

Auslandssemester Trondheim NTNU Wintersemester 2022

Mein Auslandssemester in Trondheim war wunderschön. In den fünf Monaten habe ich so viel erlebt und dabei jede Menge von anderen Menschen und auch über mich gelernt. Diese Erfahrung war etwas ganz Besonderes, ich bin unendlich dankbar dafür und ich kann sie jedem empfehlen.

Intensiv-Sprachkurs im Sommer

Den besten Start in mein Auslandssemester hat mir der vom International Office der NTNU organisierte Intensiv-Sprachkurs ermöglicht. Er beginnt 2 Wochen vor der Einführungswoche und dauert insgesamt 3 Wochen. An den Wochentagen hatten wir Sprachunterricht in Gruppen von ca. 20 Leuten und an den Wochenenden war ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm organisiert. Es war wirklich beeindruckend was für eine Mühe hinter der Organisation dieser Wochen stand. Ich kann ausdrücklich jedem raten, sich für diesen Kurs anzumelden. Ein Wochenende waren wir in einer Hütte in der Nähe von Trondheim, ein Wochenende in Schweden. Außerdem waren wir in der Sauna, es gab eine Stadtrallye und es wurde gegrillt. Dieser Kurs eignet sich perfekt, um Trondheim und vor allem viele neue Leute kennenzulernen. Hier habe ich die meisten Freundschaften geknüpft.

Wohnen und Alltag

Wer im Januar zum Sommersemester kommt, braucht sich gar keine Sorgen machen. Ein Platz im Studentenwohnheim von sit, Trondheims Studentenwerk, ist sicher. Im Wohnheim wohnt man am günstigsten, gut angebunden und in den meisten Fällen auch sehr komfortabel. Im Wintersemester sieht das ganz anders aus. Dadurch, dass es so viele internationale Student*innen gibt, reichen die Wohnheimplätze nicht aus. Die Plätze werden über Codes, die man per Mail bekommt, verteilt. Man hat keinen Einfluss darauf, ob man einen Platz bekommt oder nicht. Ich habe leider keinen Code bekommen und mich in ein privates Wohnheim eingemietet. Es ist nicht so einfach 5- oder 6-Monatsverträge zu bekommen, aber wenn man sich rechtzeitig kümmert, erhält man einen Platz. In einigen wenigen Fällen habe ich von Leuten gehört, die bei Anreise immer noch keinen festen Mietvertrag hatten und zunächst in einem Hostel wohnen mussten. Für die Zeit der Wohnungssuche vor Ort gibt es das Konzept „Dach über dem Kopf“. Über die Internetseite kann man für relativ wenig Geld ein Hotel- oder Hostelzimmer buchen. So hat man die Sicherheit erstmal irgendwo zu wohnen. Ich habe im Voll Studentby, einem privaten Studentenwohnheim in einer 7er-WG mit geteilter Küche und eigenem Bad gewohnt, das ist dort die übliche Wohnform. Es war natürlich etwas teurer, aber im Ganzen war ich zufrieden. Man ist gut angebunden und hat 5 Supermärkte in Laufdistanz. Vom privaten Wohnungsmarkt habe ich auch überwiegend Positives gehört, da kann man preislich auch gute Angebote finden. Dafür bieten sich die Seiten finn.no und hybel.no an.

Das alltägliche Leben ist in Norwegen um einiges teurer als in Deutschland, darauf sollte man sich einstellen. Einen ganz besonders hohen Aufschlag zahlt man bei Süßigkeiten und Alkohol, da diese extra besteuert werden. Um beim wöchentlichen Einkauf zu sparen, habe ich folgende Tricks angewendet: TooGoodToGo ist weit verbreitet, eTilbudavis sammelt die Angebotshefte aller Supermärkte und gemeinschaftliches Kochen in großen Mengen lohnt sich. Mit einer norwegischen Handynummer kann man sich bei manchen Supermärkten registrieren, um besondere Rabatte zu bekommen, dafür kann man auch eine*n Norweger*in fragen ;) Außerdem bekommt man bei den kleinen, unabhängigen Supermärkten im Stadtzentrum gute Angebote für Gewürze, Tofu, Obst und Gemüse.

Es ist weit verbreitet, in Trondheim Fahrrad zu fahren, im Winter gibt es sogar Spikes für die Räder. Ich bin ausschließlich Bus gefahren, eine Monatskarte hat ungefähr 50 € gekostet und das Streckennetz war wirklich gut. Trondheims Zone schließt auch die Zugfahrt in einige etwas weiter entfernte Wandergebiete oder zum Flughafen ein. Das Schnellboot zur anderen Fjordseite ist nicht

mit inkludiert. Über finn.no, Norwegens ebay kann man einfach gebrauchte Gegenstände wie Fahrräder kaufen. Bei der Bezahlung sollte man beachten, dass die Norweger*innen hauptsächlich vipps verwenden und Paypal nicht kennen. Bei vipps kann man sich nur mit einer norwegischen ID anmelden, die man bei der Registrierung bei der Polizei erhält, aber nur wenn man länger als 6 Monate bleibt. Wie das mit der Registrierung funktioniert, die alle Internationals machen müssen, wird in der Einführungswoche gut erklärt. Insgesamt ist alles echt toll organisiert. Zur ID lohnt es sich, sich etwas zu belesen, da man sie auch zum Arbeiten oder zum Zugang zum normalen Gesundheitssystem braucht.

Studium

Man kann auf der Øya, dem Krankenhausviertel und Medizincampus viel lernen. Dazu gehören aber viel Eigeninitiative und Lesen zusätzlich zu den Vorlesungen. Daher sollte man sich vorher überlegen wie man seine Prioritäten auf Lernen, Reisen und Freizeit verteilt. Genauso verhält es sich mit dem Norwegisch lernen. Möchte man seine Sprachkenntnisse auf ein sehr hohes Niveau bringen, sollte man sich von Anfang an norwegische Freunde suchen. Im Allgemeinen sind die Norweger*innen sehr offen Sprachübenden gegenüber und geben sich Mühe zunächst das Lehrbuchnorwegisch, bokmål, zu sprechen. Gemeinsam mit der Hälfte der norwegischen Medizinstudent*innen des 4. Jahres startet man in das englische Medicine semester IID. Die andere Hälfte des Jahrgangs macht das „Englischsemester“ im Sommersemester, sodass man als Austauschstudent*in auf jeden Fall einen Platz bekommt, auch wenn man wenig oder kein Norwegisch spricht. Es werden die Fächer Gynäkologie, Geburtshilfe, Pädiatrie, Nephrologie, Urologie, Radiologie und ein bisschen Pharma, Patho und Mibi passend zu den jeweiligen Fächern auf Englisch unterrichtet. Das Studium ist ansonsten so wie in Leipzig organisiert: Es gibt UaK (clinical teaching), den POL-Unterricht (PBL), allerdings einmal pro Woche zum Thema des UaK und Vorlesungen. Insgesamt sind es weniger Vorlesungen als in Leipzig und die Inhalte gehen auch weniger ins Detail. Beim UaK und POL bestehen 85% Anwesenheitspflicht. Abhängig vom Fach hat man aber auch mal mehr oder in einer Woche auch gar kein clinical teaching. Insgesamt hat man schon deutlich mehr Freizeit als in Leipzig. Das Semester schließt mit einer 120-Fragen-MC-Klausur und einer OSCE über alle behandelten Fächer im Dezember ab, sodass das Semester vor Weihnachten beendet ist. Dies gilt genauso für andere Studiengänge. Auf den Seiten der NTNU findet man alle Altklausuren und Bewertungsbögen der vorangegangenen OSCEs. Die MC Fragen sind vom Stil her weniger an Faktenwissen orientiert, sondern zielen eher auf angewandtes Wissen in spezifischen Fallbeispielen ab. Die Klausuren zu bestehen ist auf jeden Fall machbar. Bei den Überlegungen zur Anerkennung der Studienleistungen in Leipzig sollte man wissen, dass man am Ende eine Note für alle Fächer erhält, was die Anrechnung einzelner Fächer schwierig gestaltet. Ich habe es nicht versucht, kann also nicht sagen, ob es nicht doch irgendwie möglich wäre.

Besonders gut gefallen hat mir, dass man im POL und UaK immer maximal zu acht, meist zu viert war, sodass man alle Fragen beantwortet bekam. Die Ärzt*innen sind einem auf Augenhöhe begegnet, man hat sich grundsätzlich geduzt und beim Vornamen angesprochen und vorgestellt. Natürlich konnten manche Patient*innen nicht so gut Englisch sprechen oder es war einfach praktischer Besprechungen in großer Runde oder die Anamnese auf Norwegisch durchzuführen. Auch dann wurde mindestens auf Nachfragen stets übersetzt.

Praktische Fertigkeiten wurden eher im Skills Lab (ähnlich der Lernklinik) gelehrt. Wirklich am Patienten durfte man die gynäkologische Untersuchung, die Neugeborenenuntersuchung und die kardiologische Untersuchung in der Pädiatrie durchführen. Man konnte jederzeit nachfragen, ob man bei den unterschiedlichsten OPs zuschauen darf, teilweise durfte man auch assistieren. Weiterhin ist es Pflicht bei mindestens 4 Geburten dabei gewesen zu sein.

Freizeit

Trondheim ist eine große Studentenstadt. Zu jeder Jahreszeit gibt es mehr Freizeitaktivitäten als man je auf einmal machen könnte. Ganz besonders zu Beginn des Semesters und allgemein im Sommer gibt es die meisten Veranstaltungen. Es wird viel Wert auf Outdoorsport gelegt. Um die Stadt herum liegen riesige Wälder, die zum Wandern und Ski fahren einladen. Innerhalb von maximal einer halben Stunde Fahrt mit den Öffentlichen befindet man sich im Grünen. Bei jedem Wetter wird gewandert, Fahrrad gefahren (Trondheim ist sehr hügelig!) und gejoggt. Man sollte sich auf jeden Fall Kleidung für alle Jahreszeiten einpacken. Um jedem Studierenden zu ermöglichen, alle Outdoor-Aktivitäten auszuprobieren, wurde die ehrenamtliche Organisation Bumerang ins Leben gerufen. Bei Bumerang kann man sich kostenlos jegliches Equipment für den nächsten Ausflug ausleihen. Wer also nicht voll mit Campingbedarf ausgestattet ist, wird hier fündig. Bei Bua kann man sich sogar Wanderschuhe und Schlafsäcke ausleihen. Ansonsten gibt es in Trondheim auch viele erschwingliche Sport-Outlets. Es lohnt sich auf jeden Fall Mitglied bei NTNU zu werden. Für ca. 50€ im Semester kann man sich für ermäßigte 4€ pro Nacht pro Person eine Cabin mieten. Für ca. weitere 50€ kann man das komplette Sportangebot von sit nutzen. Dazu gehört freier Eintritt in alle Fitnessstudios von sit und ein volles Kursprogramm. Ich hatte die komplette Mitgliedschaft und ich war wirklich begeistert. Die Cabins werden von Student*innen in Stand gehalten und die Ausflüge dahin waren immer ein Abenteuer! Weiterhin zu erwähnen sind die Uka, ein riesiges, von Student*innen organisiertes Festival, welches alle zwei Jahre stattfindet, außerdem Aktivcampus zu Beginn des Wintersemesters, wo man ganz verschiedene Sportarten und Aktivitäten austesten kann und das Sprachcafé für motivierte Norwegischlerner*innen.

Ganz besonders an Trondheim ist das Studentersamfundet. Der Betrieb dieses Hauses läuft komplett über ehrenamtlich engagierte Student*innen, die hier Erfahrungen im Kochen, Kellnern, an der Bar oder hinter dem Mischpult sammeln. Es gibt einige Dancefloors und Bars und jede Menge Veranstaltungen.

Es wird also nie langweilig in Trondheim!