

Erfahrungsbericht zum Aufenthalt im Ausland (Studium Erasmus)

Name der Verfasser*in	Jasmin Scholz
Studiengang, Fakultät	Ökotrophologie, LS, BA
E-Mail-Adresse	j.scholz2809@yahoo.de
Land & Gasthochschule /Arbeitgeber	Niederlande, De Haagse Hogeschool
Zeitraum Aufenthalt (inclusive Jahresangabe)	22.08.2019- 31.01.2020

Bitte formulieren Sie nachfolgend Ihren Bericht. Die Kategorien dienen Ihrer Orientierung. Wir freuen uns, wenn Sie ein paar Fotos ergänzen würden.

Vorbereitung

Soweit ich mich erinnere, lief alles reibungslos und ohne große Komplikationen. Die Bewerbung verlief online über ein hochschuleigenes Portal. Der Mail-Kontakt mit meiner Exchange Coordinatorin in Den Haag und Hamburg verlief auch gut. Fragen, Unterschriften etc konnten gut über Mail-Kontakt gelöst werden. Es müssen einige Formulare ausgefüllt werden, ich würde also eher früher als später mit der Bewerbung anfangen.

Die Tatsache, dass die Niederlande in der EU sind, machte vieles leichter und entspannter in der Vorbereitung.

Fachliche Organisation

Ich hatte das Glück, mir sechs Module also 30 Credits anrechnen zu lassen. Dafür besuchte ich 2 Minor in Den Haag. Die Auswahl war nicht groß, aber das ist okay, da die Minor interdisziplinär und echt gut organisiert sind.

Ich habe die Minor „Psychology & Sociology of Food, Fitness and Health“ sowie “Smart Technology & the future of health care“ besucht (15 credits pro Minor). Vorab habe ich mir die Kursbeschreibungen angeschaut und geschaut, was ich mir evtl. an der HAW dafür anrechnen lassen kann. Meine Profs waren sehr nett, es hat alles wie ich es geplant hatte geklappt! Komplikationen und Probleme bei der Ausführung gab es zum Glück keine, beide Minor haben stattgefunden.

Es gab frühzeitig schon Mails über die Programme, was mir gut gefallen hat, da ich gerne schon vorbereitet bin. Das Prinzip der Minor fand ich echt gut. Alle Lehrer haben eng zusammengearbeitet und die verschiedenen Fächer hingen alle zusammen, sodass das Gelernte auch Sinn gemacht hatte und man es anwenden konnte. Pro Minor gab es 4-6 Fächer. Ich hatte viel Spaß und weniger Stress als mit den Klausuren in Hamburg. Ich hatte nur eine Klausur, stattdessen Gruppenprojekte, Essays, Präsentationen... Diese Art von Unterricht war neu für mich und mir hat das lockere Verhältnis zwischen Studenten und Lehrer (man spricht sich per Vorname an) sehr gut gefallen.

Kleine Info am Rande. Gruppenprojekte sind hier sehr beliebt! Und die Benotung ist strenger/anders als in Deutschland. Wer easy gute Noten haben möchte, sollte vielleicht ein anderes Land in Erwägung ziehen.

Die THUAS (Foto) ist modern und schick. Eine große helle Eingangshalle (Foto) mit Café war der Treffpunkt. Es gab eine schöne Mensa mit Außenbereich, ein IT-Office und Student-Office, zwei Sporthallen und draußen gibts auch die Möglichkeit am Rudern teilzunehmen. Außerdem ist die Bibliothek modern und es gibt es in der ganzen Uni zahlreiche helle Plätze zum Lernen

und Projekte planen.

Unterkunft

Die Wohnungssuche gestaltete sich echt schwierig, vor allem für mich, da ich mit meinem Hund nach Holland bin! Mein Tipp: frühzeitig in zahlreiche Facebook Gruppen gehen. Mein Zimmer habe ich über die Agentur „Stay&Study“ bekommen. Ist zwar etwas teuer, aber war sehr zentral + man hatte immer eine Kontaktperson, wenn irgendwas ist. Ich habe ca. 670€ im Monat für mein schlicht möbliertes 15cm² in einer renovierten 3er WG (Haus) bezahlt.

Meine Freunde haben in den Studentenwohnheimen von DUWO gewohnt.

Ich war echt verzweifelt am Ende, aber irgendwie hat sich dann doch alles gelöst. Mein Zimmer habe ich 2 Tage vor Umzug bekommen. Also Kopf hoch und immer weitersuchen. Eine zentrale Lage lohnt sich aber, deshalb würde ich eher mehr für die Lage bezahlen. Ich habe in der Nähe von Holland Spoor gewohnt. 10 Minuten Fußweg zur Uni und in die Innenstadt zum Shoppen, 20 min per Tram zum Strand.

Alltag und Freizeit

Lebenserhaltungskosten: etwa ähnlich wie bei uns in Deutschland, aber etwas teurer z.B Lebensmittel.

Bei den zahlreichen wunderschönen Cafés und Möglichkeiten (auch Shopping) war ich etwas spendabler als Zuhause, aber es ist ja auch ein Auslandssemester!

Lebensmittel habe ich bei Jumbo und Albert Heijn eingekauft.

Den Haag liegt zentral. Von dort könnt ihr schnell und einfach die Umgebung bereisen wie Delft, Rotterdam (20 min) oder Amsterdam (45 min) per Zug.

Die Holländer fahren ganz viel Fahrrad. Auto ist eher nicht empfehlenswert. Den Haag ist zwar eine vielseitige und internationale Stadt, aber trotzdem ist alles auch per Fuß, Fahrrad und Tram erreichbar.

Dafür empfehle ich die blaue OV-Chipcard für einmalig 7,50€. Da kann man dann an den Automaten Geld draufladen und easy Bus, Bahn, Tram fahren. Ansonsten zahlt man für 2 Stunden 4€ und es gibts nichts dazwischen. Hier muss man ja immer ein- und auschecken, also niemals die OV-Chipkarte vergessen. 😊

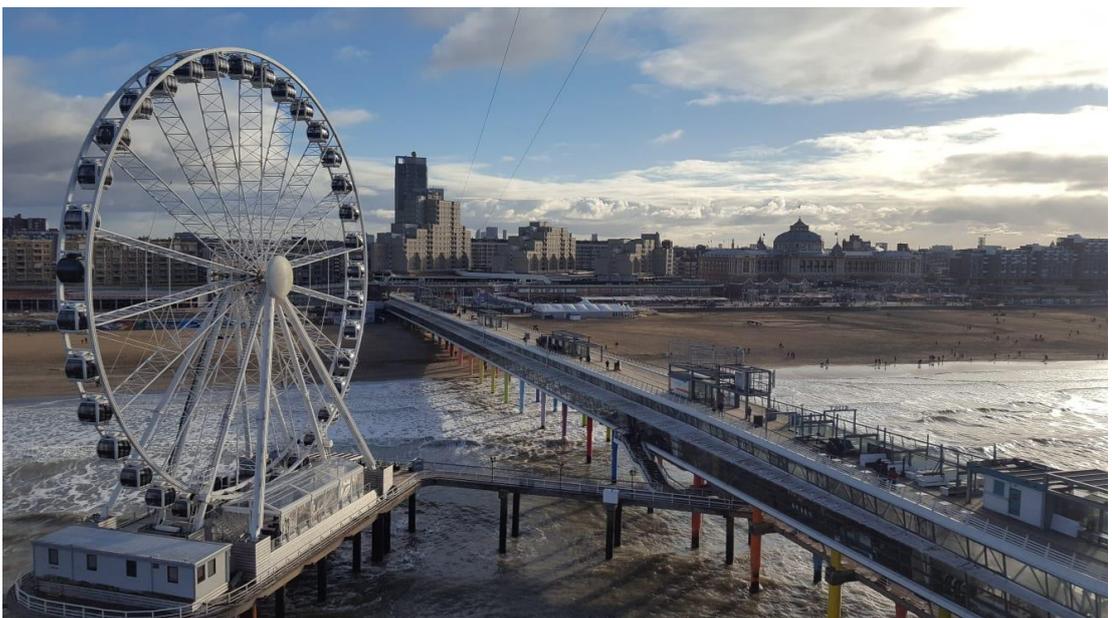
Kontoeröffnung: Ging super easy! Ich hatte mein Konto bei der RABOBANK über die Uni eröffnet. Die bieten extra Termine für Studenten an (kostenlos). Muss nicht zwingend notwendig sein, einige meiner deutschen Freunde hatten keins. Ich hatte es nur für Notfälle. Mit der passenden App war auch das Online-Banking easy. Viele Holländer machen es beim Essen gehen so, dass einer alles bezahlt und man der Person dann den Beitrag überweist. Für mich war es praktisch und ich würde es wieder machen.

Registrierung bei der Stadt ist nicht zwingend notwendig, wenn man nur ein Semester bleibt. Manche Vermieter möchten es aber, also mal nachfragen. Die Registrierung habe ich auch über die Uni in der Welcome Week gemacht, ist kostenfrei und man bekommt eine einjährige Mitgliedschaft in der modernen Stadtbibliothek. Vergesst aber nicht, euch wieder abzumelden!

Handyanbieter: Brauchte ich nicht, mittlerweile gelten ja die gleichen Vertragsbedingungen

EU-weit.

Veranstaltungen, Sport- & Kulturangebote: Hier ist viel los, vor allem im Sommer! Märkte, Partys, Events am Strand. Richtig schön. Sport habe ich über die Uni gemacht. Da werden Kurse + Gym angeboten für ca 80€ für 6 Monate (Zumba, Basketball, Badminton etc). Ansonsten kann man am Strand surfen lernen oder Bouldern/Klettern in einer Halle in der Nähe von der THUAS.



Fazit für Sie persönlich

Ich würde Den Haag wieder als mein Ziel wählen, wieder und wieder! Ich habe mich in diese Stadt verliebt und mich sehr wohlgefühlt. Die Kombination aus Großstadt, die aber nicht überfüllt ist, internationalen Menschen und Strand, ist echt schön. Mir gefällt die Architektur, die Cafés, die freundlichen Menschen, das gute Englisch hier! und halt wirklich der Strand (Foto).

Ich habe hier viel für mich gelernt und Den Haag bis ins kleinste Detail erkundet. Mit meinen Freundinnen war ich auch in zahlreichen Städten in der Umgebung, auch Belgien und Luxemburg ist möglich! Seit einfach neugierig, zeigt Eigeninitiative und unternimmt was in euren Möglichkeiten steht.

Am Anfang gibt es immer viel zu erledigen, aber man wächst mit seinen Aufgaben und jeder macht natürlich andere Erfahrungen 😊.

Ein paar besondere Tipps

** Tipp: Fahrrad mieten bei SWAPFIETS, direkt neben der THUAS. Für 13,50€ ein gutes sicheres Fahrrad mit Licht etc, + nettem Service mieten. Dafür braucht man einen Dutch Bankaccount.

** Events wie „Die Nacht der Museen“ (gibts ja auch in HH): tolle Möglichkeit die tollen Museen der Stadt kennen zulernen und mit der historischen Tram zu fahren. Meine Freundin und ich hatten acht Museen besucht bis in die Nacht!

**Die App: „IIAM“ von Studenten für Studenten. Übersicht über Partys und Events in Den Haag und Umgebung

**Mein absolutes 4ever Lieblingscafé: „CLUB VERS“ bei Holland Spoor. Super modernes, leckeres Essen, liebes Personal (wir waren Stammkunden) und echt gemütlich

**QuickStep: von Studenten für Studenten: Sie organisieren Trip in andere Städte aber auch Länder wie Belgien, Luxemburg, Frankreich zu studentenfreundlichen Preisen

**Der Haagse Market: sehr großer multi-kulti Markt! Sehr gute Pommes gibt es dort und Obst/Gemüse/Käse zu Marktpreisen.

