Abschlussbericht Auslandssemester
NTNU Trondheim, Herbstsemester 2021

Marleen Tiller
bei Fragen erreichbar unter: marleentiller@gmail.com

Vorbereitung des Auslandsaufenthalts

Ohne alles zu Verschönern sollte hier gesagt sein, dass der Bewerbungsprozess nicht einfach und nicht auf die leichte Schulter zu nehmen ist. Es ist viel Arbeit den Überblick über alle Dokumente und auch die Deadlines zum Einreichen aller dieser im Blick zu haben. Man sollte früh genug anfangen sich auch mit Dozenten der TU in Kontakt zu setzen.

Man benötigt unbedingt eine **Kreditkarte**! In Norwegen geht nichts ohne die, selbst an Raststättentoiletten ist and er Klinke ein Bezahlfeld für Kreditkarten. Ich habe nur durch Zufall mal Münzen auf der Straße gefunden, man kommt sonst nie an die Notwendigkeit von Bargeld.

Die **Vorbereitung** ist auch emotional, man verabschiedet sich von Freunden, der Familie, Bekannten, Kollegen, Partnern und auch Haustieren oder Zimmerpflanzen. Es ist quasi ein kurzer, aber intensiver Neustart, den man durchmacht. Sich darüber Gedanken zu machen, was man einpackt und mitnimmt ist ebenso entscheidend und ebenso wenig einfach. Praktische und wichtige Dinge haben ebenso viel Wert, wie Dinge, die sich wie Zuhause anfühlen. Den tollen Tipp eine Lieblingssüßigkeit, in meinem Fall habe ich meinen Lieblingstee mitgenommen, einzupacken hat mir total geholfen. Wenn die erste Welle des Heimwehs dann zuschlägt, aber umso schöner etwas zu haben, was einen gedanklich nach Hause bringt.

Abfahrt, Ankunft und die ersten Tage

Die Abfahrt sollte wohlgeplant und auch nicht kurz vor knapp entschieden sein, das sind unheimliche Stressfaktoren, die die letzten Tage des Verabschiedens schwerer machen. Man startet so schon genug in das Ungewisse. Fliegen geht natürlich immer am schnellsten, jedoch hat man beim Flug einen extremen Kulturschock, jedenfalls ich immer, man steigt aus und ist plötzlich wo anders ohne das richtig mitbekommen zu haben. Mit dem Zug, zum Beispiel von Berlin nach Oslo fliegen und dann mit dem Zug von Oslo nach Trondheim, für ca. 6 Stunden zu fahren erleichtert das Ankommen sehr und man hat wahnsinnig schöne Ausblicke.

Die Ankunft in Trondheim funktioniert sehr gut, vom Flughafen fährt direkt ein Bus, Vaernesexpressen, und hält an den wichtigsten Punkten der Stadt. Falls man einen Platz in einem der Wohnheimstandorte ergattern konnte, so holt man sich den Schlüssel im Moholt Studentby ab und fährt dann noch ggf. zu seiner Adresse weiter.

In den ersten Tagen muss man sich erstmal ordentlich zurecht finden, das Ticket für den **Nahverkehr** zu besorgen lohnt sich definitiv, man kann zwar alles laufen, aber Trondheim ist unfassbar bergig und daher macht das auch schnell keinen Spaß. Für den Bus (es gibt dort nur Busse und eine Straßenbahnlinie, die ist im Ticket inbegriffen) gibt es zwei Apps: AtB Mobillett, mit dieser wird das Ticket gekauft. Die Tickets sind in verschiedene Zonen eingeteilt, Zone 1 ist die Innenstadt von Trondheim und die recht komplett aus. Es gibt auch Ticketschalter an seltensten Stationen, also lieber das 3 oder 6 Monate Studententicket in der App kaufen. Die zweite App heißt AtB, in dieser können, wie in der BVG App Routen nachgeschlagen werden, aber keine Tickets gekauft werden. Im Zweifelsfall geht auch immer Google Maps oder Apple Maps, um Routen nachzuschlagen. Zum **Einkaufen** ist nicht viel zu wissen, es gibt mehrere Ketten für Lebensmittel: Bunnpris, Rema 1000 und Coop. Im Normalfall ist Rema 1000 die günstigste Möglichkeit, jedoch gibt es bei Bunnpris auch immer wieder Sonderangebote, bei denen man auch ordentlich sparen kann (Nudeln 3 für 2 o.Ä.).

Administrative Dinge im Vorfeld und vor Ort

Wo kann ich wie **wohnen**? Es gibt Studentenwohnheime an mehreren Stellen in Trondheim, Moholt Studenty ist das größte, es hat eine eigene Wäscherei, ein Fitnessstudio, eine Bibliothek, einen eigenen Bunnpris (der sogar sonntags öffnet) und eine größen Aufenthaltsraum ein sehr großer Rema 1000 ist zu Fuß 5 Minuten entfernt. Um in den Wohnheimen wohnen zu können braucht man einen Code, der in der Bewerbung auf der Website angegeben werden muss. Sich neben dem Moholt Studentby auch im Berg Studentby zu bewerben ist keine schlechte Idee, diese sind eine Busstation auseinander. Beide sind direkt am Campus Gloshaugen, welcher auch immer noch ein wenig außerhalb ist. Wenn du für dich weißt, dass du der totale Party Mensch bist, sollte eher Ausschau nach etwas sehr zentralem gehalten werden, denn die Busse fahren ab Mitternacht nicht mehr, oder seeehr vereinzelt.

Sich privat etwas suchen über Airbnb geht zum Beispiel auch, es kann nur schnell teurer werden.

Studium: Besuchte Kurse, erwogene spätere Anerkennungen

Ich habe zwei **Kurse** mit jeweils 15 ECTS/LP besucht. Ersterer heißt Arts and Crafts und ist ein vorwiegend praktisch orientierter Kurs. Es werden die Nähwerkstatt mit Stricken und Nähen besucht, die Holzwerkstatt, die Schnitzwerkstatt und die Keramikwerkstatt, zusätzlich noch Architektur mit der Arbeit am Computer. In jeder der Werkstätten hält man sich 2 Wochen auf und hat die Kurszeit und in der Freizeit die Möglichkeit an den Aufgaben des Kurses zu arbeiten. Jede der Arbeitsaufträge sind ziemlich Zeitaufwändig, aber auch vom Aufwand her selbst gewählt. In der Holzwerkstatt zum Beispiel war die Aufgabe ein mechanisches Holzspielzeug zu bauen, in dieser Aufgabe kann man sich etwas extrem kompliziertes oder eher etwas simpleres ausdenken. So ging das in jeder Werkstatt weiter.
Der zweite Kurs Pedagogy and pupil related Skills, dieser ist eher als Vorlesung angelegt.

Es gab zwei Termine jede Woche, einer reine Vorlesung und der zweite eher mit Seminarcharakter mit Gruppenarbeiten und Ähnlichem.

Als **Anerkennungen** sind bei mir folgenden Dinge geplant:

Für Arts and Crafts:	ALBA-P4
	ALBA-WP3 Bauen und Wohnen
	ALBA-WP6 Produktgestaltung und Design
Für Pedagogy and pupil related skills:	LISS-G Lernförderung und Lernmotivation
	LISS-G Pädagogische Diagnostik

Die Anerkennungen habe ich vorher mit Herrn Dienel und Frau Fegter per Mail abgesprochen und empfehle das auch so zu tun. So vermeidet man den Stress dann im Nachhinein etwas zu finden.

Uni-Leben: Sport bis Mensa, etc.

Die von der Uni betriebenen **Fitnessstudios** sind unfassbar gut ausgestattet, es gibt zusätzlich zum normalen Bereich noch Gruppenkurse, in denen gibt es von Tanzen bis Krafttraining und Yoga wirklich alles was das Herz begehrt. Ein Abo für diese Services muss vorher abgeschlossen werden und kostet für internationale Studierende für 6 Monate 1100kr, das sind ungefähr 115€. Online könne für die **Gruppenkurse** auch Plätze gebucht werden, so kann man dann nur hin, loggt sich ein und kann loslegen. Zusätzlich gibt es noch weitere Sportgruppen des NTNUI, I steht hier für Idrett=Sport auf Norwegisch. Dort gibt es **Sportgruppen** zu allen Themen, Skifahren, Wandern und was das Herz alles noch begehrt. Zusätzlich vermietet das NTNUI auch die cabins um Trondheim herum, diese kann sich jedes Mitglied im Vorraus mieten für meistens 2€ pro Person, diese sind nur wirklich unfassbar begehrt und man sollte früh planen und buchen. Um herauszufinden welche Cabin/Koiene man buchen möchte, kann man sich durch die Karteien klicken und das passende finden und dann anschließend buchen.

Wohnsituation, Finanzierung und Lebenshaltungskosten

Ein Zimmer im **Wohnheim** in einer 4er WG kostet ungefähr 450€ im Monat, dazu kommen keine weiteren Kosten für Strom, Internet oder Wasser. Nur das Waschen der Wäsche im Waschsalon kostet pro Wäsche 20kr, ca. 2€, das Nutzen der Trockner ist kostenfrei und ich empfehle auch diese zu nutzen, da der Platz in der Wohnung und den eigenen Zimmern wirklich sehr begrenzt ist. **Lebensmittel** kosten nach meinem Gefühl her durchschnittlich das doppelte zu Deutschland, **alkoholische Getränke** sind exorbitant teuer. Alles über 5% Alkoholgehalt darf nicht im Supermarkt verkauft werden, in der Woche wird Alkohol nur bis 20 Uhr verkauft und am Samstag nur bis 18 Uhr, alles Hochprozentige kann man dann in Alkoholgeschäften wie, Vinmonopolet, besorgen.

Ich habe das **MOVE IT! Stipendium** bezogen, in diesem habe ich jeden Monat 1310€ bekommen und einmalig 300€ für die Einreise. Das Stipendium ist nicht zurückzuzahlen und man hatte keine akademischen Vorgaben wie einen Notendurchschnitt oder Ähnliches nachweisen müssen, um das Stipendium beziehen zu können.

Ich empfehle sich für ein Stipendium oder irgendwas in der Art zu bewerben, das Leben in Norwegen ist nicht günstig und das Auslandssemester wird durch Reisen mit noch enorm mehr Erinnerungen gefüllt. Diese wahrscheinlich einmalige Möglichkeit und Erfahrung zu haben, war für mich mehr wert als das ich Geld vom Stipendium zurückgelegt hätte.

Leben im Allgemeinen, Freizeit, Reisen

In Trondheim kann man meistens ab dem späten Nachmittag nicht mehr großartig einkaufen oder shoppen gehen, da viele Geschäfte ab 16 Uhr schließen. Es gibt viele schöne Second Hand Shops und Cafés, und eigentlich alles was das Herz begehrt. Mit der Straßenbahn nach Lian zu fahren ist eine der schönsten und einfachsten Dinge in Trondheim, den Hügel hoch verlässt man den Stadtlärm und kann in der Natur spazieren. Generell ist Trondheim in jede Richtung von Natur und Bergen umgeben und lädt dazu ein sich zu bewegen und draußen zu sein. Die Trondheimer sind an sich ein sehr

sportliches Völkchen und jeden Berg den man erklimmt trifft man mindestens 2 Jogger, die den Berg hochrennen. Einen kleinen Fernsehturm hat Trondheim auch, im dortigen Restaurant kann man lecker speisen und sich in der drehenden Plattform Trondheim aus jeder Richtung anschauen.

Rund um Trondheim gibt es mehrere Nationalparks die alle einen Besuch wert sind, sich über das Wochenende ein Auto mieten ist mit dem NTNUI Discount bei Sixt immer günstiger möglich und man muss auch nie etwas nachweisen oder vorzeigen. Die Inselgruppe Lofoten ist auch definitiv ein muss, es ist einfach unfassbar schön und atemberaubend beeindruckend. Die anderen großen Städte Norwegens, Bergen und Oslo, sind auch einen Besuch wert. Im Winter/der Weihnachtszeit ist Røros auch wunderbar. Es ist ein Weltkulturerbe und wird auch al Weihnachtsstadt bezeichnet. Es ist total niedlich und gemütlich dort und die Serie “Weihnachten zu Hause” wurde dort gefilmt! Und wenn man schon mal im Norden ist, gibt es vom ESN - Erasmus Student Network auch immer organisierte Reisen und Trips.