

Umeå (Schweden) im Wintersemester 2015/16

Stadt Umeå

Stadt? Dorf? Ort? Die Meinungen über die Bezeichnung Umeås gehen weit auseinander und variieren je nach Herkunftsort. Reist man aus dem 1.7 Millionen Einwohner großen Hamburg in die größte Stadt Nordschwedens, hat man doch eher das Gefühl, aus Versehen in Astrid Lindgrens Bullerby gelandet zu sein: bunte Holzhäuser, wenig Menschen, viel Natur, ein Fluss. Ach ja, wenn da nicht die Universität wäre. Die Universität Umeå ist gerade 50 Jahre alt geworden (gegründet 1965) und umfasst knapp 40.000 Studenten. Damit wird auch deutlich, wer die Haupteinwohner der Stadt sind: Studenten. Der Großteil wohnt in verschiedenen Studentenwohnheimen in verschiedenen Teilen der Stadt. Darum herum? Bäume und Holzhäuser. Durchquert man die ruhigen Straßen gelangt man ins Zentrum (ca. 10 Minuten Radweg von der Uni). Hier befinden sich tatsächlich DREI Einkaufszentren und viele einzelne Geschäfte. Man bekommt in Umeå also alles, was das Herz begehrt. Ob *H&M* oder *Stadium* (schwedischer Sportladen), *Clas Ohlson*, falls noch etwas fürs Wohnzimmerzimmer fehlt (z. B. WLAN Router), oder *Lagerhaus*, wo es mehr Deko gibt, als je ins Zimmer passen würde. Im *Akademibokhandeln* findet man schwedische und auch englische Bücher, Fachliteratur (i. d. R. auf Englisch) und auch die Lehrbücher für den Schwedischkurs. Natürlich bekommt man auch kulinarisch einiges geboten: Viele kleine Restaurants in den Einkaufszentren und drum herum. Neben dem bekannten McDonald's hat die schwedische Burgerkette MAX wirklich für jeden etwas im Menü: Ob Fleisch, vegetarisch oder vegan, die Schweden erfüllen einem jeden Wunsch ohne Murren und Knurren. Außerdem gibt es viele nette Cafés (z. B. Valls Kafe oder Wayne's Coffe), die zur *Fika*, der schwedischen Kaffepause einladen. Wobei Kaffepause fast untertrieben ist: *Fika* ist eher eine Institution. Geht immer und überall, am besten mit Kaffee und Kanelbulle (schwedische Zimtschnecke mit Kardamom). Für alle Fans der veganen Küche ist außerdem die *Folkkök* (Volksküche) sehr zu empfehlen: jeden Sonntagmittag kochen Freiwillige ein veganes Menü im *Hamnmagasinet* direkt am Fluss. Für kleines Geld gibt es hier Hauptgang, Dessert, Kaffee und Tee – alles vegan und sehr lecker.

Ungewohnt, aber durchaus angenehm sind die schwedischen Öffnungszeiten: Supermärkte sind meist bis 22 Uhr geöffnet und öffnen, wie alle weiteren Geschäfte, auch am Sonntag. Ein entspannter Sonntagnachmittag in der Innenstadt mit Einkaufsbummel und *Fika* ist also eine beliebte Wochenend-Beschäftigung.

Vorbereitung und Anreise

Die Vorbereitung des Auslandssemester begann mit der Bewerbung an der Uni Hamburg. Mit Motivationsschreiben, Notenübersicht (Transcript of Records) und Lebenslauf waren die Unterlagen komplett. Es wurde schnell bekannt gegeben, dass dem Auslandssemester in meinem Wunschland (Schweden) nichts im Wege stand. Nachdem dies also klar war begann die Online-Bewerbung an der Universität Umeå: Über einen per Mail gesendeten Link wird man durch das *Application Form* geleitet, in dem Angaben zur Person, zum Studium und zu den gewünschten Kursen abgefragt werden. Außerdem hat man die Möglichkeit, sich für das *International Housing* zu bewerben, was auf jeden Fall gemacht werden sollte! Die Schweden sind so organisiert, dass die internationalen Studenten auf jeden Fall ein Wohnzimmer bekommen. Die Unterkunftssuche erübrigt sich also, was die Planung von zuhause aus sehr angenehm gestaltet. Des Weiteren bekommt man die Anreisetermine, in der Regel liegen diese am Wochenende vor der *Welcome Week*. Die Anreise von Hamburg aus erfolgt über einen Zwischenstopp in Stockholm. Wer die Zeit hat, sollte dies als Anlass

für einen Städtetrip nutzen und sich die schwedische Hauptstadt ein paar Tage anschauen bevor die Reise ins zukünftige Domizil weitergeht. Bereits die Anreise in Umeå mit dem Flugzeug verrät einiges über die Größe des Ortes: Der Flughafen liegt mehr oder weniger im Wald und sobald man aus der Gepäckhalle herauskommt steht man quasi bereits an der Bushaltestelle, von der man direkt zur Universität gelangt. Kommt gerade kein Bus, empfiehlt es sich, mit anderen ein Taxi zu teilen. Die meisten Ankommenden haben nämlich das gleiche Ziel: Die Universität. Im *International Housing Office* angekommen, bekommt man Mietvertrag und Wohnheimschlüssel. Ein Shuttle bringt einen anschließend bis zum Wohnheim.

Unterkunft

Sobald man für das *International Housing* akzeptiert wurde, bekommt man einen Link, über den man sich selbst ein Zimmer in einem der studentischen Wohngebiete aussuchen kann. Achtung! Schnell sein lohnt sich! Je schneller man alle Formalitäten erledigt, desto eher kann man das Zimmer auswählen. Sehr viele Wohnheime gibt es in Ålidhem, hier habe ich in meiner Zeit in Umeå gewohnt. Ålidhem hat drei Supermärkte und einen kleinen Club, in dem jeden Donnerstag ein Karaokeabend veranstaltet wird. Der Zustand der Wohnheimzimmer in Ålidhem variiert stark: einige Häuser/Etagen wurden vor kürzerer Zeit renoviert, andere nicht. Insgesamt ist es große Glückssache, mit wem man seinen Korridor teilt. Dementsprechend sehen die Küche und der gemeinsame Aufenthaltsraum aus. Vorteile von Ålidhem sind ganz klar die Einkaufsmöglichkeiten, die Nähe zur Universität (keine 5 Minuten mit dem Fahrrad) und zum Fitnessstudio IKSU. Außerdem finden an den Wochenenden viele Partys statt. Ob man da lieber in der Nähe oder weiter weg wohnen möchte, ist wohl Geschmackssache. Die Miete für das Wohnheimzimmer lag bei ca. 300 €/Monat. Das etwas weiter entfernte Nydalahöjd ist ruhiger. Die Zimmer sind hier etwas teurer als in Ålidhem, aber dafür wohnt man in moderneren Häusern. Nydalahöjd und Ålidhem sind nah am Nydalasjön gelegen. Hier kann man im Winter häufig die Nordlichter beobachten und, wenn es soweit ist, sehr gut Schlittschuh laufen. Im umgebenden Waldgebiet sind Ende des Sommers/Anfang Herbst viele Blaubeeren zu finden.

Neben den Wohngebieten um die Uni herum gibt es auch die Möglichkeit, nahe der Innenstadt zu wohnen. Von hier verlängert sich allerdings der morgendliche Weg zu Uni um einige Minuten und eine recht steil ansteigende Brücke.

Wenn das Wohnheimzimmer bezogen ist, sollte man sich um ein Fahrrad kümmern. Zwar gibt es auch Busse, die einen in die Innenstadt bringen, aber mit dem Fahrrad kann man sich im kleinen Umeå am unkompliziertesten bewegen. Über die Facebook-Gruppe *Umeå International Bike Market* bieten viele Studenten, aber auch kleine, private Fahrradverkäufer Fahrräder an. Die Auswahl variiert von klapprig, Hauptsache, es fährt für ca. 50 € über solide mit Fahrradkorb für ca. 80 € bis gut ausgestattet mit Gangschaltung etc. für ca. 120 €. Es sollte für jeden etwas dabei sein. Vor Abreise kann das Fahrrad über selbigen Weg wieder verkauft werden. Licht am Fahrrad ist wohl das einzige Muss für das Fortbewegungsmittel. Die Polizei soll hier besonders drauf achten. Kontrolliert wurde ich allerdings nie.

Studium

Im Vorwege (über das *Application Form*) habe ich mich für vier naturwissenschaftliche Kurse und einen schwedischen Sprachkurs beworben. Ich wurde ohne Probleme für alle Kurse angenommen. Bei der Kursauswahl sollte man darauf achten, dass man Kurse auf *undergraduate*-Niveau auswählt. Diese entsprechen unserem Bachelor. Die Kurse an der Uni Umeå sind monatlich aufgebaut. Man besucht einen Monat lang jeden Vormittag eine

Vorlesung zu einem Kurs/Modul. Am Ende des Monats folgt eine auf 4 Stunden angesetzte Klausur. Mit 4 Stunden sind die Klausuren zwar umfangreicher als gewohnt, hierbei wurde allerdings eher allgemeineres Wissen und weniger Details abgefragt. Die Kurse beinhalten einige praktische Einheiten im Labor für die im Anschluss ein Protokoll abgegeben werden muss. Die Protokolle wurden in der Regel akzeptiert, ohne dass weitere Korrekturen nötig waren. Im Vergleich zur Uni Hamburg waren die Laborexperimente sehr viel weniger umfangreich. Die Ausstattung der Labore und die Organisation der Versuche war etwas gewöhnungsbedürftig (z. B. keine Pipetten vorhanden), allgemein war es aber in Ordnung. Ich besuchte in meiner Zeit die Kurse *Immunology* und *Neurobiology*. Die Dozenten dieser Kurse waren eher ruhig und es kostete teilweise einiges an Konzentration, um der Vorlesung zu folgen. Im Großen und Ganzen haben mir die Themen aber gut gefallen und die Klausuren waren auch angemessen und konnten mit genügend eigenem Lernaufwand ohne Probleme bestanden werden. Was mir außerdem gut gefallen hat, war die Verteilung des Kursplanes, also welches Thema in welcher Vorlesung behandelt wird, zum ersten Termin des jeweiligen Kurses. Die Kurse *Bacterial Physiology und Pathogenesis* und *Genetics II* hatte ich theoretische belegt, habe mich aber während meines Aufenthaltes in Umeå dagegen entschieden, diese auch zu besuchen, da ich die Leistungspunkte nicht zwingend benötigte. Der Schwedischkurs lief von September bis November an zwei Nachmittagen/Woche. Ich hatte bereits in Hamburg einen Einsteigerkurs an der VHS belegt und mich in Umeå deswegen für den Fortgeschrittenenkurs eingeschrieben. Der Kurs hat mir sehr gut gefallen, da die Leiterin den Kurs durchgängig auf Schwedisch geführt hat. Wenn Fragen auftraten, hat sie zunächst versucht, auf Schwedisch zu erklären und erst als letzte Möglichkeit auf Englisch geantwortet. Auch dieser Kurs wurde mit einer Klausur abgeschlossen. Außerdem musste eine „mündliche Prüfung“ abgelegt werden. Diese bestand aber nur aus einer Präsentation eines selbst gewählten Themas. Beliebte Themen waren die jeweiligen Heimatstädte, da in dem Kurs viele Nationalitäten zusammenkamen. So konnte ich in der kurzen Zeit einige Schwedischkenntnisse sammeln und mich am Ende langsam, aber flüssig mit den Einheimischen unterhalten.

Freizeit

Die Freizeitgestaltung in Umeå ist sehr Sport-lastig. Sehr viele Studenten sind Mitglied im IKSU (*Idrottsklubben Studenterna i Umeå*, Studentensportclub in Umeå). IKSU ist das größte Sportzentrum/Fitnessstudio in Nordeuropa. Dementsprechend umfangreich ist auch das Angebot – und der Mitgliedsbeitrag. Ca. 500 SEK (etwas mehr als 50 €) zahlt man im Monat bei einer viermonatigen Mitgliedschaft. Dafür bekommt man viele verschiedene Kurse, alle bekannten Geräte (Laufband, Fahrrad, Croos Trainer, Gewichtheber in allen Variationen) und ein großes Schwimmbekken, Whirlpool und ein kleineres, beheiztes Becken, in dem auch Aqua Fitness angeboten wird. Es kann also nicht langweilig werden! Gerade wenn man die Herbst-/Wintermonate oben im Norden verbringt ist so ein tolles Fitnessstudio super, um auch der Dunkelheit ein wenig zu entfliehen.

Neben dem Sport wird auch gerne gefeiert. Es gibt verschiedene Clubs auf dem Campus der Universität. Wichtig! Hierfür benötigt man eine *Student Union Card*. Das heißt, man muss einer Studentenvereinigung, *Student Union*, beitreten. Der Beitrag liegt bei ca. 30 € im Semester, lohnt sich aber, denn sonst lassen die schwedischen Türsteher ein auf keinen Fall hinein. Außerdem bekommt man mit der Karte einen Rabatt auf den Beitrag im IKSU und einige Extras in der Innenstadt (z. B. großes Getränk statt kleines im MAX). Also, am besten direkt am Anfang eintreten! Ungewohnt für Hamburger: Die Öffnungszeiten der schwedischen Clubs. Diese öffnen erst um 21-22 Uhr die Türen (noch okay), aber schließen

auch bereits um 2 Uhr. Viele Studenten veranstalten im Anschluss einen Sit-in im Wohnheim oder gehen einfach nach Hause. Ein Vorteil ist natürlich, dass man trotz Feierei am nächsten Tag quasi ausgeschlafen und fit ist.

Zu Beginn, also in der Welcome Week, sollte man sich für das *Buddy Program* einschreiben. Dieses wird für alle internationalen Studenten angeboten. Egal ob ein oder zwei Semester Austausch oder Masterstudium in Umeå. Alle Beteiligten werden in *Buddygroups* eingeteilt und von 5-10 schwedischen Studenten, den sogenannten *Buddys*, betreut. Es werden viele größere Aktionen veranstaltet wie ein Kennenlerntag mit Open-Air-Spielen, Ausflüge (z. B. zur Elchfarm oder zum Eishockey), ein Brännboll-Turnier (schwedische vereinfachte Variante des Baseall) und *International Pubs* (= Party). Die angebotenen Ausflüge und Events sind sehr empfehlenswert!

Wenn man die Zeit hat, sollte diese genutzt werden, um den weiteren Norden, das *Norrland*, zu erkunden. Die günstigste Möglichkeit ist, zu viert oder fünft ein Auto zu mieten und sich eine Route durch Nordschweden und Norwegen auszusuchen. Viele besuchen das weit entfernte Nordkap. Ich habe mit drei anderen Austauschstudenten eine Reise quer durch Nordschweden bis nach Norwegen, auf die Lofoten und Tromsø gemacht. Das war eine super tolle Erfahrung! Die Natur ist echt beeindruckend und man kommt mit einem Haufen wunderschöner Fotos nach Hause. Wir waren Ende Oktober unterwegs und haben in kleinen Hütten, die es auf den meisten Campingplätzen gibt, geschlafen. Andere waren mit Zelt unterwegs, sind dann aber auch oft auf diese Hütten umgestiegen. Ende Oktober empfiehlt sich sehr als Reisezeitraum, da zu dieser Zeit absolute Nebensaison ist, sodass wir kein Problem hatten, günstige Unterkünfte zu finden.

Auch kurze Reisen übers Wochenende zum Wandern, also *Hiking Trips*, sind beliebt unter internationalen Studenten. Man mietet ein Auto und fährt zum Beispiel in den etwa 2 Stunden entfernten *Skuleskogen* Nationalpark. Die Routen im Park sind sehr gut markiert und nicht zu lang für Hobby-Wanderer. Hier zeigt sich ein weiteres Mal die beeindruckende Natur Schwedens. Übernachten kann man in den Wanderhütten, die zum schwedischen *Allemansrätten*, Jedermansrecht, gehören. Die Hütten sind auf der Wanderkarte eingezeichnet und dürfen von jedem benutzt werden. Man sollte sich allerdings nicht zu spät auf die Suche nach einem Schlafplatz begeben, da natürlich auch anderen die Hütten zum Schlafen nutzen. Alles mögliche an Wanderausstattung, Stiefel, Rucksack, Schlafsack, Matte, Zelt, kann im IKSU in der Abteilung IKSU *friluft*s, ausgeliehen werden.

Abschluss

Insgesamt war das Auslandssemester eine tolle Erfahrung. Wer die schwedische Natur mag und weiter erkunden möchte, ist in Umeå gut aufgehoben. Für eingefleischte Großstädter mag es ein wenig zu dörflich sein, aber auch das hat seinen Charme: keine langen Wege zur Uni, zum Einkaufen, in die Innenstadt oder zu allen anderen Studenten.

Die Kurse an der Uni waren vielleicht nicht ganz so strukturiert wie die in Hamburg, aber allein durch die englische Sprache beim Lernen nimmt man doch viel mit.

Ich kann nur empfehlen, wo auch immer, ein Auslandssemester zu machen. Man wird wieder vor neue Herausforderungen gestellt, lernt neue Leute und Kulturen kennen, neue Länder und Städte, vielleicht eine neue Sprache und insgesamt ist es ein bisschen wie vier Monate Urlaub mit einem kleinen Teil Studium nebenbei.