

## **Erfahrungsbericht University of Helsinki Auslandssemester WS 2023**

### **Vorbereitung**

Wie viele habe ich mich für Helsinki wegen des englischsprachigen Angebots entschieden. Aber auch so wollte ich gerne mal die Länder im Norden kennenlernen, wofür das die perfekte Gelegenheit war. Letztendlich ist es für die Erasmuserfahrung glaube ich relativ egal, welche Stadt es am Ende wird, es kommt vor allem auf die Menschen an, die man kennenlernt!

Die Bewerbung war relativ einfach zu bewältigen, es lohnt sich aber auf jeden Fall mit viel Zeit anzufangen, sich Links zum Stundenplan rauszusuchen und so die finale Bewerbung zu vereinfachen. Für die Bewerbung in Köln brauchte man außerdem einen Sprachnachweis vom DAAD, was man auch frühzeitig angehen sollte! Irgendwann füllt man dann das OLA (Online Learning Agreement) aus, was schnell von beiden Unis unterschrieben wurde und sehr einfach auszufüllen war. In Helsinki gibt es einen eigenen Kurs für die Austauschstudierenden, sodass das Ausfüllen auch dadurch sehr einfach ist. Die Verantwortliche in Helsinki war jederzeit über Mail erreichbar (formlose Emails sind erwünscht, die Finn\*innen haben sich immer sehr über höfliche Ansprachen und Ausdrücke gewundert).

Nach der Bewerbung in Köln musste man sich noch auf der Mobility online Website bewerben, was auch selbsterklärend war. Es mussten nur Dokumente, die man für Köln schon brauchte, eingereicht werden. Gleichzeitig kann man sich über dieses Portal auf eine Wohnung bewerben, entweder für Unihome oder Hoas. Dabei wird auch der Campus, an dem man studiert, berücksichtigt.

Zudem musste man noch einige Impfungen nachweisen, die aber mit denen in deutschen Krankenhäusern übereinstimmen. Für den Spätsommer/Herbst lohnt sich auf jeden Fall noch eine FSME Impfung, da der Süden Finnlands Risikogebiet ist.

Die Versicherungen, die von ERASMUS vorgeschrieben werden, lassen sich relativ einfach und kostenlos über den Marburger Bund abschließen. Ansonsten umfassen viele Krankenversicherungen schon die Versicherung für bis zu 6 Monate im Ausland, das aber auf jeden Fall nachfragen!

Sprachlich habe ich mich auf das Finnische eher wenig vorbereitet, da Online oft die Standard-Sprache gelehrt wird, dort aber eine Umgangssprache gesprochen wird, die sehr von der geschriebenen Sprache abweicht. Außerdem war dort wirklich alles auch auf Englisch und die Leute haben sich sogar gefreut, mit uns Englisch zu sprechen.

Vor dem Aufenthalt oder in der ersten Woche vor Ort, muss man sich außerdem beim DVV registrieren. Eigentlich fällt damit eine Gebühr von 50 Euro an, wenn man sich länger als 3 Monate in Finnland aufhält. Wir waren allerdings in Tallinn und mussten dies so nicht bezahlen.

### **Der Auslandsaufenthalt**

Die Uni Helsinki ist wirklich super organisiert. Es gab Vorbereitungs-Zoommeetings in denen man alle Infos bekommen hat und es wurde ein Newsletter rumgeschickt, in denen genau stand, was wann erledigt werden muss. Empfehlung: Guckt in den Spam-Ordner. Da geht es dann auch um Erstellung eines Accounts, Mitgliedschaft in der Student Union usw. Aber: Macht euch auch keinen Stress, hat auch alles vor Ort noch geklappt. Die Mitarbeitenden dort sind wirklich super nett und entspannt, ist aber wahrscheinlich für euch entspannter, wenn ihr manche Sachen schon vorher organisiert habt.

Der Beitritt zur Student Union ist Voraussetzung für den digitalen Studierendenausweis, mit dem man allerlei Vergünstigungen bekommt: Mensa, ÖPNV, Fernzüge sind alle mindestens nur noch halb so teuer! Es lohnt sich also, sich darum davor zu kümmern, klappt aber auch innerhalb der ersten Woche.

Der ÖPNV heißt HSL, man kann sich Tickets über die App kaufen und damit auch die City-Bikes benutzen: ein Ticket für die Saison von April bis Oktober kostet 35 Euro, monatlich 7 Euro und es gibt fast überall Stationen. Die werden im Winter allerdings wegen Glatteisgefahr weggeräumt.

Sowohl Busse als auch Trams kommen sehr pünktlich oder 2 min zu früh, d.h. immer früh da sein, der nächste lässt aber auch nicht lang auf sich warten. Damit der Bus anhält, muss man immer die Hand ausstrecken/ winken. In den blauen Bussen steigt man vorne ein und muss sein Ticket zeigen und in den orangenen kann man auch hinten einsteigen. Auch Trams halten nicht an jeder Haltestelle, auf jeden Fall den Stopp-Knopf drücken, wenn man raus will!

Ich habe mich für eine Hoas/Unihome-Wohnung beworben, was man automatisch bei der Bewerbung für die Uni Helsinki auch angeben kann. Leider habe ich keinen Platz bekommen und musste mir selber eine Wohnung suchen. Ich bin über Devenir Homes fündig geworden und habe 680Euro im Monat bezahlt, also ordentlich viel mehr als für Hoas (440Euro). Die Wohnung war aber trotzdem in Pasila, also wenn ihr euch auf eine Hoas-Wohnung bewirbt, ist das wirklich eine Toplage und nicht weit von der Uniklinik entfernt.

Die Lebenshaltungskosten in Finnland sind auf jeden Fall höher als in Deutschland. Lebensmittel im K-Supermarket waren am teuersten, im Lidl aber fast wie hier. Manche Lebensmittel waren dort auch deutlich billiger, vor allem vegane Basics wie Tofu für ein paar Cents.

Für mittags kann ich auf jeden Fall die Mensen empfehlen: Man füllt sich selber das Essen auf seinen Teller, das heißt so viel man will und bezahlt trotzdem einen festgelegten Preis. Vegetarische Mahlzeiten sind idR. billiger als Fleisch-Mahlzeiten. Wasser, Brot und Salat gibt es kostenfrei und auch unbegrenzt dazu, nur für Kaffee muss man 1 Euro draufzahlen, bekommt aber den 10. umsonst. Filterkaffe gibt es generell für 1-2 Euro, am besten auch nach Studirabatt fragen, da gibt es z.B. beim R-Kiosk Rabatte.

Alkohol ist sehr teuer (ein Bier ca. 8 Euro), auch da lohnt es sich aber v.a. in Kallio nach Studirabatt zu fragen. Im Irish Pub gibt's außerdem manchmal Aktionen, bei denen es sehr

schlechtes Bier für 3 Euro gibt. Finn\*innen fahren außerdem regelmäßig nach Tallinn, weil der Alkohol dort billiger ist.

Tallinn ist aber so oder so eine wunderschöne Stadt, die es sich zu besuchen lohnt. Die Fährfahrt dauert ca. 2,5 h und ist an sich schon schön (abgesehen von den vielen Betrunkenen, die den billigen Alkohol nutzen). In Tallinn lohnt es sich Free Walking Tours zu machen, das Museum of Occupation und die KGB Gefängniszellen zu besuchen und historisch mehr über Estland und Finnland zu erfahren.

In Helsinki und um Helsinki herum gibt es viel Natur. In Helsinki die Inseln Seurasaari und Suomenlinna, die zu Fuß und mit der Fähre erreichbar sind und außerhalb z.B. den Nuuskio und den Sipoonkorpi-Nationalpark, in denen man gut wandern kann und am Ende des Tages über einem Lagerfeuer mitgebrachte Sachen genießen kann. Überall lassen sich auch Saunas buchen.

Die Uni selbst war teilweise gut, teilweise mäßig organisiert. Durch vorherige Erfahrungsberichte hatte ich große Erwartungen und tatsächlich waren wir nur zu acht und hatten relativ engen Kontakt mit den Dozierenden, interaktiv war es allerdings nicht.

Ich habe Neurologie, Psychiatrie und Augenheilkunde belegt. Der Neurologiekurs, war wirklich gut organisiert, wir hatten sogar einen Begleiter, der jede Vorlesung mit uns gehört hat und jederzeit Fragen beantwortet hat. Alle waren super nett und interessiert an uns und unseren Erfahrungen und es war ein relativ persönliches Verhältnis. Praktisch haben wir da allerdings nicht so viel mitbekommen, es gibt aber die Möglichkeit auf Station nachzufragen und so auch das Blockpraktikum dort zu machen.

Psychiatrie und Augenheilkunde waren leider organisatorisch eine Katastrophe, wir haben oft 15 min vor Beginn der Vorlesung erfahren, dass sie ausfällt oder dass doch etwas stattfindet. Die Inhalte waren jedoch oft gut aufbereitet und auch das Lernen für die Klausuren war gut machbar. Es gab jeweils den Block mit einem Fach, an dessen Ende die Klausur geschrieben wurde, sodass man das Wissen aus den Vorlesungen noch im Kopf hatte. Die Klausuren waren sehr fair gestellt und in neuen, schönen Bibs macht das Lernen sogar teilweise Spaß.

Wir wurden mit Vornamen angesprochen und uns wurde Kaffee und Kuchen mitgebracht und einmal sogar das Mittagessen bezahlt, wir waren also echt auf Augenhöhe mit den Dozierenden.

Das Gesundheitssystem schien mir persönlich sehr gut organisiert zu sein, die Krankenhausflure waren größtenteils leer und die Arbeitszeiten von den Ärzt\*innen, die uns mitnahmen wurden als fair und nicht so überfordernd beschrieben. Ein finnischer Arzt, der mal in Deutschland gearbeitet hat, hat uns sogar erzählt, dass in Finnland alle erstaunt reagieren, wenn er erzählt hat, dass er Überstunden gemacht hat. Die meisten haben sich auch sehr viel Zeit für uns genommen, wobei es in den unterschiedlichen Fächern mehr oder weniger sinnvoll war, praktische Tage zu haben. In der Psychiatrie mussten wir z.B. 3 Tage lang finnischen Gesprächen zuhören, woraus wir leider nicht so viel mitnehmen konnten.

Zusätzlich dazu habe ich noch einen Finnisch-Kurs besucht, der mir persönlich sehr viel Spaß gemacht hat. Finnisch ist sehr schwierig und man sollte nicht den Anspruch haben am Ende des Semesters einem Gespräch folgen zu können, aber in Alltagssituationen hat man auf jeden Fall bemerkt, wie viel man auf einmal doch versteht. Das ist aber wie gesagt nicht nötig, weil wirklich alle Informationen auch auf Englisch verfügbar sind.

Schade an den gemeinsamen Kursen war auf jeden Fall, dass Kontakt zu den finnischen Studierenden herzustellen, sehr schwierig war. Zum Glück war unser Tutor sehr begeistert und hat uns zu vielen Veranstaltungen mitgenommen, eigentlich hätte seine Verantwortung aber nach der ersten Woche geendet.

Um Studierende aus anderen Fakultäten kennenzulernen lohnt es sich v.a. am Anfang die ESN- Veranstaltungen zu besuchen. Es gibt die verschiedensten Angebote: von Sushi und Sauna-Abenden bis zu Parties und Eislaufen.

Durch die anderen Erfahrungsberichte habe ich von dem Bus Trip nach Nordfinland (Lapland ist ein kolonialistischer Begriff) erfahren und diesen auch mitgemacht. Es war super schön verschiedene Winteraktivitäten auszuprobieren, v.a. vom Langlaufen war ich begeistert, allerdings waren all diese Programmpunkte sehr begrenzt und man ist mit dem Bus für jede 10 Meter gefahren worden, was überhaupt nicht meine Art von Tourismus ist. Es hat sich sehr stark nach Massentourismus und -abfertigung angefühlt, für den man sehr viel Geld bezahlt. Beispielsweise verbrachten wir nur knapp >1h im Arktikum, einem Museum über die Natur und Kultur im Norden Finnlands und dann 2h im Weihnachtsmann-Dorf, was logischerweise ein rein touristischer Ort ist. Die Zeit mit den Menschen dort hat sich aber auf jeden Fall gelohnt, falls es also auch selber zu organisieren ist, lohnt sich die Natur dort extrem!

In Helsinki empfehlenswert ist außerdem auf jeden Fall die Sompasauna, eine gemeinschaftlich geführte und dadurch kostenlose Sauna, die eine wirklich finnische Erfahrung ist und nach der man sich direkt im Meer abkühlen kann. Die Saunakultur ist wirklich ein Ding und ich war vorher überhaupt nicht überzeugt davon, bin jetzt aber total begeistert. Vor allem in Kombination mit Eisbaden. Ich würde empfehlen, es einfach auszuprobieren!

### **Nach dem Aufenthalt**

Es hat alles sehr gut geklappt, voraussichtlich werden mir alle drei Klausuren anerkannt. Da ich kein Blockpraktikum dort gemacht habe, hatte ich damit keine Probleme, das soll allerdings etwas komplizierter sein.