

## Erfahrungsbericht Auslandssemester

### ALLGEMEINE DATEN ZUM AUSLANDSSEMESTER

---

Wie war es?

**Ich bin mit der Veröffentlichung des Berichts sowie der beigefügten Fotos (es bestehen keine Rechte Dritter an den Fotos) einverstanden** Ja

**Neue Outgoing-Studierende fragen manchmal nach einer Kontaktmöglichkeit zu ehemaligen Outgoings. Dürfen wir Ihre Kontaktdaten bei Anfragen weitergeben?** Ja

**Akademisches Jahr** 2023/2024

**Semester** Herbst/Fall 2023/24

**Dauer in Semestern** 1

**Studiengang an der EUF** BA Bildungswissenschaften

**Fach 1 (nur Lehramt-Studierende)** Englisch

**Fach 2 (nur Lehramt-Studierende)** Sonderpädagogik

**Fach 3 (nur Lehramt-Studierende)**

**Gastland** Norwegen

**Gasthochschule** Høgskolen i Østfold

### IHRE PERSÖNLICHEN ERFAHRUNGEN

---

**Wie haben Sie sich auf das Auslandssemester vorbereitet? Was sollte bereits im Voraus organisiert werden?**

Ich habe, neben den notwendigen Dingen für die Erasmusförderung, nicht viel organisieren müssen. Wichtig ist es, rechtzeitig eine Kreditkarte zu haben. Denn auch die Miete wird mit dieser bezahlt und diese ist gegebenenfalls schon vor dem Aufenthalt fällig (ich habe ab dem 01.08. gezahlt, bin aber erst am 11.08. angereist). Ich selbst habe auch eine Auslandskrankenversicherung abgeschlossen, allerdings haben viele andere Studierende, aus Deutschland, keine gehabt. Die Universität hat mich rechtzeitig über alles informiert, deshalb hatte ich keinen großen Stress durch organisatorische Dinge.

**Welche Tipps haben Sie zur umweltfreundlichen An-/Abreise (falls zutreffend)?**

Ich selbst bin mit dem Auto angereist und mit dem Flugzeug abgereist. Es ist aber auch mit Zug/Bus möglich, denn viele andere Erasmus Studierende sind während des Semesters mit dem Flix Bus nach Kopenhagen gereist (ca. 7,5h) und nach Kopenhagen kommt man von Flensburg leicht mit dem Zug.

**Wie haben Sie gewohnt und wie sind Sie an Ihre Unterkunft gekommen (selbst gesucht/von Gasthochschule organisiert, Wohnheim/privat etc.)?**

Die Unterkunft ist durch die Gasthochschule organisiert. Als Erasmus Student\*in hat man einen garantierten Platz im Wohnheim, welches direkt am Campus liegt. Man kann sich frühzeitig für verschiedene Wohnungstypen bewerben und bekommt dafür auch rechtzeitig von der Universität Bescheid. Es gibt verschiedene Wohnungstypen, ich habe in einem 6 Personen Collective, mit privaten Bad gewohnt und kann dies auch sehr empfehlen. Aber auch die anderen Wohnungstypen sind empfehlenswert. Die Wohnungen sind sehr modern und die Küche ist vollständig ausgestattet, wenn man in einem Collective wohnt. Allerdings sind die Einzelapartments nicht ausgestattet, wenn man also alleine wohnen möchte (was ich für das Erasmus nicht empfehlen kann), sollte man sich bewusst darüber sein, dass zusätzliche Kosten für Ausstattung auf einen zukommen.

**Haben Sie Angebote für Incomings genutzt? Wie haben Sie sich anderweitig sozial vernetzt?**

Es gab nicht viele Angebote, aber die, die es gab, habe ich genutzt. In der ersten Woche gab es viele Veranstaltungen und ein norwegisches Frühstück für alle Erasmus Studierenden, dort lernt man auch die Buddys kennen. Es gab einige Buddys, die für uns alle zuständig waren, diese haben uns durch das Programm der Ersti-Woche oder "fadderukene", begleitet. In den ersten Wochen gab es viele verschiedene Aktionen, wie eine Olympiade, einen colour run, zwei Konzerte und viele Partys im Wohnheim. Im September gab es dann einen kostenlosen Ausflug in den Kletterpark und im Oktober einen kostenlosen Trip nach Oslo mit einem Besuch im Nationalmuseum. Zum Abschluss gab es noch ein gemeinsames Weihnachtessen in der Universität. Ansonsten gab es kaum Angebote, welche nur für Erasmus Studierende waren. Allerdings gab es im Wohnheim zum Beispiel ein Kürbisschnitzen zu Halloween oder ein Weihnachtsbasteln für alle.

**Waren Sie zufrieden mit der Gastuniversität (Räumlichkeiten, Ansprechpartner\*innen, etc.) und dem Kursangebot (Workload etc.)?**

Ich war sehr zufrieden mit meinen Kursen. Ich habe den Kurs "one school for all" besucht, welcher sehr viel Spaß gebracht hat und ganz anders war, als Kurse die ich bisher belegt habe. Außerdem habe ich den Kurs "British Culture" belegt, dieser war auch sehr gut, fand allerdings online statt. Dadurch, dass die Kurse in Norwegen sehr viele Credits haben, hatte ich nur zwei Kurse pro Woche und trotzdem 25 ECTS gesammelt (allerdings gingen die Kurse auch 3-5h). Dies ist besonders für Erasmus Studierende gut, weil man dadurch viel reisen kann. Der Workload war während des Semesters und auch in der Prüfungsphase in Ordnung und nach meinem Empfinden auch niedriger, als in Flensburg. Besonders genossen habe ich das Verhältnis welches man zu den Dozierenden aufbauen konnte. Dieses war sehr viel mehr auf einer Augenhöhe und unterstützender, als ich es in Deutschland wahrgenommen habe.

**Haben Sie die Landessprache gelernt bzw. wie wichtig war diese Ihrer Ansicht nach für Ihren Aufenthalt?**

Ich spreche relativ gut dänisch und konnte dadurch schon ziemlich viel norwegisch verstehen und habe mich deshalb dagegen entschieden, den angebotenen A1 Kurs zu belegen. Allerdings haben einige meiner Freund\*innen dadurch grundlegendes norwegisch gelernt. Es ist nicht notwendig die Sprache zu lernen, weil eigentlich alle Norweger\*innen sehr gut englisch sprechen. Trotzdem würde ich empfehlen die Sprache zu lernen, weil man dadurch auch noch mehr über die Kultur lernt.

**Welche interkulturellen Begegnungen/Kompetenzen haben Ihren Aufenthalt geprägt?**

Auf jeden Fall der Kontakt zu den anderen Erasmus Studierenden, aber auch zu vielen Norweger\*innen. Etwas, was vielleicht besonders an Halden ist, ist dass Erasmus Studierende und Norweger\*innen gemeinsam wohnen und viel in Kontakt kommen. Somit entwickelt man auch viele Freundschaften zu Norweger\*innen.

**Welche Perspektiven auf Ihr Gastland/Herkunftsland haben sich verändert - und warum?**

Ich habe erwartet das Norwegen in vielen Dingen sehr fortschrittlich ist und auch sehr nachhaltig/umweltbewusst. In einigen Aspekten hat sich dies auch bewahrheitet, allerdings kam es mir so vor, als würde es in vielen Aspekten an Bewusstsein fehlen. So wird zum Beispiel sehr verschwenderisch mit Ressourcen wie Energie und Wasser umgegangen und auch Mülltrennung ist kein großes Thema. Außerdem ist es deutlich umständlicher sich vegetarisch oder vegan zu ernähren, verglichen mit Deutschland.

**Wie sah Ihr Alltag vor Ort aus? (Freizeit, Einkaufen, Fortbewegung, Inklusion, ...)**

Dadurch, dass ich nur zweimal in der Woche Uni hatte, hatte ich viel Freizeit. Ich habe fast meine ganze Zeit mit Freund\*innen verbracht, weil wir maximal 3 Minuten voneinander entfernt gewohnt haben. Halden ist eine sehr kleine Stadt, trotzdem gibt es schöne Cafés und Restaurants, eine Shopping Mall, ein Bowling Center und viele Möglichkeiten schön spazieren zu gehen. Somit spielt sich aber das meiste Leben auf dem Campus ab. Mit der Studierendenausweis kann man zu jeder Zeit in die Uni gehen und sich dort aufhalten, diese ist auch nur 1 Minute vom Wohnheim entfernt. Außerdem gibt es im Wohnheim einen großen Aufenthaltsraum mit tollen Sitzgelegenheiten, Fernsehern, vielen Spielen und einer großen Küche. Dort haben sich häufig viele getroffen, um gemeinsam zu kochen, zu lernen oder einen Film zu schauen. Außerdem wurde dort auch jeden Donnerstag ein "Good Morning Training" und kostenloses Frühstück angeboten, daran habe ich auch immer teilgenommen. Im Wohnheim und auch in der Uni gibt es ein Gym, die Mitgliedschaft kostet nur etwa 50€ für das gesamte Semester. Außerdem ist direkt an der Uni auch direkt eine Schwimmhalle mit Sauna, welche ich häufig genutzt habe. In der Sporthalle der Uni war zwei mal in der Woche Volleyballtraining, welches offen für alle war. Ich selbst habe nie mitgespielt, aber für viele Andere, war es ein bedeutender Teil ihres Aufenthalts. Einkaufen war auch sehr leicht, denn der nächste Einkaufsladen ist nur 5 Minuten vom Wohnheim entfernt. Allerdings sind Lebensmittel in Norwegen sehr teuer, weshalb wir zum einkaufen häufig nach Schweden gefahren sind. Entweder mit dem Bus oder gemeinsam mit Norweger\*innen, welche ein Auto haben. In das Stadt Zentrum von Halden läuft man etwa 40 Minuten und fährt 10 Minuten mit dem Bus, dort bekommt man eigentlich alles, was man braucht. Am Wochenende gab es eigentlich immer Partys im Wohnheim. Ich war jeden Monat ungefähr eine Woche verreist, dadurch hatte ich immer eine gute Verteilung zwischen Alltag in Halden und neuen Eindrücken.

**Welche Tipps haben Sie für einen umweltfreundlichen/nachhaltigen Aufenthalt (Projekte, Initiativen, Alltagsleben)?**

In Norwegen ist es deutlich schwieriger, nachhaltig zu leben, als ich erwartet hätte. Trotzdem kann ich empfehlen viel die öffentlichen Verkehrsmittel zu nutzen. An viele schöne Orte kommt man auch mit dem Zug, allerdings sind manche Orte fast nur mit dem Flugzeug zu erreichen. In Halden gibt es mehrere Second Hand Läden. in denen man auch nach Ausstattung für das Zimmer schauen kann und somit weniger neu kaufen muss.

**Wie sind Sie finanziell ausgekommen? Wie hoch waren Ihre Ausgaben für Visum (falls zutreffend), Reise, Unterkunft (pro Monat), Lebenshaltung, Freizeit, weitere Kosten (z.B. Bücher)?**

Norwegen ist ein sehr teures Land. Für die Miete habe ich monatlich etwa 520€ ausgegeben. Durch die Einkäufe in Schweden, konnte ich einiges an Geld sparen, allerdings sind die Preise trotzdem deutlich höher als in Deutschland. Zu Beginn meines Semesters musste ich zwei Bücher für etwa 60€ kaufen, alles andere wurde online zur Verfügung gestellt oder konnte man in der Bibliothek ausleihen. Ansonsten habe ich das meiste Geld für Reisen ausgegeben, welche zwar teuer waren, aber für norwegische Verhältnisse immer in Ordnung. Denn dadurch, dass ich oft in großen Gruppen gereist bin, haben wir uns die Kosten für Unterkunft und Essen geteilt. Außerdem bekommen alle unter 26 Jahre, vergünstigte Flüge bei der Airline Norwegian, dadurch konnten wir günstig fliegen. Auswärts essen ist sehr teuer, deshalb habe ich größtenteils selbst gekocht, allerdings war ich häufig in Cafés um Zimtschnecken zu essen, das war auch relativ kostspielig. Leider sind die öffentlichen Verkehrsmittel auch relativ teuer, so kostet die 1,5 stündige Fahrt nach Oslo etwa 23€.

**Was war Ihre beste, was Ihre schlechteste Erfahrung? Gibt es sonst noch etwas, das Sie gern mitteilen möchten?**

Die mit Abstand beste Erfahrung war es, die vielen neuen, tollen Leute kennenzulernen, aber auch die Reisen die ich unternommen habe. Ich bin auf die Lofoten gereist, nach Stavanger und Bergen, habe einen Roadtrip von Alesund bis Trondheim gemacht, war in Tromsø, in Helsinki und von dort aus in Tallinn, in Göteborg und mehrmals in Oslo. Alle diese Reisen kann ich absolut empfehlen und waren ein Highlight. Ich denke das Besondere an einem Aufenthalt in Halden ist das Studierendenleben. Wir waren nur etwa 80 Erasmus Studierende, dadurch kannte man irgendwann alle und auch sehr viele Norweger\*innen, die im Wohnheim leben, hat man kennengelernt. In der gesamten Gruppe herrschte ein sehr großer Zusammenhalt. Ich kann mich sehr glücklich schätzen, denn ich habe wirklich keine Erfahrung gemacht, welche ich als schlecht beschreiben würde. Mit der Uni, den Reisen, dem Wohnheim und den Leuten hat immer alles sehr gut funktioniert.

**Fazit: Würden Sie ein Auslandssemester an Ihrer Gastuniversität empfehlen? Aus welchen Gründen?**

Ich würde auf jeden Fall ein Auslandssemester in Halden empfehlen! Wenn man nach Halden geht, sollte einen bewusst sein, dass die Stadt selbst nicht spektakulär ist und auch die Uni relativ klein ist, aber das Leben hier trotzdem unheimlich toll. Durch die Größe und die begrenzten Möglichkeiten an Aktivitäten, wächst man als Gruppe sehr stark zusammen. Das Wohnheim ist super und die WGs sind meistens gut gemischt zwischen Norweger\*innen und Erasmus Studierenden. Durch die Nähe zu Oslo ist Halden der perfekte Ausgangspunkt für Reisen und durch die niedrige Anzahl an Kursen, hat man dafür auch viele Gelegenheiten. Außerdem ist die Nähe zu Schweden auch sehr praktisch. Allerdings ist Halden selbst und die Natur hier zwar sehr schön, allerdings entspricht sie nicht der typischen Vorstellung von Norwegen, dies findet man eher weiter im Norden. Ich würde mich immer wieder für ein Erasmus in Halden entscheiden.

## IHRE FOTOS

---

Abschließend können Sie an dieser Stelle Fotos hochladen, die Ihren Auslandsaufenthalt gut repräsentieren. Bitte bedenken Sie bei der Fotoauswahl, dass die Bilder im Internet einsehbar sind, wenn Sie uns die Erlaubnis zur Veröffentlichung des Erfahrungsberichts gegeben haben.

- Foto (1)** file\_657f738e92385-whatsapp\_image\_2023-12-17\_at\_23.07.22.jpeg
- Foto (2)** file\_657f73f7b3bb2-whatsapp\_image\_2023-12-17\_at\_23.07.57.jpeg
- Foto (3)** file\_657f7401c0985-whatsapp\_image\_2023-12-17\_at\_23.08.12.jpeg
- Foto (4)** file\_657f740f3cc7d-whatsapp\_image\_2023-12-17\_at\_23.09.20.jpeg
- Foto (5)** file\_657f741b40d63-whatsapp\_image\_2023-12-17\_at\_23.10.38.jpeg
- Foto (6)** file\_657f742646e28-whatsapp\_image\_2023-12-17\_at\_23.11.06.jpeg

**Hier haben Sie die Möglichkeit, Beschreibungen/Erklärungen für die Fotos einzugeben**

Foto 1: Wohnheim während des Sonnenuntergangs Foto 2: Blick auf Halden von der Festung Foto 3: Polarlichter in Halden Foto 4: Bergen Foto 5: Kvalvika Beach, Lofoten Foto 6: Blick auf Reine, Lofoten















