

# **Erfahrungsbericht**

**Erasmus Auslandssemester in Umea, Schweden**



**Austauschzeitraum: Januar 2023 – Juni 2023**

**Department of Chemistry**

## Vorbereitung (Planung, Organisation und Bewerbung bei der Gasthochschule)

An der LUH studiere ich Life Science im Master. Nach einer Erasmus-Informationsveranstaltung habe ich mich für ein Erasmus-Semester entschieden. Meine Wahl fiel schnell auf Schweden. Um einen richtigen Winter zu erleben, entschied ich mich für Umeå als Erstwunsch und bewarb mich beim Austauschkoordinator. Als zweiten Wunsch wählte ich Uppsala und als dritten Wunsch Espoo in Finnland. Das Erasmussemester im Master ist als Forschungsprojekt gedacht, aber es gibt auch die Möglichkeit Vorlesungen zu besuchen. Nach der Zuteilung der (Wunsch-)Universität konnte man sich eine Arbeitsgruppe aussuchen. Zusammen mit dem Austauschkoordinator wurde die gewünschte Arbeitsgruppe angeschrieben und ich bekam schnell eine Zusage. Die Gruppe kann aber auch noch getauscht werden, aber bis zum Herbst, sollte eine Entscheidung feststehen. Das akademische Jahr in Schweden ist anders als in Deutschland und das Herbstsemester beginnt Ende August und endet Mitte Januar, das Frühjahrssemester beginnt Mitte Januar und endet Anfang Juni. Dazwischen liegen knapp drei Monate Sommerpause. Ich habe mich für das Frühjahrssemester entschieden, um den Wechsel von den kurzen auf die langen Tage zu erleben. Bis Anfang September habe ich keine weiteren Informationen erhalten, aber dann kam eine E-Mail, in der erklärt wurde, wie man die Bewerbung ausfüllt. Nachdem ich die erforderlichen Dokumente hochgeladen hatte, konnte ich Kurse wählen. Die gesamte Kurswahl erfolgt über die Webseite [universityadmissions.se](http://universityadmissions.se). Die Deadline für mich war Mitte Oktober. Wenn man ein Forschungsprojekt machen möchte, muss man den Kurs „Advanced Studies for Chemistry“ wählen. Dabei kann man zwischen einem halben und einem ganzen Semester wählen, wobei mein Gruppenleiter mir gesagt hat, dass ein halbes Semester keinen Sinn macht, weshalb ich den Kurs für ein ganzes Semester mit 30 ETCS-Punkten gewählt habe. Normalerweise kann man maximal 30 ETCS-Punkte pro Semester sammeln. Da ich aber viel Positives über den Arctic Science Kurs gehört habe, habe ich mich auch dafür beworben. Durch eine Sonderregelung konnte ich dann mehr als 30 Punkte erreichen. Kurz nach der Bestätigung meiner Kurswahl wurde ich von einem Professor im Auftrag des International Office kontaktiert, ob ich schon eine Arbeitsgruppe für das Projekt hätte. Gleichzeitig kam eine E-Mail von der Universität mit dem weiteren Zeitplan. Anfang Oktober kam dann die Notification of Selection Results für das Frühjahrssemester 2023. Sobald man zu den Kursen zugelassen ist, kann man sich auch über das International Housing Office für ein Zimmer bewerben. Der Link zum Housing Portal ist etwas versteckt in der Nachricht mit den Ergebnissen auf [universityadmissions.se](http://universityadmissions.se). Es lohnt sich, dies so schnell wie möglich zu tun, da die Zimmervergabe nach Wartezeit funktioniert. Gleichzeitig müssen noch die Unterlagen für das Erasmus + Programm ausgefüllt werden, damit der Austausch genehmigt werden kann und man das Geld erhält. Auch hier ist es wichtig, auf die Deadline zu achten. Sobald alle Dokumente angenommen wurden und man ein Zimmer hat, muss man sich erst einmal um nichts Offizielles mehr kümmern. Vor der Ankunft gibt es noch von der Universität ein Pre Arrival Webinar, in dem nochmal die wichtigsten Informationen zur Anreise erklärt werden. Sobald man aber in Umeå ist, ist es wichtig sich bei der studentischen Koordinatorin vorzustellen, damit das Forschungsprojekt offiziell starten kann. Außerdem muss die Confirmation of Stay ausgefüllt werden. Ein paar Tage nach dem Semesterbeginn, gibt es eine weitere Infoveranstaltung vor Ort.

## Unterkunft

Sobald man seine Ergebnisse für die Kurse bekommen hat, kann man sich beim accommodation service der Umeå University einen Account machen und sich so für Zimmer bewerben. Über die Zeit sammelt man Punkte und umso mehr Punkte man hat, umso höher rutscht man auf der Liste, um ein Zimmer zu bekommen. Bei mir waren die Bilder von einem Zimmer bei der gleichen Adresse immer gleich, sodass man nicht genau weiß, wie das Zimmer aussieht. Aber die meisten Zimmer sind um die 20qm<sup>2</sup> groß, möbliert und haben ein eigenes Badezimmer mit Dusche. Die Küche wird aber mit den Nachbarn geteilt, wobei die Sauberkeit stark von den Nachbarn abhängt. Preislich waren die Zimmer bei mir zwischen 3000-3500 sek pro Monat. Grundsätzlich würde ich mich erst ab dem 1. Stock für ein Zimmer



bewerben, da es sonst sehr einfach ist, dass Personen von außen ins eigene Zimmer hereinschauen. Als Stadtteil würde ich Ålidhem empfehlen. Sehr viele Studierende wohnen hier, der Weg zur Uni ist nicht weit und beim Ålidhem Centrum kann man mit einem Coop, ICA und Lidl (auch am Sonntag) gut einkaufen. Es gibt vier Straßen, in denen die Internationalen Studierende wohnen, Fysikgränd, Historiegränd, Pedagoggränd und Stipendiegränd. Außerhalb davon gibt es in Ålidhem kaum anderen

Studierende. Wenn man etwas ruhiger wohnen möchte und näher am Nydala Lake sein möchte, sind Nydala und Mariehem auch sehr schön. Aber der Weg zur Uni ist etwas weiter, die Einkaufsmöglichkeiten sind weiter weg und zu den meisten Partys muss man weiter laufen. Sobald man ein Zimmer bekommen hat, muss der digitale Vertrag unterschrieben werden und man sollte kontrollieren, bis wann die erste Miete zu bezahlen ist. Anschließend konnte ich den Schlüssel einen Tag, bevor das Semester offiziell losgeht am Infocenter der Universität abholen. Leider war es dieses Jahr nicht möglich, das Zimmer über den Sommer zu verlängern, sodass man pünktlich ausziehen musste und pünktlich den Schlüssel im Juni abgeben musste.

### Studium an der Gasthochschule

Meine Hauptbeschäftigung an der Uni war der Kurs: „Advanced Studies for Chemistry“, bei dem man statt Vorlesungen ein Forschungsprojekt in einer Arbeitsgruppe des Chemie Departments macht. Das Thema des Projekts kann man vorher mit dem Betreuer absprechen. Bei meiner Ankunft wurde ich von meiner Betreuerin abgeholt und dem Rest der Arbeitsgruppe vorgestellt. Ich bekam einen eigenen Schreibtisch und hätte bei Bedarf auch einen Computer der Universität benutzen können. Mein Projekt war sehr gut organisiert und die meisten Proben und Chemikalien waren schon vor Ort, so dass ich direkt loslegen konnte. Im Durchschnitt war ich etwa 30 Stunden pro Woche an der Universität, wobei es Tage gab, an denen nicht so viel zu tun war, und andere, an denen viel zu tun war. Die meisten Mitglieder der Arbeitsgruppe waren keine Schweden, daher war die Sprache in der Gruppe Englisch. Am Ende meines Projekts musste ich einen Bericht schreiben, der ungefähr den Umfang einer Bachelorarbeit hatte. Zusätzlich habe ich noch die Vorlesung Arctic Science besucht. Dieser war bis auf den sehr interessanten Besuch in Kiruna, bei dem man das IRF, das Icehotel, die LKAB Mine, aber auch Abisko im Februar besucht hat, komplett online und es mussten Aufgaben bearbeitet werden. Aber wenn man sich dafür interessiert, wie Polarlichter oder Schneeflocken entstehen, kann ich diesen Kurs sehr empfehlen. Die Universität in Umeå ist zentral gelegen, sodass man alle Gebäude gut zu Fuß erreichen kann. Leider gibt es keine zentrale Mensa oder ähnliches. In den einzelnen Gebäuden gibt es Cafés, die auch Mittagessen verkaufen. Dieses ist jedoch mit 8 Euro recht teuer, weshalb die meisten Studierenden ihr eigenes Essen mitbringen und in den überall vorhandenen Mikrowellen aufwärmen.

## Alltag und Freizeit

Ich würde auf jeden Fall empfehlen, am Buddy-Programm teilzunehmen. Dabei werden die internationalen Studierenden in Gruppen eingeteilt und Buddies, oft schwedische Studierende, zugeteilt, die dann für die Organisation von Aktivitäten wie Wanderungen, Besuch eines Eishockeyspiels oder ähnlichem verantwortlich sind. Es gibt aber auch Veranstaltungen für das gesamte Buddy-Programm, wie z.B. der Besuch einer Elchfarm, das gemeinsame Anschauen des ESC-Finales oder eine Party in einem Club der Stadt. Das Studentenleben in Umeå ist schon sehr ausgeprägt, aber als Erasmus-Student ist es schwierig, mit schwedischen Studierenden in Kontakt zu kommen. Durch das Buddy Programm hat man aber die Möglichkeit viele andere internationale, aber auch schwedische Studierende aus verschiedenen Studiengängen besser kennenzulernen und Freundschaften zu schließen. Jeden Donnerstag findet im Rouge im Ålidhem Centrum Karaoke statt. Der Nydala Lake ist ein beliebtes Ausflugsziel in der Nähe von Umeå, wo man im Winter Langlaufen und Eisbaden und im Sommer schwimmen, und Kajak fahren kann. Rund um den See, aber auch in anderen Teilen der Stadt, gibt es kostenlose Feuerstellen zum Grillen. Sobald weniger Schnee liegt, wird auch kostenlos Brennholz zur Verfügung gestellt. Bei unserer Ankunft Mitte Januar waren die Tage in Umeå sehr kurz und die Sonne scheint nur etwa 4 Stunden am Tag, so dass alle Aktivitäten im Freien gut geplant werden müssen. Außerdem lag 2023 mehr Schnee als in den Vorjahren, dafür waren die Temperaturen in diesem Jahr milder. Der Schnee lag teilweise bis Ende April noch am Straßenrand. Der Nydala Lake ist ein beliebter Ort, um die Nordlichter zu beobachten, und wenn die Wahrscheinlichkeit hoch ist, dass die Nordlichter zu sehen sind, kann man dort auch viele andere Studierende treffen. Meistens sind die Polarlichter aber nicht so stark, dass man sie mit einer Kamera viel besser sehen kann als mit den Augen. Wenn es jedoch einen stärkeren Sonnensturm gibt, sind die Nordlichter so intensiv, dass man sie in der Stadt auch mit bloßem Auge sehen kann. Solange Schnee liegt, ist Langlauf in Umeå sehr beliebt und es gibt mehrere Strecken in der Nähe des Nydala Lakes. Außerdem gibt es in der Stadt einen kleinen Berg mit Lift, auf dem man Abfahrtski fahren kann. Solange die Eishockeysaison läuft, kann ich auch einen Besuch der Eishockeyspiele der Umeå Björklöven empfehlen, da man teilweise sehr günstige Karten bekommt und Eishockey in Schweden noch beliebter ist als in Deutschland. Im Sommer, wenn die Tage wieder länger werden, kann man gut wandern gehen oder die Umgebung der Stadt erkunden. Besonders empfehlenswert ist der Nationalpark Skuleskogen. Ab Mitte Juni wird es nachts nicht mehr richtig dunkel, was für viele, die nicht darauf vorbereitet sind, zu Schlafproblemen führen kann. Sportausrüstung, wie z.B. Skier oder Schlittschuhe, kann kostenlos bei der Fritidsbanken im Ålidhem Centrum ausgeliehen werden. Auch Campingausrüstung kann dort kostenlos ausgeliehen werden. Für sportliche Aktivitäten gibt es das Sportzentrum IKSU. Es gibt einen Viermonatsvertrag, für den man über 250 Euro bezahlt, dafür sind alle Sportarten inbegriffen. Es gibt ein Fitnessstudio, eine Boulder-/Kletterhalle, ein Schwimmbad, eine Sauna, aber auch Hallen für Fußball, Beachvolleyball oder auch



Kampfsport. Besonders im Winter ist IKSU ein Treffpunkt, wo man viele andere Studierende trifft. Am Ende des Semesters kann ich das Reisen sehr empfehlen. Vor allem die vielen Nationalparks in Schweden oder Norwegen sind sehr schön. Wir haben uns, wie viele andere Studierende auch, für eine Reise auf die Lofoten entschieden und sind mit einem Mietwagen von Umeå nach Abisko gefahren. Die Natur auf den Lofoten ist wunderschön und ich kann jedem einen Besuch empfehlen.

### Fazit (beste und schlechteste Erfahrung)

Ich würde jedem, der die Möglichkeit hat, ein Auslandssemester zu machen, auf jeden Fall empfehlen! Es war eine unvergessliche Zeit mit vielen neuen Eindrücken, Erfahrungen und neuen Freundschaften. Vor allem die Organisation und Unterstützung in Umeå war sehr gut und auch die Stadt ist wirklich schön. Insgesamt war es auch sehr angenehm im Frühlingssemester nach Umeå zu gehen, da die Tage immer länger und wärmer werden. Der Anfang des Semesters war mit den kürzeren Tagen eine neue Erfahrung. Mein persönliches Highlight war die Reise mit dem Arctic Science Kurs nach Kiruna und die Reise am Ende des Semesters zu den Lofoten. Ich hatte keine negativen Erfahrungen. Alles in allem war es ein sehr schönes Auslandssemester. Ich möchte es nicht missen.

### Tipps und Tricks

In Umeå ist es nicht notwendig, Schwedisch zu können, da eigentlich jeder Englisch spricht und an der Uni auch auf Englisch unterrichtet wird. Aber es ist gut, ein paar Grundkenntnisse zu haben. Zum Beispiel ist „hej“ eine Begrüßung, die man zu jeder Gelegenheit benutzen kann. Der ESC ist in Schweden sehr beliebt und auch die Vorentscheidung Show Melodifestivalen läuft zur besten Sendezeit im Fernsehen. Ein Osterfeuer wie in Deutschland gibt es nicht, aber am 30. April ist Walpurgisnacht (Valborg) und da werden größere Feuer angezündet. Die Fast-Food-Kette Max ist in Schweden weit verbreitet und deutlich beliebter als McDonalds oder BurgerKing. In normalen Supermärkten werden nur Getränke mit einem Alkoholgehalt von 3,5% verkauft, wenn man andere alkoholische Getränke kaufen möchte, muss man in den speziellen Laden System Bolaget gehen. Dort sind die Preise allerdings teilweise doppelt so hoch wie in Deutschland. Wichtig zu erwähnen ist auch, dass es in Umeå ein Alkoholverbot im City Center und am Flussufer gibt. Jedes Jahr findet in Umeå das Brännbollsyrän statt, das größte Musikfestival Nordschwedens.