

## Erasmus Erfahrungsbericht – Umeå

### Bewerbungsprozess

Nachdem ich das erste Mal vom Erasmus Programm in einem Zoom Meeting gehört hatte, dachte ich es sei aufwendig und kompliziert sich zu bewerben. Doch ganz im Gegenteil ging alles sehr schnell. Der Prozess läuft über die Bewerbungsplattform Mobility Online ab und es muss zunächst ein Lebenslauf, Motivationsschreiben, Immatrikulationsbescheinigung, Transcript of Records, vorläufige Kurswahl und ein Sprachnachweis hochgeladen werden. Den Sprachnachweis erhält man über das Sprachzentrum der Uni Hamburg nachdem man einen kurzen online Test absolviert hat. Ein paar Wochen später erhielten wir unsere Bestätigung und durften zu viert an unsere Wunschuniversität in Schweden, Umeå. Danach musste noch das Learning Agreement ausgefüllt werden, welches im Nachhinein für die Anrechnung der Kurse gilt. Vor der Anreise gab es noch einen zweiten Sprachtest über die OLS Plattform. Dieser dient nur der eigenen Einstufung, um ihn nach dem Auslandssemester zu wiederholen und zu vergleichen, ob man sich verbessert hat. In der Zwischenzeit konnten wir auch unsere Kurse an der Universität über [universityadmissions.se](http://universityadmissions.se) wählen und angeben, dass wir ein Studentenwohnheimplatz bekommen wollen. Außerdem würde ich empfehlen sich beim Buddy Programm der Universität anzumelden. Am Ende musste noch der Grant Agreement Vertrag unterschrieben werden und schon ging es los.

### Ankunft

Auf unserem Hinflug hatten wir leider eine sehr schlechte Flugverbindung, da Scandinavian Airlines unsere Verbindung abgeändert hat. Es ging abends los von Hamburg nach Kopenhagen und nach einem kurzen Zwischenstopp weiter nach Stockholm. In Stockholm mussten wir dann leider über Nacht bleiben und es uns auf einer Holzbank gemütlich machen. Am nächsten Morgen flogen wir endlich weiter nach Umeå und waren alle voller Vorfreude. In Umeå ging es zunächst zum Universum indem sich das Infocenter befindet. Hier haben wir unsere Schlüssel bekommen und weitere nützliche Informationen, um sich gut einzufinden.

### Studentenwohnheim

Mein Zimmer war im Haus Rullstensgatan 10 in Nydalahöjden. Ich kann Nydalahöjden sehr empfehlen, da es eine ruhige und schöne Umgebung hat. Man braucht nur 5 Minuten zu Fuß zum Nydala See und die Universität, Einkaufsläden, sowie das große Sportzentrum IKSU sind nicht weit entfernt. Die Küchen und Zimmer sind sehr gut erhalten und ausgestattet. Wir haben zu siebt in einem Korridor gewohnt und jeder hatte sein eigenes Zimmer mit Bad. Von meinem Zimmer aus konnte ich direkt auf einen kleinen Wald schauen.



Die Küche war sehr groß und es gab einen Aufenthaltsraum mit Esstisch und einer Couch. Ich habe mich sehr gut mit meinen Mitbewohnern verstanden und wir haben oft Spieleabende veranstaltet oder in der Weihnachtszeit zusammen Kekse gebacken und Glögg (schwedischer Glühwein, Achtung sehr süß!) getrunken. Wenn man jedoch ein Zimmer in Nydalahöjden haben möchte, muss man schnell mit der Anzahlung sein, da es nach dem Prinzip wer zuerst kommt, darf sich das Beste aussuchen, funktioniert. Älidhem ist auch gut zum Wohnen, da man noch näher an den Einkaufsläden wohnt und jedes Wochenende eine Keller oder Korridor Party stattfindet.

### Ersten Wochen

Als Nächstes habe ich mir direkt ein Fahrrad von Jasmine Jasmine (Facebook) für das Semester gemietet. Es hat 70€ gekostet und hatte sogar kleine Spikes, um damit besser im Schnee fahren zu können. Ich konnte das Fahrrad das komplette Semester nutzen und es ist nie etwas kaputt gegangen. Falls jedoch etwas repariert werden muss, kann man es kostenlos wieder zu Jasmine Jasmine bringen. Ein gutes Fahrradschloss sollte man definitiv haben, da Fahrräder gerne in Umeå geklaut werden.

In den nächsten Tagen fing das Buddy Programm an und man hat zunächst ein kleines Campus Race und eine City Challenge mit anderen Internationals gemacht. Es war wirklich schön neue Menschen über das Buddy Programm kennenzulernen, mit denen man dann auch größtenteils das komplette Semester verbracht hat. Nach den ersten kleinen Aktivitäten hat man seine große Buddy Gruppe kennengelernt und es wurden wöchentlich Events geplant wie ins Kino gehen, Bowling, Lagerfeuer machen, Escape Room, Weihnachtsmarkt besuchen, schwedische Traditionen feiern und vieles mehr!

### Studium

Mein erster Kurs fing eine Woche nach meiner Ankunft an. Durch das Blocksystem in Schweden hat man nur einen Kurs pro Monat. Ich habe die Kurse Immunology, Neurobiology und Genetics II ausgewählt. Alle Kurse bringen 7,5 ECTS, sodass ich letztendlich 22,5 ECTS gesammelt habe. Da wir im 5. Semester nur 21 ECTS sammeln müssen, hatte ich einen Monat in Schweden Zeit um zu reisen. Im 5. Semester wird noch das Betriebspraktikum mit 9 ECTS eingerechnet. Dieses kann man dann von Februar bis März absolvieren, da das Semester in Schweden schon Mitte Januar zu Ende ist. Einen schwedisch Anfänger Kurs habe ich im 4. Semester an der Uni Hamburg belegt. Es war gut einige Basics vor dem Aufenthalt gelernt zu haben, jedoch sprechen nahezu alle Schweden englisch und das sogar sehr gut meistens.

Der Immunology Kurs im September hat mir am besten gefallen. Die Professorin war sehr nett und hat sich viel Zeit genommen, um uns alle Fragen zu beantworten und gut auf die Klausur vorzubereiten. Es war ein sehr interaktiver Kurs, auch wenn das meiste online abgelaufen ist. Lediglich zwei kleine Labortage wurden in Präsenz durchgeführt. Außerdem war der Kurs sehr gut strukturiert und ich habe eine Menge gelernt. Um den Kurs zu bestehen, musste man einen kleinen Vortrag halten, für den man sogar Bonuspunkte für die Klausur erhalten hat.

Danach folgte der Neurobiology Kurs im November. Der Kurs hat mir ebenfalls gefallen und war sehr interessant, jedoch eher schlecht organisiert. Die Vorlesungen wurden teilweise in Präsenz und online gehalten. Für die Klausur konnte man auch einige Bonuspunkte sammeln, indem man einen kleinen Test nach der ersten Vorlesungswoche bestanden hat. Desweiteren mussten einige Protokolle zu Versuchen abgegeben werden. Am Ende gab es eine Klausur und in den Wochen davor haben wir nach den Vorlesungen kleine Filme von BBC geschaut, welche sehr spannend waren.

Im Dezember und den halben Januar habe ich den Genetics II Kurs belegt. Dieser war mit Abstand am besten organisiert und sehr umfangreich. Er baut auf den Genetics I Kurs auf, sodass einige Dinge

vorausgesetzt wurden, die man möglicherweise nacharbeiten musste. Ein großer Teil bestand auch aus Rechenaufgaben, die teilweise eher schwierig zu lösen waren. In der Klausur kamen jedoch mehr theoretische Fragen dran und leichte Rechenaufgaben.

Mir hat das Studieren in Umeå sehr gut gefallen. Das Blocksystem finde ich sehr sinnvoll und nimmt den Druck am Ende des Semesters raus, da die Klausuren immer am Ende des Monats von dem jeweiligen Kurs geschrieben werden.

### Aktivitäten

Am meisten Aktivitäten habe ich mit den Personen aus meiner Buddy Gruppe oder meinen Korridor Mitbewohnern gemacht. Bei gutem Wetter sind wir oft eine kleine Runde am Nydala See spazieren gegangen. Vor allem ab November sollte man darauf achten von 10-13 Uhr rauszugehen, um ein wenig Sonne abzubekommen. Außerdem haben wir jeden Abend in die Umeå Aurora Hunters Facebook Gruppe geschaut, da dort über die Wahrscheinlichkeit informiert wurde, die Polarlichter zu sehen. Dadurch sind wir dann abends häufig zum Nydala See gegangen und haben ein Lagerfeuer gemacht und dabei die Polarlichter beobachtet. Für kleine Wanderungen eignet sich der Taveljöberget oder Strömbäck an der Ostsee gelegen.



Als die Weihnachtszeit begonnen hat, haben wir auch unseren ersten Schnee bekommen. Alles wurde heller und es ist eine wunderschöne, winterliche Stimmung aufgekommen. Auf der Visit Umeå Website sind alle Weihnachtsmärkte aufgelistet und ich kann euch den Weihnachtsmarkt von der Strömbäck Folkshögskola sehr empfehlen. Er ist sehr traditionell, überschaubar und es gab leckeres Essen. Schlittschuhlaufen, Ski fahren und Rodeln gehen, darf in Schweden natürlich nicht fehlen. Auf dem Taveljön wird im Winter eine 8km lange Schlittschuhbahn auf dem See freigeschoben. Ski und Snowboard fahren kann man beim kleinen Übungshügel Bränntberget gut und nebenan gibt es einen Bereich um Schlitten zu fahren. Eishockey ist ein sehr beliebter Sport in Schweden und es lohnt sich definitiv ein Spiel der Umeå Björklöven anzuschauen. Die Eintrittskarten bei den Frauen sind sogar kostenlos.

Hundeschlitten fahren gehört auch zu einer sehr beliebten Attraktion in Nordschweden. Wir waren Hundeschlittenfahren in Robertsfors bei Hedlunda Husky. Mit Stirnlampe und dicker Winterkleidung ausgestattet sind wir bei Minus 10 Grad losgefahren. Die Huskys waren gar nicht zu stoppen und haben sich lauthals gefreut nun endlich losrennen zu dürfen. Währenddessen gab es ein Feuer mit selbst zubereitetem Essen, um sich ein wenig aufzuwärmen. Das Highlight waren zwei Husky Welpen, die nach dem Schlittenfahren gekuschelt werden durften. Hedlunda Husky ist ein Familienbetrieb und ich kann ihn euch sehr empfehlen.



### Reisen

Im Oktober habe ich keinen Kurs belegt und habe mit meinem Freund eine Camper Reise durch Nordschweden gemacht. Als erstes ging es nach Jokkmokk. Jokkmokk ist eine kleine Stadt, in der wir das Sami Museum über die Ureinwohner Lapplands besucht haben. Weiter ging es in den Muddus National Park. Dort sind wir wandern gegangen, haben einen großen Wasserfall angeschaut und abends ein Lagerfeuer mit Stockbrot gemacht. Unser nächster Stop war in Kiruna. Hier haben wir uns auf den Campingplatz Ripan gestellt und es uns einen Tag im Aurora Spa gut gehen lassen. Leider hatten wir nicht so ein Glück mit dem Wetter aber dafür war es umso gemütlicher im Camper bei Regen zu schlafen. An den nächsten Tagen ging es nur 20 Minuten entfernt nach Jukkasjärvi zum Ice Hotel. Das Hotel ist komplett aus Eis gebaut und sogar die Betten und Gläser an der Bar bestehen aus Eis. Die Zimmer sind mit wunderschönen Eisskulpturen geschmückt. Danach haben wir noch die Reindeer Lodge besucht und uns die Sami Ausstellung im Freien angeschaut. Die Rentiere waren sehr an Menschen gewöhnt und man konnte sie ganz aus der Nähe auf ihrer Wiese beobachten. Am nächsten Tag ging es dann noch weiter in den Norden nach Abisko. Hier gibt es den Abisko Nationalpark mit wundervollen Wanderwegen und für uns war sogar ein wenig Sonne dabei. Abends haben wir uns dann wieder auf einen abgelegenen Parkplatz gestellt. Wir hatten sehr viel Glück und konnten bei sternenklarer Nacht sogar die Polarlichter sehen und haben dabei ein Feuer und Marshmallows gemacht.



Ende Oktober bin ich mit drei Freunden zu den Lofoten in Norwegen gefahren. Wir haben uns ein kleines Airbnb in Flakstad gemietet und sind mit dem Auto hingefahren. Leider wurden wir ein wenig vom Schnee überrascht und waren etwas langsamer auf der Hinfahrt als geplant. Wir haben eine Zwischenübernachtung in Kiruna gemacht und sind nach insgesamt 13 Stunden Fahrt angekommen. Die Landschaft sieht aus wie im Bilderbuch. Meer, Strand und daneben schneebedeckte Berge. Eine wahnsinnige Kulisse und wunderschön zum Wandern gehen. Nicht alle von uns hatten die passenden Schuhe dabei aber trotzdem haben wir uns auf den Ryten Berg getraut. Metertief Schnee und Eis haben uns nicht abgehalten und wir sind bis an die Spitze gewandert. Der Ausblick hat sich zu 100% gelohnt, seht selbst. Außerdem haben wir das kleine UNESCO Weltkulturerbe Fischerdorf Nusfjord besucht.



### Tipps

1. In Schweden braucht man fast kein Bargeld. Hier bezahlt man alles mit Karte außer auf den Weihnachtsmärkten sollte man ein paar schwedische Kronen dabei haben.
2. Maskenpflicht gibt es in Schweden nicht wirklich. Weder im Supermarkt, noch an der Universität oder in anderen Bereichen. Corona ist etwas total normales und wenn man sich infiziert, gibt es nur eine Quarantänezeit von 3-4 Tagen.
3. Wenn man am Wochenende auf eine Party geht, sollte man sich vorher über die Öffnungszeiten vom Systembolaget informieren. Samstags schließt Systembolaget bereits um 15 Uhr. Im Systembolaget bekommt man Alkohol, da Supermärkte in Schweden nur bis 3,5% verkaufen dürfen.
4. Falls ihr euch nach deutschem Essen sehnt, könnt ihr beim Lidl Glück haben. Dort gibt es manchmal deutsche Woche und man findet Spätzle, Lebkuchenherzen und vieles mehr.
5. Tolle Souvenir Läden in der Stadt sind Hemslöjden und Handelsgården.
6. Für Winterequipment könnt ihr zu Fridtidsbanken gehen und alles umsonst für 2 Wochen ausleihen.
7. Am Mittwochabend kann man alle Spiele wie Bowling oder Shuffle Board beim O'Learys in der Stadt umsonst spielen.
8. In der Taco Bar in Ålidhem gibt es unter der Woche Karaoke Abende, die man nicht verpassen sollte.
9. Das Brunch Buffet im Café Roots am Taveljön ist super lecker und genau das richtige als Stärkung nach einer langen Runde Schlittschuhfahren.
10. Die besten IKSU Kurse: Bodypump, Bodycombat, Zumba und Total Training.