

# **Persönlicher Erfahrungsbericht** **ERASMUS 2010/2011**

**Partnerhochschule:** *University of Oslo (Universitetet i Oslo)*

**Stadt, Land:** *Oslo, Norwegen (Oslo, Norge)*

**Fakultät (KIT):** *Geistes- und Sozialwissenschaften*

---

**Aufenthaltsdauer:** *06. Januar 2011 – 30. Mai 2011*

## **Für den Aufenthalt nützliche Links:**

<http://www.uio.no> (Homepage der Universität)

<http://www.sio.no> (Homepage des „Studentenwerks“)

<http://www.uio.no/english/student-life/events/special-events/>

(Homepage für Special Events des International Office)

<http://www.ordnett.no> (Norwegisch-Deutsch Wörterbuch)

<http://www.facebook.de> (Kontakte herstellen, Gruppen beitreten, Infos, Termine etc.)

## **Belegte Kurse:**

- *Norwegian Life and Society (NORINT0500)*
- *Norwegian for international students, 60 hours introduction course (NORINT0114)*
- *Examen philosophicum (EXPHIL03E)*

---

## **Inhaltsübersicht**

- Bedienungsanleitung für einen Auslandsaufenthalt in Oslo
  - Schere, Stein, Papier | Organisation des Aufenthaltes
  - Velkommen til UiO! | Die Universität Oslo
  - You can walk, you can fly... | Anfahrt
  - Fahrkarten, bitte! | Infrastruktur in Oslo
  - Wohnst du noch oder lebst du schon? | Wohnen in Oslo
  - Money, money... | Finanzen
  - Get the party started | Nachtleben in Oslo
  - Talk, Talk, Talk | Telefon und Internet
  - Move your body | (Winter-) Sport in Oslo
  - Leise rieselt der Schnee... | Wetter in Oslo
  - Take a look around | Sehens- und Erlebenswertes in Oslo
  - On the Road | Reisen in Norwegen
- Persönliche Bewertung des Auslandsaufenthaltes

## Bedienungsanleitung für einen Auslandsaufenthalt in Oslo

### Schere, Stein, Papier | Organisation des Aufenthaltes

Alle notwendigen Informationen befinden sich auf der Seite des Akademischen Auslandsamtes (<http://www.aaa.kit.edu/2915.php>; <http://aaa.zvw.uni-karlsruhe.de/move/moveonline/outgoing/welcome.php>). Die *Online-Bewerbung* muss ausgedruckt werden und zusammen mit dem *Learning Agreement* vom Fachkoordinator der Fakultät unterschrieben werden. Zusammen mit der *Student Application Form*, die auf der gleichen Webseite zu finden ist, und einem *Transcript of Records* wird das ganze beim Akademischen Auslandsamt abgegeben. Fragen zur Anrechnung von Veranstaltungen sind vom Fachkoordinator zu beantworten, alles weitere Organisatorische ist Sache der Erasmus-Koordinatorin Andrea Morlock-Scherm im Akademischen Auslandsamt. Es ist sehr hilfreich, alle bereitgestellten Unterlagen GRÜNDLICH durchzulesen, damit man vor, während und nach dem Auslandsaufenthalt keine Unterlagen vergisst und nicht wegen jeder Kleinigkeit nachfragen muss. Das Outgoer-Treffen vor dem Aufenthalt ist eine wichtige und interessante Informationsquelle und sollte auch unbedingt wahrgenommen werden. Vor Ort kann man alle nötigen Unterschriften (für die Certificates, BaföG-Anträge, Anzeige eines Auslandssemesters) im *Knutepunkt* auf dem Campus (*Lucy Smith hus*) bekommen, die Unterschrift des *Learning Agreements* wird von der Fakultät vorgenommen. Auch zum Organisatorischen vor Ort gibt es ausreichend Informationen wie z.B. das *Welcome Package*, das vor dem Auslandsaufenthalt versendet wird und das Informationspaket, das man zu Beginn der Orientierungswoche ebenfalls im *Knutepunkt* abholen kann. Auch hier ist es lohnenswert, sich durch den Haufen an Informationen zu arbeiten. Damit macht man jedenfalls nichts verkehrt. Außerdem sollte man die „neue“ Regelung des Studienbüros zum Auslandssemester beachten, Infos dazu gibt es auf der Seite des Studienbüros („Anzeige eines Auslandssemesters“; <http://www.zvw.uni-karlsruhe.de/studienbuero.php>).

### Velkommen til UiO | Die Universität Oslo

Vielleicht erstmal einige Informationen zum Studium, bevor wir zum Drumherum kommen. Das Sommersemester an der Universität in Oslo beginnt mit einer gelungenen Orientierungswoche Anfang Januar (+- 3. Januarwoche), bei der man durch die *Buddy Groups*, in die man eingeteilt wird, erste Bekanntschaften macht und außerdem von *Buddys*, die sich an der Universität und in Oslo auskennen, viele wertvolle Informationen, Tipps und Hilfe bekommt. In dieser Woche sind auch einige Informationsveranstaltungen, alles was man dazu wissen muss, befindet sich aber in dem Paket, das man am ersten Tag im *Knutepunkt* abholt. In der Woche darauf fangen meist schon die Veranstaltungen an, für die man sich um *StudentWeb* registrieren muss, wobei die Norweger hier wirklich sehr streng sind und man ohne die Registrierung keine Prüfungen machen kann. Es macht Sinn, sich

schon frühzeitig auf der Homepage der Universität (<http://www.uio.no>) umzusehen und sich mit dem StudentWeb, evtl. *Fronter* (vergleichbar mit E-Studium/Moodle oder ILIAS) und Webmail bekannt zu machen.

Was sonst noch in den ersten Tagen zu erledigen ist, ist die Registrierung bei der Polizei; die Informationen dazu sind im Welcome Package; die Unterlagen werden ganz einfach im Knutepunktet abgegeben. Außerdem sollte man sich einen Studentenausweis ausstellen lassen, was man im SiO-Center auf dem Campus machen lassen kann. Diesen Ausweis braucht man auch, um sich für die Bibliothek und die Sportzentren freischalten zu lassen, was zum einen in der Bibliothek selbst und im *Blindern Athletica* gemacht wird. Die Bibliotheksseite ist etwas kompliziert, vielleicht sollte man sich am Anfang von den Buddys helfen lassen und sich früh genug um Bücher kümmern, wenn man welche braucht. Was die Bücher betrifft, die man fürs Studium braucht, so sollte man versuchen, möglichst wenige davon zu kaufen. Wenn man Glück hat, gibt es die Bücher in der Bibliothek oder aber gebraucht zu kaufen. Neue Bücher, die man im *Akademika* auf dem Campus kaufen kann, sind sehr teuer. Für drei zusammenkopierte Textsammlungen, die ich in Karlsruhe umsonst bekommen hätte, habe ich hier ca. 150 € bezahlt. Über dem Akademika befinden sich im Übrigen das Gesundheitszentrum und eine Apotheke. Die Behandlung beim Arzt ist durch die Europäische Versichertenkarte (EHIC) abgedeckt bzw. über die Tatsache, das man Student ist. Mit dem Studentenausweis kann man in den Computerräumen der Fakultät, der man angehört, 200 Seiten drucken; möchte man kopieren, muss man sich im Akademika eine Kopierkarte kaufen. Kopierer, Scanner etc. befinden sich u.a. in der Bibliothek im *Georg Sverdrups hus*.

Die meisten Fakultäten haben ihre Gebäude auf dem Campus in Blindern, welcher zwischen den T-bane-Stationen *Blindern* und *Forskningsparken* liegt. Die Gebäude sind nach berühmten Personen der norwegischen Gesellschaft und Wissenschaft benannt und heißen so z.B. „Georg Sverdrup hus“ (*hus* = Haus). Die Jura-Fakultät befindet sich direkt neben dem Schloss, zwischen Nationaltheater und Nationalgalerie. Auf dem Campus in Blindern befindet sich außerdem noch die Mensa *Frederikke* mit Supermarkt, Frisör, Cafés und dem *Blindern Athletica*. In den Gebäuden der Fakultät befindet sich meistens auch eine Cafeteria.

Nun zu den Kursen, die ich in Oslo belegt habe. Alle Kurse (!) sind für Studenten jeder Fakultät interessant.

#### *Norwegian Life and Society (NORINT0500)*

Hier geht es, wie der Name schon sagt, um die norwegische Kultur und Gesellschaft. Grundlage ist das Buch „Norway. Society and Culture“, das in rund zwanzig Kapiteln

verschiedene Themen wie Geschichte, Wirtschaft, Bildung, Literatur etc. abhandelt. Die Vorlesungen finden einmal in der Woche statt und werden von verschiedenen Dozenten gehalten (dabei gibt es auch einige, die recht langweilig sind oder unsicher in der englischen Sprache). Wer sich aber grundsätzlich für solche Themen begeistern kann, macht mit dem Kurs eine gute Wahl. Mit einem dreiseitigen Qualifizierungspaper auf Englisch über ein beliebiges Thema (im Rahmen der norwegischen Kultur/Gesellschaft) und der Klausur am Semesterende (Mitte Mai) erhält man 10 ECTS-Punkte.

*Norwegian for international students, 60 hours introduction course (NORINT0114)*

Wer in Norwegen zurechtkommen möchte, braucht theoretisch nur Englisch zu sprechen, da so gut wie jeder Norweger Englisch spricht. Es ist jedoch, finde ich, respektlos, fünf Monate in einem Land zu leben und nicht einmal zu versuchen, die Sprache zu lernen. An der Universität gibt es dazu mehrere Möglichkeiten: ein 30-Stunden-Kurs, für den man 5 ECTS Punkte erhält, einen 60-Stunden-Kurs, für den man 10 ECTS-Punkte bekommt und einen 90-Stunden-Kurs, der 15 ECTS-Punkte bringt und mit dem man das Level 1 in Norwegisch erreicht. Die Kurse kann man auch beliebig erweitern, wenn man z.B. nach dem 60-Stunden-Kurs mit dem 90-Stunden-Kurs weitermachen möchte, ist das grundsätzlich möglich. Der Kurs findet zwei Mal in der Woche statt und ist insgesamt fünfstündig. Man macht recht schnelle Fortschritte, da Norwegisch dem Deutschen oft sehr ähnlich ist, dafür aber weniger komplex ist. Nach einer Weile kann man schon sehr viel auf Norwegisch ausdrücken, wenngleich man wohl eher selten zum Reden kommt. Zur Prüfungsleistung gehört ein 5-Minuten-Vortrag in der Norwegischklasse als mündliche Prüfung und eine Klausur mit Diktat, Grammatikteil und Essay (120 Wörter). Wenn man so viel Glück hat wie ich, hat man auch eine nette Norwegischlehrerin, die die Klasse mit Keksen und Kaffee versorgt und grundsätzlich sehr motivierend ist (Ausschau halten nach Kate Vivi Rasch!). Mir hat der Norwegischkurs jedenfalls sehr viel Spaß gemacht.

*Examen philosophicum (EXPHIL03E)*

Das Examen philosophicum (kurz "Exphil") besteht aus zwei Teilen: Exphil I thematisiert die Geschichte der Philosophie und Wissenschaften von Platon und Aristoteles über Descartes und Hume bis hin zu Kant. Exphil II thematisiert verschiedene ethische Theorien, darunter Utilitarismus, Deontologie, Tugendethik und Metaethik. Die Veranstaltung richtet sich an Studenten aller Fachbereiche und bleibt daher recht oberflächlich und einfach. Sie besteht aus einem wöchentlichen Seminar und einer Vorlesung, die alle zwei Wochen stattfindet. Für das Seminar müssen Texte gelesen werden, was vom Umfang und vom Schwierigkeitsgrad her aber durchaus machbar ist. Die zu erbringenden Leistungen, um 10 ECTS-Punkte zu erhalten, sind ein ca. 10-seitiges Essay über ein vorgegebenes Thema aus Exphil I oder II,

das man innerhalb von 6 Wochen bearbeiten muss und ein Multiple-Choice-Test in der letzten Seminarsitzung. Grundsätzlich sind die Themen sehr interessant, allerdings war der Dozent in der ersten Hälfte der Seminarreihe etwas unkoordiniert, sodass nie wirklich klar war, welche Texte vorbereitet werden sollten. Es empfiehlt sich das selbstständige Studium der Texte und die Beantwortung der Fragen, die in jedem Seminar zu den Texten gestellt werden. Als Philosophiestudent könnte man sicherlich ein Seminar auf einem höheren Level besuchen, mit der englischen Sprache ist es aber vielleicht einfacher, dieses Seminar zu belegen, um einfach auch noch einmal einen Überblick über die verschiedenen Konzeptionen von Wissen und Wissenschaft seit der Antike bis hin zur Neuzeit sowie verschiedene ethische Theorien zu erhalten.

Grundsätzlich ist zu den Kursen zu sagen, dass die Zahl nach dem Buchstabenkürzel das Level der Kurse beschreibt: 0 bezeichnet Einführungsveranstaltungen, 1 Veranstaltungen im Bachelor-Bereich, 2 bis 3 für fortgeschrittene Bachelorstudenten und ab 4 Masterveranstaltungen. Informationen zu den jeweiligen Kursen gibt es auf <http://www.uio.no>.

### **You can walk, you can fly... | Anfahrt**

Am Besten ist Oslo mit dem Flugzeug erreichbar. Es gibt drei Flughäfen in und um Oslo. Der von Ryanair angesteuerte Flughafen *Oslo Torp* in Sandefjord liegt mit dem Bus ca. 2 Stunden von Oslo entfernt. Die Busfahrt nach und von Oslo nach Sandefjord kostet 280 NOK (ca. 35 €), wenn man ein Hin- und Rückfahrtticket für Studenten kauft. Es kann nur in Norwegischer Krone (NOK) bezahlt werden. Der Bus kommt am Osloer Busterminal direkt am Hauptbahnhof und der T-Bane-Haltestelle *Jernbanetorget* an (<http://www.torpekspressen.no>). Der Flughafen *Oslo Lufthavn Gardmoen* liegt mit dem Expresszug nur ca. 20 min. vom Osloer Hauptbahnhof entfernt. Der Expresszug kostet 85 NOK für Studenten und ist billiger als der normale Regionalzug oder Bus, die beide 40 min. nach Oslo brauchen (<http://www.flytoget.no>). Von einigen Flughäfen in Deutschland wird auch der Flughafen *Moss Lufthavn Rygge* angeflogen, der ca. 60 km von Oslo entfernt liegt. Auch von dort fährt ein Bus ins Osloer Stadtzentrum. Es ist wahrscheinlich am besten, nicht mit der Billigairline Ryanair zu fliegen, da man nicht viel Gepäck mitnehmen kann oder dafür sehr viel Geld bezahlen muss. Empfehlenswert sind billige Flüge von Lufthansa (<http://www.lufthansa.de>) oder Scandinavian Airlines (<http://www.sas.no>). Günstiger ist es auch, den Hin- und Rückflug in einem zu buchen und den Rückflug dann ggf. umzubuchen, sofern sich das Rückflugdatum ändern sollte. Die Umbuchung kostet ca. 55 €.

Es ist sicherlich möglich, mit dem Auto und per Fähre oder mit dem Zug nach Oslo zu kommen, aber nicht unbedingt empfehlenswert. Innerhalb der Stadt kommt man besser ohne

Auto zurecht und Benzin und Fährüberfahrten sind sehr teuer. Außerdem braucht man dafür deutlich länger. Wer Lust hat, Norwegen mit dem Auto zu erkunden, sollte sich vielleicht Besuch mit Auto einladen.

### **Fahrkarten, bitte! | Infrastruktur in Oslo**

In Oslo kann man fast jeden Ort problemlos mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen. Es gibt U-Bahn (*t-bane*), Straßenbahn bzw. Tram (*trikk*), Busse und Fähren (*båt*). Alle Verkehrsmittel können mit dem 30-Tage-Ticket für Studenten genutzt werden, das 350 NOK kostet. Mit dem Letter of Admission der Universität in Oslo sowie einem Personalausweis kann dieses im *Trafikanten* direkt am Hauptbahnhof gekauft werden und wird monatlich einfach am Automaten, im Trafikanten oder *Narvesen* aufgeladen. Der Campus der Universität sowie alle Wohnheime sind gut per T-Bane erreichbar. Fahr- und Übersichtspläne gibt es ebenfalls im Trafikanten oder im Internet (<http://www.ruter.no>).

### **Wohnst du noch oder lebst du schon? | Wohnen in Oslo**

Die *Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus* (SiO), sozusagen das Studentenwerk der Hochschulen in Oslo, unterhält zahlreiche Wohnheime. Für ein Zimmer im Wohnheim sollte man sich rechtzeitig bewerben, spätestens mit dem Erhalt des *Welcome Package*, ca. 2 Monate vor dem Auslandsaufenthalt. Auf der Seite des SiO (<http://www.sio.no>) kann man sich für verschiedene Wohnheime bewerben. Am günstigsten, was den Preis und die Lage betrifft sowie am beliebtesten für internationale Studenten sind die Wohnheime in *Kringsjå* und *Sogn*. Wer gerne Partys mag, ist am besten in Kringsjå aufgehoben, wer etwas ruhiger wohnen möchte, fühlt sich in Sogn vielleicht wohler. Beide Studentensiedlungen haben Supermärkte, die verhältnismäßig günstig sind (*Rema 1000* und *Kiw*), eine Post (in Kringsjå) bzw. Briefkästen und ausreichend Waschsalons. Kringsjå ist mit der T-bane-Linie 3 Richtung Sognsvann bequem erreichbar (Haltestelle *Kringsjå*), Sogn mit den Linien 3,4 und 5 Richtung Sognsvann, Ringen und Storo, Haltestelle *Ullevål Stadion*. Nach Sogn kommt man auch gut mit dem Bus 22 und 25 (Haltestelle *Solvang* oder *Bregneveien*), die man beide von der T-bane-Haltestelle *Majorstuen* aus erreichen kann. Das ist vor allem dann interessant, wenn man mit viel Gepäck unterwegs ist, da die T-bane-Haltestelle ca. 10 Minuten zu Fuß von Sogn entfernt liegt. Von Sogn nach Kringsjå läuft man ca. 15 Minuten oder fährt mit dem Bus 22 bzw. 25 bis zur Haltestelle *Kongleveien*. Das wird vor allem dann interessant, wenn man am ersten Tag mit Gepäck nach Kringsjå muss, um sich dort den Schlüssel für sein Zimmer abzuholen (für Sogn oder Kringsjå) – was ziemlich anstrengend werden kann, wenn man mit den Koffern durch den Schnee muss. Beide Wohnheime sind Freitag und Samstagnacht auch bequem mit dem Nachtbus N18 aus der Innenstadt erreichbar (ab *Jernbarnetorget* oder *Stortorvet*).

Die Zimmer sind meistens um die 12 m<sup>2</sup> groß, Bad und Küche teilt man sich mit rund sechs bis acht Leuten, je nach dem in welchem Building man unterkommt. Empfehlenswert sind das Building 38 (in dem ich gewohnt habe) sowie die meisten Häuser mit geraden Nummern in Sogn. Wie sauber und gemütlich es jeweils in den einzelnen Floors ist, hängt natürlich ganz stark von den Mitbewohnern ab. Wenn man sich rechtzeitig für ein Zimmer bewirbt und früh genug in Oslo ankommt, hat man immer die Möglichkeit, sich das Zimmer und vor allem Bad und Küche anzuschauen und ggf. ein anderes Zimmer zu bekommen, sollte es wirklich eklig sein (was durchaus passieren kann). Meldet man sich zu spät an kann es sein das man ein Doppelzimmer in Kringsjå bekommt, das auch gerade einmal 12 m<sup>2</sup> groß ist und nur ein Regal und einen Schreibtisch hat, aber das man mit jemandem teilen muss. Immerhin benutzt man das Bad dann nur zu zweit, dafür sind die Küchen, die ich bisher dort gesehen habe ziemlich dreckig, da man viele (möglicherweise unordentliche) Mitbewohner hat. Vorteil von Kringsjå ist vielleicht, dass die Studentensiedlung direkt am *Sognsvann* liegt, einem hübschen See, der im Winter für verschiedene Arten Wintersport (Schlittschuh laufen oder Langlaufski) und im Rest des Jahres zum spazieren und schwimmen einlädt. Da man von Sogn aber auch in ca. 15 Minuten hingelaufen ist, würde ich mich trotzdem jederzeit wieder für Sogn entscheiden (es sei denn man steht auf Partys, braucht das günstigste Zimmer und muss es nicht so sauber haben). Meine Miete für ein Zimmer in Building 38 in Sogn betrug 2.833 NOK im Monat, wir waren zu sechst. Die Rechnungen bekommt man jeweils per E-Mail zugesendet, die Miete muss zum jeweils 1. des Monats bezahlt werden, die Kautions bereits vor Beginn des Auslandsaufenthaltes (Achtung: Überweisungen ins Ausland können sehr teuer werden!). Alles weitere (Reservierung der Waschmaschine, Änderung der Mietfrist, Kontakt zum Hausmeister läuft über die MyPage auf der SiO-Webseite).

Sollten Gegenstände im Zimmer, der Küche oder im Bad fehlen wie zum Beispiel eine Schreibtischlampe, Bettzeug (das man sich von zu Hause mitbringen kann), Teller o.Ä., kann man mit einem kostenlosen Shuttlebus zu IKEA fahren. Der Bus fährt alle 30 min. (ab 9-20 Uhr an Samstagen und 10-22 Uhr an Wochentagen) in der *Fred Olsens Gate 2* in der Nähe des Hauptbahnhofs ab und fährt zu *IKEA Furuset* oder *IKEA Slependen* (<http://www.ikea.com/no/no/store/furuset>).

### **Money, money... | Finanzen**

Man sollte sich auf jeden Fall eine Kreditkarte (VISA) besorgen, mit der man im Ausland kostenlos Geld abheben kann. Kostenlose Kreditkarten, die sich bequem per Internetbanking verwalten lassen, kann man unter anderem bei der Deutschen Kreditbank (<http://www.dkb.de>) oder bei comdirect (<http://www.comdirect.de>) bestellen. Das Abheben



am Geldautomaten (*minibank*) ist gebührenfrei, bei der DKB bezahlt man sehr geringe Gebühren, wenn man direkt mit Kreditkarte im Geschäft bezahlt. Geldautomaten gibt es vor allem in der Innenstadt, auf dem Campus, am Ullevål Stadion und in Kringsjå. In Norwegen ist fast alles mit Kreditkarte machbar, selbst kleinste Beträge werden mit Karte bezahlt, auch Eintritte für Partys können zum Teil mit Karte gezahlt werden. 1 € entspricht ungefähr 7,7 – 7,8 NOK. Sollte man Auslands-Bafög erhalten, kann man mit einem sehr hohen Auslandszuschlag rechnen (der Antrag für Norwegen wird an das Studentenwerk Schleswig-Holstein gestellt, <http://www.studentenwerk-s-h.de/>). Ich habe ca. 590 € im Monat erhalten. Das ERASMUS-Geld (ca. 150-200 € im Monat) wird höchstwahrscheinlich erst zum Ende des Auslandsaufenthaltes gezahlt und sollte auf keinen Fall in die laufenden Kosten während des Aufenthaltes eingeplant werden! Mit 700-800 € kann man sicherlich gut auskommen, wenn man nicht allzu viel auf Partys oder für Alkohol ausgibt, sollte man darauf aber wert legen, kann man schon bis zu 1000 € im Monat loswerden.

Das einzige, was in Norwegen vergleichbare Preise zu Deutschland hat, ist Kleidung. Läden wie *Cubus*, *Lindex* oder *H&M* sind verhältnismäßig günstig zum einkaufen. Alles andere ist oft um einiges teurer. Die günstigsten Supermärkte sind *Rema 1000* und *Kiwi*, *Bunnprix* und *ICA* sind eher teuer, haben meist aber eine größere Auswahl. Frisches Obst und Gemüse kauft man am besten in *Grønland*, dem „Immigrantenviertel“ in der Stadt (hat eine eigene T-bane-Station mit gleichem Namen), wo man u.a. auch einmal relativ preiswert etwas zu Essen bekommt (Menü beim Asiaten für rund 10-15 €). Die Fahrt dorthin lohnt sich bezogen auf den Preisunterschied auf jeden Fall. Generell ist es günstiger, nicht alleine zu kochen und wenig Fleisch zu essen. Partys und Clubs kosten oft Eintritt, meistens um die 100 NOK und Getränke wie Bier etc. sind oft sehr teuer (9 € für ein Bier einzuplanen ist realistisch). Ein Kinobesuch kostet ebenfalls 100 NOK, doch vergleichbar zu Preisen in Deutschland.

### **Get the party started | Nachtleben in Oslo**

Typisch für die internationalen Studenten und möglicherweise auch für Norweger ist hier das sogenannte *Vorspiel*, das man in Deutschland vielleicht auch unter dem Wort „Vorglühen“ kennt. Sinn der Sache ist, vor dem Weggehen schon etwas zu trinken, da alkoholische Getränke in Clubs, Pubs und auf Partys sehr teuer sind. Die wichtigste Regel für das Vorspiel ist, dass jeder seine eigenen Getränke mitbringt. Passend zum Vorspiel gibt es dann nach der Party auch noch so etwas wie ein *Nachspiel*, das Prinzip ist, denke ich, klar. Wenn man im Stadtzentrum weggeht, sollte man genug Geld einstecken haben und immer einen Ausweis mitnehmen. Clubs gibt es vor allem in der *Kirkegata* in der Nähe der *Domkirke*, am *Nationaltheatret* und in *Grünerløkka*, dessen Cafés tagsüber auch mal zu einem Kaffee einladen. Etwas günstiger kommt man weg, wenn man in die Pubs der



Fakultäten auf dem Unicampus in Blindern geht oder in den Pub der Jurafakultät (am Nationaltheater). Im *Amatøren*, dem Studentenpub in Sogn, gibt es oft Mottopartys, die meist nur 30 NOK Eintritt kosten. Die vom Erasmus Student Network (<http://www.oslo.esn.no>) oder der norwegischen Studentenvereinigung (<http://www.studentsamfundet.no>) organisierten Partys oder Konzerte im *Chateau Neuf* (Haltestelle Majorstuen) sind ab und an auch umsonst und meist bezahlbar und gut. Im *BokCaféen*, ebenfalls im Chateau Neuf gibt es jeden Donnerstag Jazz-jam und dienstags ein Quiz. Sonntagsabends gibt es kostenlose Livemusik im Jazzclub Blå (<http://www.blaaoslo.no>), der mit dem Bus 34 und 54 (Richtung *Tåsen* bzw. *Kjelsås*, Haltestelle *Møllerveien*) ab dem Hauptbahnhof erreichbar ist. Es empfiehlt sich, alle oben genannten Organisationen und Einrichtungen in Facebook zu suchen, um aktuelle Informationen und Termine nachsehen zu können.

### **Talk, Talk, Talk | Telefon und Internet**

Internet hat man automatisch im Wohnheim, man sollte sich auf jeden Fall ein Netzkabel mitbringen. Die Kosten sind in der Miete enthalten. Zum Telefonieren empfiehlt es sich, das Angebot des ESN (Erasmus Student Network) in der ersten Woche wahrzunehmen, eine Lebara-Prepaid-Karte für 50 NOK zu kaufen, die bequem im Internet aufgeladen werden kann (<http://www.lebara.no>). Jedes Gespräch zu einem anderen Lebara-Nutzer (jeder deiner neuen Bekannten wird wahrscheinlich Lebara haben) kostet, unabhängig von der Gesprächsdauer, 99 Öre (100 Öre = 1 NOK), auch Telefonieren oder SMS ins Ausland sind durchaus bezahlbar.

### **Move your body | (Winter-) Sport in Oslo**

Die Norweger sind sehr sportliche Leute, deshalb gibt es auch viele Möglichkeiten, Sport zu machen. Als Student der Universität in Oslo bezahlt man 780 NOK (rund 100 €, aber das lohnt sich) fürs Semester und darf dann alle Sporteinrichtungen nutzen (Schwimmbad, Trainingsräume und Drop-in-Kurse wie Aerobic oder Step). Es gibt vier Sportzentren des SiO: *Blindern Athletica* direkt auf dem Campus in Blindern, *Domus Athletica* in der Nähe von Sogn bzw. der T-bane-Haltestelle *Forskningsparken*, *Nydalen Atheltica* an der T-bane-Haltestelle *Nydalen* und *Centrum Atlethica* irgendwo im Stadtzentrum. Für weitere Kursangebote v.a. Mannschaftssportarten oder etwas „verrücktere“ Sportarten muss man jeweils extra bezahlen, sie werden zum Teil vom Studentensportverein angeboten (weitere Infos auf <http://www.osi.no>; <http://www.sio.no>).

Wer sich typisch norwegisch fühlen möchte sollte unbedingt die Gelegenheit nutzen und sich beim SiO in *Blindern Atheltica* Langlaufski ausleihen. Das Ausleihen kostet 100 NOK für ein Wochenende, für eine Woche 200 NOK, für einen Monat 300 NOK und für drei Monate 500

NOK (Angaben aus dem Kopf und völlig ohne Gewähr). Man sollte sich recht fix um Ski kümmern, da oft schnell keine mehr in der richtigen Größe da sind und man warten muss, bis welche zurückgegeben werden. Skifahren kann man vor allem auf, um und am Sognsvann, empfehlenswert ist die ca. 5 km lange Strecke nach *Ullevålseter*, wo man Waffeln essen und einen Kaffee trinken kann. Für etwas erfahrenere Langläufer gibt es auch Strecken ab *Frognerseteren* (erreichbar mit der T-bane-Linie 1) und für Snowboardfahrer und alpine Skifahrer gibt es um Oslo herum auch gut erreichbare Pisten. Wer Lust auf viel Spaß im Schnee hat und nicht zu zimperlich ist, kann sich in *Frognerseteren* einen Schlitten für 100 NOK für einen Tag ausleihen und die beliebte Schlittenabfahrt nach *Midstuen* machen, um von dort wieder mit der T-bane nach oben zu fahren. Also Schneehosen, feste Schuhe, Handschuhe, Mütze und Schal nicht vergessen (kann man auch so im Winter sehr gut gebrauchen).

### **Leise rieselt der Schnee... | Wetter in Oslo**

Wer im Sommersemester nach Oslo kommt, sollte im Januar und Februar mit Temperaturen mit bis zu -20°C und viel Schnee rechnen (Strumpfhosen und feste Schuhe mitbringen, es wird nass und glatt!). Im Januar wird es bereits ab halb vier dunkel, deshalb sind die Abende in Oslo manchmal etwas lang. Es ist deshalb gut, viel rauszugehen und mit anderen Leuten zu unternehmen, sonst wird man vielleicht doch etwas deprimiert. Die Tage werden allerdings relativ schnell wieder länger (so kam es mir jedenfalls vor). Es gibt auch sehr oft richtig schöne Sonnentage, die zwar recht kalt, aber echt wunderbar sind. Regel Nr. 1 auch hier: Dick einpacken und rausgehen! Der Schnee bleibt noch relativ lange (an manchen Stellen bis April), auch wenn der Frühling sich langsam aber sicher bemerkbar macht (ab Ende März kann man damit rechnen). Gummistiefel sind hier Teil der Frühlingsmode, da der viele Schnee riesige Pfützen und Matschfelder zaubert. Die gibt es hier aber in allen möglichen Formen und Farben zu kaufen (auch hier gibt es sowas wie einen Winterschlussverkauf, den man im Januar ausnutzen sollte). Sogesehen wird das Wetter im Sommersemester immer besser und der Sommer in Norwegen ist wirklich richtig schön. Wer im Wintersemester kommt, sollte sich nicht zu sehr von der Dunkelheit beeinflussen lassen und auch viel unternehmen (allerdings wird da das Wetter immer schlechter, auch wenn man im August noch einige schöne Tage hat).

### **Take a look around | Sehens- und Erlebenswertes in Oslo**

Hier eine kurze Aufzählung von Orten und Dingen, die man in Oslo gesehen haben sollte: Stortinget (Parlament), Rådhus (Rathaus), Aker Brygge, Akershus festning (Festung), die Halbinsel Bygdøy mit Fram-Museum, Kon-Tiki-Museum, Vikingskiphuset (Wikingerschiff), Norsk Folkenmuseum (ein Freilichtmuseum), Munch-Museum (in Tøyen), Frognerseteren

hus, Holmenkollen Sprungschanze, Sognsvann, Nationalgalerie, Nationaltheater, Schloss, Karl Johans Gate, Domkirke (Domkirche), Operahuset (Oper, erbaut 2008), Vigelandsparken, Technikmuseum (nett aufgemacht, v.a. für Kinder).

*Was man mal probiert haben sollte:*

Fiskekaker mit Bechamelsonße und Curry, Kjøttkaker mit brauner Soße und Kartoffeln, Skillingsboller/Kanelboller (Zimtschnecken), Boller (Hefebrötchen, ggf. mit Rosinen), Rømmegrøt (soetwas wie Milchreis, nur anders), den Apfelkuchen im Frognerseteren hus, Elch- bzw. Rentierfleisch, Lømpe mit Pølse (eine Art Kartoffelpfannkuchen mit Würstchen, Senf, Ketchup und Röstzwiebeln, wirklich TYPISCH norwegisch), Blaubeermarmelade, Vaffler mit Brunost (Waffeln mit braunem Käse), Knäkebrod, Akvavit (Kümmelschnaps), Smurt lefse mit Zimt,...

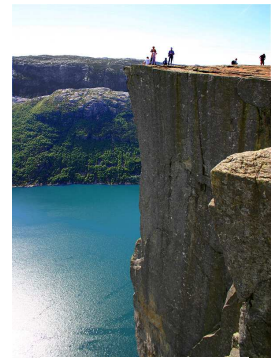
### On the Road | Reisen in Norwegen

Wenn man schon mal in Norwegen ist, sollte man sich vielleicht überlegen, das Land etwas besser kennenzulernen. Im Sommersemester hat man um Ostern und ab Ende Mai genug Zeit, um zu reisen. Recht günstig kann man mit den Minipris-Tickets der



**Kjeragbolten**

norwegischen Bahngesellschaft NSB (<http://www.nsb.no>) fahren, die wenn man früh genug bucht zwischen 199 NOK und 399 NOK kosten, egal wohin man fahren möchte. Die



**Preikestolen**

Reise mit dem Zug nach *Bergen* oder *Stavanger* dauert zwischen 7-8 Stunden, lohnt sich aber auf jeden Fall. Wer Nordlichter sehen möchte, dem sei die Reise nach *Tromsø* empfohlen, allerdings ist das ziemlich teuer (weswegen ich selbst nie dort war). Es gibt außerdem die Möglichkeit, eine Reise mit dem Postschiff „Hurtigruten“ (<http://www.hurtigruten.de>) zu unternehmen, das ab Mitte April u.a. auch den *Geirangerfjord* bei *Ålesund* (auch eine sehenswerte Stadt) befährt. Weitere beliebte Reiseziele sind die *Lofoten*; ein absolutes Muss ist aber der *Preikestolen* im *Lysefjord*, der ab *Stavanger* mit der Fähre und dem Bus erreichbar ist (am Fuß des ca. zweistündigen Aufstiegs liegt die *Preikestolhytta*, eine Art Jugendherberge; mehr Infos - auch zu Hostels in verschiedenen Städten in Norwegen - auf <http://www.hihostels.no>). Wer bis im Sommer (Juni, Juli) bleibt, sollte den Aufstieg zum *Kjeragbolten* wagen.

### Persönliche Bewertung des Auslandsaufenthaltes

Oslo ist eine ganz besondere Stadt: Oslo ist Hauptstadt und damit auch die größte Stadt in Norwegen, auf der anderen Seite braucht man nicht lange, um von der Innenstadt in die freie

Natur zu kommen. Man trifft nicht selten Norwegen mit Skiausrüstung in der T-bane zum Sognsvann oder nach Frognerseteren. Die Verbindung von Stadtleben und Natur ist einmalig in Oslo und eignet sich daher vor allem für Menschen, die gerne draußen sind, aber trotzdem ausreichend Kulturangebote und Möglichkeiten zum Feiern haben möchten. Die Norweger sind, wie man oft zu hören bekommt, sehr zurückhaltend und erst einmal kühl und daher tendenziell schwer kennenzulernen. Aber natürlich ist jeder Norweger anders. Man hat tendenziell mehr mit internationalen Studierenden zu tun, aber wenn man Glück hat, lernt man doch den ein oder anderen Einheimischen kennen. Man sollte sich jedenfalls nicht zu sehr darüber aufregen, dass sie so verschlossen sind. In Norwegen gibt es außerdem einen Haufen junger Familien, sprich Studenten mit Kindern, was sich auch durch die große Zahl von Kindergärten in den Studentensiedlungen und auf dem Campus bemerkbar macht. Es ist sehr interessant, eine neue Kultur kennenzulernen, die in vielen Punkten dem Leben in Deutschland gleicht, aber in vielen Punkten auch ganz anders ist. Das wichtigste ist, offen zu sein und Dinge auszuprobieren und ein wenig zu versuchen, dass zu tun, was die Norweger auch machen, z.B. Langlaufski fahren. Damit entwickelt man nach und nach das Gefühl für Land und Leute, wenngleich fünf Monate ziemlich kurz sind. Wer die Möglichkeit dazu hat, sollte unbedingt im Juni/Juli in Norwegen bleiben, um den Sommer im Norden kennenzulernen und wirklich jeden Aspekt des Lebens in Norwegen mitnehmen zu können (Schwimmen im Fjord!). Mir hat der Aufenthalt, wie leicht festzustellen ist, sehr gut gefallen und hat mich persönlich auch sehr weitergebracht, weil man noch einmal einen ganz anderen und neuen Umgang mit Menschen hat, einer fremden Kultur und einer neuen Umgebung. Auch wenn ich durch den Aufenthalt ein Semester länger studieren muss, würde ich die Erfahrung auf keinen Fall missen wollen.

Bei Fragen einfach eine E-Mail schreiben ([affilein@sonnenkinder.org](mailto:affilein@sonnenkinder.org))!