

Ich berichte hier über meinen Aufenthalt an der Universität Umeå in Schweden 2010/2011.

Meine **Vorbereitungen** dazu begannen schon sehr lange vor dem eigentlichen Aufenthalt. Wenn man sich darüber im Klaren ist, an welche Uni in welchem Land man gehen möchte ist der Aufwand nicht mehr sehr groß. Zunächst muss man einen der wenigen Plätze für die jeweilige Hochschule zugeteilt bekommen. Die danach benötigten Formulare werden alle vom Auslandsamt zur Verfügung gestellt. Und nachdem man diese alle ausgefüllt auch dort wieder abgegeben hat, heißt es warten auf die Zusage der Gasthochschule. Dann werden Kurse gewählt, ein Zimmer im Studentenwohnheim beantragt und Flüge gebucht.

Nach Umeå kommt man auf verschiedenen Wegen, jedoch aufgrund der Distanz zu Deutschland ist das Flugzeug die einfachste, meistens auch nicht teuerste Variante. An der Uni angekommen, wird man zum International Office geleitet und dort freundlich empfangen. Es folgen Mietverträge für das Studentenzimmer, Informationen, Ermahnungen und gute Wünsche.

Ich hatte mich aufgrund verschiedener Empfehlungen für ein Zimmer im **Wohnheim** Mariehem entschieden. Diese Gegend ist ruhig und grün, es ist ein Katzensprung bis zum wunderschönen See Umeås, dem Nydalasjö. Mit dem Fahrrad sind es in etwa zehn bis fünfzehn Minuten bis zur Uni. In dem Korridor habe ich mit acht schwedischen Studenten zusammen gewohnt, mit denen ich mir die Küche geteilt habe. Mit meinen Mitbewohnern habe ich ein gutes Bild über die Schweden erhalten. Zum Großteil eher schüchtern und zurückhaltend, aber immer hilfsbereit und freundlich. Wenn aber die Eishockeysaison beginnt, ist alle Zurückhaltung vorüber, dann wird kräftig diskutiert über Siege und Niederlagen, auch mit der deutschen Austauschschülerin. Und auch wenn man den Großteil der Mitbewohner vor dem Fernseher in der Küche beim Fußballschauen antrifft, muss man unweigerlich mitschauen, wozu auch gehört, dass in der Halbzeit alle zusammen Pizza holen gehen.



Ein Steg am Nydalasjö.

Es gibt noch andere Studentenwohnheime. Nydalahöjd ist dabei eines der schönsten und neuesten. Sehr große Küche, ruhige Gegend, fünf bis zehn Minuten zur Uni. Kann ich nur empfehlen.

Ålidhem ist die größte Studentengegend von Umeå. Älter als Mariehem und Nydalahöjd, aber am nächsten an der Uni, ist dies die Partygend von Umeå. Je nachdem auf welcher Seite (getrennt durch Ålidhem Central – Post, Apotheke, Supermärkte etc) man sich wiederfindet, und in welcher Straße, trifft man unterschiedlich auf Grillparties, überfüllte Partyräume oder die allseits bekannten Korridorparties. Die letzten beiden werden nicht selten durch Polizeieinsatz beendet. Am nächsten Tag wird dann diskutiert, ob es entweder die Party oder das Saufgelage des Jahrhunderts war. Am hohen Alkoholpegel hat hingegen in Schweden niemand Zweifel (bei den Alkoholpreisen doch etwas verwunderlich). Trotz, oder eben wegen dieser Parties lässt es sich in Ålidhem auch sehr gut leben.

Als Humanbiologin habe ich folgende Kurse belegt: Molekulare Genetik, Neurobiologie, Tumorbologie und Immunologie. Ich habe damit Masterkurse, daher in Englisch, am Institut für molekulare Biologie belegt. Was ich nur empfehlen kann sind die sogenannten Projekte in Biologie. Da arbeitet man an einem Projekt in einer Laborgruppe, bestens geeignet wenn man noch Laborerfahrung sammeln möchte. Frühzeitige Eigeninitiative ist hier gefragt. Solche Plätze sind schnell vergeben. Ebenso wie Sommerjobs für Studenten in den Labors.

Das System an der **Uni** Schweden ist ein bisschen anders als ich es gewöhnt war. Ich habe grundsätzlich nur Positives zu berichten. Professoren werden mit Vornamen angesprochen, wie auch Laborassistenten und alle sonstigen Mitarbeiter. Falls ein Problem auftaucht, zum Beispiel wie man einen Kurs wechseln kann, schreibt man seiner Professorin oder seinem Professor. Wenn es so noch

nicht gelöst werden kann, wird diese/dieser entweder einen Namen nennen, an wen man sich wenden soll oder wird dies gleich selber tun.

Gerade die schwedischen Lehrkräfte, schienen unerschöpflich in ihrer Geduld. Auch wenn die üblichen Verdächtigen jeden Tag grundsätzlich mit einer halben Stunde Verspätung in der Vorlesung auftauchen, wurde selten die Stimme erhoben oder die Lautstärke der Neuankömmlinge kommentiert. Einfach lächeln und weiterdozieren ist die Devise.

Meine **Kurse** waren nacheinander angesetzt, zwei pro Semester á 15 ECTS. Acht bis zehn Wochen beschäftigt man sich also nur mit einem Fach, für mich ein großes Plus. Es werden Vorlesungen gehört, Hausarbeiten erledigt, Referate angefertigt, Seminare besucht, Praktika durchgeführt und wissenschaftliche Artikel selber geschrieben. Nicht selten muss das Experiment vorher erst von den Studenten selber geplant werden. Wie bei allem anderen wird man auch dabei nicht allein gelassen. Am Ende des Kurses wird dann oft eine vierstündige Klausur geschrieben. Wenn man danach mit Krämpfen in den Händen und erschöpft aus den eigens dafür gebauten Gebäuden herausgeht (Handydetektoren auf den Toiletten und Glaskabinen für die Raucher!), hat man ein Wochenende Zeit sich zu erholen und seelisch und moralisch auf den nächsten Kurs vorzubereiten. Semesterferien gibt es nur im Sommer.

Auch **Mittagspausen** gestalten sich anders. Eine große Cafeteria gibt es auf dem Campus nicht, aber Restaurants und kleine Cafés. Viel schwedischer ist es aber, sich sein eigenes Essen zuzubereiten und dann zur Uni mitzubringen. Überall gibt es Aufenthaltsräume mit Mikrowellen für die Studenten. An schönen Tagen kann man draußen vor der Bibliothek oder auf dem Steg des Campusteiches sitzen.

Was macht man in Umeå in seiner **Freizeit**? An erster Stelle steht Nordeuropas größtes Fitnesscenter: IKSU. Ein muss für jeden. Vom Schwimmen, über Laufen, Spinning, Gewichtheben, Tanzen, Boxen, Entspannen, für jeden gibt es den richtigen Kurs. Wer lieber sein eigenes Programm durchzieht, für den gibt es Geräte für jede Muskelfaser des Körpers. Freunde trifft man dort mit Sicherheit auch immer. Hinterher heißt es Entspannung im Whirlpool, ausgedehntes Duschen, nach Hause radeln mit dem guten Gewissen, etwas für die Figur getan zu haben. Und für alle die zweifeln, ich als Couchpotato habe mich in meinem ersten Semester geweigert, mich dem IKSU-Klan anzuschließen, habe im zweiten Semester dann aber nachgegeben und es hat sich allemal gelohnt.

In Umeå ist immer viel los. Konzerte, Ausstellungen oder Beachvolleyball in der Innenstadt. 2014 ist Umeå Europas **Kulturhauptstadt**. Das ganze Jahr über gibt es Sachen zu besuchen und bestaunen. Bei schönem Wetter kann man am Flussufer entlang laufen, Eis essen, Skateboard im dafür angelegten Park fahren, auf den vielen Wiesen Picknicken und auf dem Marktplatz Versteigerungen beiwohnen. Schwedischkenntnisse sind hierbei natürlich von Vorteil. Umeå hat Unmengen an Fahrradwegen. Dementsprechend viele Fahrräder gibt es auch. Am Semesteranfang kann man seinen zukünftigen, total verrosteten, klapprigen Drahtesel zu horrenden Preisen erstehen. Aber ohne Fahrrad geht nichts, wenn man nicht unbedingt Busfahren möchte, denn Umeå ist recht ausgestreckt. Überall gibt es Grillplätze, meistens mit Holzvorräten, die jedermann nutzen kann, egal bei welchem Wetter. Den See kann man zu Fuß oder mit Fahrrad umrunden, ein Freibad ist vorhanden, aber aufgrund des Klimas nur relativ kurze Zeit nutzbar. Zumindest für meine Verhältnisse. 14°C Lufttemperatur ist für Schweden durchaus kein Hindernis mal schnell in den See zu hüpfen. Die Sonne scheint doch. Was will man mehr. Ich bin schon lange der Meinung, die Schweden hätten ein Gen gegen die Kälte. Wenn ich im tiefsten Winter mit gefühlten hundert Kleidungsschichten, dem Michelinmännchen zum Verwechseln ähnlich, nachts an der Bushaltestelle stand und nur versuchte nicht am Boden festzufrieren, standen neben mir schwedische Mädels in Feinstrumpfhosen und High Heels.

Was mich zum nächsten Thema bringt: **Winter** in Nordschweden. Wenn man in Umeå wohnen möchte, sollte man auf alle Fälle seine Vorliebe für Schnee und Kälte mitbringen. In der Zeit die ich hier verbracht habe, hatten wir sechs Monate Schnee. Mitte Oktober hat es angefangen zu schneien und bis April hat es nicht wieder aufgehört. Noch im Mai waren Schneereste zu finden. In Umeå sind die Schneeberge höher, die Eisschichten dünner und die Temperaturen tiefer. Dann heißt es Schneeschuhe oder Ski ausleihen, Tee und Kekse einpacken und den Tag draußen verbringen. Gebiete

für Abfahrt- und Langlaufski sind vorhanden, sehr gut gepflegt und auch sehr gut besucht. Ab einem gewissen Zeitpunkt kann man auch auf dem See laufen (Schneehose nicht vergessen!). Besonders geeignet für nächtliche Nordlichtbewunderungen! Hierfür gibt es Seiten im Internet die Voraussagen wagen. Dann muss man nur noch ein Plätzchen finden, welches möglichst weit entfernt von den Lichtern der Stadt ist und warten. Ein beeindruckendes Naturschauspiel für Mitteleuropäer, ein alter Schuh für Nordschweden. Manchmal waren die Nordlichter so stark, dass sie aus den Zimmern heraus beobachtet werden konnten.

Man sollte auch eine gewisse Toleranz für Dunkelheit mitbringen. Im Dezember wurde es gegen halb zehn hell und gegen zwei wieder dunkel. Faszinierend. Ich wusste nie wie spät es war. Ob nachmittags um fünf oder nachts um elf, alles das gleiche. Allerdings muss hier erwähnt werden, dass Dunkelheit in Umeå im Winter etwas anderes bedeutet als in



Dezember, 23:00, -32°C: Nordlichter vom Nydalasjö aus beobachtet.

Deutschland. Durch den vielen Schnee der wirklich überall liegt (in wolkenfreien Nächten friert der Schnee an den Ästen und Blättern der Baume und Sträucher an), ist es nie stockdunkel. Ganz oft ist der Himmel Orange, was die Natur verzaubert erscheinen lässt. Dafür wird man im Sommer mit bis zu 23 Stunden Tageslicht verwöhnt. Auch hier gerät das Zeitgefühl durcheinander. Die Sonne geht nicht ganz unter, und eigentlich auch gleich wieder auf.

Was macht man sonst im Winter? Wenn man ein paar Tage Zeit hat lohnt es sich aus Umeå heraus zufahren. Eine Stunde südlich befindet sich der Skuleskogen Nationalpark, bei jeder Jahreszeit einen Besuch wert. Auch eine Tour gen Norden, zum Weihnachtsmandorf in Finnland, Eishotel in Kiruna oder Nationalpark in Abisko ist die weiten Entfernungen wert. Mit ein wenig Glück begegnet man Elchen; Rentieren sowieso. Die Natur in Nordschweden ist einfach wunderbar, und auf weiten Strecken sieht man kaum andere Autos auf den Strecken. Snowscooter, Hundeschlittenfahren, Schneewanderungen, Eisangeln - das Angebot ist groß.

Ganz besonders beliebt sind Saunabesuche. Die Wohnheime haben eigene Saunen, die man kostenfrei buchen kann. Gerade in der kalten Jahreszeit eine sehr gute Idee.

Und wenn mal kein gutes Wetter sein sollte, trifft man sich mit Freunden auf eine „Fika“. Das kann dem Anlass entsprechend alles Mögliche sein. Entweder man geht einen Kaffee trinken um mal fünf Minuten Pause zu machen, oder es wird groß Kuchen serviert, mit vielen Leuten oder nur zu zweit. Manchmal wird sogar das Essen selber als Fika bezeichnet („Oh I brought some fika!“). Für Fika ist in Schweden immer Zeit.

Wenn die Zeit als ERASMUS-Student dann vorüber ist geht leider eine sehr schöne Zeit zu Ende. Dokumente werden gesammelt, Sachen gepackt, Freunde verabschiedet. Man erkennt sich als Person, deren Englisch (und Schwedisch) besser geworden ist, die Freunde aus der ganzen Welt gewonnen hat, die seine eigene Kultur etwas kritischer betrachtet. An Valbourg ist man ums Feuer gehüpft, an Midsommar hat man schwedische Folkslieder gesungen, auf Parties mit Studenten aus aller Welt getanzt und mindestens einmal im Monat Köttbulle (schwedische Fleischbällchen) und Kanelbulle (Zimtschnecken) gegessen. Vielleicht hat man etwas von der schwedischen Mentalität übernommen, der viele Schnee wird im nächsten Winter erstaunlicher Weise fehlen, aber auf alle Fälle möchte man wieder kommen – nach Umeå, nach Schweden.