

LA MEUA EXPERIÈNCIA ERASMUS: OSLO, NORUEGA

Gener 2023 – Juny 2023

Laia Bataller Narbon



Contaré, tot seguit, la meua estada Erasmus, a la universitat d'Oslomet, durant el segon semestre del curs 2022-2023. Una experiència única i irreplicable, que recomane vivament als estudiants valencians de Magisteri.

La Universitat: Oslomet

La Universitat és un dels aspectes que més em va impressionar en l'àmbit acadèmic durant la meua estada. Entre les diverses facultats, les carreres relacionades amb l'educació s'engloben en la *Fakultet for lærerutdanning og internasjonale studier* (Facultat de Formació Docent i Estudis Internacionals), situada al campus de Pilestredet, en el centre d'Oslo (*Imatge 1*). És interessant destacar que abans de convertir-se en un centre educatiu, el campus era una antiga fàbrica cervesera de 1859. Molts dels edificis s'han restaurat, mantenint una característica arquitectura de rajola roja, i fins i tot conservant en l'entrada principal una ximenera que s'ha convertit en la icona del campus. Això contrasta amb els enormes edificis envidrats construïts posteriorment, construccions modernes que aconsegueixen integrar-se amb la història de la Universitat. També em va semblar ressaltable el fet que diversos edificis i aules d'Oslomet han sigut batejades amb el nom de dones pioneres noruegues que han sigut importants per a les àrees temàtiques de la universitat. Per exemple, en relació amb el món de l'educació, trobem a Gerd Hagen, Anna Sethne, Margrethe Munthe, Eva Balke o Karen Grude Koht.



Imatge 1. Oslomet

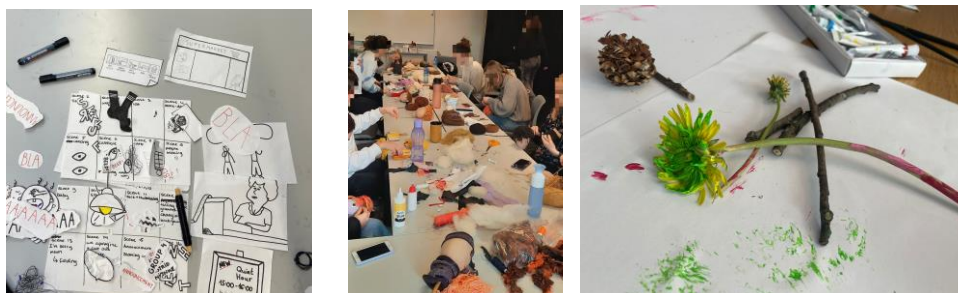
Una cosa que m'agradaria destacar també és la importància que se li presta a l'alumnat i al seu benestar. A Noruega, la Universitat no és únicament un lloc acadèmic. En Oslomet, a més d'una infinitat d'espais adequats per a l'estudi (zones d'estudi col·laboratiu, sales de treball en grup, sales individuals, biblioteques, zones d'estudi a l'aire lliure...), trobem també una immensitat de zones de socialització, d'oci, de descans, gimnàs, cafeteries... Les instal·lacions i els recursos acadèmics són molt moderns. Hem fet classes en aules de música repletes d'instruments, aules d'art, d'escultura, de costura, estudiós d'enregistrament, aules amb tecnologia punta... Es pot accedir lliurement a tots aquests espais amb el carnet universitari que et proporcionen els primers dies en recepció. Oslomet compta amb un ambient multicultural i divers. Rep estudiants de tot el món, i es crea així una comunitat internacional enriquidora. Existeix un programa anomenat *Buddy Programme* per a tots els nous estudiants internacionals en Oslomet. Aquest organitza esdeveniments i activitats extracurriculars per a fomentar la participació dels estudiants i promoure la interacció entre diferents cultures. Per exemple, tots els es organitza una zona de conversa en la qual es regalen cafè, galetes i alguns dolces típics noruecs, també intercanvis lingüístics i culturals diverses vegades per setmana, excursions, mercats ambulants o festes. Com a organització estudiantil està també la ESN, que organitza també events similars.

El curs: "Aesthetics and Special Needs: Nordic Childhoods"

Vaig tindre l'oportunitat de participar en un únic curs de 30 crèdits tancats ofert per la universitat, dissenyat especialment per a estudiants internacionals i d'intercanvi, titulat "Aesthetics and Special Needs: Nordic Childhoods". Aquest va destacar pel seu enfocament innovador i la seua diferència amb l'educació que havia experimentat fins aleshores. Tot el curs s'impartia en anglès, i la resta d'alumnes eren originaris de molts països diferents d'Europa (Alemanya, França, Països Baixos, Romania...).

D'una banda, el curs es centrava a abordar les diverses necessitats educatives especials que es presenten més comunament en l'entorn escolar. Es prestava atenció a alumnes amb perfils variats de necessitats educatives especials i vam aprendre a donar suport a aquells que havien experimentat traumes. Aquesta part del curs va ser essencial per a comprendre com adaptar l'ensenyament a les necessitats individuals dels estudiants i garantir un ambient educatiu inclusiu.

Aquest aspecte el relacionem a mesura que explorem l'aspecte artístic del curs, que abastava una àmplia varietat de disciplines creatives, com a música, pintura, argila, titelles, conta contes, teatre, dramatització i ràdio-teatre. En els anomenats "workshops" un docent especialista en cada àrea ens oferia una xarrada sobre el tema i posteriorment féiem dinàmiques o pràctiques en les quals "apreníem fent". Cadascuna d'aquestes formes d'expressió artística es relacionava de manera pràctica i efectiva en el treball amb alumnes que tenien necessitats educatives especials. Això ens va oferir una perspectiva valuosa sobre com l'art pot ser una eina poderosa per a fomentar el desenvolupament i la inclusió de tot l'alumnat en el procés educatiu (I. 2, 3 i 4)



Imatges 2, 3 i 4. Alguns dels projectes de stop-motion, titelles i pintura, respectivament

A més de les classes a l'aula, els nostres professors van organitzar una sèrie d'excursions i eixides amb un enfocament educatiu. Una de les experiències més destacades va ser la visita a la Natural Barnehus (I. 5 i 6), que ens va permetre aprendre sobre l'educació a l'aire lliure i com els xiquets a la regió nòrdica tenen un profund vincle amb la naturalesa. Visitàrem també el Satatens Barnehus, una institució única a Noruega que es dedica a l'atenció de xiquets i adolescents que han sigut víctimes d'abús sexual i maltractament. També vam realitzar diverses rutes amb els professors. En una d'elles ens ensenyaren a fer un foc en el bosc per torrar salmó (I. 7). Com a excursió final, vam fer una estància de dos dies en una cabana en el bosc prop d'un llac (I. 8). Ací, a més de participar en activitats educatives, vam tindre l'oportunitat de viure com a autèntics noruecs, la qual cosa ens va permetre submergir-nos encara més en la cultura i l'estil de vida de la regió.



Imatge 5 Natural Barnehus.
Xiquet pujat a l'arbre. Excursió



Imatge 6. Natural Barnehus



Imatge 7. Excursió amb foguera



Imatge 8. Estada a la cabin

L'avaluació en aquest curs va abastar diversos aspectes, incloent-hi l'assistència i participació en classe i la creació d'un blog grupal on compartíem reflexions i experiències relacionades amb el curs. A més, vam tindre dos projectes finals, un grupal i un altre individual. En el projecte grupal, visitàrem una guarderia en diverses ocasions, duent a terme activitats artístiques i estètiques amb els alumnes, i redactàrem un informe cooperatiu que abordava tots els aspectes del procés, incloent-hi l'atenció a estudiants amb necessitats educatives especials i la justificació teòrica d'aqueixa intervenció adaptada. El projecte individual va implicar l'elecció d'un centre educatiu i la realització d'una pràctica educativa a la nostra elecció, que també es va documentar en un informe detallat sobre els processos anteriorment esmentats, posant especial atenció en la descripció i justificació teòrica i contextual.

Buscar habitatge

Buscar habitatge a Oslo pot ser molt car, però per sort l'Organització de Benestar Estudiantil (SiO) ofereix habitatges més assequibles (a partir d'uns 400€) escampats per tota la ciutat. En la meua opinió, si vols viure prop del centre, recomanaria Sofienberg, i si prefereixes una opció de residència més gran i connectada a la naturalesa, Kringsjå. Jo vaig estar en Kringsjå, que és la residència més gran i amb preus més assequibles d'Oslo, es pot considerar pràcticament un xicotet poble d'estudiants. Té el seu propi supermercat (el més barat de la ciutat), gimnàs, restaurant i cafeteria, sales d'estudi i botiga d'esports. A més, té una línia de metro pròpia que et connecta amb el centre de la ciutat en menys de 15 minuts, i línies d'autobús a 5 minuts de la residència.

A mi, personalment, em va agradar molt estar tan prop de la naturalesa. La residència està al costat del bosc de Nordmarka i del llac Sognsvann (un lloc molt popular a la ciutat). El llac, a l'estiu, està ple de gent banyant-se, fent barbacoes i fent festes amb amics. A l'hivern, es congela i es pot caminar o patinar damunt, així com realitzar rutes d'esquí de travessia (l'esport noruec per excel·lència). A més, és allí on va vindre les aurores boreals a la ciutat! (1.10).

En les residències, pots elegir entre un ampli ventall d'opcions d'habitació: bany compartit o privat, cuina compartida o privada... Jo vaig triar l'opció d'habitació i bany privat, i va ser una bona experiència. Com he dit, la gestió de la residència la porta una pàgina anomenada SiO (sio.no), en la qual, com a estudiant, pots sol·licitar una plaça. Et demanen realitzar un rànking de residències i habitacions segons la teua preferència. Tarden prou a donar-te una resposta, així que convé fer-ho com més prompte millor. Si, en canvi, prefereixes apostar per llogar habitacions o pisos sencers pots consultar-ho en Finn.no o altres pàgines web.

Transport

El transport a Oslo el gestiona la empresa Ruter (<https://ruter.no/en/>). Per comprar els bitllets s'ha de descarregar l'aplicació de Ruter, que genera un codi QR. No cal passar el tiquet per a entrar als transports, però sovint passen revisors. El més rentable per a una estada Erasmus és comprar bitllets mensuals escollint l'opció de descompte *Student* o *Young*. Aquesta inclou viatges il·limitats en metro, tramvia, bus, trens (els de l'empresa Vy), i fins i tot els ferris que van a les illes del fiord (Hovedøya, Lindøya, Nakholmen, Bleikøya, Gressholmen y Langøylene). El tren a l'aeroport es paga a banda, però si el compres amb aquesta mateixa aplicació pot eixir-te més barat.

Moneda

Cal recordar que la moneda oficial a Noruega és la Corona Noruega (kr). Per tal de canviar euros per corones gratuïtament, el més comú entre els estudiants d'intercanvi és descarregar aplicacions com Revolut, que permeten el canvi de divisa sense comissió.

Fer la compra

Cal tindre en compte, d'entrada, que Oslo es una ciutat amb preus alts. Els supermercats més habituals a la ciutat son Kiwi, Rema, Coop, Meny, Joker i Bunnpris (aquests dos últims son més cars, però obrin diumenge). Hi ha diversos mercadets a l'aire lliure. El que jo vaig freqüentar més va ser el de la zona del Blå (un pub amb musica

en directe). El barri de Grønland és molt recomanable per fer la compra, sobretot de fruita i verdura. Hi trobaràs moltes botigues que ofereixen al carrer els seus aparadors de fruita i verdura, amb un estil molt mediterrani, que ofereixen preus molts baixos en comparació amb els supermercats. També pots trobar moltíssima varietat d'altres productes alimentaris a bon preu. A més, en aquesta zona es troba un dels únics basars d'Oslo, on es poden comprar tota mena d'articles. L'aplicació TooGoodTooGo es també interessant per comprar a preus baixos aliments que no s'han venut en alguns bars o supermercats, i que es posen a la venda per a no malbaratar-los.

El clima

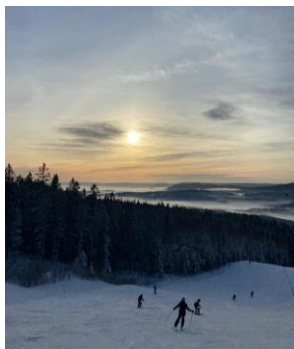
El clima a l'hivern pot ser prou fred, però cal destacar que la ciutat, els habitatges i demés estan completament adaptats, i no puc queixar-me d'haver patit fred en cap moment! En els mesos d'estiu i primavera, les temperatures són prou més altes.

Festa i oci

Durant el segon quadrimestre (spring semestre) he pogut viure tant l'hivern com l'estiu d'Oslo, i els dos m'han agradat. En hivern, quan està tot nevat, recomanaria anar a la pista de trineus Klokke Trekkeren o a les pistes d'esquí Skimore Oslo (l. 9). S'hi pot arribar als dos punts amb la línia 1 de metro. També hi ha llocs on patinar sobre gel gratuïtament, i pistes públiques d'esquí de travessia (al voltant del llac Sognsvann, per exemple). Com he dit, l'esquí de travessia és l'esport més practicat a Oslo (no és gens fàcil, nosaltres vam passar més estona per terra que esquiant!)

És importantíssim conèixer l'existència del BUA, una organització nacional sense ànim de lucre amb moltíssims centres a diferents ciutats noruegues, que presta gratuïtament material esportiu i d'aire lliure. Des d'esquís i patins, fins a motxilles, llanternes, sacs de dormir o tendes de campanya. Es tracta d'una iniciativa per promoure les activitats a l'aire lliure sense augmentar el consum material. L'únic que necessites és un número de telèfon noruec, que pots adquirir gratuïtament anant amb el teu DNI a la botiga MyCall (<https://en.mycall.no/mycall-shop>), i donar-te d'alta a la pàgina web de BUA (<https://www.bua.no/>).

Quan fa millor temps, tothom ix a realitzar rutes de senderisme (fins al Vettakollen, per exemple) i passejades o pícnic a parcs (a Sognsvann, al parc de les estàtues Vigelandsparken, etc.). Banyar-se és una altra opció (tot i que l'aigua està gelada), per exemple a les illes del fiord (son estil platja), Sognsvann o Båttjern. També pots banyar-te als fiords d'Oslo, on ofereixen serveis de sauna que pots llogar en gran grup (l. 11). Nosaltres vam anar també, en una eixida organitzada per l'ESN, al parc d'atraccions Tusenfryd, el més important del país. Com anàrem junt a l'organització d'estudiants, els preus van ser més reduïts. L'oferta artística i de museus en Oslo és immensa. El Munch (gratis els dimecres de vesprada), el Nationalmuseet, l'Òpera (es poden veure representacions prou barates), el Folk Museum, el Astrup Fearnley d'art modern, etc. Tots són molt bones opcions. També recomanaria visitar la Biblioteca Deichman Bjørvika



Imatge 9. Oslo skimore



Imatge 10. Aurores Boreals a Sognsvann.



Imatge 11. Oslo Fjord Sauna, en front de l'Òpera

El gran nombre de població estudiant a Oslo fa que hi hagen moltes opcions per eixir de nit. Cal tindre en compte que és una cultura de la festa diferent a la d'ací, i la festa comença i acaba més prompte (acaba a les tres de la

matinada). Hi ha moltes discoteques gratuïtes o amb preus prou baixos (Oslo Streetfood, Fridays, Youngs, Kulturhuset, Jaegger, Mabou, etc.) Tot i així, comprar begudes dins és extremadament car. En general, el consum d'alcohol en Oslo està molt taxat, i per tant la seua compra és molt cara i limitada. La forma més assequible és comprar-lo en el DutyFree de l'aeroport.

Viatges i excursions

Viatjar des d'Oslo no és excessivament car, hi ha opcions molt assequibles de vols a destins nacionals i internacionals. A Oslo hi ha dos aeroports reconeguts: Oslo-Gardemoen (el de la ciutat) i Sandefjord-Torp (a 2 hores d'Oslo). Els vols des de Torp solen ser més barats, però desplaçar-se fins allí pot costar-te al voltant de 20€.

Súper important! Amb l'empresa Norwegian, tens descompte d'aproximadament un 50% en vols dins de Noruega amb el codi UNDER26.

Dins de Noruega, jo vaig fer els següents viatges

- Tromsø: es troba dins del Cercle Polar Àrtic. Crec que mai havia vist paisatges tan impressionants com allí. Per a mi, un imprescindible. (I. 12 i 13).
- Illes Lofoten: pot ser un poc car arribar-hi, però crec que és una oportunitat increïble. Hi ha moltíssims punts i rutes amb vistes impressionants. (I. 14 i 15).
- Bergen: hi ha una ruta de tren històrica molt bonica per arribar fins allí (dura sis hores), tot i que també es pot arribar amb avió. És una ciutat menuda però amb molt d'encant.
- Stavanger: Es una ciutat entranyable, encara més menuda que Bergen. Allò imprescindible és fer les populars rutes a Preikestolen i Troltinga. Son realment impressionants. (I. 16).

A Tromsø i Lofoten vam llogar cotxes per moure'ns per ciutats, molt recomanable (jo diria que necessari). Una forma barata de fer-ho és amb l'aplicació *GetAround*, que permet llogar cotxes de particulars que els ofereixen. En quant a allotjament turístics, el més senzill i assequible és buscar opcions a *Booking.es* o *Airbnb*.

Fora de Noruega, vam visitar Suècia (molt fàcil i barat arribar amb Flixbus), Dinamarca, Polònia, Anglaterra i, fins i tot, Itàlia.



Imatge 12. Tromsø



Imatge 13. Tromsø



Imatge 14. Lofoten



Imatge 15. Lofoten



Imatge 16.
Preikestolen