenbars in den Unigebäuden, wodurch viele ihre Abende dort verbrachten. Leider erhielt ich nicht überall einen Kursplatz, sodass ich schließlich eine etwas andere Kurskombination hatte als zunächst vorgesehen. Ich besuchte die Kurse „Molecular Biology Of Microbe-Host-Interactions“ und „Evolution“. Beide Kurse wurden zunächst online angeboten, der Evolutionskurs wurde nach wenigen Wochen in ein Präsenzformat geändert. An der UiO werden sowohl Blockkurse als auch semesterbegleitende Kurse angeboten, was sehr hilfreich sein kann, wenn man die FU mitten im Semester verlassen muss! Ich wählte daher einen Block- und einen semesterbegleitenden Kurs. Der Molekularbiologiekurs wurde sehr offengehalten, mit viel Raum für Diskussionen und eigenständigem Denken. Die gesamte Literatur basierte auf Papern und jede Woche wurden neue Experimente und Methodiken besprochen. Der Evolutionskurs war eher ein Grundlagenkurs und deckte thematisch einen großen Teil des benötigten Lehrbuchs ab. Dennoch wurde auch dieser Kurs sehr interessant gestaltet und wurde von mehr als vier unterschiedlichen Dozent:innen geführt. In beiden Kursen hatten wir wöchentlich ein Seminar und besprachen die Themen zu den letzten Vorlesungen. Die Professor:innen waren außerordentlich engagiert und gaben mir das Gefühl gut durch die Kurse geführt zu werden. Wie in Skandinavien üblich wurde geduzt und die Profs kannten einen schnell sogar beim Vornamen, sodass ein Gefühl von Nahbarkeit entstand. Der Stoff und das Tempo waren etwas härter als an der FU, dennoch durch die Hilfe der Profs und Tutor:innen gut zu bewältigen. Beide Kurse wurden ausschließlich auf Englisch gehalten, es gab von der Einführung bis zur letzten Vorlesung keinen einzigen Moment, in dem auf Norwegisch gesprochen wurde. Die Klausuren in Norwegen in Biologie bestehen meist aus 3 Stunden-Tests, in denen der gefragte Stoff in Form von ausgewählten Papern abgefragt wird. Zusätzlich belegte ich noch einen Norwegisch A1-Kurs, der vor allem von Erasmus-Studierenden besucht wurde. Dort lernte ich die Grundlagen der norwegischen Sprache und konnte mich so im Land ein wenig besser orientieren.

Alltag und Freizeit

Neben der Uni vertrieb ich mir viel die Zeit damit in und um Oslo Ausflüge zu machen. In Norwegen ist es üblich, sich bestimmten Vereinen anzuschließen, um dort gemeinsam Aktivitäten nachzugehen. Auf der Uniwebsite werden diese Vereine aufgelistet, von einem Schachverein über Quidditch bis zu einer Unibar-Organisation findet sich hier wirklich alles (www.uio.no/english/student-life/associations/). Diese *associations* sind sehr zu empfehlen, um Leute auch außerhalb des Fachbereichs zu treffen, außerdem sind die Verbände sehr aktiv und organisieren regelmäßig neue Aktionen und Ausflüge. Oft muss man einen geringen, einmaligen Semesterbetrag (5-20 €) bezahlen, danach hat man Zugang zu all den Angeboten, die die Vereine bieten. Da ich mich auch wegen der Natur für Norwegen entschieden hatte, schloss ich mich einer Wandergruppe, sowie einer Klettergruppe an. Bei der Klettergruppe konnte ich kostenlos Kletterequipment ausleihen, sowie bei Ausflügen in und um Oslo mitmachen. Auch die Wandergruppe bot regelmäßig kürzere und längere Trips ins Umland an, wodurch man die Osloregion gut kennenlernen konnte. Eine weitere Organisation, die ich fast wöchentlich aufsuchte und sehr empfehlen kann, ist *Friigo*. Dort kann man als Studierende umsonst jegliches Sportequipment für mindestens eine Woche ausleihen. *Friigo* ermöglichte es mir ohne Geldsorgen die Natur ausnutzen können. Im Winter lieh ich Abfahrt- und Langlaufski, sowie Schlittschuhe aus. Im Sommer nutze ich *Frigos* Zelte, Isomatten und Schlafsäcke um im ganzen Land

wandern und zelten zu gehen. Selbst Fahrräder und Kanus können dort ausgeliehen und benutzt werden. Das tolle an der Stadt ist wirklich die Nähe zur Natur, im Winter ist es sogar möglich mit der Stadtbahn bis zum Skigebiet zu fahren. Im Sommer gilt das gleiche für den Zugang zum Meer. Außerdem beantragte ich eine Mitgliedschaft im norwegischen Bergverein (*DNT*), mit dem ich Zugang zu jeglichen Wander -und Berghütten des Landes hatte. Was ich als ein wenig belastend empfand waren die Lichtverhältnisse, gerade zu Beginn des Semesters. Es war sehr schnell dunkel, von 15 Uhr bis 9/10 Uhr am nächsten Tag war die Sonne so gut wie weg. Das ändert sich schnell, im Februar/März, dennoch ist die Dunkelheit nicht zu unterschätzen und drückte gerade am Anfang auf meine Stimmung. Was im Januar jedoch an Licht fehlt wird doppelt und dreifach im Mai/Juni zurückgezahlt. Die Sonne ist dann bis fast Mitternacht noch am Himmel, richtig dunkel wird es fast gar nicht mehr. Das zu erleben war beeindruckend und macht die dunklen Tage vom Beginn wieder wett!

Kosten des Auslandsaufenthalts

Ja, es stimmt, Norwegen ist sehr teuer. Gerade der Alkohol wird streng reguliert, ein Bier in einer Bar kostet meist zwischen 8 - 10 €, im Supermarkt zwischen 2 - 4 €. Auch essen gehen oder Clubbesuche werden sehr schnell sehr kostspielig, weshalb ich beides eher vermied. Dennoch findet man über das Semester seine Tricks, um nicht allzu viel Geld auszugeben. Einkäufe erledigte ich oft im Stadtteil Grønland, wo auf großen Essensmärkten vor allem Obst und Gemüse günstig angeboten wird. Für Lebensmittel habe ich jeden Monat etwa 200 - 300 € ausgegeben, wenn man sich Mühe gibt, geht das sicher noch etwas günstiger. In den Studentenbars an der Uni kann man oft Bier für 5 - 6 € trinken und auch Apps wie *TooGoodtoGo* helfen einem ein wenig Geld zu sparen. Außerdem waren die meisten Sport und Freizeitangebote umsonst. Die Zimmer von SiO sind wie gesagt die günstigste Wohnoption, oft kostet ein Zimmer hier zwischen 380 – 530 €, je nachdem wie groß das zugewiesene Zimmer am Ende ist. Eine Monatskarte für die öffentlichen Verkehrsmittel (Halbjahrestickets gibt es leider nicht), kostet 50€. Mit meiner Miete (530 €), sowie Lebensmittel, Transport -und Freizeitkosten, habe ich jeden Monat etwa 1300 € bis 1500 € ausgegeben. Mit einer etwas günstigere Mieten und mehr Vorsicht beim Einkauf kann man die Lebenskosten sicher auf 1000 – 1200 € drücken, alles darunter ist glaube ich dennoch unrealistisch. Die Erasmuspauschale hilft sicherlich ein wenig ($6 \times 450 \text{ €} = 2700\text{€}$), ist bei den Lebenskosten in Norwegen dennoch leider nur ein Tropfen auf dem heißen Stein. Ich ersparte mir den Großteil zuvor selbst, anders wäre der Aufenthalt in Oslo für mich nicht möglich gewesen. Wer darüber hinaus finanzielle Hilfe braucht, kann soweit ich weiß auch Auslandsbafög beantragen. Außerdem wird ab diesem Jahr die Erasmusförderung auf 650 € pro Monat für die nordischen Länder erhöht, mit einem monatlichen Zuschlag für Menschen aus einem nicht-akademischen Haushalt kann man auch auf fast 800 € im Monat kommen. Die extra Anträge stellen lohnt sich also! Trotzdem würde ich dringend empfehlen sich ein wenig Geld vor dem Austausch zu Seite zu legen, damit man sich vor Ort nicht ständig Gedanken darüber machen muss.

Interkulturelle Erfahrung

Ich hatte sehr wenig Vorstellungen von Land und Leuten, bevor ich nach Oslo gezogen bin. Tatsächlich sind die Menschen zunächst ein wenig kühler und zurückhaltender als in Deutschland. Es braucht ein wenig Zeit, um mit Norwegern in Kontakt zu kommen, was ich gerade am Anfang als schwierig empfand. Das Dranbleiben lohnt sich jedoch :-). Gerade durch die Uni und die verschiedenen Vereine fällt es leichter mit den Leuten in Kontakt zu kommen. Auch deswegen empfehle ich sehr die Buddy-Week zu Beginn des Semesters, die Menschen, die ich dort kennengelernt habe, sind meine engsten Freunde geworden. Und dazu kommt natürlich die atemberaubende Natur Norwegens. Wenn ihr

könnst, geht unbedingt raus aus der Stadt und schaut euch das Land an. Nicht umsonst ist Norwegen ein Mekka für Outdoorbegeisterte. Von riesigen Gletschern und Wasserfällen in den Nationalparks zu steilen Fjorden an der Westküste bis hin zu wahnsinnigen Berg- und Felsformationen direkt am Polarmeer auf den Lofoten ist wirklich alles vertreten. Allein dafür lohnt sich der Austausch schon!

Fazit

Ich hatte eine tolle Zeit in Norwegen. Ich war sehr beeindruckt vom Land und es was es zu bieten hat, sowie all den Möglichkeiten, die die Uni den Studierenden bietet. Wer naturbegeistert ist, hat kaum ein besseres Land in Europa zur Auswahl und sollte sich unbedingt Norwegen anschauen! Beim nächsten Mal würde ich versuchen eine alternative Wohnung im Stadtzentrum zu finden und vielleicht ein paar Vitamin-D Tabletten mitnehmen:-). Dennoch hat sich der Austausch wirklich gelohnt und ich bin sehr froh diese Erfahrung gemacht haben zu dürfen.



Mein SiO Studentenwohnheim bei der Ankunft im Januar



Eine der etlichen Wanderausflüge in der Umgebung der Stadt



Klettern im Wald von Oslo



Ausflug über den Polarkreis, auf die Lofoten