



# Erfahrungsbericht

**Ramona Viktoria Ibinger**

✉ [ramona.ibinger@ph-ooe.at](mailto:ramona.ibinger@ph-ooe.at)

Lehramt Primarstufe, Schwerpunkt: Inklusive Pädagogik

*Sommersemester 2019, 6. Semester*

Entsendete Institution:

Pädagogische Hochschule Oberösterreich

Gastinstitution:

Höskolan Dalarna, Standort: Falun

# Inhaltsverzeichnis

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| Inhaltsverzeichnis.....                                                 | 1  |
| Högskolan Dalarna .....                                                 | 3  |
| Allgemeines.....                                                        | 3  |
| Administrative Unterstützung.....                                       | 3  |
| Bibliothek .....                                                        | 3  |
| Online-Bücher .....                                                     | 4  |
| Stundenplan .....                                                       | 4  |
| Ausdrucke .....                                                         | 4  |
| Mittagessen.....                                                        | 4  |
| Kurse .....                                                             | 5  |
| The Swedish Education System – 7,5 ECTS .....                           | 5  |
| Beginner Studies in Swedish for International Students – 7,5 ECTS ..... | 7  |
| English Language Learning and Teaching – 7,5 ECTS .....                 | 7  |
| Outdoor Education in Science – 7,5 ECTS .....                           | 8  |
| Unterbringung.....                                                      | 9  |
| Anreise .....                                                           | 10 |
| Benötigte Zugänge .....                                                 | 10 |
| Mobility Online .....                                                   | 10 |
| Oead.....                                                               | 10 |
| University Admissions .....                                             | 11 |
| Ladok.....                                                              | 11 |
| Learning Platform.....                                                  | 11 |
| Soziale und kulturelle Aktivitäten .....                                | 12 |
| Erste Wochen.....                                                       | 12 |
| Informative Facebook-Seiten.....                                        | 12 |
| Student Union .....                                                     | 12 |
| Sportangebot .....                                                      | 13 |
| Falun.....                                                              | 13 |
| Unternommene Reisen .....                                               | 14 |
| Lapland (Abisko, Kiruna, Actic Circle), 23.02.2019 – 28.02.2019.....    | 14 |
| Oslo, 21.03.2019 – 24.03.2019 .....                                     | 15 |
| Uppsala, 29.03.2019 – 30.03.2019.....                                   | 16 |

|                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----|
| Stockholm, 18.04.2019 – 22.04.2019 .....                                     | 16 |
| Malmö – Kopenhagen – Göteborg, 10.05.2019 – 15.05.2019 .....                 | 17 |
| ESN Sea Battle (Stockholm – Riga – Stockholm), 15.05.2019 – 17.05.2019 ..... | 17 |
| Informationen für zukünftige Erasmusstudierende .....                        | 18 |
| Allgemeines .....                                                            | 18 |
| Do's & Dont's .....                                                          | 19 |
| Was mir sonst noch wichtig ist .....                                         | 19 |
| Wichtige Apps .....                                                          | 19 |
| Dalatrafik .....                                                             | 19 |
| SJ .....                                                                     | 19 |
| Mecenat .....                                                                | 20 |
| Kreditkarte .....                                                            | 20 |
| Fazit .....                                                                  | 21 |

# Högskolan Dalarna

## Allgemeines

Die Högskolan Dalarna hat zwei Standorte: Einen in Borlänge und einen in Falun. Diese beiden Institutionen sind mit dem Bus zirka 30 Minuten voneinander entfernt. Ich würde mich daher entweder für Kurse in Falun oder in Borlänge entscheiden, um dieser Pendlerei zu entgehen.

Ich habe den Kampus in Falun ausgewählt. Die Universität ist nicht besonders groß, aber dafür schön übersichtlich. Auch die Räume sind sehr leicht zu finden, da diese auch auf dem Korridor groß angeschrieben sind.

## Administrative Unterstützung

Direkten Kontakt mit der Administration hatte ich eigentlich nur am ersten Studientag, als wir alle unsere Bibliotheksausweise erhalten und die Ankunftsbestätigung ausgefüllt haben. Ansonsten wird alles, was wir vom „International Office“ brauchen, in einen braunen Umschlag gegeben und in das dafür vorgesehene Brieffach geworfen. Ein paar Werkstage später kann man sich die gegengezeichneten Exemplare dann gegenüber in einem Postfach (alphabetisch sortiert) abholen.

Buddy haben wir keinen zugeteilt bekommen. Bei Fragen und Anliegen mussten wir E-Mails an die entsprechenden Lehrpersonen senden. Allgemeines wurde zwar am „Instruction Day“ erwähnt, jedoch muss man sich bei Fragen meist an andere Studenten wenden.

## Bibliothek

Besonders beeindruckt war ich von der Bibliothek. Sie ist groß, übersichtlich und lichtdurchflutet. Dort ist es erlaubt, zu essen und sich auch in normaler Zimmerlautstärke zu unterhalten. Auch gibt es in der Bibliothek die Möglichkeit, sich Kaffee, Kuchen oder Snacks zu kaufen.



## Online-Bücher

Was mich an dieser Hochschule auch sehr beeindruckt hat, ist die Online-Datenbank der Bibliothek. Es gibt eine große Auswahl von Büchern und Studienergebnissen, welche man sich downloaden oder online lesen kann. Es gibt auch verschiedene Datenbanken, durch welche man mit Stichworten sehr gut zu verschiedenen Studienresultaten kommt. Natürlich kann man sich Bücher auch ausleihen oder im Lesesaal verwenden.

## Stundenplan

Auch ist der Stundenplan (sofern dieser von den jeweiligen Lehrpersonen upgedatet wird) online über die Seite der Universität (im Profil) abrufbar. Man kann sich diesen auch in eine App exportieren, jedoch war diese bei mir nie korrekt und vollständig, da nicht alle Lehrpersonen den Online-Kalender geführt haben und daher nicht alle Informationen darin enthalten waren.

## Ausdrucke

Um die Drucker an der Högskolan verwenden zu können, muss man sich erst über folgenden Link registrieren und Guthaben aufbuchen: <https://myprint.du.se/RicohmyPrint/Login.aspx>  
Wichtig: Zum Einrichten braucht man die ID-Karte, welche man am „Instruction Day“ erhält. Daraufhin kann man die Drucker in der gesamten Hochschule (auch in der Bibliothek) verwenden.

## Mittagessen

Es besteht die Möglichkeit, zwischen 11 und 14 Uhr in der Mensa essen zu gehen. Dort gibt es mittags ein Buffet und immer eine große Auswahl: Salatbuffet, 3 Hauptgerichte, Nachtisch, Obst und auch Kaffee ist inkludiert. Wenn man dort isst, bezahlt man 95 Schwedische Kronen. Wenn man sich etwas mitnehmen möchte bekommt man zwei Behältnisse, welche man sich selbst befüllen kann und dafür bezahlt man 85 Schwedische Kronen.

## Kurse

### The Swedish Education System – 7,5 ECTS

#### Theoretischer Teil:

Man hat sehr viel über das schwedische Schulsystem erfahren und musste sich auch aktiv an diversen Gesprächen beteiligen. Jedes einzelne Seminar musste von uns durch das Lesen verschiedener Texte und Artikel vorbereitet werden. Diese hatten meist bis zu 90 Seiten. Am Ende des Seminars muss man ein „Final Assignment“ abgeben, welches das schwedische und das Curriculum des Heimatlandes inkludieren soll. Bestenfalls inkludiert man auch die Praxiserfahrungen der Praxisschule in Schweden bzw. den Vergleich zur Praxis im Heimatland. Dieses Essay muss außerdem beim letzten Termin (anhand einer Powerpoint-Präsentation) vorgestellt werden.

#### *Anforderungen:*

- Viel Literaturvorbereitung vor jeder Stunde
- Einige Arbeitsaufträge
- 1 Final Essay
- Präsentation des Final Essays

#### Praktischer Teil:

Meine Praxis durfte ich an der „Erlaskolan“, einer Privatschule in Falun, ablegen. Hier werden Kinder im Alter von 10 bis 16 Jahren unterrichtet.

Ich hatte sehr großes Glück, da ich der sehr sympathischen Direktorin der Schule „zugeteilt“ wurde, und somit die Möglichkeit hatte, in alle Klassen „reinzuschnuppern“. Auch ist das Kollegium sehr freundlich und stets bemüht, Einblicke in unterschiedliche Klassen zu gewähren. Außerdem gibt es jeden Tag zwischen 8 und 8.30 Uhr (die Zeitspanne wird nicht so „strikt“ eingehalten) eine Abstimmung zwischen allen Lehrerinnen und Lehrern im Besprechungsraum. Auch dort ist die Stimmung sehr kollegial und alle Lehrerinnen und Lehrer sind sehr respektvoll zueinander.

Was mich besonders faszinierte war, dass die Kinder bereits in der 5. Klasse richtig toll Englisch sprechen können. Es gibt fixe Zeiten, an welchen sich die Kinder ihrer Freiarbeit widmen dürfen – diese wird in regelmäßigen Abständen zwischen Lehrperson, Eltern und

Kind abgestimmt. Zudem gehen die Kinder in regelmäßigen Abständen nach draußen – sie dürfen dann entscheiden, ob sie in der Gruppe spazieren gehen möchten oder lieber etwas (sogar mit Lehrpersonen gemeinsam) spielen möchten.

An dieser schwedischen Schule ist alles sehr offen: Die Kinder werden nicht dazu genötigt, alles perfekt und in der „korrekten“ Zeit zu machen. Sie werden viel mehr dazu ermutigt, auch ihre Kompetenzen und Erfahrungen einzubringen. Ihnen wird außerdem genug Zeit eingeräumt, um sich aktiv am Unterricht zu beteiligen: Es erfolgt kein „Geschwindigkeitsdruck“. Ebenso gibt es fixe Zeiten für „freie Veranstaltungen“ – wie beispielsweise Tanzstunden, welche durch die Schülerinnen und Schüler selbst gestaltet (und teilweise mitorganisiert) werden.

Auch wenn Schülerinnen und Schüler etwas zu spät zum Unterricht kommen (weil sie noch etwas anderes erledigt haben oder sich in einem anderen Unterrichtsfach noch etwas länger „vertieft“ haben), so ist das egal. Sie setzen sich dann einfach dazu und machen im Unterricht mit.

Auch ist der Umgang mit beeinträchtigten Personen ein sehr vorbildlicher: Ein Junge ist mir anfangs gar nicht aufgefallen, jedoch „funktioniert“ nur seine linke Gehirnhälfte und er ist somit halbseitig gelähmt. Er kann laufen, zieht aber ein Bein nach. Dieser Junge wurde aber sogar im Turnunterricht integriert: Er spielt die Spiele mit und hat auch seinen Spaß dabei. Dass er aufgrund seiner körperlichen Beeinträchtigung Ausgrenzung oder „offensichtliche Sonderbehandlung“ erfährt, ist mir in meiner Zeit dort nie aufgefallen.

Er hat selbstverständlich eine Stützkraft, welche ihm stets zur Seite steht, jedoch hält sich diese im Hintergrund und unterstützt nur bei Bedarf. Er ist vollkommen in das Schulgeschehen eingebunden, ohne als „Außenseiter“ oder „Sonderschüler“ angesehen zu werden.

Was mir auch gut gefallen hat, ist, dass in allen Klassen Overheads sind, welche mit den Laptops verbunden werden können, wodurch vorbereitete Inhalte dann auf eine weiße Tafel projiziert werden. So können die Lehrpersonen direkt auf der weißen Tafel Ergänzungen dazuschreiben, welche bei der nächsten Folie wieder weggelöscht werden. So wurde bei uns an der Hochschule, aber auch an der Praxisschule gearbeitet. Eine normale „Tafel“ habe ich in Schweden nirgendwo gesehen.

Als die einzige Deutschlehrerin der Schule am Dienstag und am Donnerstag in der KW 10 Urlaub hatte, wurden ich und eine andere Österreicherin gefragt, ob wir ihre Deutsch- und

Englischstunden übernehmen könnten, da diese ansonsten durch andere Fächer ersetzt worden wären. Die Praxiszeit war wirklich sehr spannend und lehrreich für mich.

### **Beginner Studies in Swedish for International Students – 7,5 ECTS**

In diesem Kurs haben wir Grundlagen der schwedischen Sprache erlernt. Die Menge an zu erlernenden Inhalten war anfangs sehr viel und es wurde sehr schnell in den Kapiteln weitergearbeitet. Alles in allem ist es aber genauso wie das Erlernen einer Fremdsprache in Österreich – außer eben dass die Unterrichtssprache für uns Austauschstudenten in diesem Kurs Englisch war. In diesem Kurs haben wir Folgendes gelernt:

- \* Selbstvorstellung (Herkunft, Alter, Wohnort, Heimatland, Studienrichtung, Hobbies),
- \* Bestellung (in einem Restaurant oder Kaffee),
- \* Einkauf (im Lebensmittelgeschäft oder Bekleidungsgeschäft),
- \* Uhrzeit & Zahlen
- \* diverse Fragen + Antworten
- \* Farben, u.v.m.

#### *Anforderungen:*

- Mündliche Prüfung
- Schriftliche Prüfung

### **English Language Learning and Teaching – 7,5 ECTS**

Hier geht es vor allem darum, welche Bedingungen erfüllt sein müssen, um erfolgreiches Erlernen einer (Fremd-)Sprache zu garantieren. Auch wurden kulturelle und soziale Unterschiede und Merkmale thematisiert.

Wir hatten auch einen Termin, an welchem wir nur über Präsentationsmöglichkeiten aufgeklärt wurden und darüber, wie man eine gute Präsentation aufbaut und strukturiert. Dieses Wissen mussten wir dann bei unseren eigenen Präsentationen einbauen.

Anhand einer „Leading Discussion“ wurde jeder einem Thema zugeteilt, in welches wir uns vertiefen und eine Stunde inklusive diverser, passender Übungen „leiten“ mussten. Wir hatten auch einige Gastrednerinnen vor Ort, welche auf verschiedene Themenbereiche spezialisiert sind.



*Anforderungen:*

- Viel Literaturvorbereitung vor fast jeder Stunde
- 2 Writing Assignments
- Peer-Review (Korrektur eines Writing Assignments einer/s anderen Studenten/in)
- Leading Discussion
- 1 Final Essay
- Präsentation des Final Essays

**Outdoor Education in Science – 7,5 ECTS**

Dieses Fach hat mir persönlich am besten gefallen. Wir hatten sowohl theoretische Stunden als auch Exkursionen. Eine der Exkursionen hat uns in die „Naturskolan“ geführt, wo wir sehen (und auch mitarbeiten) durften, wie die Mitarbeiter dort die Kinder unterrichten und miteinbeziehen. Den Kindern wird hier die Natur nahe gebracht und außerdem müssen auch sie mithelfen um beispielsweise Holz zu zerkleinern. Die Kinder werden hier aktiv und mit vollem Körpereinsatz eingebunden. Eine der Lehrpersonen hat uns außerdem erzählt, dass sie beobachten konnte, dass diese Unterrichtsform besonders bei Kindern in der Pubertät positive Auswirkungen hat.

Uns wurden in diesem Seminar außerdem viele Möglichkeiten vorgezeigt, Kindern Sachunterricht nahe zu bringen, indem wir uns draußen bewegen um zu „erforschen“. Wir haben beispielsweise Teichbewohner gefangen und daraufhin unter dem Mikroskop beobachtet. Außerdem haben wir physikalische Experimente ausprobiert – genauso wie man sie auch mit Kindern ausführen kann. In diesem Seminar hatten wir diverse Exkursionen mit verschiedenen Lehrpersonen, welche auf einen bestimmten Fachbereich spezialisiert waren.

*Anforderungen:*

- Viel Literaturvorbereitung vor fast jeder Stunde / Arbeitsaufträge
- Teilnahme an Exkursionen
- 1 Final Essay
- Präsentation des Final Essays

# Unterbringung

## Organisationen

Kopparstaden: <https://student.kopparstaden.se/>

Student Dalarna: <http://studentdalarna.se/>

Um einen Platz im Studentenwohnheim muss man sich früh genug bei „Kopparstaden“ registrieren, da man mit der Zeitspanne „Punkte“ sammelt, wodurch man einen Platz im Studentenwohnheim bekommt.

Ich würde mir außerdem vorher überlegen, ob man an der Högsolan Dalarna in Falun oder in Borlänge studieren möchte, da die beiden Standorte mit dem Bus zirka 30 Minuten auseinanderliegen.

## Wohnsituation

Da ich im Studentenwohnheim keinen Platz mehr bekam, suchte ich mir – gemeinsam mit einer anderen Austauschstudentin aus Linz – eine Wohnung in Falun. Diese haben wir durch „Student Dalarna“ gefunden. Zu Fuß waren wir zirka 25 Minuten vom Zentrum und 50 Minuten von der Högsolan in Falun entfernt. Es gibt aber untertags relativ gute Busverbindungen (App: Dalatrafik).

## Kosten

Die Wohnung hat uns beiden gemeinsam monatlich SEK 8.500 gekostet.

Sofern man im Monat mehr als 10 Busverbindungen in Falun (Zone 1) zurücklegen möchte, bietet es sich daher an, sich eine Monatskarte zu besorgen (diese gibt es bei der Trafik vom Hemköp-Supermarkt oder auch bei Willys in Falun). Es ist außerdem klug, vorher der „Student Union“ beizutreten, da man diese Monatskarte so günstiger bekommt.

Außerdem habe ich mir – als der Schnee geschmolzen war und das Wetter wärmer wurde – bei „Smart Fart“ günstig ein Fahrrad ausgeborgt. Die Kautions beträgt 500 Kronen einmalig und pro Monat bezahlt man 100 Schwedische Kronen.

## Anreise

Den Flug würde ich so buchen, dass man am „Welcoming Day“ bereits vor Ort ist. Man erfährt Vieles und knüpft bereits erste Kontakte.

Ich bin von München nach Stockholm Arlanda geflogen. Von dort aus nahm ich dann eine Bahn (dauert ca. 2,5 Stunden) nach Falun. Am Bahnhof wurden wir dann von unserer Vermieterin abgeholt, da sie uns noch gerne kennenlernen wollte, bevor sie abreist.

Für alle anderen besteht aber die Möglichkeit, sich am Tag der Ankunft durch einen Service der Högskolan Dalarna am Bahnhof in Falun abholen und zu seiner/ihrer Unterkunft bringen zu lassen. Dies muss man nur rechtzeitig bekannt geben.

## Benötigte Zugänge

Folgende Zugänge müssen – teilweise noch vor der Ankunft in Schweden – angelegt und regelmäßig überprüft und upgedated werden:

### Mobility Online

<https://www.service4mobility.com/mobility/LoginServlet?identifier=LINZ03&sprache=de>

Hier müssen die Stammdaten verwaltet und beispielweise „Changes“ innerhalb von 3 Wochen nach Antritt des Auslandsaufenthaltes bekannt gegeben werden. Diese Plattform würde ich regelmäßig besuchen und gegebenenfalls aktualisieren.

### Oead

<https://asp.sop.co.at/students/LoginServlet>

Download der Unterlagen, welche für die Erasmus-Förderung unterzeichnet und an das Erasmusreferat in Linz weitergeleitet werden müssen.

## University Admissions

<https://www.universityadmissions.se/intl/mypages>

Über diese Webseite erfolgt die Anmeldung zu den Kursen. Diese muss man dann weiterhin verfolgen um zu wissen, ob man zu einem Kurs zugelassen oder abgelehnt wurde bzw. ob man noch auf der Warteliste ist.

## Ladok

<https://www.student.ladok.se/student/#/aktuell>

Hier werden alle Kurse zwei Wochen vor Kursbeginn freigeschaltet. Man muss hier seine Kurse (jene, welche bei „University Admissions“ bereits „admitted“ sind – die anderen scheinen hier nicht auf) bestätigen, damit diese dann auf der „Learning Platform“ aufscheinen.

## Learning Platform

[https://login.du.se/cas/login?service=https%3A%2F%2Flearn.du.se%2Fwebapps%2Fbb-auth-provider-cas-BB58bb1752f3dab%2Fexecute%2FcasLogin%3Fcmd%3Dlogin%26authProviderId%3D\\_102\\_1%26redirectUrl%3Dhttps%253A%252F%252Flearn.du.se%252Fultra%26globalLogoutEnabled%3Dtrue](https://login.du.se/cas/login?service=https%3A%2F%2Flearn.du.se%2Fwebapps%2Fbb-auth-provider-cas-BB58bb1752f3dab%2Fexecute%2FcasLogin%3Fcmd%3Dlogin%26authProviderId%3D_102_1%26redirectUrl%3Dhttps%253A%252F%252Flearn.du.se%252Fultra%26globalLogoutEnabled%3Dtrue)

Sämtliche Lehrmaterialien und Kursinformationen werden auf diese Seite gestellt.

Wichtig: Es scheinen nur jene Kurse auf der Learning Platform auf, welche im „Ladok“ bestätigt wurden.

Diese Seite muss man selbstständig immer wieder auf neue Kursinformationen und -aufträge prüfen (Announcements). Sämtliches Kursmaterial wird auf diese eine Seite gestellt. Auch mussten wir alle Anforderungen auf dieser Seite abgeben oder auch Beiträge in den Foren erstellen.

## Soziale und kulturelle Aktivitäten

### Erste Wochen

In der ersten Woche werden jede Menge Freizeitaktivitäten – untertags, aber auch nachts – organisiert. Ich würde – wenn möglich – an allen teilnehmen, um Kontakte zu knüpfen. Viele Veranstaltungen finden im Studentkåre oder auch im Gasken (Britsen) statt.

### Informative Facebook-Seiten

Um über diese Veranstaltungen einen guten Überblick zu haben, empfiehlt es sich, folgende Facebook-Seiten zu liken:

[Dalarnas Studentkår, Kåre - Dalarnas Studentkår, IntroMästeriet Falun,](#)

Das Liken folgender Facebook-Seiten bzw. das Beitreten folgender Facebook-Gruppen kann auch sehr nützlich sein:

[Falun: International Students Falun Dalarna University \(Gruppe\), Högskolan Dalarnas bibliotek](#)

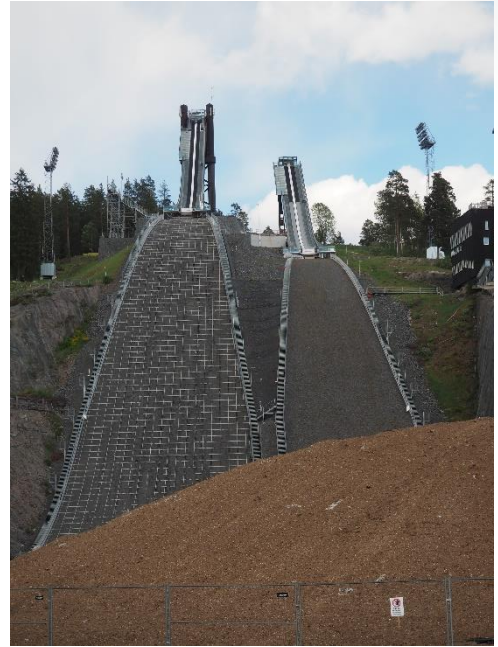
### Student Union

Es ist eine gute Idee, der „Student Union“ beizutreten. Man bezahlt für die Mitgliedschaft für ein Semester einmalig 250 Schwedische Kronen, bekommt dafür aber Vergünstigungen (z.B. für das Monatsticket für den Bus). Hierzu muss man sich die „Mecenat-App“ downloaden – nachdem man diese eingerichtet hat, hat man einen „digitalen Studentenausweis“. Man kann sich diesen Ausweis aber auch als Karte anfordern.

## Sportangebot

Ich bin außerdem dem Fitnessstudio „Actic“ beigetreten. Dieses gibt es im Zentrum, gegenüber vom Britsen aber auch im Lugnet. Man muss sich aber entscheiden, wo man beitreten möchte, da die Mitgliedschaft nur dort gilt, wo man diese abgeschlossen hat.

Ich bin dem Actic in Lugnet – also zu Fuss zirka 5 Minuten von der Högskolan in Falun entfernt – beigetreten. Wer Interesse an einer verkürzten Mitgliedschaft hat, soll dort mit „Eva“ sprechen. Auch dort unbedingt den „Mecenat-Ausweis“ vorzeigen – so bezahlt man weniger. In dieser Mitgliedschaft ist auch das Hallenbad inkludiert.



## Falun

Es ist eine sehr schöne und ruhige Kleinstadt. Die Landschaft dort ist sowohl im Winter als auch im Sommer sehr schön.

Auch gibt es dort sehr schöne Seen, auf welchen im Winter gerne eisgelaufen wird. Im Frühling und im Sommer haben wir auch gerne am See Tisken gepicknickt und gegrillt.





## Unternommene Reisen

### Lappland (Abisko, Kiruna, Actic Circle), 23.02.2019 – 28.02.2019

Durch die „Scalticexperience“ (es gibt aber auch andere Anbieter ähnlicher Ausflüge) haben wir einen Trip in den Norden unternommen. Wir waren insgesamt 9 Erasmusstudenten, welche sich auf diese 6-tägige Reise begeben haben.

Sollte jemand Interesse daran haben ist es eine gute Idee, mit dem Reiseveranstalter Kontakt aufzunehmen, damit man in „Gävle“ in den Bus einsteigen kann – da der planmäßige Abfahrtsort Göteborg ist. Bei uns war es kein Problem, dass wir in Gävle eingestiegen sind (mit dem Zug etwas mehr als eine Stunde von Falun entfernt). Wir waren zirka 14 Stunden unterwegs, bis wir am nächsten Tag am Morgen in Kiruna angekommen sind.

<https://www.scanbaltexperience.com/>



#### Kiruna

Als wir morgens in Kiruna angekommen sind, haben wir gefrühstückt, uns umgezogen und dann ging es schon los zur **Husky- und Schneemobiltour**. Wir waren zirka eine dreiviertel Stunde mit dem Husky-Schlitten unterwegs und trafen uns dann in der Mitte der Strecke mit jenen Leuten, welche mit den Schneemobilen gefahren sind. Die Huskies durften in der Zwischenzeit verschnauften. Für den Rückweg wurden dann die Gruppen getauscht, also hat meine Gruppe die Schneemobile zurück gefahren. Jacke, Skihose und Handschuhe für diese Unternehmungen wurden uns vor Ort zur Verfügung gestellt.



### Abisko

Nach einer Nacht in Kiruna sind wir nach Abisko weitergefahren und haben dort das **Eishotel** besichtigt. Kurz darauf waren wir bei den **Sami's und ihren Rentieren**.

Die Rentiere durften wir sogar füttern.

Am nächsten Tag wären wir eigentlich nach Narvik (Norwegen) gefahren, jedoch wurde dieser Ausflug aufgrund starken Windes abgesagt. Stattdessen haben wir eine **Schneewanderung** durch Abisko unternommen. Dort waren wir auch im Nationalpark.

Abends waren wir in einer **Sauna** am See (zu Fuss zirka 10 Minuten vom Hostel entfernt). Dort konnte man eine Abkühlung im See (in einem Eisloch) nehmen, oder einfach auf der Veranda (bei Minusgraden) abkühlen.



### Actic Circle

Auf dem Rückweg haben wir auch noch am **Actic Circle** Halt gemacht, wo jeder noch Fotos schießen konnte. Hier haben wir uns nur zirka 20 Minuten aufgehalten.

### **Oslo, 21.03.2019 – 24.03.2019**

Auch haben wir eine Reise nach Oslo unternommen.

Was man beachten muss: Da Norwegen nicht bei der EU ist, muss man bei der Grenze mit Kontrollen rechnen.

Unser Bus wurde von der Zollbehörde untersucht.

Oslo ist eine wunderschöne Stadt, aber auch sehr teuer.

Daher haben wir in einem Hostel geschlafen, da alle anderen Schlafmöglichkeiten sehr kostspielig gewesen wären.





### Uppsala, 29.03.2019 – 30.03.2019

In Uppsala sind sehr viele Studenten unterwegs. Die Stadt selbst ist auch sehr schön und wird vom Fluss Fyrisån durchquert.

Am Wochenende ist dort abends sehr viel los.

Wir haben es an einem Tag geschafft, uns die – laut Reisebüchern und Internet – nennenswerten Sehenswürdigkeiten dieser Stadt anzusehen.



### Stockholm, 18.04.2019 – 22.04.2019

Auch Stockholm ist eine wundervolle Stadt. Sie hat sehr viele Grünflächen und auch viel Wasser und Altbauten (Gamla Stan). Die Preise an der Gamla Stan sind sehr hoch, daher haben wir uns, als ich mit meiner Familie dort übernachtet habe, ein Hotelzimmer im Stadtteil Skärholmen gebucht.

Als ich ein paar Tage später weiteren Besuch bekam und wir zu neunt unterwegs waren, haben wir uns ein Haus über Airbnb gemietet, welches ebenfalls im Stadtteil Skärholmen lag. Da die U-Bahn-Verbindung sehr gut ausgebaut ist, war es kein Problem, nicht direkt im Zentrum Stockholms zu übernachten. Bei einem längeren Aufenthalt würde ich mir das 72-Stunden-Ticket für die U-Bahn kaufen. Auch hier gibt es wieder Studentenrabatt.

Es gibt dort eine große Auswahl an Bars und Clubs.

Außerdem existiert in Stockholm – etwas außerhalb der Stadt – eine Gegend, in welcher unglaublich viele Graffiti-Werke zu bewundern sind.



### **Malmö – Kopenhagen – Göteborg, 10.05.2019 – 15.05.2019**

Ich bin zuerst mit dem Zug von Falun nach Stockholm gefahren, daraufhin habe ich den Flixbus Richtung Kopenhagen nach Malmö genommen.

Am nächsten Tag habe ich mir Kopenhagen angesehen (ist mit dem Zug nur etwa eine halbe Stunde von Malmö entfernt). Ich bin abends dann wieder nach Malmö zurückgefahren und habe am nächsten Tag dann Malmö erkundet.

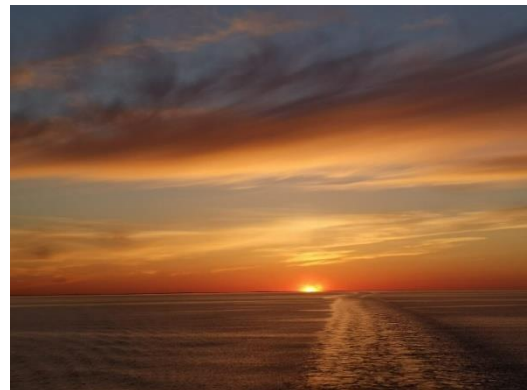
Da ich bereits an der Westküste war, habe ich mir auch gleich noch Göteborg angesehen.

Dort habe ich andere Austauschstudenten besucht, welche wir in Lappland kennengelernt haben. Wir haben dort unter anderem für eine Nacht eine tolle Hütte mit Sauna und ausreichenden Schlafplätzen gebucht, welche etwas außerhalb von Göteborg liegt.



### **ESN Sea Battle (Stockholm – Riga – Stockholm), 15.05.2019 – 17.05.2019**

Durch den Veranstalter "ESN Sea Battle" habe ich mir – gemeinsam mit ein paar Studenten aus Göteborg – eine Reise nach Riga gebucht. Es war eine sehr lustige Erfahrung. Nachts gab es verschiedene Programmpunkte und untertags (also am 16.05.2019) haben wir uns Riga angesehen. Man kann hierbei eine Tour durch Riga buchen, wir sind jedoch alleine durch die Stadt spaziert. Wir hatten zirka sieben Stunden



Zeit, bis wir wieder an Bord gehen mussten. Am 17.05.2019 sind wir gegen 10 Uhr wieder in Stockholm angekommen. Daraufhin habe ich wieder einen Zug von Stockholm nach Falun genommen.

## Informationen für zukünftige Erasmusstudierende

### Allgemeines

Ich kann es nur wärmstens empfehlen, ein Auslandssemester zu absolvieren. Zum einen bietet es die Möglichkeit, in andere Schulsysteme hineinzuschnuppern und dadurch auch seine eigene Profession zu verbessern. Es gibt nicht nur eine Art und Weise, Schüler zum erfolgreichen Lernen anzuregen: Ich konnte mir durch die Praxis sehr viel mitnehmen, wie Schüler erfolgreich motiviert und unterstützt werden können. Eine derartige Freude am Lernen konnte ich an meinen vorherigen Praxisschulen leider nur selten beobachten. Zum anderen war es für mich anfangs eine totale Herausforderung, mich in einem „fremden“ Land zurechtzufinden und einzuleben. Auch dass der Unterricht an der Högskolan in Englisch abgehalten wurde war total spannend und förderlich für meine Sprachkenntnisse, genauso wie die Gespräche mit Erasmusstudenten aus anderen Ländern.

Das tägliche Leben und die Abgabetermine an der Högskolan habe ich (als zuvor berufstätige Studentin) als stressfrei und angenehm empfunden. Auch wenn Züge bis zu drei Stunden verspätet waren, so sind die Fahrgäste absolut ruhig geblieben und haben sich nicht weiter darüber aufgeregt. In Österreich habe ich das (bei geringeren Verspätungen) schon des Öfteren anders miterlebt.

Was mir vor meinem Schwedisch-Kurs leichte Probleme bereitet hat war, dass viele Schweden Schwedisch mit einem sprechen, obwohl man erwähnt hat, dass man nicht Schwedisch spricht und die Frage bitte auf Englisch wiederholt werden soll. Mit jüngeren Generationen war es jedoch nie ein Problem, die Sprache auf Englisch umzustellen.

## Do's & Dont's

Was man in Schweden auf keinen Fall machen soll, ist, zu drängeln. Schweden sind sehr geduldig und warten – unter Einhaltung eines großen Sicherheitsabstandes – geduldig, bis sie an der Kasse an die Reihe kommen. Ich habe es nie erlebt, dass sich jemand „vorne anstellt“ oder hektisch hinter einem herumwedelt, bis man die Person vorlässt. Die Mentalität und die Ruhe, welche die Schweden ausstrahlen, hat mir besonders gut gefallen und mich auch inspiriert und beeinflusst.

Auch ist es in Schweden verboten, öffentlich Alkohol zu trinken, sofern man diesen nicht in einer Bar oder einem Café kauft und konsumiert.

## Was mir sonst noch wichtig ist

### Wichtige Apps

#### **Dalatrafik**

Busverbindungen und Onlinekauf von Bustickets (ist aber bei Einzelfahrten auch direkt im Bus möglich). Ein Monatsticket muss man bei Hemköp oder Willys kaufen.

#### **SJ**

Zugverbindungen und Onlinekauf von Zugtickets.

Auch hier gibt es für jede Buchung Vergünstigungen für Studenten.

## Mecenat

Nachdem man der „Student Union“ beigetreten ist, muss man sich seinen „digitalen Studentenausweis“ selbst einrichten, damit man beim Vorzeigen Vergünstigungen erhält. Hierzu muss man bei „[info@dalastudent.se](mailto:info@dalastudent.se)“ seine „Student ID“ anfragen (sollte man keine automatische Email erhalten) – mit dieser kann man dann die App einrichten und Vergünstigungen erhalten. Man kann sich diesen Ausweis auch in Form einer Karte anfordern.

Je nachdem wo man herumreist, braucht man noch andere Apps, welche auf die Region abgestimmt sind (z.B. die Västtrafik-App in Göteborg, ...).

## Kreditkarte

Meiner Meinung nach ist es notwendig, sich vor der Abreise eine Kreditkarte zu besorgen. Bargeld wird nicht überall angenommen, die Kreditkarte jedoch schon. Auch mit der Bankomatkarte kann man (fast) überall zahlen, jedoch hat meine nicht bei jedem Terminal funktioniert, die Kreditkarte hingegen schon. Außerdem geht es viel schneller, Zug- oder Bustickets gleich online per Kreditkarte zu kaufen.



## Fazit

Ich bin sehr froh, dieses Auslandssemester absolviert zu haben. Zum einen wurden meine Sprachkenntnisse aufgefrischt und ausgebaut, zum anderen war es eine spannende Erfahrung, ein Semester in Schweden zu studieren. Ich habe viele interessante Menschen kennengelernt und ich habe viel unternommen und auch über mich selbst viel dazugelernt. Wer die Möglichkeit hat, ein Semester in einem anderen Land zu studieren, soll es meiner Meinung nach unbedingt machen: Es ist total spannend und eine tolle Herausforderung, da man sich anpassen muss, aber auch aus sich herausgehen muss, um sich zurechtzufinden bzw. sich durchzufragen.

Ich (aber auch meine Mitbewohnerin) habe festgestellt, dass ich am Ende dieses Auslandssemesters viel besser und gelassener mit stressigen Situationen umgehen konnte und auch sehr viel ausgeglichener bin, als ich es vor meiner Abreise war.

Außerdem habe ich es sehr genossen, durch Schweden und die angrenzenden Länder zu reisen und „etwas Neues“ zu sehen. Auch war es sehr spannend, sich mit Menschen anderer Kulturen zu arrangieren. Zum einen weil man – je nach Sprachkenntnissen – immer wieder zwischen verschiedenen Sprachen hin- und herwechseln muss. Zum anderen weil durch die bunt durchgemischte Herkunft der Erasmus-Studenten eine heterogene Gruppe entsteht, durch die man viel Neues lernen kann.

