

Erfahrungsbericht

ERASMUS Karolinska Institutet WS 08/09

Warum Stockholm?

Die Uni Heidelberg bietet für Masterstudenten einen Austausch mit der Uni Leiden und dem Karolinska Institutet an (LSH). Da ich Infectious Diseases als Major gewählt habe und das Karolinska Institutet auf diesen Bereich viel anbietet, habe ich mich für diese Uni entschieden.

Anreise

Ich bin per Flugzeug mit SAS angereist. Das war für mich am besten, da man 20kg Freigepäck hat im Gegensatz zu Ryanair. Landet man auf dem Arlanda Airport. Von dort kann man per Bus (www.flygbussarna.se) innerhalb von 40 min direkt zu T-Centralen fahren. Es gibt auch noch einen Zug (Arlanda Express). Diesen würde ich aber nicht empfehlen, da er viel teurer ist.

Studium

Am Karolinska Institutet habe ich ein Biomedical Project, in der Immunologie, und keine Vorlesungen absolviert. Da die Website des Karolinska Institutet sehr übersichtlich ist, habe ich die Arbeitsgruppe sehr schnell gefunden. Der Campus vom Karolinska Institutet ist geteilt, es gibt einen im Norden (Solna) und einen im Süden (Huddinge). Die meisten Biomedizinischen Einrichtungen wie auch meine Arbeitsgruppe waren in Solna.

Die Ansprechpartnerin für Austausch-Studenten ist Malin Ahlén. Ihr Büro ist in Huddinge.

Jeder Student in Schweden muss Mitglied in einer der dortigen Unionen sein und den Beitrag zahlen (ungefähr 30 Euro). Für die Mediziner bzw. Biomediziner ist das die Medicinskaforeningen (www.medicinskaforeningen.se). Um dort Mitglied bzw. den Beitrag zu bezahlen, braucht man eine Personenummer. Das ist das Geburtsdatum plus 4 Zeichen. Diese sollte man am besten gleich erfragen bei Malin Ahlén. Damit erspart ihr euch viel Stress, den ohne diese Nummer geht gar nichts.

Leben in Stockholm

Gewohnt habe ich in einem der dortigen Studentenwohnheime, das PAX, in Solna. Das ist das Wohnheim, in dem eigentlich alle Austauschstudenten vom Karolinska Institutet untergebracht sind. Bewerben tut man sich online auf www.uac.se, mit dem „Letter of Acceptance“. Das Zimmer ist möbliert und man hat sogar ein eigenes Bad. Nur die Küche muss man sich teilen. Das tolle ist, im Wohnheim gibt es eine Sauna die man umsonst nutzen kann. Innerhalb von zehn Minuten kann man mit dem Bus zum Campus in Solna gelangen. Neben dem Wohnheim ist auch gleich eine Tunnelbana-Station (Västra Skogen), von der man innerhalb 7 Minuten T-Centralen erreicht. An der Station gibt es auch einen Coop und einen anderen kleinen Supermarkt. Ich würde euch allerdings empfehlen, nach Fridhemsplan zu fahren und dort im Lidl einzukaufen. Dieser hat viele deutsche Lebensmittel und ist im Gegensatz zu den anderen Supermärkten viel billiger.

Als Student kann man sich in Stockholm eine Student-Travel Card kaufen um mit den öffentlichen Verkehrsmitteln in Stockholm und Umkreis zu fahren. Diese Karte gibt es für verschiedene Zeiten, 3-5 Monate. Leider bekommt man diese nur mit einer schwedischen Studentenkarte und nicht mit der internationalen Studentenkarte. Da man die Karte erst später bekommt, solltet ihr euch am Anfang eine Monatskarte

kaufen bei SL-Kundencenter in T-Centralen und diese später umtauschen in die eigentliche Travel Card, wenn ihr die Studentenkarte habt.

Schwedisch muss man eigentlich nicht sprechen, um sich zu verständigen. Fast alle Schweden können perfekt Englisch. Aber um trotzdem ein bisschen zu sprechen bzw. zu verstehen, kann man an einem fünfwöchigen Schwedisch-Kurs für alle ERASMUS-Studenten teilnehmen.

Als Austauschstudent sollte man sich bei Globalfriends (www.globalfriends.se) anmelden. Diese Organisation bietet viele Aktivitäten an, wie z.B. ein Kennlern-Dinner oder auch einen Gost-Walk durch Gamla-Stan. Diesen sollte man unbedingt machen. Super, ist auch der Ausflug nach Solvik.

Stockholm ist eine wunderbare Stadt in der man viel erleben kann. Empfehlen kann ich nur die vielen Museen. Vor allem das Vasa Museum oder auch das Historika Museum sind ein Muss. Ein kleiner Tipp, viele Museen sind an bestimmten Wochentagen abends länger und kostenfrei auf. Ausflüge auf die Schären solltet ihr auch unbedingt machen, z.B. Utö oder Vaxholm. Die Weihnachtszeit in Stockholm ist sehr schön. Es gibt viele Weihnachtsmärkte, wobei der in Skansen, der wohl beste ist. Am 13. Dezember feiern die Schweden St. Lucia., das Lichterfest. An diesem Tag sollte man zu einem Konzert in eine der großen Kirchen (z.B. Storkyrkan oder Oscarskyrkan) in Stockholm gehen oder selbst mitsingen in einem Umzug, falls man die Gelegenheit dazu hat. Wenn ihr noch mehr Zeit habt solltet ihr auch mal nach Sigtuna fahren, die älteste noch bewohnte Stadt in Schweden. Ich war sogar zweimal dort. Die Stadt Uppsala, nördlich von Stockholm, ist auch nur eine Stunde entfernt.

Als Biologiestudent sollte man sich auf jeden Fall nicht die Nobel-Lecture entgehen lassen. Diese ist kostenlos und wird vom Karolinska-Institutet organisiert. Es ist auch möglich zum Banquet zu gehen, dazu muss man sich aber in einer Lotterie anmelden. Die Chance ist allerdings gering eine Karte zu gewinnen.

Als Fazit kann ich nur sagen: Do it!. Die Zeit in Stockholm war wunderschön, sowohl das Studentenleben als auch das Leben drum herum.

Jessika Sonnabend

Jessika.sonnabend@googlemail.com