

# Norwegen

**Hauptstadt:** Oslo

**Bevölkerung:** ca. 4,6 Millionen

**Einreise für Deutsche:** Visumfrei für 3 Monate. Notwendig sind: jeweils mindestens für den geplanten Aufenthalt gültiger Reisepass oder Personalausweis, Rück- oder Weiterreisetickets und -papiere (oder Kfz) sowie ausreichende Geldmittel für den Aufenthalt.

**Sprache:** Norwegisch (ø entspricht ö, æ entspricht ä, å wird wie o gesprochen); Englisch wird in den größeren Orten verstanden und zum Teil auch gesprochen.

**Zeit:** Mitteleuropäische Zeit (MEZ - auch in Norwegen gilt die europäische Sommerzeit).

**Netzspannung:** 220 Volt Wechselstrom, in den Zügen 220 und 110 Volt Wechselstrom.

**Post:** Hotelrezeptionen, Geschäfte und Kioske verkaufen Ansichtskarten und Briefmarken. Luftpostsendungen nach Deutschland, Österreich oder in

die Schweiz sind zwei bis vier Tage unterwegs.

**Telefon:** Die Vorwahl von Deutschland, Österreich und der Schweiz nach Norwegen ist 0047, dann folgen die achtstelligen Teilnehmernummern; von Norwegen nach Deutschland wählt man 0049, nach Österreich 0043 und in die Schweiz 0041. Öffentliche Telefonzellen und Telegrafenamter stehen zur Verfügung. Die Telefonapparate akzeptieren 1-, 5-, 10- und meist auch 20-Kronengeldmünzen. Telefonkarten (telekort) sind zu 40, 90 und 140 nkr in Kiosken und in Postämtern erhältlich. In den Zellen kann man auch angerufen werden. Die Nummer steht in der jeweiligen Zelle. Auf dem Land besteht häufig die Möglichkeit, aus besonders gekennzeichneten Privathäusern zu telefonieren.

**Notrufnummern:** Feuerwehr 110, Polizei 112, Unfallrettung 113.

**Mobilfunk:** Netztechnik: GSM 900/1800 und UTMS. Derzeit gibt es Roamingverträge

mit Anbietern in Norwegen von E-Plus, O2, T-Mobile und Vodafone.

**Internet: Länderkürzel:** .no

**Währung:** 1 Norwegische Krone = 100 Øre. **Währungskürzel:** NKR, NOK, 1 EUR = 8,43 NKR (Stand: Okt.09)

**Geldwechsel:** In allen Banken und Hauptpostämtern kann Geld gewechselt werden.

**Öffnungszeiten: Büros:** Mo bis Fr 8/9-16 Uhr, im Sommer teilweise kürzer. **Geschäfte:** Es gibt keine festen Ladenschlusszeiten; üblich ist Mo bis Mi 9/10-16/17 Uhr (oft durchgehend geöffnet), Do und Fr 9-19/20 Uhr, Sa 9/10-13/15 Uhr. **Supermärkte:** Mo bis Fr 10-20 Uhr, Sa 10-18 Uhr. **Banken:** Mo bis Mi und Fr 8.15/9-15.30 Uhr (Do bis 17 Uhr). Im Sommer Mo bis Fr 8.15-15 Uhr. **Post:** Mo bis Fr 8/8.30-16/17 Uhr, Sa 9-13 Uhr.

**Gesundheit:** Landesweit besteht von April bis Oktober das Übertragungsrisiko von Borreliose/ Lymekrankheit durch

Zecken v.a. in Gräsern, Sträuchern und im Unterholz. Schutz bieten hautbedeckende Kleidung und insektenabweisende Mittel. Wer auf regelmäßige medizinische Betreuung angewiesen ist, sollte sich vorher über die bestehenden Möglichkeiten in einem dünn besiedelten Land informieren, dessen Gesundheitswesen in einigen Bereichen Engpässe hat.

**Kleidung:** Im Frühjahr und Sommer ist man mit westeuropäischer Kleidung gut beraten. Auf Regen sollte man sich jederzeit einstellen, besonders an der Westküste. Von Anfang Oktober bis Ende April ist warme Kleidung angebracht; Stiefel oder gefüttertes Schuhwerk sind absolut notwendig.

Norwegische Botschaft  
Rauchstraße 1, D-10787 Berlin  
Tel: (030) 50 50 50.  
**Internet:** [www.norwegen.no](http://www.norwegen.no)  
Mo-Fr 09.00-16.00 Uhr (tel. Anfragen). **Konsularabt.:** Mo-Fr 09.00-12.00 Uhr.  
**Generalkonsulat** in Hamburg und Leipzig.