

# Ås, NMBU, Norvège

## Norwegian University of Life Sciences - Ås - Norvège

Cette fiche du CyberAide a pour but de présenter et de donner les informations importantes à savoir pour partir en semestre d'étude à **Ås, Norvège**.

Les informations présentées ici sont le témoignage d'un élève de l'INSA ayant fait son semestre d'étude dans cette université. Cette fiche est faite de manière volontaire donc il se peut qu'elle ne soit pas totalement exhaustive. De plus, les informations présentées correspondent au **deuxième semestre de l'année 2023**. Certaines informations pourraient donc avoir changé depuis.

Ces informations sont aussi relayées sur le WikiEtud dans la section correspondant aux départs à l'étranger ainsi que sur le compte instagram **@mobil\_insa** en story à la une.

## Généralités

La capitale de la **Norvège** est Oslo. Le pays possède une surface 2 fois moins importante que la France. Les langues parlées sont le norvégien avec 2 dialectes, le bokmal ou le nynorsk et l'anglais. La population est d'environ 6 millions d'habitants. Les pays limitrophes sont la Suède, la Finlande et la Russie (mais seulement tout au Nord). Le fuseau horaire est le même que celui de la France. Le pays est composé de la partie continentale et de l'archipel du Svalbard.

NMBU est une destination spécifique au département ICBE-GP3E/GB.

La **devise** est la couronne norvégienne. 1 euro = 11 NOK environ. L'immense majorité des lieux prennent la carte mais dans certains cas vraiment très très rares les cartes étrangères ne passent pas.

Pour rejoindre Ås plusieurs possibilités s'offrent à vous:

- Le train: pour profiter du voyage jusqu'à votre destination. Pour plus d'informations, vous pouvez consulter les publications et stories faites dans le cadre de la semaine verte sur Instagram.
- L'avion: l'aéroport le plus proche de l'université est Oslo. Les prix de vols varient selon la période et sont plus chers en été.
- Le bateau: il est possible de prendre des ferrys depuis le Danemark ou même depuis l'Allemagne.

Côté **météo**, en été il fait entre 20°C et 25°C maximum avec une moyenne autour de 17°C. Il y a des épisodes pluvieux fréquents. Il y fait jour très longtemps surtout tout au Nord où le soleil ne se couche pas, c'est ce qu'on appelle le soleil de minuit. En hiver, les températures sont nulles ou

négatives et presque permanentes à partir de mi-novembre. Parfois quelques épisodes courts avec des températures très froides comme du -30°C à Oslo début janvier...En hiver, le soleil se lève tard et se couche très tôt, vous avez du jour entre 9h et 15h30 en décembre.

Le **coût de la vie** est assez élevé en Norvège. Le niveau de revenu est plus haut qu'en France donc les prix des produits et des services sont supérieurs à ceux que l'on peut trouver en France.

**Niveau nourriture**, certains produits ne sont pas forcément trouvables ou plus difficilement comme le fromage qui peut coûter très cher. Les gros supermarchés ont des plages horaires généralement larges, par contre faites attention, les boulangeries ouvrent rarement avant 9h. Notez qu'il faut avoir 20 ans pour acheter de l'alcool et la carte d'identité est demandée systématiquement.

## L'université

Le nom de l'université en norvégien est Norges Miljø-og Biovitenskapelige Universitet mais bon courage pour le prononcer. En anglais c'est Norwegian University of Life Sciences. Elle se situe dans la petite ville de Ås à 30km au sud de Oslo. Il y a environ 5000 étudiants répartis dans 7 facultés. Le campus est vraiment grand avec beaucoup d'espaces verts et d'aménagements. Le campus est super agréable et beau car certains bâtiments sont assez anciens.

L'université compte plusieurs cafétérias mais assez chères, il est compliqué de trouver un vrai repas pour moins de 10 euros. Il y a des terrains de sport et une salle de sport nommée Eika juste à côté qui accueille des sports collectifs selon le planning et de l'escalade. Il existe aussi plein d'associations sportives.

Le fonctionnement des cours est un peu différent des semestres chez nous. Ils ont 5 périodes d'études possibles dans une année scolaire:

- August block
- Autumn parallel (septembre à décembre)
- January block
- Spring parallel (février à mai)
- June block

Les blocks correspondent à un cours suivi de manière intensive pendant 15 jours et évalué directement à la fin des 15 jours. Pour les parallèles, c'est comme nos semestres. Les cours qui nous intéressent sont souvent seulement sur des parallèles. Les cours comportent des séances de CM, TD et TP selon les matières. Seuls les TPs sont obligatoires. Les cours s'étendent de 10h à 16h maximum en général. Là-bas, un créneau de cours dure 45 min + 15 min de pause. Le nombre d'heures de cours est inférieur à celui de l'INSA c'est environ 20h par semaine. Il peut y avoir des travaux obligatoires pendant le semestre mais en général les évaluations se déroulent lors de partiels qui durent 3h pour chaque épreuve en décembre.

Pour les learnings, le catalogue des cours est disponible en cherchant "NMBU course catalogue". Pensez bien à vérifier les périodes de cours, la langue et les crédits. Pour un semestre en ICBE-GB, voici un exemple de Learning Agreement:

- MATH250
- MVI361
- STAT351
- + microbiologie à distance
- + biologie moléculaire à distance

Pour un départ en ICBE-GP3E:

- FYS253
- FYS254
- TPS210
- MVI361

Notez qu'avec les changements de programme, il est possible que les learnings changent. Il est aussi possible qu'une fois sur place il y ait des conflits d'emploi du temps ou des cours plus disponibles. NMBU laisse une grande liberté dans le choix des cours donc il n'est pas difficile d'enlever ou de changer un cours.

**ESN:** pour Erasmus Student Network est une association vraiment très présente qui organise beaucoup d'activités tout au long du semestre en particulier pendant la semaine d'intégration et de manière régulière avec différents thèmes. Ils organisent aussi des voyages en Laponie ou la Sea Battle. Cela permet de connaître des gens en particulier des internationaux.

## La vie sur place

Du point de vue **des logements**, les résidences sont gérées par SiÅs. Les accès pour les étudiants norvégiens se font plus tard que pour les étudiants étrangers pour vous assurer une place. Vous recevez un mail courant avril, n'attendez pas votre lettre d'admission de l'université. Il existe des logements de différents types, en immeuble ou en maison, ce sont majoritairement des colocations. En immeuble vous avez:

- En colocation à 6 avec salle de douche et toilettes communes.
- En colocation à 16 avec salle de bain et toilettes privées.

Les informations sont indiquées sur le site pour candidater aux logements avec la surface, les spécificités et les prix. Les logements les moins chers sont les colocations à 6 en immeuble. Tout est compris dans les prix (électricité, eau, machines à laver, ...) sauf pour dormir où il vous faudra fournir draps et oreillers.

Vous pouvez louer ou acheter un kit cuisine pour les appartements qui ne sont pas équipés ou aussi un kit literie qui comprend des draps, une couette et un oreiller. Vous faites la demande

auprès de SiÅs en même temps que pour le logement.

Le loyer peut être envoyé par virement chaque mois ou payé en une seule fois selon préférence. Attention certaines banques permettent seulement un virement vers un compte étranger une seule fois par mois.

Vous pouvez aussi payer par carte bancaire auprès de Boksmia situé dans le même bâtiment que SiÅs (là où vous récupérez vos clés).

Au niveau **des transports**, pour vous déplacer à Ås et Oslo, le mieux est d'utiliser l'application Ruter. Vous avez toutes les informations d'horaires et vous cumulez un pourcentage de réduction après chaque achat. La ville est bien desservie en bus, en trains et en routes. Le trajet As-Oslo dure 20 minutes en train.

Côté **nourriture**, une des spécialités norvégiennes c'est le brunost, que l'on traduit par "fromage brun" . Ce n'est pas vraiment un fromage et cela a un goût un peu caramélisé. C'est un peu spécial mais pas mauvais. Les norvégiens le consomment souvent avec une gaufre et de la confiture. Une des différences majeures entre la France et la Norvège, c'est l'heure des repas. En général, les norvégiens ne prennent que 2 vrais repas par jour, un le matin vers 9h-10h et un le "soir" vers 17h.

Concernant les **activités**, il y en a plein:

- Baignade dans les fjords pas loin de l'université et qui sont accessibles en bus.
- En hiver, vous pouvez voir des aurores boréales même si leur intensité est moins importante que dans le nord. Il existe des applications comme Aurora qui indiquent si certaines aurores sont visibles. On les voit généralement mieux en photo avec un temps d'exposition plus long.
- Les mercredis soirs, il y a la bodega, cela ressemble un peu au PK mais en plus cher.
- Faire un sauna, certains immeubles étudiants ont un sauna en accès libre.
- En octobre, il y a l'Oktoberfest à l'université un vendredi et à Oslo sur différents week-ends.
- Le parc d'attractions de Tusenfryd à 40 minutes en bus. N'y allez pas si les températures ne sont pas au-dessus de 8°C sinon les rollercoasters ne fonctionnent pas et pas après octobre car le parc ferme.

## Voyage/Tourisme

La Norvège possède plein de sites magnifiques à visiter. Pour voyager, il est possible de tout faire en train et en bus en été, le mieux est de regarder à l'avance des trajets pour les horaires. Les trains et bus sont tous nickels et les problèmes éventuels sont très bien gérés. Il est aussi possible de prendre l'avion pour visiter. Pour ce qui est des sites à voir:

- Le **Preikestolen**, une des randonnées mythiques de Norvège. Il y a 8 km aller-retour et 400 m de dénivelé. D'un point de vue technique, c'est assez facile. La randonnée mène au Preikestolen, une falaise rocheuse de 600 m de haut. C'est le lieu qui a servi à filmer la

dernière scène de combat dans *Mission Impossible 6: Fallout*. Il y a beaucoup de monde mais cela vaut le coup quitte à y aller tôt pour éviter l'affluence.

- Le **Trolltunga**, une autre randonnée très connue de Norvège de 20 ou 28 km selon l'endroit d'où vous partez car il y a des navettes pour avancer un peu le chemin en été. Il y a 1200 m de dénivelé facilement réalisables sur la distance. Il y a beaucoup de monde en été mais fin septembre c'est déjà mieux. En hiver (octobre-mai), il faut payer pour monter avec un guide car la randonnée est plus dangereuse à cause de la neige. Fun fact: "Trolltunga" veut dire "Langue du troll" en norvégien et désigne l'éperon rocheux au-dessus du vide.
- Les **îles Lofotens**, ensemble d'îles situées au nord de la Norvège mais très proches du continent. C'est vraiment un endroit magnifique avec des montagnes juste à côté de la mer, un mélange très dépaysant mais à couper le souffle. Il y a beaucoup de randonnées, les principales sont autour de Leknes, A i Lofoten, le Reinebringen (où il vous faudra monter des marches du début à la fin donc ça tire un peu dans les jambes. Attention, la randonnée est fermée en hiver et si vous la faites début novembre après les premières vagues de froid cela peut être dangereux à cause de la glace sur les marches.) , Moskennes. Si vous souhaitez visiter un peu plus, le village musée de Nusfjord et le village de pêcheurs d'Henningsvaer valent aussi le coup. Beaucoup de plages sont également très belles: Vikten, Ramberg, Ballstad...bref tout est magnifique.
- La Norvège est aussi connue pour ces "stavkirke" c'est-à-dire des églises médiévales en bois qui existent depuis de Moyen-Âge.
- **Bergen**, grande ville à l'ouest de la Norvège avec des quartiers très colorés et des quartiers plus modernes. Il y a un funiculaire qui permet d'avoir un super panorama sur la ville, à ne tenter que s'il fait beau...
- **Trondheim**, ville très sympa avec des quartiers très différents, notamment le quartier de Baklandet.

## Astuces/Administratif

La Norvège ne fait pas partie de l'Union Européenne mais appartient à l'espace Schengen. Il est donc possible de s'y rendre avec seulement une carte d'identité. Cependant, l'archipel Svalbard ne fait pas partie de cette zone. Si vous prévoyez de voyager là-bas , il vous faudra un passeport.

Vérifiez bien la validité de votre carte d'identité car la Norvège ne reconnaît que celle-là et pas les éventuels allongements valables en France.

D'un point de vue légal, l'université vous demandera de vous enregistrer auprès de la police car vous restez plus de 3 mois. Ils vous détailleront toutes les démarches.

Niveau opérateur téléphonique, il peut y avoir des soucis comme chez SFR où le forfait est bloqué au bout de 3 mois à l'étranger et il passe en hors forfait. Donc renseignez vous bien sur votre forfait et ses possibilités. Tous les logements ont du wifi, c'est surtout pour les appels et à l'usage en extérieur. Communiquer avec Whatsapp évite de se faire facturer les messages ou les appels (en particulier si c'est des gens restés en France qui vous appellent) et utilise seulement des données.

Prévenir votre banque que vous partez pour une longue durée pour éviter qu'ils vous bloquent la carte. Renseignez vous aussi sur votre offre bancaire et si vous avez des frais à l'étranger, regardez les plafonds de paiement pour être sûrs de ne pas avoir de problèmes une fois là-bas.

---

Révision #2

Créé 29 juin 2024 22:34:49 par Estelle

Mis à jour 29 juin 2024 22:48:37 par Estelle