

Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

Name:		Austausch im:	WiSe 23/24
		(akademischen Jahr)	
Studiengang:	Bioingenieurwesen	Zeitraum (von bis):	08.23-12.23
Land:	Norwegen	Stadt:	Trondheim
Universität:	NTNU (Norwegian University of Science and Technology)	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))

Nachdem ich mich fristgerecht bei meiner Fakultät beworben habe, angenommen wurde und die Online-Annahmeerklärung abgegeben hatte, wurde ich von meiner Fakultät bei der NTNU nominiert. Anschließend wurde ich per Mail von der NTNU über alle einzureichenden Unterlagen, die Fristen und das allgemeine Vorgehen informiert. Alle diese Informationen mit allen möglichen Ausnahmen findet man jedoch auch auf der sehr hilfreichen Website der NTNU für Austauschstudierende. Nach ein bisschen Bearbeitungszeit wurde mir dann per Mail ein Platz an der NTNU angeboten, den man anschließend noch annehmen musste.

Eine erste Kurswahl ist schon für den Bewerbungsprozess notwendig, jedoch ist diese nicht bindend und kann bis zu einer Deadline nach dem Beginn des Semesters geändert werden. Die Kurswahl selbst gestaltet sich relativ einfach, da die NTNU eine Website mit guten Filter-Funktionen anbietet, die es einem sehr erleichtert passende Kurse zu finden. Ich persönlich habe mich zuerst für ein paar mehr Kurse angemeldet und mich dann in den ersten beiden Wochen für meine "Favoriten" entschieden. Einzig und allein für den Sprachkurs "Norwegian for Foreigners" musste ich mich bereits vor Beginn des Semesters anmelden, hierzu wurde ich jedoch frühzeitig per Mail informiert.

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

Zur Finanzierung habe ich die Erasmus+-Förderung mit Social Top Up beantragt, wobei diese lediglich einen Teil der Kosten des Aufenthalts abdeckt. Daher musste ich den Rest selbst mit der Unterstützung meiner Familie bezahlen. Grob geschätzt würde ich sagen, dass die Lebenshaltungskosten in Norwegen im Durchschnitt doppelt so hoch wie in Deutschland sein können. Zu den alltäglichen Ausgaben für Wohnen und Verpflegung kommen natürlich noch Ausgaben für Freizeitaktivitäten und Reisen dazu. Ein Vorteil von Trondheim als Studentenstadt ist

jedoch, dass es quasi überall einen Studentenrabatt gibt, es lohnt sich also immer danach zu fragen.

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

Für die Einreise nach Norwegen der ist der Personalausweis ausreichend und Dokumente wie ein Reisepass oder eine Aufenthaltsgenehmigung sind nicht notwendig. Man muss sich lediglich nach der Ankunft bei der Polizei registrieren. Dies wird aber von der NTNU organisiert.

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

Ich habe vor meiner Abreise an keinen Sprachkursen teilgenommen und bereue dies auch nicht, da alle meine Kurse auf Englisch gehalten wurden und Norweger allgemein sehr gutes Englisch sprechen, sodass man ohne Norwegisch-Kenntnisse gut klarkommt. Während meines Aufenthaltes habe ich mit einem Norwegisch-Kurs für Austauschstudenten angefangen, jedoch habe ich diesen aufgrund des "hohen" Aufwands zusammen mit meinen anderen Kursen abgebrochen. Wenn man jedoch wirklich an der Sprache interessiert ist und gewillt ist ein bisschen Arbeit zu investieren ist der Kurs sicherlich eine gute Option.

Während des Aufenthalts

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

Ich persönlich bin mit dem Flugzeug aus Amsterdam angereist, da hier Direktflüge angeboten werden. Ansonsten gibt es viele Flüge mit Umstieg in Oslo und bei der Buchung lohnt es sich auf die Angebote für Studenten von den norwegischen Airlines zu achten. Vom Flughafen in Trondheim habe ich den Bus Vaernes Ekspresen genommen (vorher online ein Ticket buchen ist günstiger), da der Flughafen eine halbe Stunde von Trondheim entfernt liegt. Alternativ kann man auch Linienbusse oder den Zug nehmen, die zwar länger brauchen und nicht so häufig fahren, dafür aber günstiger sind. Alle notwendigen Infos für die Schlüsselabholung für das Studentenwohnheim sind auf der Website zu finden. Die Schlüsselabgabe an sich ist unkompliziert und auch gut außerhalb der Öffnungszeiten möglich. Über alle weiteren Anmeldeprozesse informiert die NTNU in den Informationsveranstaltungen und in der Checkliste, die auch schon vorab auf der Website der NTNU einsehbar ist. Das Wichtigste hierbei ist die Anmeldung bei der Polizei, für die man über die NTNU Termine buchen kann. Das gesamte Vorgehen wird während der Informationsveranstaltungen erklärt, wichtig ist eigentlich nur, dass man in dem vorgesehenen Zeitraum mit Personalausweis, Krankenkassenkarte und Studierendenbescheid bei der Polizei erscheint und sich anmeldet. Wer während seines Aufenthaltes Post empfangen möchte, muss sich außerdem in einer Poststelle (meist in Supermärkten) registrieren. Um dort seine norwegische Adresse zu registrieren, muss man nur ein Formular ausfüllen und seinen Personalausweis vorzeigen.

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

Mit den Ansprechpartnern vom International Office hatte ich nur in der Einführungswoche persönlichen Kontakt und anschließend beschränkte sich der Kontakt auf E-Mails, was auch bis auf teils lange Wartezeiten gut funktionierte. Generell waren alle Kurskoordinatoren/Professoren immer sehr hilfsbereit und haben zügig auf Mails geantwortet. Die NTNU hat sehr viele Gebäude, die über die ganze Stadt verteilt sind, jedoch gibt es mit "Gløshaugen" und "Dragvoll" zwei Hauptcampi. Da es Gebäude in der ganzen Stadt gibt, sollte man bei der Kurswahl/Erstellung seines Stundenplans darauf achten, dass die Räume von den Vorlesungen nicht zu weit entfernt sind, da die Vorlesungen immer bis bspw. 10:00 Uhr gehen und die nächste bereits um 10:15 startet. Man hat also nicht wie in Dortmund 30 Minuten Pause, sondern nur 15 Minuten und da kann die Zeit schonmal knapp werden.

Die meisten Gebäude sind modern und gut ausgestattet. Es gibt genügend Räume für alles, was man machen möchte, egal ob Gruppenarbeit, stille Arbeit oder sich einfach entspannt mit Freunden zu treffen. Besonders in der Klausurenphase wird es sehr voll in der Uni, weshalb es sich anbietet, online Räume zum Lernen zu reservieren. Mensen, Cafés und kleine "Supermärkte" für Snacks sind in allen größeren Gebäuden zu finden und deshalb immer in der Nähe. Die Preise in der Mensa sind deutlich höher als in Dortmund, weshalb viele Studenten mitgebrachte Mahlzeiten in der Mensa essen.

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

Alle drei Kurse, die ich besucht habe, wurden mit 7,5 ECTS bewertet (ich glaube 7,5 ist die allgemeine Untergrenze für einen Kurs an der NTNU). Der Aufbau der Kurse hat sich schon stärker von dem mir aus Dortmund bekannten Ablauf unterschieden und man könnte sagen, dass der Fokus deutlich mehr auf dem Selbststudium liegt. Die Vorlesungen waren teilweise "nur" Zusammenfassungen von allgemeinen Lehrbüchern und es wurde gefordert relativ viel zusätzliche, spezielle Literatur in Eigenarbeit nachzuarbeiten. Außerdem gab es in den meisten Kursen das gesamte Semester über in bestimmten Intervallen verpflichtende Abgaben, um zur Klausur zugelassen zu werden. In meinem Fall musste ich zwei größere Gruppenarbeiten und ein Protokoll zu einem Laborversuch abgeben. Häufig waren auch die Professoren die einzigen Ansprechpartner, da es keine zusätzlichen Übungsleiter oder Tutoren gab. Grundsätzlich war das kein Problem, da die Professoren meist hilfsbereit und studierendennah waren und ich sie als besonders freundlich und offen gegenüber den Austauschstudierenden wahrgenommen habe. Das Sprachniveau war bei meinen Kursen nicht sehr hoch und ich bin gut mit meinem Englisch, ohne es mit einem Sprachkurs aufzufrischen, klargekommen. Auch bei einer Abgabe wurde der Fokus nicht auf die Sprache, sondern auf den Inhalt gelegt. Alle meine Klausuren wurden in dem zentralen Klausurgebäude "Sluppen" geschrieben. Ich musste meinen eigenen Laptop mitbringen, da alle Klausuren digital ablaufen und man Papier nur für Rechnungen per Hand zur Verfügung gestellt bekommt. Generell bekommt man immer 3-4 Stunden Zeit für eine Klausur, jedoch ist der gesamte Umfang meist auch ein bisschen höher. Allgemein würde ich aber eher sagen, dass die Zeit kein kritischer Faktor ist. Allgemein kann ich die Veranstaltung "Introduction to Norway" empfehlen, die bei Austauschstudenten sehr beliebt ist. Man kriegt hier in sehr kurzer Zeit einen guten Überblick über alle möglichen Aspekte in Norwegen und die zugehörige Klausur ist auch sehr gut machbar.

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

Ich hatte das Glück im Wintersemester einen Platz Studentenwohnheim 'Moholt studentby' von Sit (dem Studierendenwerk in Trondheim) zu erhalten. Aufgrund der vergleichbar geringen Miete von ca. 400€ inkl. Nebenkosten ist das Studentenwohnheim bei Austauschstudierenden sehr beliebt. Ich erhielt ein bereits möbliertes Zimmer (Bett, Schreibtisch, Schreibtischstuhl und Schrank) in einer 4er WG. In der WG stand als Gemeinschaftsraum lediglich die Küche zur Verfügung, welche nicht unbedingt zum Langen Verweilen einlud. Allerdings steht auf dem Gelände ein Gebäude, welches als Treffpunkt für Studierende fungiert (Loftet), mit Sofas, Brettspielen, Tischtennisplatte, Kicker etc. zur Verfügung. Weiterhin gibt es auf dem Gelände einen Waschsalon, ein Fitnessstudio, kostenlosen Sportverleih und zwei Supermärkte (7 Tage die Woche geöffnet). Das Studentenwohnheim liegt zwar auf einem Hügel etwas außerhalb der Stadt, jedoch ist es zumindest tagsüber gut mit dem Bus angebunden. Wenn man nachts aus der Stadt nach Moholt gelangen möchte, muss man meistens ca. 45 min laufen. Studierende, die kein Platz in einem Studentenwohnheim erhalten haben (was zumindest im WiSe nicht so unwahrscheinlich ist) sind meist auf den norwegischen Websites finn.no und hybel.no, Airbnb oder in Facebookgruppen fündig geworden. Da die privaten Wohnungsangebote meist teurer als die Studentenwohnheime sind und der soziale Anschluss im Studentenwohnheim deutlich leichter ist, würde ich aber das Wohnen im Studentenwohnheim immer empfehlen. Die NTNU hat ebenfalls eine sehr gute Website mit einem Überblick über alle Unterkunftsmöglichkeiten in Trondheim (privat & von Sit).

Außerdem gibt es von Seiten der NTNU eine 'Roof over your head'-Garantie, die einem einen Platz in einem sehr guten Hostel (welches ebenfalls von Sit geführt wird) garantiert, damit man einen ersten Schlafplatz hat, wenn man vor der Ankunft noch keine Unterkunft gefunden hat.

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

Trondheim ist natürlich, wie alle anderen Städte in Norwegen, sehr teuer. Wie schon unter dem Punkt Finanzierung gesagt würde ich schätzen, dass die Lebenshaltungskosten in Norwegen im Durchschnitt doppelt so hoch wie in Deutschland sein können. Einzelne Preise für zum Beispiel die Miete oder das Busticket habe ich bereits bei den jeweiligen Unterkapiteln genannt. Grundsätzlich gilt, dass man immer nach einem Studentenrabatt fragen sollte, da die Wahrscheinlichkeit für einen Rabatt in der Studentenstadt Trondheim recht hoch ist. Allgemein gibt es oft spezielle Angebote für und teilweise auch von Studenten mit guten Preisen, wie zum Beispiel das Samfundet um zu feiern, das NTNU um Sport zu machen oder spezielle Studentenangebote in Restaurants. Des Weiteren gibt es häufig Tages oder Tageszeit abhängige Angebote mit vergünstigten Preisen. Außerdem kann sich die Anschaffung von Membership-Karten für beispielsweise das Samfundet oder das ESN lohnen, da man so über einen längeren Zeitraum Geld sparen kann.

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

Der öffentliche Verkehr in Trondheim besteht hauptsächlich aus sehr gut ausgebauten Busverbindungen und man muss selten lange auf einen Bus warten. Tickets sowie Fahrplaninformationen erhält man über die ATB-App. Ich habe mir ein 6-Monats-Ticket für Studenten gekauft, welches ca. 250 € gekostet hat. Auch wenn ich nicht 6 Monate geblieben bin, war es umgerechnet die günstigste Alternative. Die Busse fahren unter der Woche von ca. 6 Uhr morgens bis 1 Uhr nachts, am Wochenende gibt es zusätzlich Nachtbusse bis um 3 Uhr.

Auch wenn man in die Umgebung von Trondheim fahren möchte, ist dies problemlos mit dem Bus möglich. Es gibt viele verschiedene Verbindungen zu naheliegenden Städten und Dörfern, was besonders praktisch ist, wenn man einen Cabin Trip machen möchte.

Außerdem gibt es in Trondheim sehr viele E-Scooter und Leih-Fahrräder. Neben den Leih-Fahrrädern, die man mit dem Busticket kostenlos verwenden kann, haben sich manche Studierende auch ein eigenes Fahrrad zugelegt, was man in den Monaten ohne Schnee problemlos und in den Wintermonaten mit Spikes an den Reifen verwenden kann.

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

Vieles wurde über WhatsApp- und Facebook-Gruppen organisiert, in die man entweder frei eintreten konnte oder von anderen Studenten eingeladen wurde. Vom ESN Trondheim wurde ein Buddy-Programm organisiert, bei dem interessierten Austausch-Studenten jeweils ein norwegischer Student zugeteilt wurde, um sich auszutauschen und gemeinsam Dinge zu unternehmen. Leider haben sich zu wenige Norweger beworben, weshalb kaum internationale Studenten an dem Programm teilnehmen konnten. Zusätzlich hat das ESN das ganze Semester Veranstaltungen und Reisen organisiert, an denen ich nicht teilgenommen habe, jedoch nur Gutes gehört habe. Ich persönlich fand die Reisen preislich relativ teuer, weshalb ich diese lieber selbst organisiert habe.

Um günstig Sport zu treiben und neue Leute kennenzulernen, kann ich NTNU nur empfehlen. Es gibt ein sehr großes Angebot an vielen Sportarten, sowie eine Fittnessstudiomitgliedschaft zu einem fairen Preis. Zusätzlich bietet NTNU "Bumerang" kostenlos die Möglichkeit sich Materialien, wie zum Beispiel Skier oder Outdoor-Equipment für Cabin Trips auszuleihen. Diese Cabins kann man als NTNU Mitglied auch für die Hälfte des regulären Preises buchen.

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

Mit ca. 30.000 Studenten ist Trondheim keinesfalls eine verschlafene Stadt im Norden Norwegens, sondern eine großartige Studentenstadt mit vielen Sehenswürdigkeiten und Möglichkeiten für Unternehmungen. Mit lediglich rund 200.000 Einwohnern ist Trondheim bereits die drittgrößte Stadt Norwegens. Hierdurch kommt zwar kein Großstadtfeeling auf, jedoch hat die Stadt viel

zu bieten: Kinos, viele Cafés, Einkaufszentren, eine schöne Innenstadt, ein Schwimmbad, eine Minigolfanlage, einen Kletterpark, etc.

Hinzu kommen noch zahlreiche Aktivitäten in der wunderschönen Natur, die auch stark der norwegischen Kultur entsprechen. Man kann wandern, klettern, im See oder Fjord schwimmen, Fahrrad fahren und im Winter Skifahren, Langlaufen oder Schlittschuhfahren ausprobieren.

An den Wochenenden haben wir viele Cabin Trips gemacht. Bei NTNUI können Studierende sich für kleines Geld eine Hütte in der Umgebung von Trondheim buchen und dort dann gemeinsam mit Freunden Zeit ohne Strom und fließend Wasser verbringen. Alle Hütten haben mir sehr gut gefallen und wenn man die norwegische Kultur besser kennenlernen möchte, sollte man sowas auf jeden Fall mal mitgemacht haben.

Was das Nachtleben angeht, ist das Samfundet im Zentrum ein Pflichtprogramm für Austauschstudierende. Dies ist ein von Studenten organisiertes Gebäude, in dem es verschiedene Bars und Clubs gibt. Es besteht die Möglichkeit sich für ca. 25 € eine Mitgliedschaft zu kaufen. Mit dieser bekommt man vergünstigt Getränke und zahlt keinen Eintritt für die Partys. Das Samfundet ist eines der wenigen Orte, an dem alkoholische Getränke einigermaßen bezahlbar sind. Generell ist Alkohol in Norwegen sehr teuer. Bier kann man im Supermarkt kaufen, alle anderen alkoholischen Getränke gibt es speziellen Alkoholläden "Vinmonopolet". Neben dem Samfundet gibt es in der Stadt noch weitere Bars und Clubs, welche jedoch deutlich teurer sind. Zumindest für letzteres bietet es sich an sich vorher zum Vortrinken im Studentenwohnheim zu treffen, was in Norwegen ebenfalls sehr stark verbreitet ist.

Ich hatte zusätzlich das Glück, dass zu der Zeit als ich in Trondheim war "UKA", ein ausschließlich von Studenten organisiertes "Festival", stattfand. Da hierzu sogar große Künstler wie beispielsweise 50 Cent in die Stadt kommen ist das Festival wirklich ein Highlight.

Während meiner Zeit in Trondheim habe ich auch zwei Reisen zu den Lofoten und nach Tromsø gemacht, die ich als Reiseziele 100 % weiterempfehlen kann, wenn man schonmal so weit im Norden ist.

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

Ich habe während meines gesamten Aufenthaltes kein einziges Mal Bargeld benutzt. Daher ist es essenziell sich vor dem Aufenthalt eine Kredit- oder Debit-Karte zuzulegen. Hierbei ist es zu empfehlen eine Karte ohne Gebühr für die Währungsumrechnung in Fremdwährung zu wählen. Ein Konto bei einer norwegischen Bank ist für ein Semester nicht notwendig.

Dank EU-Roaming konnte ich meinen normalen Handyvertrag ohne irgendwelche Mehrkosten weiterbenutzen. WLAN ist in den Studentenwohnheimen und der Uni (eduroam) natürlich vorhanden.

Ich habe für die Zeit des Aufenthaltes eine Auslandsrankenversicherung abgeschlossen. Ob das notwendig ist oder nicht muss jeder selbst wissen, da die normale Krankenversicherung normalerweise EU-weit gilt und viele Behandlungen abdecken sollte.

Nützliches

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

Auf der Website der NTNU für Austauschstudenten steht eigentlich alles, was man wissen muss, ziemlich übersichtlich zusammengefasst (dort findet man auch die NTNU-Checkliste):

<https://www.ntnu.edu/studies/exchange>

Ist man gerade auf der Suche nach Kursen kann diese Website: <https://grades.no> hilfreich sein, da man hier die Noten der letzten Jahre von allen Veranstaltungen sehen kann.

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!!