

Auslandssemester an der Mälardalens Högskola in Västerås, Schweden

Mein ERASMUS-Auslandssemester im Wintersemester 2020/2021 habe ich im beschaulichen Västerås, einer Studierendenstadt ca. 100 Kilometer westlich der schwedischen Hauptstadt Stockholm verbracht. Aufgrund der Corona-Pandemie war es natürlich ein ungewöhnliches Semester, aber ich hatte trotzdem eine wunderbare Zeit dort. Erasmus ist, glaube ich, immer etwas ganz Besonderes, aber Schweden und vor allem Västerås sind wirklich schön, weshalb ich es wirklich nur empfehlen kann. Und vielleicht hilft dir mein Erfahrungsbericht ja bei der Entscheidung.

UNTERKUNFT

Schon bevor das Auslandssemester beginnt, d. h. bestenfalls direkt nach Annahme an der Gastuniversität, der Mälardalens högskola, solltest du dich bei Bostad Västerås registrieren und auf Plätze in Wohnheimen bewerben. Bostad arbeitet mit der Universität zusammen und ist für die Studierendenwohnheime in der Stadt zuständig. Das erleichtert die Suche nach einer Unterkunft deutlich und ist meist auch wesentlich günstiger. Auf der Internetseite von Bostad hat man die Wahl zwischen den diversen Wohnheimen, z. B. Norra (= Norra Allégatan), Junior, Park, Hülphersgatan, Kristiansborg. Dabei sollte man unbedingt auf die jeweilige Entfernung zur Uni achten. Norra, Hülphersgatan, Junior und Kristiansborg sind fußläufig von der Uni zu erreichen und somit auch nicht weit von der Innenstadt entfernt. Allerdings gibt es auch einige, wie bspw. Park, die deutlich weiter außerhalb liegen und nur mit Bus oder Rad erreichbar sind. Bei der Anmeldung sollte man sich auch überlegen, ob man Einzelappartements oder WGs bevorzugt. Während man in Hülphersgatan und Kristiansborg in WGs mit anderen Internationals und schwedischen Studierenden wohnt, gibt es in Norra und Junior nur Einzelappartements. Im Gegensatz zu Norra teilt man sich in Junior allerdings die Küche mit neun weiteren Personen.

Ich habe in Norra gewohnt, wo überwiegend Internationals, aber inzwischen auch ein paar schwedische Studierende leben. Wie Junior ist es schon etwas älter, hat aber eine Rezeption im EG, an die man sich bei Problemen wenden kann und die sich dann um Reparaturen o. ä. kümmert. Außerdem hat jede Wohnung eine eigene Küchenzeile mit Herd und Kühlschrank sowie ein Bad mit Dusche für sich allein, was während Corona ein zusätzlicher Vorteil gegenüber WGs ist und war (geringere Ansteckungsgefahr und bessere Isolationsmöglichkeiten). Trotz der besonderen Situation konnte man neue Leute kennenlernen und so habe ich meistens abends zusammen mit ein paar Freundinnen, die in Hülphersgatan gewohnt haben, gekocht und Spieleabende organisiert.

ANREISE

Västerås ist mit verschiedenen Verkehrsmitteln gut zu erreichen. Am einfachsten ist es, mit dem Flugzeug zum Flughafen Stockholm Arlanda zu fliegen und von dort mit dem Flixbus oder Nettbus in 1,5 Stunden nach Västerås zu fahren. Man kann aber auch den Zug über Stockholm Hbf nach Västerås zu nehmen. Ein Vorteil bei den Bussen ist natürlich, dass der Transport und die Handhabung des Gepäcks unkomplizierter sind. Kleiner Tipp: Bei Bussen und Zügen, aber auch bei der Fluggesellschaft SAS gibt es oft Vergünstigungen für „youth“ (bis einschließlich 25 Jahre) oder Studierende. Während des Auslandssemesters lohnt es sich, die Angebote von MECENAT oder der Studentkort in Anspruch zu nehmen, da es hier oft zusätzliche Rabatte oder günstigere Last Minute Angebote für Studierende gibt (für ÖPNV, aber auch für viele weitere Freizeit- und Shoppingangebote). Innerhalb Västerås gibt es leider kein Semesterticket für die öffentlichen Verkehrsmittel. Allerdings fährt ein Bus zwischen den 2 Standorten der Universität (Västerås und Eskilstuna), der für alle Studierenden kostenlos ist. Gerade während Corona lohnt sich die VL App – während meiner Zeit die einzige Möglichkeit an Bustickets innerhalb der Stadt zu kommen. Vor Corona gab es außerdem Vergünstigungen für die VL-Busse, dieses Angebot war während der Pandemie jedoch nicht verfügbar, da so das Infektionsgeschehen verringert werden sollte.

MÄLARDALENS HÖGSKOLA (Mälardalen University)

Normalerweise finden in der Woche vor Semesterbeginn die sogenannten Reception Days statt, wo man von sogenannten Fadders (Tutoren) an der Universität empfangen, informiert und zu den Unterkünften gebracht wird. Diese sowie die eigentlich geplanten Introduction Days, die es üblicherweise für Internationals gibt, wurden leider auch aufgrund von Corona abgesagt. Unser Koordinator Pablo hat versucht, uns so gut es ging, zu informieren, allerdings hat es natürlich das übliche Angebot und die Orientierungs- und Kennenlernaktivitäten nicht ersetzt. Da die Introduction Days in diesem Corona-Semester leider nur



für Erstsemester und nicht für uns Internationals angeboten wurden, war es schwieriger, Andere kennenzulernen. Über die Internationals-Facebook-Gruppen und andere kleine Treffen sowie über die Sportaktivitäten der Student Union, welche zu Beginn noch stattfanden, konnte man zum Glück aber trotzdem Anschluss finden.

Die Kurse starten bereits Ende August, also relativ direkt nach der Ankunft in Schweden. Im Gegensatz zu den Modulen in Deutschland sind die Kurse wesentlich persönlicher und interaktiver gestaltet als in Deutschland, was auch daran liegt, dass Module meist nicht nur aus Vorlesungen bestehen, sondern zusätzlich Seminare, Projekt und Präsentationen beinhalten. Das schwedische Semester ist zweigeteilt: während manche Kurse nur in einer Periode stattfinden, erstrecken sich andere über das ganze Semester. Dadurch kann man sich auf ein bis zwei Module pro Periode konzentrieren und die Inhalte besser verinnerlichen. Anders als in Göttingen, erhält man in Schweden pro Modul meist 7,5 oder 15 Credits und belegt dementsprechend zwei bis vier Kurse während des Auslandssemesters. Zwischen der ersten Periode, die bereits Mitte/Ende Oktober endet, und der zweiten Periode hat man außerdem eine Woche frei, welche sich auch für kleinere Trips anbietet. Auffällig ist zudem, dass das Angebot von Open Book-Klausuren und Distance Learning-Kursen und -Klausuren in Schweden deutlich höher ist als z. B. in Göttingen. Dieses Angebot hat die Universität in der Pandemie sogar noch weiter ausgebaut, sodass der Wechsel von Präsenz- zu Online-Formaten nahezu ohne Probleme erfolgte. Positiv fand ich außerdem, dass der Zeitrahmen für Klausuren in Schweden deutlich höher ist, wodurch der Zeitdruck für die Studierenden deutlich verringert wird. Generell wird im schwedischen Bildungssystem viel Wert gelegt auf die mentale Gesundheit von SchülerInnen und Studierenden. Obwohl die zweite Periode eigentlich bis Mitte Januar läuft, enden viele der Kurse, die von Internationals besucht werden, bereits im Dezember. Normalerweise lohnt es sich auf jeden Fall, nach Weihnachten nochmal wiederzukommen und Silvester mit anderen Studierenden aus den verschiedensten Ländern zu feiern. Aufgrund Corona und der Quarantäne-Regelungen bin ich jedoch, wie fast alle Erasmus-Studierenden in diesem besonderen Auslandssemester, schon Weihnachten nach Hause gefahren und habe die letzte schwedische Klausur in meiner Quarantäne in Deutschland geschrieben.

VÄSTERÅS

Als fünftgrößte Stadt in Schweden ist Västerås eine der größten Studierendenstädte in Schweden, hat aber ungefähr so viele Einwohner wie Göttingen. In der Stadt gibt es viele verschiedene Supermärkte, diverse Bars und Pubs wie das O'Learys, The Bishops Arms oder Pitcher's, den Club Publik, zahlreiche Fitnessstudios sowie viele gute Restaurants und süße kleine Cafés (Kopparlundens bageri, Bageri April, usw.). Die Lage direkt am See Mälaren ist perfekt und bietet besonders zu Beginn des Wintersemesters



viele Möglichkeiten. Sowohl am See als auch rund um Västerås kann man – auch während Corona – sehr viel unternehmen, wie z. B. Grillabende, Wanderungen, Radtouren und Felsklettern in den verschiedenen Klettergebieten. Seit August 2020 gibt es zudem das „Klättercentret“, eine große Kletterhalle im Norden von Västerås, in der man verregnete Herbsttage und den dunklen Winter gut verbringen kann.

Apropos, der schwedische Winter ist ziemlich kalt und hat nur wenige Sonnenstunden, weswegen man auf jeden Fall die Wärme und das Licht der ersten Monate im Auslandssemester genießen und nutzen sollte. Wichtig ist es, den Lichtmangel nicht zu unterschätzen und evtl. auch Vitamin D zu nehmen. Häufige Unternehmungen, Ausflüge und Treffen mit anderen Leuten, z. B. zur traditionellen schwedischen Fika, sind meiner Meinung nach die besten Mittel gegen „Winterdepressionen“. Ausflugstechnisch gibt es in und um Västerås viele Orte und Sehenswürdigkeiten, bspw. das Wikinger-Denkmal Anundshög, welches nur einige Kilometer außerhalb der Stadt liegt. Für größere Ausflüge kann man sich über verschiedene Anbieter in Västerås auch kostengünstig Autos mieten.

REISEN WÄHREND BZW. TROTZ CORONA

Normalerweise bietet die Universität zusammen mit einem Reiseunternehmen diverse Reisen für Studierende an. Zu Beginn des Semesters konnte man sich noch für einen Lappland-Trip im Dezember anmelden, allerdings wurde dieser später aufgrund steigender Corona-Fallzahlen abgesagt. Stattdessen bin ich dann mit Freundinnen privat ins schwedische Lappland gereist. Die Region ist wunderschön und definitiv eine Reise wert! Durch ein Upgrade unserer Unterkunft hatten wir letztendlich nicht nur eine kleine Hütte, sondern ein ganzes Cottage mit eigener Sauna für uns allein. Man kann dort echt viele großartige Aktivitäten unternehmen. Wir haben mehrere Nächte lang die Polarlichter gesehen, waren im Abisko Nationalpark wandern (mit etwas Glück sieht man sogar wilde Rentiere), haben ein traditionelles Sami-Dorf und das Ice Hotel in Jukkasjärvi besucht und durften Elch- und Rentierfleisch probieren. Sobald genug Schnee liegt, bieten sich außerdem Hundeschlitten- und Schneemobiltouren an.



Obwohl die Reisemöglichkeiten aufgrund von Corona deutlich eingeschränkt waren, konnten wir in der freien Zeit trotzdem ein bisschen von Schweden sehen und haben mit Freunden einige Trips nach Uppsala, Stockholm und in die Region Dalarna organisiert. Als mein Freund mich im Oktober in Schweden besucht hat, haben wir außerdem ein Auto gemietet und sind für ein Wochenende nach Göteborg gefahren, wo wir u. a. die verschiedenen Sehenswürdigkeiten der Stadt besichtigt haben und die Herbstsonne auf den Schären an Schwedens Westküste genießen konnten. Leider konnten sämtliche Trips nach Norwegen oder Finnland wegen der Reisebeschränkungen nicht stattfinden, was sehr schade aber natürlich verständlich war.

Was man jedoch wissen muss, wenn man nach Schweden geht, ist, dass es schwierig ist, SchwedInnen kennenzulernen, da man hauptsächlich in Kursen und Wohnheimen mit vielen anderen Austauschstudierenden ist. Ich habe glücklicherweise über eine deutsche Freundin ein paar Schweden kennengelernt, mit denen wir später auch mehrfach zu den verschiedenen Klettergebieten gefahren und dort zusammen geklettert sind. Auch wenn sie zu Beginn sehr ruhig und schüchtern wirken, sind Schweden generell sehr hilfsbereite, freundliche Menschen, mit denen man viel Spaß haben kann.

FAZIT

Zusammenfassend kann ich sagen, dass ein Auslandssemester eine echt coole Sache und eine einzigartige Erfahrung ist, die ich wirklich nur jedem wärmstens empfehlen kann. Es bietet die perfekte Möglichkeit, um seine Sprachkenntnisse zu verbessern, unvergessliche Erfahrungen zu sammeln und internationale Freundschaften zu schließen. Västerås und Schweden allgemein bieten nicht nur neue Perspektiven im Hinblick auf Bildung und Fachliches, sondern auch eine große Vielfalt an Freizeitaktivitäten sowie die wunderschöne, oft unberührte Natur. Ich bin sehr froh, dass ich trotz Corona, diverser Restriktionen und ganz besonderer Studienbedingungen nach Schweden reisen und neue Leute verschiedenster Nationalitäten kennenlernen durfte. Das Semester in Västerås war zwar sicherlich etwas anders als ein normales Auslandssemester, aber trotzdem war es bisher das abwechslungsreichste und schönste in meinem Studium. Wenn du also Lust auf dieses innovative Land mit seiner ruhigen, freundlichen Mentalität und internationale Freundschaften schließen möchtest: Let's go! Es lohnt sich.