

## Erfahrungsbericht über den Auslandsaufenthalt

<b>Name:</b>		<b>Austausch im:</b>	2023/2024 <small>(akademischen Jahr)</small>
<b>Studiengang</b> :	Physik M.Sc.	<b>Zeitraum</b> (von bis):	24.08.23- 14.01.24
<b>Land:</b>	Schweden	<b>Stadt:</b>	Stockholm
<b>Universität:</b>	Stockholm university	<b>Unterrichts- sprache:</b>	Englisch
<b>Austauschprogramm:</b> (z.B. ERASMUS)		<b>ERASMUS</b>	

Angaben zur Zufriedenheit während des Aufenthalts:  
(Zutreffendes bitte ankreuzen)

	1 <small>(niedrig)</small>	2	3	4	5 <small>(hoch)</small>
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))

Bei mir war es eine relativ spontane Sache, mich für das ERASMUS-Programm zu bewerben. Ich habe nicht Zu Beginn meines Studiums gesagt, dass ich ins Ausland möchte.

Ich habe Schweden ausgewählt, da ich den Lebensstil und die Kultur Schwedens mag. Im Allgemeinen mag ich Skandinavien und könnte mir vorstellen auf lange Sicht da hinzuziehen.

Beworben habe ich mich gemäß der Fristen im Januar und der Informationen auf der Internetseite des ERASMUS-Programms der TU Dortmund. Nachdem ich alle Dokumente samt Bewerbungsschreiben eingereicht habe, habe ich auch in absehbarer Zeit die Zusage bekommen. Seitens der Stockholm university (SU) kamen auch keine großen Komplikationen auf. Die Unterlagen und der Anmeldevorgang liefen alle reibungslos und unkompliziert ab, so dass ich auch dort problemlos schnell eingeschrieben war.

Von der SU bekommt man einen Link zu einer Liste mit den Kursen, welche man belegen kann, zugeschickt. Davon habe ich mir dann 30 credit points ausgewählt und von der Fakultät Physik in Dortmund bestätigen lassen, dass ich mir die auch anrechnen kann. Ich habe ausschließlich Module mit Physik als Inhalt belegt. Nachdem ich dann auch die Zusage für diese Kurse von der SU bekommen habe, waren so gut wie alle Regularien geklärt und ich konnte die finalen Unterschriften setzen und mich auf das Auslandssemester freuen.

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

Ein großer Teil der Finanzierung kam von dem ERASMUS-Programm. Daneben habe ich mir das Auslandssemester auch noch mit Hilfe von Erspartem und meinen Eltern finanziert.

Als EU-Bürger brauchte ich nur einen Personalausweis.

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

In Stockholm habe ich einen Sprachkurs begonnen, diesen aber direkt fallen gelassen, da ich nicht mit ca. 300 anderen Studierenden und einem Dozenten eine Sprache erlernen kann.

## Während des Aufenthalts

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

Angereist bin ich mit einem Freund, der gleichzeitig mit mir an der SU ein Auslandssemester gemacht hat. Wir sind von Dortmund nach Stockholm durch Dänemark über die beiden großen Brücken (Øresund und Storebaelt) mit dem Auto gefahren. An der SU angekommen, haben wir uns unsere Schlüssel geholt und konnten direkt in unser Apartment des Studentenwohnheims einziehen.

Sich mit Ämtern auseinanderzusetzen oder weitere Formalitäten gab es nicht.

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

Von dem Studentenwohnheim aus war der Haupt-Campus fußläufig 5 Minuten entfernt. Der Campus der Physik war mit dem Bus in etwa 15 Minuten zu erreichen.

Das international Office empfängt einen immer herzlich bei Problemen, so dass man sich immer darauf verlassen kann, dass man mir Problem zu jemanden gehen kann.

Dort gibt es keine Mensa oder Cafeteria wie an der TU Dortmund, sondern nur kleine Restaurants. Dementsprechend ist es etwas teurer auf dem Campus zu essen.

Die Bibliothek ist groß und auch sehr einfach zu erreichen.

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

Die Vorlesungen sind so wie an der TU Dortmund nur mit dem Unterschied, dass es (zumindest bei mir in den Mastervorlesungen) keine Übungsgruppen gibt, sondern man lediglich eine Korrektur von dem Professor zu den eigenen Abgaben erhält.

Die Prüfungen waren schriftliche Klausuren mit einem zeitlichen Umfang von 5 Stunden. Somit hat man absolut keinen Zeitdruck und viel Zeit in der Klausur um auch mal eine kleine Pause einzulegen.

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

Gewohnt habe ich in einem Apartment des Studentenwohnheims „Lappis“. Dort habe ich einen Platz bekommen, indem ich mich einfach in einem Portal beworben habe, was auch sehr schnell ging. Als Person, die ein Auslandssemester macht, kriegt man schneller einen Platz bei den Studentenwohnheimen.

Mein Apartment bestand aus einem Raum mit einem Schreibtisch mit Stuhl, Bett und einem großen Kleiderschrank. Zusätzlich hatte ich mein eigenes Bad. Die Küche habe ich mir mit 13 anderen Personen geteilt. Das hat auch gut geklappt und man war nie alleine, da man immer jemanden zum reden hatte.

Die Monatsmiete lag bei ca. 400€, wie auch die Kaution.

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

Lebensmittel sind in Stockholm etwas aber auch nicht viel teurer. Da ich aber viel esse, haben sich die Unterhaltskosten schon summiert.

Das Abendleben ist in Stockholm sehr teuer. Der Eintrittspreis für Clubs würde ich auf mindestens doppelt so teuer wie hier in Dortmund schätzen. Ebenfalls ist Alkohol viel teuer (0.4L Bier in einer Bar ca. 8€)

Ermäßigungen habe ich leider nicht viel erhalten. Nur bei Eishockeyspielen und Museumsbesuchen habe ich immer einen Studentenrabatt nutzen können.

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

Das Verkehrsnetz ist sehr gut, pünktlich und vor allen Dingen sehr sauber. Man kam von dem Studentenwohnheim alle 10 Minuten mit dem Bus zur U-Bahn-Haltestelle „Universitetet“ zur Zentralstation von Stockholm. In Essenz war alles sehr einfach und schnell zu erreichen.

Was mir sehr gut gefallen hat, waren die U-Bahn-Haltestellen, denn diese sind im Bereich des Zentrums ein Kunstwerk für sich.

Allerdings gibt es kein „Studententicket“, womit man das ganze Semester lang fahren kann. Sondern es muss sich immer wieder ein Ticket gekauft werden (für 30 Tage zum Beispiel), was sich hinterher summiert. Allerdings ist es sehr angenehm, dass dort alles digital ist, so dass auch die Tickets einfach per Handy gekauft werden können.

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

Zu Beginn des Semesters veranstaltet die Fakultät der Naturwissenschaften drei Wochen, wo man sich kennenlernen kann. Ich würde auch dringend raten zumindest eine Woche hinzugehen.

Dort gibt es ein großer Verein, der sich um den Unisport kümmert. Darüber kann man sich zu den verschiedenen Sportarten anmelden, wo man auch wieder viele Kontakte knüpfen kann.

Viele Kontakte habe ich tatsächlich durch private Treffen oder durch das Studentenwohnheim geknüpft. Immer mal wieder wurden neue Leute zu privaten Treffen oder zu Küchen mitgebracht, womit man immer mehr Leute kennengelernt hat.

Ebenfalls dienen die Veranstaltungen von ESN, um neue Kontakte zu knüpfen.

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

Das Nachtleben ist nicht sonderlich groß. Ich war kaum feiern oder viel unterwegs in Bars, da es eben auch sehr teuer ist.

Zum Einkaufen dient Stockholm aber sehr gut. Es gibt viele Läden und man findet auch immer was neues, wenn man neue Ecken von Stockholm entdeckt.

Die Stadt an sich ist sehr sehenswert. Es ist eine wunderschöne Stadt mit einer gut erhaltenen Altstadt. Überall fühlt man sich wohl und es ist sehr sauber. Dass die Stadt mit viel Wasser durchsetzt ist, ist auch ein Highlight.

Die Natur ist relativ schön und man kann bei gutem Wetter gut Wandern gehen (zum Beispiel in den Archipelagen). Als es im Winter länger sehr kalt war, bin ich auf den Seen spazieren gegangen oder Schlittschuh gelaufen. In Stockholm gibt es viele Möglichkeiten um im Winter Schlittschuh zu laufen.

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

Was aus meiner Sicht ein must-have ist, ist eine Kreditkarte. Online-Käufe kann man nur mit einer Kreditkarte tätigen. Da in Stockholm alles digital ist, ist es somit notwendig. Sonst kann man auch vieles in Läden mit einem normalen Girokonto zahlen. Bargeld hatte ich nicht einmal in der Hand, da ich es auch nicht gebraucht habe.

Da Schweden ein EU-Land ist, sind dort Telefonieren und Versicherungen kein Problem.

## Nützliches

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

Ich würde unbedingt raten, sich schon vor Beginn des Auslandsaufenthaltes mit ESN vertraut zu machen (über deren Internetseite oder Instagram z.B.).

**Mein Erfahrungsbericht darf im Internet veröffentlicht werden:**

JA:     x    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**