

Oslo – Norwegen

August – Dezember 2017



Fabian Buchauer

HiOA, jetzt OsloMet genannt – Oslo Metropolitan University

Klima

Grundsätzlich ist es in Norwegen ziemlich kalt. Trotzdem ist die Luft eher trocken und es gibt sehr wenig Wind, deshalb sind die Temperaturen leicht zu ertragen.

Ab November können sind bis zu -5°C (was viel angenehmer als -5°C in Deutschland ist); gegen Ende Dezember erreichen wir an den kältesten Tagen -15°C .

Deshalb solltet ihr ein Paar gute Winterschuhe mitbringen, die ihr im Schnee tragen können, denn es schneit ziemlich oft und der Schnee kann 2 bis 3 Wochen bleiben; bevor er schmilzt und die Weg sind dann sehr rutschig.

Öffentliche Verkehrsmittel

Die öffentlichen Verkehrsmittel in Oslo sind ziemlich einfach organisiert. Die T-Bane (das Äquivalent der U-Bahn) verläuft durch die ganze Stadt und führt zu den eher isolierten Teilen von Oslo. Es gibt aber auch eine Straßenbahn und Busse.

Der Monatstarif für alle Verkehrsmittel (T-Bane, Straßenbahn, Bus usw.) in Oslo kostet 30 €. In der Karte sind auch die meisten Fähren im Oslo Fjord inklusive, die Inseln sind perfekt für ein spätsommerliches Grillfest.

Der öffentliche Verkehr ist sehr angenehm, nie überfüllt - auch in Spitzenzeiten - und läuft die meiste Zeit reibungslos.

Unterkunft

Alle Studenten werden in einem der Studentenwohnheime untergebracht. Es gibt sehr viele Studentenwohnheime; verstreut in ganz Oslo. Diese sind üblich für Studenten aller Universitäten in Oslo.

Alle Unterkünfte werden von derselben Organisation verwaltet (Sio: www.sio.no/en). Auf der Seite von sio könnt ihr euch ein Konto erstellen und euch dort für eine Unterkunft bewerben, dafür gebt ihr fünf Präferenzen für Studentenwohnheim (bzw. Zimmertypen) an. Ihr bekommt definitiv einer eurer fünf Möglichkeiten. Die überwiegende Mehrheit der Studenten wohnen in Wohnungen von 6 bis 8 Personen mit einem eigenen Zimmer und teilweise einem eigenen Bad oder eben einem Gemeinschaftsbad und einer Gemeinschaftsküche.

Während meines Semesters lebten 90% der Studenten in unserer Klasse in den Wohnheimen "Sogn" oder "Kringsjå". Obwohl diese Wohnheime nicht im Stadtzentrum sind, ist es sehr einfach, zur Universität zu gelangen. Es dauert etwa 30 Minuten mit den öffentlichen Verkehrsmitteln.



Songsvann, See 10 min zu Fuß entfernt von Kringsja

Es gibt andere Residenzen, mehr im Stadtzentrum, jedoch kenne ich nur Sogn und Kringsjå. Die meisten Aktivitäten der Erasmus-Studenten finden in diesen beiden Unterkünften statt.

Kringsjå hat eine große Anzahl von neuen und sehr schönen Wohnungen; dort hat man ein Schlafzimmer und ein privates Badezimmer. Sogn ist wesentlich günstiger, jedoch etwas älter, jedoch werden dort im Moment auch sehr viele Gebäude renoviert, so dass es dort auch sehr neue und moderne Wohnungen gibt. In Sogn teilt man sich meistens Küche und Badezimmer

Für ein Zimmer mit eigenem Bad in einer Wohngemeinschaft, zahlt man etwa 510 €. Ein Zimmer mit Bad und Gemeinschaftsküche kostet ca. 380 €. Kabel-Internet ist in den Residenzen enthalten.

Universität

- Universität

Die Universität befindet sich im Stadtzentrum, was sehr schön ist.

Die erste Woche ist der Integration gewidmet. Mit den anderen Schülern in eurer Klasse habt ihr verschiedene Aktivitäten und Abende, die von "Buddies" (Studenten der Universität) geleitet werden.

Die Kantine an der Universität ist lecker, aber sehr teuer. Ein Teller kostet zwischen 6 und 10 Euro.

- Ankunftsservice

Die Fahrt vom Flughafen zum Osloer Hauptbahnhof dauert etwa 30 Minuten mit dem Zug für 10 € (NSB).

Es gibt einen Ankunftsservice für internationale Studenten am Osloer Hauptbahnhof. Dieser Service führt euch bei Ihrer Ankunft am Bahnhof zur Universität von Oslo, wo ihr eure Wohnungsschlüssel abholen können. Ihr werdet dann auf zur T-bane geführt, um eure Wohnungen zu finden. Dieser Service ist nur an einem Tag verfügbar. Ich würde jedoch grundsätzlich empfehlen vor dem Arrival-service anzureisen, da ihr erstens schneller eure Wohnungsschlüssel von sio bekommt und außerdem euch auch noch euer Zimmer oder gegebenenfalls die Wohnung aussuchen könnt!

- Kurse

Das Programm ist das Europäische Projektsemester (EPS); welches speziell für Erasmus/ Ausländer Studenten ist. Ihr werden keinen (oder vielleicht einen) Norweger in eurer Klasse haben.

Ihr arbeitet in einem Team von 3 bis 4 Personen in einem multidisziplinären Projekt in Verbindung mit einem Unternehmen. Ihr werdet von einem Tutor betreut, welcher Professor an der Universität ist.

Die meiste Arbeit wird mit eurem Team erledigt. Ihr werdet eure Zeit selbst verwalten können. Ihr trefft euch wöchentlich mit eurem Tutor, um den Fortschritt eures Projekts zu präsentieren und möglicherweise Hilfe zu erhalten.

Ihr werdet nur wenige Stunden pro Woche haben, etwa 6 Stunden pro Woche. Diese Kurse (hauptsächlich Management) dienen dazu, um euch für das Projekt vorzubereiten. Die Kurse sind

- Englisch - akademisch. Im Wesentlichen, um euch beim Schreiben eures Berichts zu helfen.

- Projektmanagement - Hauptsächlich um euch bei der Realisierung und Verwaltung der Fristen eures Projekts zu unterstützen.

- Eintägige Seminare zu verschiedenen Themen - Teambuilding, nachhaltige Entwicklung usw.

Es gibt keine Abschlussprüfung, sondern nur einen Abschlussbericht (zwischen 50 und 130 Seiten) und eine 20-minütige Präsentation.

Die Projekte sind sehr nützlich für das Unternehmen, für das ihr arbeitet. Es gibt 10 bis 15 verschiedene Projekte in verschiedenen Bereichen.

Es ist zu beachten, dass das EPS-Programm offiziell auf Bachelor-niveau ist. Die meisten Erasmus-Studenten, die an diesem Programm teilnehmen, sind im dritten Studienjahr (5-6 Semester) an der Universität. Dieses Programm zählt 30 ECTS.

- Norwegische Kurs

Ihr habt die Möglichkeit, euch für optionale norwegische Kurse anzumelden. Die Kurse sind sehr gut und eine gute die Möglichkeit, um andere Studenten zu treffen.

Der Kurse (3 Stunden pro Woche) erfordert einen erheblichen Arbeitsaufwand. Die Abschlussprüfung beinhaltet eine 15-minütige mündliche und eine schriftliche Prüfung. Die Prüfungen sind ziemlich einfach.

Aktivitäten und Ausgaben

- Lebensunterhaltskosten

Norwegen ist eines der teuersten Länder der Welt. Der Preis des Lebens ist exorbitant. Fleisch, Obst, Gemüse und Joghurt sind sehr teuer. Lachs ist dagegen billiger als in Deutschland. Achtet darauf, dass ihr wesentlich mehr Geld für Lebensmittel ausgeben werdet, als ihr das in Deutschland tut.

Außerdem ist Seife, Duschgel, Shampoo, Deo auch sehr teuer. Denkt also daran, ausreichend von zuhause mitzubringen. Die Supermarktketten "KIWI" und REMA1000 sind die günstigsten.

Die meisten Studenten kaufen ihr Obst und Gemüse auf dem Markt in Grønland, wo es sehr billig ist.

Restaurants oder Fastfood sind sehr sehr teuer; Zum Beispiel, zahlt man 15 € für ein einfaches Menü bei Burger King.

Alkohol ist sehr teuer und stark reguliert. Starker Alkohol, wird nur in speziellen vom Staat betriebenen Alkoholgeschäften und ist mindestens doppelt oder dreifach so teuer wie in Deutschland. Es kann an Wochentagen vor 18 Uhr und am Wochenende bis um 15 Uhr Alkohol gekauft werden.

Bier kann im Supermarkt vor 20 Uhr an Wochentagen und vor 18 Uhr am Wochenende gekauft werden.

- Aktivitäten in Oslo

Es gibt mehrere Aktivitäten in Oslo, obwohl die Stadt ziemlich klein ist. Oslo ist eine kleine Oase der Natur, sobald man sich vom Stadtzentrum wegbewegt, findet man sich in der Natur wieder.

Zum Ausgehen oder Feiern werdet ihr wahrscheinlich in Studentenbars gehen, wo der Preis für Getränke okay ist. Ansonsten sind normale Bars sehr teuer (Überraschung!). Mehrere Abende (Semesterstart, Halloween, Abschlussball) werden vom ESN (Erasmus Student Network) speziell für internationale Studenten in großen Clubs organisiert.

Ihr könnt euch für die Athletica Fitnessstudios anmelden, die von SIO (dem Unternehmen, das die Studentenwohnheime verwaltet) verwaltet werden und zu sehr günstigen Preisen für Studenten zur Verfügung stehen. Es gibt 5 dieser Fitnessstudios in Oslo; Sie sind sehr neu und bieten auch Gruppencurse (Yoga, Cardio, Boxen...) an.



Skisprungszchanze in Oslo Holmenkollen

- Reisen

Ihr werdet die Möglichkeit haben, durch Norwegen aber auch in anderen skandinavischen Ländern zu reisen.

Dazu organisieren sich die Erasmus-Studenten normalerweise selbst in Gruppen. Ausflüge werden auch von der Schule angeboten (zB in Lappland oder Russland).

Mit dem FlixBus könnt ihr günstig reisen. Für 15 € könnt ihr nach Stockholm oder Kopenhagen fahren. Aber auch Fliegen mit Norwegian ist relativ günstig, da die meistens Studenten unter 26 sind, könnt ihr dazu auch den Rabattcode: UNDER26 benutzen!

Die üblichen Reiseziele in Norwegen sind Trolltunga, Preikestolen, Bergen und im Norden die Lofoten (Nordlichter).

Für Wanderausflüge, wie Trolltunga, muss man die ersten Monate - zwischen August und Mitte Oktober - nutzen, bevor es zu kalt wird und es zu schneien beginnt. Ich würde euch empfehlen Wanderschuhe und eine Wanderhose mitzunehmen, da ihr dies definitiv gebrauchen werdet, außerdem könnte ein Schlafsack hilfreich sein.



Trolltunga



Preikestolen