

RAPORT Z POBYTU NA STYPENDIUM W RAMACH PROGRAMU ERASMUS +

ROK AKADEMICKI 2015/2016

- 1. Nazwa uczelni zagranicznej:** *Daugavpils Universitate*
- 2. Termin:** **03.02.2016 – 30.06.2016**
- 3. Kierunek studiów:** *Fizjoterapia*
- 4. Semestr studiów, na którym realizowany był wyjazd :** *semestr IV*
- 5. Dojazd:** *Możliwości dojazdu jest kilka. Do Warszawy dojechałam własnym transportem. Korzystałam zarówno z bezpośredniego połączenia Warszawa-Daugavpils jak i połączenia z przesiadką Warszawa-Ryga-Daugavpils. Koszt dojazdu(Warszawa-Daugavpils) bez przesiadki to 179 zł w jedną stronę. Koszt biletu z Warszawy do Rygi to 80 zł, a z Rygi do Daugavpils wraz z bagażem ok. 11 euro. Na stronie mlecznepodroze.pl często można znaleźć promocje na dojazd z Warszawy do Rygi. Jedyną firmą którą jeździ na Łotwę jest Ecolines. Bilety można kupić online. Jeśli kupi się w dwie strony ma się rabat 10%.*
- 6. Miejsce pobytu:** *Będąc w Daugavpils warto przejść się, bądź przejechać tramwajem (ok 50 centów bilet) nad jezioro, które jest niedaleko szpitala. Warto również odwiedzić kościoły, które tam są. Jeśli ktoś ma sporo czasu i lubi przebywać z dziećmi , warto udać się do Domu Polskiego. Dwa razy w tygodniu można chodzić na basen , który jest darmowy. Nie ma w Daugavpils wielu atrakcji dla studentów. Sklepów jest dość mało. Głównie zakupy robiłam w Maximie lub Rimi. Warto również pójść na lodowisko na halę sportową, która jest niedaleko akademika.*
- 7. Uczelnia:** *Uniwersytet mieści się w dwóch osobnych budynkach. Zajęcia miałam w obu. Uczelnia ma dużo nowoczesnego sprzętu do prowadzenia badań. Wykładowcy są pomocni i bardzo wyrozumiali. W razie jakichkolwiek pytań, bądź wątpliwości zawsze służyli nam radą. Z wykładowcami można porozumieć się w języku angielskim, łotewskim bądź niemieckim.*
- 8. Realizowane przedmioty i liczba ECTS:** *Ergonomia (3) , Niemiecki komunikacja (3) , Niemiecki gramatyka (3), Praktyka kliniczna (9), Podstawy genetyki(1.5), Neurologia(3), Angielskie podstawowy(3), Angielskie profesjonalny II (3), Metodologia(3), Żywnienie i środowisko(3) , Gimnastyka(3). Łącznie uzyskałam 37.5 ECTS.*
- 9. Warunki studiowania:** *Warunki studiowania do uzgodnienia z wykładowcami. Trzeba chodzić na zajęcia. Głównie zaliczałam przedmioty poprzez pisanie referatów w języku angielskim bądź przedstawianie prezentacji na wybrany przez wykładowcę temat.*
- 10. Warunki mieszkaniowe:** *Mieszkałam w akademiku(koszt 55 euro/ miesiąc). Jadąc tam warto zaopatrzyć się w farelkę i ciepły koc. Poszwy na pościel można dostać na miejscu za dodatkową opłatą. Warto wziąć poszewkę na poduszkę, koc, prześcieradło i ciepłą piżamę. W pokojach jest dość zimno. Warunki są średnie. W kuchni jest kilka lodówek i kuchenek, natomiast nie działa żaden piekarnik. Warto wziąć swoje naczynia. W akademiku jest internet natomiast działa bardzo wolno(rozmowy na skype graniczą z cudem). Ciepła woda jest w godzinach rannych od 8-10 oraz w godzinach wieczornych od 19-22. Jest możliwość wykonania prania , ale to kosztuje ok. 1,80 euro. Portierki mówią tylko w języku łotewskim bądź rosyjskim.*

11. **Pierwsze dni:** *Przed wyjazdem miałam kontakt z koordynatorem Erasmusa z Daugavpils jak i osobą, którą pomogła mi dotrzeć do akademika. W pierwszym tygodniu pobytu, byliśmy całą grupą w pubie Artilerijas pagrabi, by się bliżej poznać i spędzić ze sobą nieco czasu. Pierwsze dni były dość ciężkie, gdyż trzeba było załatwić sporo kwestii związanych z uczelnią tj. plan zajęć, zaliczenia. W kwestiach uczelni bardzo pomogła nam Pani Irena Kunicka, która zawsze służyła pomocą i dobrą radą. Dużym plusem jest to, że Pani Irena posługuje się językiem polskim.*
12. **Koszty utrzymania:** *Koszt akademika to 55 euro miesięcznie. Koszty życia to 200-250 euro przy regularnym gotowaniu obiadów(bez jedzenia na mieście).*
13. **Życie studenckie:** *Warto pójść do klubu Taller oraz do pubu Artilerijas pagrabi. Jeśli ktoś lubi cięższe brzmienie to może śledzić stronę Artilerijas na facebooku, gdyż organizują koncerty. Co jakiś czas na hali organizowane są mecze hokeja(dla zainteresowanych).*
14. **Adaptacja kulturowa:** *Rdzenna ludność posługuje się niechętnie językiem angielskim, toteż dobrze jest znać chociaż rosyjski.*
15. **Dodatkowe sugestie:** *Warto zainwestować we własny internet. W związku z tym, iż nie ma tam zbyt wielu atrakcji dobrze jest wziąć ze sobą kilka książek.*
16. **Ocena**
17. *Ocena merytoryczna uczelni: 4
Ocena ogólna pobytu: 4*
18. **Kontakt:** *email: karolina.myslek95@wp.pl*

Niniejszy raport ma charakter subiektywny i jest adresowany wyłącznie do studentów PWSZ w Koszalinie w celu ułatwienia im organizacji pobytu na wymianie w ramach programu Erasmus +. Zostanie udostępniony studentom na stronie www PWSZ w Koszalinie.