

## Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

<b>Name:</b>		<b>Austausch im:</b>	<b>2022/23</b> <small>(akademischen Jahr)</small>
<b>Studiengang:</b>	<b>Raumplanung</b>	<b>Zeitraum</b> (von bis):	<b>02.01.2023- 14.06.2023</b>
<b>Land:</b>	<b>Finnland</b>	<b>Stadt:</b>	<b>Helsinki</b>
<b>Universität:</b>	<b>Aalto University</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))

Für meinen Austausch im Spring Term 2023 (Jan-Jun) habe ich mich bereits im November 2021 beworben. Man muss sich frühzeitig kümmern und über alle Fristen informieren. Insgesamt vergeht dann auch eine lange Zeit bis man von allen Seiten (Heimat Uni, Empfangs Uni, ERASMUS, Housing, ...) die Zusagen hat, aber die Bewerbung muss wirklich frühzeitig geplant werden. Tatsächlich hat sich für mich der Austausch mit der Aalto auch eher überraschend ergeben, da die Kooperation ganz neu war. Ich hatte mich eigentlich für andere Universitäten beworben, da aber alle Plätze so begehrt waren und nur durch Losverfahren ergattert werden konnten, habe ich mich dann umentschieden und für die ganz neue Kooperation mit der Aalto Universität entschieden (Beste Entscheidung für mich persönlich).

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

Ich habe mir den Aufenthalt durch die ERASMUS-Förderung, sowie vorab erarbeitetes und erspartes finanziert.

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

Hier muss man ausschließlich an seinen Personalausweis denken, da Finnland zur EU gehört und somit keine Weitem Dokumente notwendig sind.

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

Mein Studium war ausschließlich auf englisch, aber ich habe vorab einen von der Aalto University angebotenen online Einsteiger finnisch Sprachkurs belegt. Den fand ich insgesamt auch hilfreich um die Basics zu können bei Ankunft im Land.

## Während des Aufenthalts

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

Ich bin von Düsseldorf nach Helsinki geflogen. Das war alles ganz unproblematisch und entspannt. Ich weiß das die meisten hingeflogen sind, zurück sind jedoch viele mit Interrail gereist und haben sich noch weitere Teile des Nordens angeschaut.

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

Der Campus der Aalto University ist super. Er liegt nicht in Helsinki selbst sondern in Espoo, was aber quasi zu Helsinki gehört. Aus der Innenstadt ist man mit der Metro schnell am Campus aber auch diverse Buslinien führen dort hin. Er ist also insgesamt gut und von überall zu erreichen. Für mich war es immer eine 20 min Busfahrt entlang and wunderschöner Natur.

#### **MENSA**

Es gibt super viele Mensen auf dem Campus verteilt und es lohnt sich alle auszuprobieren, alle haben ihre Besonderheiten und das Essen ist überall gut! Grundsätzlich gibt es immer ein vegetarisches und ein nicht vegetarisches Gericht und sogar eine Mensa die ausschließlich veganes Essen anbietet. Das Essen beinhaltet für 2,90 (super fair) immer auch Salat und Getränke.

#### **BIBLIOTHEK/ LERNRÄUME**

Es gibt ein sog. Learning Center, was Bibliothek und Lernräume vereint. Hier kann man super arbeiten. Außerdem gibt es aber auch eine App mit der man sich über den ganzen Campus verteilt, an seine Bedürfnisse angepasste, Räume mieten kann (z.B. Gruppenraum mit Bildschirm, Computerraum, kleiner Raum, großer Raum etc.). Das ist besonders für Gruppenarbeiten super praktisch. Sicher ist, an guten Arbeitsplätzen mangelt es definitiv nicht.

Insgesamt sind die Ansprechpartner super hilfsbereit und antworten immer schnell und unterstützen, wo sie können. Ich habe mich sehr gut aufgehoben gefühlt und wusste immer, wenn ich eine Frage habe werde ich schnell eine Antwort und Hilfe bekommen.

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

Ich hatte keine klassischen Vorlesungen oder Kurse mit Frontalunterricht. Alle meine Kurse/ Seminare waren eher interaktiv und Studierenden orientiert, was mir sehr gefallen hat. Es gab viele Referate, Gruppenarbeiten, Präsentationen, Exkursionen und so weiter. Daher haben sich auch die Prüfungen nicht aus Klausuren zusammengesetzt, sondern meistens aus einer Mischung aus Hausarbeiten, kleinen Wöchentlichen Abgaben, Gruppenarbeiten und Präsentationen. Es ist auf jeden Fall das ganze Semester über etwas zu tun, aber wenn das Semester dann vorbei ist, sind auch die Prüfungen durch. Sprich, keine Hausarbeiten die sich den Sommer lang ziehen etc. Die Zusammenarbeit mit den DozentInnen findet auf Augenhöhe statt, man duzt sich, man erreicht sich schnell und was ich besonders gut fand, man bekommt immer ein ausführliches schriftliches Feedback, zu allen Abgaben (egal ob groß oder klein). Das hat mir sehr geholfen und insgesamt finde ich hat man auch das Gefühl, das die Arbeit, die man leistet, mehr wertgeschätzt wird. Es wird viel Wert auf Reflektion gelegt, daher war es in allen meinen Kursen mindestens ein Assignment, was sich zum Abschluss mit einer zusammenfassenden Reflektion der Kursinhalte beschäftigt hat. Das hat mir geholfen alles nochmal durchzugehen und Verknüpfungen herzustellen. Ich finde das kommt bei uns oft zu kurz. Was vielleicht ein bisschen doof ist, ist die ganz andere Semestereinteilung als bei uns. Das hat mir auch am Anfang ein bisschen Sorgen gemacht. Durch mein Auslandssemester konnte ich an der TU nur ein Blockesminar im Wintersemester 22/23 belegen, da das Semester an der Aalto Anfang Januar begonnen hat. Das sollte dich aber nicht abschrecken, hier findet man sicher auch Lösungen.

Was für mich auch neu war, war die Strukturierung der Kurse, so hat man diese nicht ca. 3 Monate am Stück, sondern immer 6 Wochen bis 2 Monate und wechselt hier auch mit jedem Term (abhängig vom Kurs, manche gehen länger, manche kürzer). Ich fand dieses System super und echt abwechslungsreich und so habe ich es auch geschafft, ohne zu großen Stress 31 ECTS zu machen in meinem Austausch.

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

Die zwei größten Anbieter für Studierendenwohnen sind in Helsinki HOAS und AYY. Hier kann man sich frühzeitig bewerben und bekommt dann auch mit etwas Glück eine Unterkunft (Ich habe von niemandem gehört der keine bekommen hat). Die Lage der Unterkünfte variiert jedoch sehr, manche haben die Angebote des studierenden Wohnens nicht, angenommen da die Wege in die Stadt oder zur Uni teilweise wirklich weit waren. In dem Fall findet man aber auf dem privaten Markt auch gut etwas. Hier läuft viel über Telegramgruppen.

Ich hatte das Glück und habe ein HOAS-Zimmer in sehr guter Lage in Helsinki bekommen und auch für einen guten Preis (400€ pro Monat). Die Zimmer waren klein (ca. 10 qm) aber hatten eine komplett ausreichende Größe und Ausstattung (Bett, Schreibtisch, Schrank, Regal, Stuhl und zwei Lampen). Vorab zahlt man eine Kaution von 500€ die man, nach Auszug und Abnahme durch HOAS, schnell wieder zurück überwiesen bekommt. Wir waren insgesamt 6 Frauen in der Wohnung. Ich glaube das HOAS und auch AYY die Wohnungen nach Geschlecht einteilt, da ich von keiner gemischten WG gehört habe. Ich habe mich mit allen Mitbewohnerinnen super verstanden und wir hatten eine gute Zeit in unserer Wohnung. Ich habe mich sehr wohl gefühlt mit meiner Wohnsituation, was ja sehr wichtig ist.

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

Insgesamt würde ich sagen ist das Leben schon teurer als in Deutschland, aber man kann auch günstig durch den Alltag kommen. Zum Beispiel habe ich in meiner Zeit dort deutlich weniger Miete gezahlt als ich es normalerweise in meiner Heimatstadt tue. Ich würde sagen Essengehen und natürlich Alkohol ist deutlich teurer als bei uns. Bei Lebensmitteln kommt es auch stark darauf an wo man einkaufen geht, so ist Lidl zum Beispiel nicht viel teurer als bei uns, K-Market aber schon. Wenn man hier etwas auf die Wahl des Supermarktes achtet, kann man schon einiges einsparen. Ich würde sagen Freizeit ist auch preislich ähnlich wie bei uns, obwohl es mich überrascht hat, dass Museen beispielsweise inkl. Studentenrabat immer noch deutlich teurer sind als bei uns. Was teurer ist sind die Reisen und Ausflüge, die man natürlich nicht missen möchte.

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

Der ÖPNV in Helsinki ist super. Hier bekommt man ganz zu Beginn eine HSL-Karte auf der der Studentenrabat vermerkt wird und dann kann man diese aufladen. Das sind dann schon größerer Summen, die man zahlt, wenn man es für mehrere Monate macht, aber es lohnt sich. Damit kann man die Metro nehmen, Busse und Bahnen. Man sollte aber beim Kauf der Karte darauf achten in welcher Zone man lebt da es hier Unterschiede gibt (AB, ABC, ...).

Was ich etwas schade fand, war die recht schlechte Anbindung der Uni bzw. Espoo an Helsinki am Wochenende und vor allem abends. Da musste man manchmal deutlich eher von den Studentenpartys am Campus nach Hause gehen, weil man sonst anstatt 30 min, 2h gebraucht hätte. Das war etwas, was mir negativ aufgefallen ist, ansonsten ist der ÖPNV sehr unkompliziert und gut ausgebaut.

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

Ich habe hauptsächlich andere exchange students kennengelernt. Durch meine WG (von 6 Personen) hatte ich von Anfang an Anschluss und wir konnten uns in den ersten Tagen bei den gleichen Fragen und Herausforderungen helfen. In der Uni habe ich dann weitere Leute kennengelernt, mit denen ich meine Zeit verbracht habe.

Die Guilden (ähnlich wie Fachschaften bei uns) engagieren sich besonders am Anfang des Semesters stark und organisieren super viel Veranstaltungen (Infos über Telegramgruppen). Hier kann man auch schnell Leute kennenlernen und in die finnische student culture eintauchen. Des Weiteren war ESN mit diversen Trips (Lappland, Baltic Sea Cruise etc.) sehr aktiv. Ich persönlich habe keinen ESN-Trip mitgemacht, sondern mit anderen Freunden beispielsweise eine reis nach

Stockholm gemacht oder Trips in Cabins über Finnland verteilt. Das kann ich sehr empfehlen. Die meisten sind superschön und abgelegenen gelegen und haben in den meisten Fällen auch eine Sauna.

Insgesamt habe ich enge Freundschaften geschlossen mit Menschen von vielen Verschiedenen Orten auf der Welt. Ich freue mich jetzt schon sie alle in den nächsten Jahren zu besuchen und bin mir sicher, dass das Freundschaften für immer sind.

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

In Helsinki gibt es super viel zu sehen und zu erleben. Es gibt viele coole Museen, Galerien, schöne Viertel zum Schlendern und tolle andere Orte. Mich hat die Stadt und die Vielfalt and Unternehmungsmöglichkeiten sehr begeistert. Am Anfang war es schwer den richtigen Ort für die Informationen zu Veranstaltungen (außerhalb der Uni) zu finden, aber irgendwann recht schnell ist mir klar geworden, dass viel über Instagram und Facebook läuft. Hier lohnt es sich also nach coolen Locations und Veranstaltungen zu suchen.

#### **Nachtleben**

Wenn man auch außerhalb der Uni-Partys feiern gehen möchte (So war es bei mir), dann ist hier besonders so ein komplex in der Nähe von Hakaniemi interessant. Hier tummeln sich mehrere Clubs, aber auch Bars in einer Area und jedes Wochenende gibt es ein vielfältiges Angebot. Hier hatte ich immer schöne Abende und auch von Winter zu Sommer wandeln sich die Locations deutlich.

Insgesamt sollte man vielleicht festhalten, dass die Stadt im Winter teilweise richtig ausgestorben war. Da ich im Januar ankam hat mich das erstmal echt gewundert, selbst an den Sehenswürdigkeiten war nichts los. Natürlich liegt das an der Kälte und der Dunkelheit und ändert sich auch komplett, sobald sich die erste Frühlingssonne blicken lässt. Dann ist die Stadt super belebt und es entstehen eben auch ganz neue Orte in der Stadt. Die Parks sind belebt, Picknicken ist super beliebt und in vielen Parks öffnen kleine Kiosks und verkaufen allerlei oder veranstalten Pop-Up-Events.

Mir hat der Winter trotz ausgestorbener Straßen super gefallen, die Stadt ist in Schnee getaucht und es herrscht eine angenehme Stimmung. Durch Aktivitäten wie Langlauf oder Eislaufen lässt sich die Kälte aushalten. Es lohnt sich Schlittschuhe oder Langlaufskier mitzubringen. Fast alle Parks haben Leupen und alle öffentlichen Sportflächen werden zu Eisflächen, man kann also überall kostenfrei Schlittschuh laufen und Langlaufen. Wenn man weder Langlaufskier noch Schlittschuhe hat, kann man diese super easy vor Ort secondhand kaufen.

Mich hat die Second Hand Kultur sehr überrascht und mir hats super gefallen. Es gibt echt sehr sehr viele günstige Secondhand Shops, in denen man alles bekommt was man braucht, von haushaltsgegenständen, über Sportartikel bis hin zu Kleidung ist da alles dabei. Viel wird auch verschenkt und dafür gibt es auch Telegramgruppen.

Es gibt viel zu Unternehmern und zu erleben und es sind je nach Jahreszeit ganz unterschiedliche Tipps. Im Frühjahr/ Sommer würde ich auch definitiv auf die Inseln vor Helsinki fahren, dort ist es wunderschön und lange spaziergänge im Stadtwald machen oder Wanderungen im Nationalpark in Espoo. Ein absolutes Highlight in Finnland sind natürlich die Saunen. Hier gibt es eine Vielzahl an verschiedenen, jede mit eigener Atmosphäre und auch die Studentenwohnheime haben meistens eine Sauna im Haus.

Die Liste an Möglichkeiten ist lang und es wird definitiv nicht langweilig.

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

## **Nützliches**

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

Ich kann einen Austausch an der Aalto sehr empfehlen, mir hat die Uni gut gefallen, die DozentInnen waren super, Helsinki ist eine tolle Stadt und die Natur die dich umgeben wird ist so schön! Ich würde sofort wiederhin gehen :)