

Ich hatte ein sehr schönes Erasmus-Semester in Bergen und kann es wirklich von Herzen weiterempfehlen!

Vorbereitung / Organisation

Die Organisation des Auslandssemesters funktionierte sowohl von der Leipziger Uni als auch der Uni Bergen aus sehr gut! Nach der Nominierung erhält man ein norwegisches Studierendenkonto inklusive E-Mail-Adresse und wird Schritt für Schritt durch die Registrierung und Einschreibung in Bergen geführt. So hatte ich bereits alle Kurse sicher, bevor ich überhaupt ins Flugzeug gestiegen bin. Die norwegische Erasmuskordinatorin Marte ist sehr hilfsbereit und beantwortet Mails sehr schnell. Alles ist sehr gut organisiert und läuft nahezu digital ab. Sogar den Studierendenausweis gibt's per App.

Um an den Kursen im Krankenhaus teilzunehmen, braucht man einen negativen MRSA-Test. Dieser kann entweder noch in Deutschland gemacht werden oder aber auch vor Ort im Krankenhaus. Darum kümmert sich ebenfalls Marte. Im Krankenhaus bekommt man einen eigenen Ausweis, mit dem man sich am Wäscheautomaten immer Kleidung abholen kann.

Das Wintersemester geht von August bis Weihnachten, was man bei der Planung beachten sollte.

Sprache

Um in Bergen zu studieren, muss man ein Sprachzertifikat in Englisch und Norwegisch nachweisen können.

Da ich zeitig wusste, dass ich ein Auslandssemester in Norwegen machen möchte, habe ich mich recht früh um einen Sprachkurs gekümmert. Man kann Norwegisch an der Uni Leipzig entweder über das Spracheninstitut lernen oder über das Sprachenzentrum. Ich habe mich für Letzteres entschieden, da diese Sprachkurse für Studierende kostenlos sind.

Der A1/A2 Kurs ist an ein Schlüsselqualifikationsmodul für Bachelor-Studierende gekoppelt. Das bedeutet, dass man sich nicht einfach über TOOL anmelden kann, sondern der zuständigen Person nach der Einschreibefrist eine Mail schreiben muss. Wenn es noch Platz gibt, kann man sich manuell eintragen lassen. Dieses Modul ist allerdings kein reiner Sprachkurs, was mich aber nicht gestört hat. Danach ist man berechtigt den B1 Kurs über das Sprachenzentrum zu machen, der wiederum ein reiner Sprachkurs ist. Dieser Kurs wird aber nicht jedes Semester in Präsenz angeboten, sondern wechselt sich mit Schwedisch ab.

Ich hatte Glück und konnte nahtlos weiter machen und so im 5. und 6. Semester Norwegisch bis B1 Niveau lernen. Nach bestandener Prüfung kann man sich eine Modulbestätigung ausstellen und kostenlos über das Sprachenzentrum in ein Sprachzertifikat umwandeln lassen. Für Englisch habe ich den Sprachstandtest über die Uni Leipzig gemacht.

Es empfiehlt sich zudem sich vor Abflug ein bisschen mit dem westnorwegischen / bergischen Dialekt vertraut zu machen.

Wohnen

Ein großer Vorteil in Bergen ist, dass man automatisch über das Studierendenwerk *sammen* einen Platz in einem der Wohnheime angeboten bekommt. Das spart viel Stress, sich eine eigene Unterkunft zu suchen. Erfahrungsgemäß werden die meisten Erasmusstudis im Wohnheim Fantoft einquartiert, wo man sich sein Zimmer mit einer anderen Erasmus-Person teilt. Es gibt entweder Ein-Zimmer-Apartments oder man bekommt einen Platz in einer der 16er-WGs (Fantoft TRE) mit gemeinsamer Küche und Aufenthaltsbereich. Aussuchen kann man es sich nicht. Wahrscheinlich erfolgt die Zuteilung alphabetisch.

Ich bin in einer der 16er-WGs untergekommen und war am Anfang eher skeptisch, ob das Zusammenleben mit so vielen Leuten wirklich was für mich ist. Obwohl ich anfangs nicht begeistert war, war ich am Ende sehr glücklich mein Zimmer dort gehabt zu haben. Ich habe mir mein Zimmer mit einer anderen Deutschen geteilt und wir haben uns richtig gut verstanden! Man findet sehr leicht Anschluss und die 16er WGs sind moderner und bereits voll ausgestattet im Gegensatz zu den shared bachelor apartments. Durch die sehr große Wohnküche hängt man auch nicht immer im Zimmer aufeinander, was ein Vorteil ist, wenn man sich doch nicht so gut verstehen sollte. Generell waren in meiner WG alle sehr rücksichtsvoll. Ich habe aber auch von anderen gehört, dass man bei Problemen das Zimmer wechseln kann.

Ein weiterer Vorteil ist der Preis: man zahlt rund 350€ Miete mit allem Drum und Dran, was für norwegische Verhältnisse recht günstig ist. Zudem gibt es eine große Dachterrasse, viele Grünflächen und ein großes Fitnessstudio von *sammen* direkt nebenan. Mit der Tram, die direkt vor dem Wohnheim fährt, ist man in ca. 20 Minuten im Stadtzentrum sowie am Flughafen. In rund 15 Minuten ist man am Krankenhaus.

Wenn man sich eine eigene Unterkunft sucht, eignen sich Seiten wie finn.no, hybel.no oder Facebookgruppen.

Universität

In Bergen hat man die Möglichkeit Medizin entweder im 7. oder 9. Semester zu studieren. Das MED9 ist auf englisch und beinhaltet Gyn und Pädiatrie sowie eine 6-wöchige Praxisphase im Krankenhaus. Dieses Semester wählen die meisten

Erasmus-Studis, weil man hierfür keine Norwegisch-Kenntnisse braucht (wird für die Praxisphase aber trotzdem empfohlen).

Das MED7 beinhaltet Neuro, Augenheilkunde, HNO und Psychiatrie und ist auf norwegisch. Da ich in meinem 9. Semester nach Bergen gegangen bin und Gyn und Pädiatrie in Leipzig schon absolviert hatte, habe ich mich für das norwegische Semester entschieden. Nach der Bewerbung bekommt man das Angebot von Marte MED7-INT zu belegen, was extra für Internationale konzipiert ist. Dort fällt Psychiatrie weg, sodass man den ganzen September und jeden Freitag frei hat ☺ (Möchte man Psychiatrie doch belegen, muss man B2 nachweisen können und hat eine 4-wöchige Praxisphase im September.)

Das Semester besteht vormittags aus Vorlesungen, die auch wirklich gut besucht werden und ab und zu nachmittags aus UaK bzw. Seminaren in Kleingruppen. Am Ende gibt es eine schriftliche Prüfung über alle Fächer und eine mündliche Prüfung in einem Fach inklusive Patient:innenuntersuchung.

Das Studium ist mehr auf Basics ausgelegt als auf spezielle Behandlungsverfahren, da das Versorgungssystem in Norwegen sehr auf Allgemeinmedizin setzt. Dadurch sind die Lerninhalte mehr auf wichtige Krankheiten konzentriert und symptom- und praxisorientierter. Es gibt deutlich mehr Vorlesungen bei weniger detailreichem Inhalt als in Deutschland und immer viel Zeit für Patient:innenvorstellungen und Fragen. So konnte man sich gut in einem Fach festigen. Man hat unter dem Semester jederzeit die Möglichkeit die Seminarräume aufzusuchen und zu üben und so konnte ich mir die Untersuchungstechniken gut aneignen.

Die schriftliche Prüfung beinhaltet neben MC-Fragen auch Freitextaufgaben, die man nicht unterschätzen sollte. Sie machen über die Hälfte der Punkte in der Klausur aus und setzen deutlich mehr auf Verständnis als ich es von den MC-Klausuren in Leipzig gewohnt war. Dafür musste ich deutlich mehr lernen als in Leipzig.

Für das MED7-INT bekommt man 15 ECTS. Ich habe zusätzlich noch den Psychologiekurs „Culture, Positive Development and Health“ für 6 ECTS belegt. Dort hält man eine Gruppenpräsentation und hat im September eine Home-Exam, wo man innerhalb 1 Woche drei Essays schreibt.

Am Anfang hatte ich noch einige Schwierigkeiten mit dem Norwegisch in den Vorlesungen und habe ich mich daher noch für einen Sprachkurs (Norsk U2) entschieden. Von der Prüfung habe ich mich aber relativ zeitig abgemeldet und den Kurs nur als reine Übung genutzt.

Da die Norweger:innen im 7. Semester neu zusammengewürfelt werden, kennen sich untereinander noch nicht alle und man kommt sehr leicht mit ihnen ins Gespräch. Ich empfand alle stets als nett und hilfsbereit. Dennoch ist alles sehr oberflächlich geblieben, was mich aber nicht weiter gestört hat.

Die Semestergruppe gibt es auf Facebook und ich empfehle, dass zumindest eine Person aus eurer Erasmus-Gruppe dort beitrifft, um wichtige Infos nicht zu verpassen.

Leben in Bergen

Bergen ist der perfekte Ort für alle, die gern (sportlich) in der Natur unterwegs sind oder es anfangen wollen. Von 7 Bergen umgeben findet man immer überall eine Strecke, die man wandern kann. Fløyen ist wohl der einfachste Berg, der direkt im Stadtzentrum beginnt und ein guter Ort für den Sonnenuntergang ist. Ulriken ist mit 643hm der höchste Berg, dessen Wanderweg direkt hinter dem Krankenhaus startet.

Sehr empfehlen kann ich auch die Mitgliedschaft im Fitnessstudio von *sammen*. Diese kostet für 1 Semester ca. 150€. Man kann damit in alle Fitnessstudios von *sammen* in Bergen gehen, Kurse besuchen und auch die dazugehörige Unischwimmhalle und die Sauna nutzen.

Bergen ist eine wunderschöne Stadt, die bekannt ist für ihre charmante Altstadt und das malerische Hafenviertel mit bunten, kleinen Holzhäuschen. Im Sommer zieht es viele Tourist:innen in die Stadt, während die Weihnachtszeit eine gemütliche Atmosphäre schafft. Mit 290.000 Einwohnern ist Bergen die zweitgrößte Stadt Norwegens und dank der vielen Studierenden eine sehr junge Stadt. Besonders im Sommer finden zahlreiche Konzerte und Festivals statt, und die Stadt bietet eine Vielzahl an Bars und Cafés. Zu meinen Favoriten gehören das Albatrossen Café und das Nobel Bopel.

Und auch für Strickfans ist Bergen und Norwegen generell ein Paradies! Es gibt zahlreiche süße Wollläden, in denen man stöbern kann und viele Strickclubs, denen man beitreten kann. Man sieht immer wieder Leute in Bus und Bahn, in den Vorlesungen oder im Café stricken. Nicht umsonst gilt Stricken als Nationalhobby! Empfehlen kann ich den Strickladen *The Norwegian Spirit* im Bahnhof. Die Mitarbeiterinnen sind sehr nett und hilfsbereit!

Bergen ist zudem bekannt als die regenreichste Stadt Europas. Gerade im August hat es bei mir viel geregnet, was dazu führt, dass man jeden Sonnenstrahl zu schätzen weiß. Schon in der Einführungswoche wurde uns gesagt, dass alle Menschen in Bergen alles stehen und liegen lassen, sobald die Sonne rauskommt, um in die Natur zu gehen und das kann ich nur bestätigen. Und man sollte sich nicht wundern, wenn man gerade dabei ist einen Berg zu erklimmen und Norweger:innen lässig an einem vorbei joggen – das gehört zur Norwegen-Experience dazu ☺

Dank des maritimen Klimas hat man in Bergen eher milde Temperaturen. Die Sommer sind eher kühl und selbst Ende Dezember war es nicht bitterkalt. Wir hatten dennoch eine Woche lang Schnee.

Von A nach B kommt man in Bergen mit der Tram und dem Bus. Für Studierende gibt es eine Monatskarte für 43€, mit der man auch die Stadtfähre zu nahegelegenen Inseln nutzen kann.

Reisen

Bergen ist der perfekte Ausgangspunkt, um Westnorwegen und den Rest des Landes zu erkunden. Eine große Empfehlung ist die Bergenbahn, mit der man in 7h nach Oslo kommt und die zu den schönsten Zugstrecken Europas gehört. Aber auch die Halte unterwegs kann ich empfehlen: Voss und Geilo im Winter zum Skifahren, Finse und Hallingskeid zum Wandern. Mit dem Bus kommt man leicht und günstig nach Stavanger oder nach Odda.

Was ich sehr empfehlen würde, ist Mitglied im Wanderverein DNT zu werden. Damit kann man vergünstigt auf den Hütten schlafen und ich habe so einige schöne Wochenendtrips gemacht. Wer nicht so wanderaffin ist, dem kann ich einen Trip auf die BT-Hytta und Hallingskeid Hytta ans Herz legen. Diese sind gut mit dem Zug erreichbar und man muss nur eine kurze Strecke wandern.

Im September habe ich einige größere Reisen unternommen und war so auf einer 3-Tages-Hüttentour von Finse über Krækkja bis Haugestøl in der Hardangervidda unterwegs sowie in Odda für die Wanderung zur berühmten Trolltunga. Aber auch danach hatte ich neben den Vorlesungen und UaKs noch Zeit für ein verlängertes Wochenende zum Preikestolen bei Stavanger, für einen Trip nach Oslo und nach der Prüfung noch einen Skitrip nach Geilo.

Also egal wo man in Norwegen ist: es ist immer schön!

Finanzen / Tipps

Obwohl es kein Geheimnis ist, dass Norwegen teuer ist, war ich doch ein bisschen geschockt von den lokalen Preisen. Die Erasmusförderung beträgt 600€, die ich für 4 Monate bekommen habe. Mit einigen Tricks kommt man aber gut durch und hat noch genug Geld fürs Reisen:

Wanderausrüstung kann man sich günstig im Sport-Outlet besorgen oder bei BUA kostenlos ausleihen. Auch Skiausrüstung kann man sich bei BUA ausleihen. Bei Too Good Too Go gibt es auch immer mal wieder gute Angebote von Cafés und Bäckereien sodass man auch günstig an gutes Brot und Zimtschnecken kommt. Im Meny gibt es so gut wie immer 3für2 Aktionen auf Oatly Produkte und Joghurt. Essen in der Mensa ist zwar gut, wird aber schnell teuer. Da es nach Gewicht bezahlt wird, kostet ein Essen schnell mal 7-8€.

Ansonsten gibt es in vielen Läden Studirabatt, zum Beispiel in Second Hand Läden wie Fretex oder Fileks (Letzteren kann ich sehr empfehlen, wenn man traditionelle norwegische Strickkleidung sucht) oder auch in Cafés. Das Kino bietet immer am Ende des Monats ein Studikino an, für dessen Film man in der dazugehörigen Facebookgruppe abstimmen kann. Ein Ticket kostet dann 8€ und man bekommt ein Stück Pizza auf Haus.

Am Anfang des Semesters organisiert *sammen* immer eine Re-Use-Festival, bei dem man sich mit allem für die Wohnung kostenlos eindecken kann (Schreibtischlampe, Geschirr, Mülleimer, etc). Ich empfehle also die erste Woche auszuhalten, anstatt alles bei Ikea zu kaufen. Bettdecke und Kissen gibt es in den Wohnheimen übrigens nicht, sondern muss selbst gekauft werden (gibt es auch nicht aus hygienischen Gründen beim Re-Use-Festival). Ich empfehle vor Beginn den Link für die WhatsApp-Gruppe für Fantoft zu suchen (meist in der UiB-Erasmus-Facebookgruppe oder auf reddit geteilt), um sich direkt am Anfang zu connecten. So hat mir jemand schon eine Bettdecke und ein Kissen aus dem Ikea mitgebracht und ich musste nicht bei meiner Ankunft noch mal losfahren. Großer Tipp ist auch der Clothing Swap, der meist das 1. Mal beim Re-Use-Festival stattfindet. Dort findet man second-hand Kleidung und Schuhe, die man gegen Punkte eintauscht. Beim 1. Swap bekommt ein Punktekontingent gestellt und kann dies aufbrauchen. Danach gibt es im Semester immer mal wieder 2-3 Clothing Swap Veranstaltungen und man kann auch da wieder Kleidung abgeben. Ich habe so einige Kleidungsstücke sowie Sportschuhe und Handschuhe gefunden, die ich gut gebrauchen konnte.

Zum Schluss: Wenn man noch unter 21 ist, gibt es auch ein vergünstigtes Öffi-Ticket, mit dem man in ganz Westnorwegen fahren kann. Die norwegischen Airlines widerøe und norwegian air bieten auch Rabatte für Menschen unter 26 an, das kann sich schon beim Hinflug lohnen.

Ich wünsche euch eine gute Zeit und viel Spaß in Bergen!

Wenn ihr noch Fragen habt, schreibt mir gerne: lysan.baldauf@web.de

Lysan ☺