

# Erfahrungsbericht

## *Über mein Auslandssemester in Schweden 2011/12 mit ERASMUS*



### Vorbereitung

Nach meiner erfolgreichen Bewerbung bei ERASMUS mussten noch einige Vorbereitungen unternommen werden. Um während meines Auslandssemesters weitere finanzielle Unterstützung zu erhalten, habe ich Auslandsbafög beantragt. Auslandsbafög wird generell schneller bewilligt, als normales Bafög. Es lohnt sich daher es zu beantragen, auch wenn man kein normales Bafög bekommt. Außerdem musste ich eine Auslandsrankenversicherung abschließen. Bei der Hanse Merkur bekommt man eine gute Versicherung extra auf Studenten zugeschnitten. Ein Visum muss man zum Glück ja nicht beantragen, um nach Schweden zu reisen. Um eine Aufenthaltsgenehmigung für länger als 3 Monate kümmert sich die Mälardalen University vor Ort.

### Anreise

Stockholm hat zwei Flughäfen, die beide von Deutschland angefliegen werden. Die meisten Flieger landen auf dem Flughafen Arlanda, der direkt bei Stockholm liegt. Von dort kann man einen Shuttlebus nach Västerås nehmen. Ich selbst bin mit Ryanair (sehr günstige Flüge: unter 20€) nach Skavsta geflogen. Das ist ein etwas kleinerer Flughafen, der eigentlich in Nyköping liegt. Von dort kann man innerhalb von 2 Stunden mit Überlandbus und Zug nach Västerås gelangen. Diese Variante dauert möglicherweise etwas länger und beinhaltet öfteres Umsteigen, ist aber in dem meisten Fällen wohl auch günstiger. Natürlich kann man - besonders von Norddeutschland aus – auch gut mit dem Auto oder dem Zug über Dänemark nach Schweden fahren.

## Unterkunft/Wohnen

In Västerås gibt es die Wohnungsgesellschaft „bostad“, die sämtliche Wohnheimplätze vermietet. Dort kann man sich vor Antritt des Auslandssemesters im Internet bewerben und bekommt dann einen Wohnheimplatz nach den Wunschkriterien zugeteilt. Es ist, denke ich, gewährleistet, dass jeder Auslandsstudent einen Wohnheimplatz bekommt. Es gibt viele verschiedene Wohnheime, einige liegen sehr zentral zur Uni und zur Innenstadt, wie zum Beispiel die Wohnheime „Junior“, „Norra Allegatan“ oder „Regulatoren“. Die Mieten für diese Wohnheime sind dementsprechend auch etwas höher, als die der etwas außerhalb liegenden Wohnheime. Ich habe im Wohnheim „Park“ gewohnt, was zu den günstigeren Wohnheimen gehört, trotzdem aber sehr angenehm ist. Jeder Student hat dort ein eigenes Bad und eine Küchenecke im Zimmer. Man muss sich Bad und Küche also nicht, wie in einigen anderen Wohnheimen mit 10 anderen Personen teilen. Außerdem gehört zu jedem Zimmer ein Balkon. Allerdings liegt das Wohnheim ca. 3km von Uni und Innenstadt entfernt. Es war daher üblich, dass jeder Bewohner von „Park“ früher oder später ein Fahrrad besaß. Außerdem war sehr schade, dass die Hausverwaltung sich bis zum Ende meines Semesters weigerte den Gemeinschaftsraum zu öffnen. Das Wohnheim ist größtenteils von internationalen Studenten bewohnt, sodass man schnell viele sehr verschiedene interessante Leute kennenlernt.

## Kommunikation

In der Miete für mein Wohnheim war keine Internetflatrate mit inbegriffen. Diese konnte ich aber gleich am ersten Tag bei einer Studentenfirma kaufen (150 SEK pro Monat) und hatte dann auf meinem Wohnheimzimmer auch Internet. Das ging recht problemlos. Nur zweimal im Semester gab es Probleme mit der Internetverbindung, allerdings nie länger als ein paar Stunden. Ansonsten konnte man jeden Tag (auch am Wochenende) die Computerräume in der Uni bis 22:00 Uhr nutzen. Mit dem Studentenausweis, welcher eine Art Chipkarte ist, konnte man jederzeit in das Unigebäude gelangen.

Wer sich als Mitglied im International Committee anmeldete, bekam für den Mitgliedschaftsbetrag von 200 SEK auch gleich eine schwedische Handy Sim-Karte. Das war ganz praktisch. Wenn man sein Guthaben mit der sogenannten „Kompis-card“ auflädt, kann man mit Leuten, die den gleichen Anbieter haben kostenlos SMS schreiben.

## Finanzen

Wer möchte, kann ein schwedisches Konto bei der Swedbank kostenlos eröffnen, um Gebühren zu sparen. Ich persönlich habe bereits in Deutschland ein kostenloses Konto bei der comdirect eröffnet und konnte dann mit der Kreditkarte an allen Bankautomaten kostenlos Geld abheben.

Eine Kreditkarte ist in Schweden sowieso äußerst praktisch, denn man kann so gut wie alles mit Kreditkarte bezahlen und das ist auch total üblich vom Supermarkteinkauf bis zum Ticket im Bus.

Generell sollte man sich darauf einstellen, dass die Lebenskosten in Schweden etwas höher liegen als in Deutschland. Allein für das alltägliche Leben sollte man sicher 500€ pro Monat einplanen.

## Soziale Betreuung

Die Betreuung der Erasmus-Studenten war an der Hochschule wirklich sehr gut. Da die Mälardalen University sehr viele Auslandsstudenten aufnimmt (ca. 200), sind die Orientierungstage, aber auch die spätere Betreuung sehr gut organisiert. Die Organisation „International Committee“, die sich an der Uni um die Auslandsstudenten kümmert, hatte zu Beginn des Semesters sicher 14 Tage lang jeden Tag eine Veranstaltung organisiert, um die Uni und die Stadt kennenzulernen und mit anderen Leuten ins Gespräch zu kommen. So gab es für uns in den ersten Tagen eine Stadtführung, einen Ausflug zu IKEA, eine Pup-Tour, einen Ausflug ins städtische Freizeitzentrum „Aerosfortet“ und diverse abendliche Veranstaltungen. Einheimische Studenten erklärten uns in diesen Tagen alles was man zum Leben in Schweden wissen muss, wo es die besten Einkaufsmöglichkeiten gibt, wo man gut feiern gehen kann, oder einfach die kleinen Eigenarten der Schweden.

Auch die Betreuung der Koordinatoren an der Uni war sehr gut. Gab es Unklarheiten mit dem Stundenplan oder mit den Erasmuspapieren, wurde sich viel Zeit für die Studenten genommen bis alles geklärt werden konnte. Auch zu späteren Zeitpunkten im Semester hatte unsere Koordinatorin immer ein offenes Ohr für die Probleme. Alle Professoren und Angestellten der Uni sind für die Studenten immer erreichbar, da es vor dem Sekretariat ein Telefon und Listen mit Telefonnummern gibt. Man kann die Person, die man sprechen möchte, also einfach anrufen und ein Gespräch vereinbaren. Natürlich kann man auch einfach eine E-Mail schreiben. Meine Erfahrung ist, dass sich jeder Professor oder Koordinator Zeit für die Studenten nimmt und die Betreuung der Studenten in Västerås allgemein etwas besser ist, als ich es aus Deutschland kannte.

Außerdem gab es in der Uni noch eine Organisation, die sich „Student Health Care“ nannte. Wer also persönliche Sorgen oder Probleme hat, kann dort im Gespräch Seelsorge und Unterstützung erhalten. Es gibt dort außerdem einen „Raum der Stille“, in den man sich zurückziehen kann, wenn man mal eine Pause braucht. Aber auch um Anschluss mit anderen Studenten zu finden, kann man einmal die Woche nachmittags zum Kaffee trinken oder einfach zum Reden vorbei kommen. Gelegentlich wurden von den Verantwortlichen des Student Health Care schwedische Kochabende organisiert, die wirklich sehr lohnenswert sind.

## Studium

Das Studienniveau in Schweden ist mit dem in Deutschland zu vergleichen. Allerdings hat man in Schweden deutlich weniger Präsenzveranstaltungen und muss mehr Zeit für die Vor- und Nacharbeit zu Hause investieren. Schwedische Kurse haben auch für gewöhnlich mehr ECTS als in Deutschland, sodass man im Semester wenige Kurse besucht, diese dafür aber intensiveren Arbeitsaufwand haben. Insgesamt wird viel Wert auf Projektarbeit - im Team oder auch allein - gelegt. Leider gab es - besonders im Wintersemester - wenige Kurse, die wirklich in ein Medizintechnikstudium hineinpassen, sodass ich auf Kurse aus dem Bereich Elektrotechnik oder Informatik ausweichen musste, was aber ebenso interessant war. Generell sind die Fächer, die in Richtung Medizintechnik spezialisiert sind, an der Mälardalen University etwas rar.



Für internationale Studenten werden Schwedischkurse auf 3 Niveaustufen angeboten. Die Kurse sind vom Inhalt her nicht so anspruchsvoll, aber es ist schön ein bisschen Schwedisch an der Woche zu üben. Ich habe bereits an der FH in Lübeck einen Schwedischkurs besucht, der vom Lernniveau etwas anspruchsvoller war. Trotzdem fand ich den Sprachkurs in Schweden ebenfalls sehr hilfreich.

Die Hochschule ist auf verschiedene Städte aufgeteilt. Der Hauptteil befindet sich zwar in Västerås, aber ein großer Teil der Uni ist auch in Eskilstuna und ein etwas kleinerer Teil ist in Stockholm. Ich habe auch einen Kurs in Eskilstuna besucht. Obwohl Eskilstuna gut eine dreiviertel Stunde von Västerås entfernt liegt, war das kein Problem. Es gibt Shuttlebusse zwischen den Hochschulen, die stündlich abfahren und für Studenten kostenlos sind.

## Västerås



Västerås ist eine – für schwedische Verhältnisse – große Stadt mit ca. 110.000 Einwohnern und damit die 6. größte Stadt Schwedens. Sie liegt ca. 100km westlich von Stockholm und direkt an den Ufern des Mälarsees, weshalb Västerås auch eine ziemlich großen Industriehafen und mehrere Yachthäfen hat. Generell ist die Landschaft am Mälarsee, sowie auf den zahlreichen Inseln sehr schön. Es lohnt sich die Inseln Björnö und Tidö zu besuchen.

Die Stadt ist eher industriell geprägt und vieles ist sehr neu, was aber nicht heißt, dass es in Västerås keine schönen, historischen Orte zu besichtigen gibt. Der Dom von Västerås und der nahe gelegene alte Stadtkern „Kyrkbacken“ sind wirklich sehenswert. Genauso sollte man einmal während seines Aufenthaltes das alte Wickingegrab „Anundshög“ in der Nähe von Västerås besuchen.

Da es sich für schwedische Verhältnisse ja eher um eine große Stadt handelt, findet man in der Innenstadt alles an Geschäften, Cafés oder Lokalen, was man braucht. Es gibt mehrere Einkaufszentren und viele kleine Geschäfte. Wie in Schweden üblich, gibt es in der Innenstadt auch den einzigen „System Bolaget“, also ein Geschäft, wo man höher prozentigen Alkohol kaufen kann. So etwas gibt es im normalen Supermarkt in Schweden nicht. Es gibt eine öffentliche Bibliothek. Die Mitgliedschaft ist dort kostenlos und es gibt einen erstaunlich großen Anteil an englischen und deutschen Büchern. Es gibt außerdem natürlich auch ein Kino und ein Theater.

Auch mehrere Discos kann man am Abend nach Lust und Laune aufsuchen. Allerdings sind die Eintrittspreise für die meisten Clubs sehr hoch und liegen so zwischen 100-120 SEK. Es empfiehlt sich daher vor 23:00 Uhr zu kommen, da vorher der Eintritt in einigen Clubs (z.B. Pluto oder Poco loco) kostenlos ist. Das ist auch gar nicht so schlimm, denn in Schweden schließen alle Clubs sowieso um 02:00 Uhr morgens wieder. Gelegentlich werden auch sehr gute Partys im Studentenclub Kåren, der sich direkt auf dem Campus befindet, veranstaltet. Die Eintritts- und Getränkepreise sind hier gewöhnlich etwas geringer.

Wer sich sportlich betätigen will, kann sich in einem der Sportstudios in der Stadt anmelden oder er meldet sich für den Uni Sport bei VSIF an für 300 SEK und kann dann alle Sportangebote so oft, wie gewünscht, nutzen. Außerdem befindet sich gleich hinter dem Campus eine Schwimmhalle.

## Leben in Schweden

Die Schweden haben eine zuerst vielleicht etwas zurückhaltende, aber in Wirklichkeit sehr freundliche Art. Obwohl den Schweden nachgesagt wird, schüchtern zu sein, habe ich die Schweden besonders höflich und lebensfroh in Erinnerung. Gemeinsam feiern, singen und Spaß haben ist für Sie typisch.

Schweden aller Altersklassen sprechen sehr gutes Englisch. Wer also noch kein Schwedisch spricht, braucht sich überhaupt keine Sorgen zu machen.

Ansonsten ist Schweden ein Land, das Deutschland sehr ähnlich ist. Die Regelungen im Bezug auf Alkohol sind, wie gesagt etwas strenger. Wein und Spirituosen sind nur im staatlichen „System Bolaget“ erhältlich. Außerdem ist es im Stadtkern verboten, Alkohol öffentlich zu trinken. Die Bußgelder dafür sind nicht gerade gering. Auch sollte man sich nicht ohne Licht am Fahrrad erwischen lassen. Auch das kann teuer werden.

## Reisen

Schweden lädt zum Herumreisen ein. Und Västerås ist natürlich auch eine überschaubare Stadt, die man nach einigen Wochen genügend erkundet hat. Besonders in der wärmeren (und helleren) Jahreszeit bietet es sich an, die Natur Schwedens zu erkunden. Und davon hat Schweden viel! Es gibt tausende, teilweise riesengroße Seen und etliche Flächen mit Wäldern, die wirklich wunderschön sind. Wenn man ein wenig Zeit und vielleicht ein Auto hat, kann man - wie ich – einen Ausflug nach Südschweden machen wo man abgesehen von der Natur auch schöne Orte besuchen kann, wie z.B. Vimmerby, den Geburtsort von Astrid Lindgren. Der dortige Astrid-Lindgren-Park ist nicht nur was für Kinder.

In der Nähe des Mälarsees kann man sich das Schloss Gripsholm in Mariefred ansehen. Außerdem sollte man natürlich Ausflüge nach Uppsala und Stockholm machen, wobei Stockholm auch mehr als einen Besuch wert ist.

Vom International Committee wurden für uns mehrere Reisen organisiert. So fuhren wir für ein Wochenende mit dem Schiff nach Helsinki. Diesen Trip sollte man auf jeden Fall nicht verpassen. Nicht nur die Stadt ist einen Besuch wert, auf dem Schiff lernt man außerdem viele Leute auch besser kennen und die Abende waren sehr unterhaltsam.

Die Reise, die man aber unbedingt mitmachen sollte, ist der Trip nach Lappland. Im Dezember fuhren wir nach Korvala, nahe Rovaniemi in Lappland, Finnland. Da wir einen besonders warmen Winter in Schweden



erlebt hatten, war das auch unser einziges Schneeerlebnis. Wir übernachteten in kleinen Finnhütten. Tagsüber war ein vielfältiges Programm vorbereitet, bei dem wir Schneemobil und Huskyschlitten fahren konnten. Außerdem standen Eisangeln, Ski fahren, wandern und Rentierschlitten fahren auf dem Programm. Zum Abschluss besuchten wir das „Santa Claus Village“, welches eine Art Touristenattraktion ist, ein Besuch dort ist aber ganz nett. Bei gutem Wetter kann man in Korvala, welches bereits über dem nördlichen Polarkreis liegt, auch die Polarlichter sehen.

## Abschluss

Ich kann ein Semester in Schweden nur an jeden weiterempfehlen. Die Betreuung an der Uni ist sehr gut und die Schweden sind ein unheimlich nettes und offenes Volk, die einen herzlich willkommen heißen. Die Erfahrungen, die ein Erasmussemester mit sich bringt – sowohl im Studium, als auch zwischenmenschlich - sind einmalig und unheimlich bereichernd für das Leben.