

## RAPORT Z POBYTU NA STYPENDIUM W RAMACH PROGRAMU ERASMUS +

### ROK AKADEMICKI 2014/2015

1. **Nazwa uczelni zagranicznej:** Daugavpils University
2. **Termin:** 02.02.2015-30.06.2015
3. **Kierunek studiów:** Wychowanie fizyczne, specjalizacja Odnowa Biologiczna
4. **Semestr studiów, na którym realizowany był wyjazd :** *semestr IV zimowy*
5. **Dojazd:** Dotarcie do miasta zajmuje dość sporo czasu trzeba również brać poprawkę na opóźnienia autokaru jak i pociągu. Bezpośrednio do Dyneburga możemy dostać się jedynie firmą przewozową Ecolines, która w gruncie rzeczy nie jest droga a bilety możemy nabyć na ich stronie internetowej. Przy wyborze biletów w obie strony otrzymać można również zniżkę na bilet powrotny dzięki czemu oszczędzamy 20% sumy całkowitej. Czas i dzień wyjazdu możemy zmienić 2 razy poprzez stronę Ecolines gdzie musimy wpisać numer i hasło znajdujące się na bilecie. Jest również możliwość wyjazdu z Poznania firmą Simple lecz dotrzeć możemy stamtąd jedynie do Poniewieża bądź Wilna na Litwie, skąd można znaleźć bus który kieruje się na Dyneburg, osobiście nie polecam ze względu na to, że bez znajomości języków inny niż Polski trudno będzie zorientować się skąd taki może wyjechać i o której. Autokar Ecolines wyjeżdża z Warszawy Zachodniej codziennie o tej samej godzinie 6.15 pomijając weekendy. Niestety czy to wyjazd czy powrót musimy odbyć około godzinną przesiadkę w Kownie na Litwie. Tam polecam zajść do kawiarni która znajduje się na terenie dworca gdzie można poczekać spokojnie z bagażem na następny autokar racząc się nie aż tak dobrą, lecz jednak ciepłą kawą i nie tylko. Przy powrocie należy zwrócić uwagę na dzień wyjazdu jak i godzinę, ponieważ w niektóre dni można można trafić na 4 godzinną przesiadkę (niestety mi się tak trafiło) co powoduje wydłużenie się drogi i zamiast w Warszawie być o 21 dotrzemy na 23-24. Trzeba również brać poprawkę na sam czas odjazdu, na biletach znajdują się wspomniane kody i numery seryjne biletu a także numery telefonu na który można wysłać sms by sprawdzić czy autokar na pewno pojawi się o wyznaczonej godzinie. Nam niestety wcześniej nie wpadło to do głowy przez co spędziłyśmy 3h na dworcu w oczekiwaniu na autokar. Co chodzi o samą jazdę autokar jest dość nowoczesny można posłuchać muzyki, obejrzeć film jak i wygodnie w miarę możliwości się rozsiąść. Polecam by rezerwować siedzenia na drugim piętrze przed oknem na przodzie , ponieważ znajduje się tam więcej miejsca. Stewardessa autokaru która przyjmuje bilety (najpierw do niej zgłaszamy się z biletem po podpis dopiero idziemy z bagażem na tył pojazdu) w Warszawie zazwyczaj mówi po angielsku, niestety po przesiadce większość nie zna ani angielskiego ani Polskiego, więc jeżeli znasz rosyjski masz szczęście.
6. **Miejsce pobytu:** Na wstępie omówię akademik. Miejsce wyglądem nie robi dobrego wrażenia, ze względu na to, że jest to stary budynek. Miła Pani portier na wstępie zapyta się co potrzebujesz, prześcieradła, poduszki itp. które następnie zanotuje w kajeciku do zwrotu. Niestety mimo że była ostra zima kołdry nie dostałam, ponieważ ich tam nie posiadają dlatego polecam uzbroić się w trzy koce od tej Pani. Zapomniałam dodać, że owa kobieta nie umie angielskiego więc jedyną opcją dojścia do porozumienia jest osoba która jako ochotnik z Uczelni pomoże w doprowadzeniu Cię do owego budynku jak i podpisania umowy itp. Niestety gdy ja dotarłam do pokoju okazało się, że jest tam na tyle zimno by nie musieć

chować niczego do lodówki. Aktualnie jednak piętro dla osób z wymiany zostało odremontowane czyli zostały wmontowane plastikowe okna. Mimo wszystko jednak jeżeli ktoś wybierze się tam w okresie zimowym polecam uzbroić się w jakąś farelkę. Sam pokój jest dość przestronny, łóżka wygodne a „szafy” posiadają dużo wolnego miejsca. Dyneburg nie posiada zbyt wielu atrakcji. Głównymi miejscami do których można się udać się wieczorem jest Pub Artilerijas PAGRABI który osobiście polecam. Można tam spotkać wielu młodych ludzi wielu pochodzeń, ponieważ jest to miejsce typowo studenckie. Więc jeżeli lubisz typową muzykę rockową jak i dobre koncerty tamtejszych muzyków jest to odpowiednie miejsce dla Ciebie. Jeżeli natomiast lubisz spędzać czas aktywnie, to polecam dwa razy w tygodniu basen który jest dostępny za darmo w pobliskim sport kompleksie we wtorki i czwartki między 15-17. Przemieszczać po mieście można się tramwajami jak i autobusami. Ja poruszałam się po mieście głównie pieszą bądź tramwajem. Bilety tramwajowe mieszczą się w cenie kilkunastu centów a nabyć je można jedynie u Pani która jest zarazem kasjerką jak i kontrolerem. Miejsca które możesz zwiedzić jest przybrzeżna starsza część miasta gdzie znajduje się również muzeum. Natomiast co chodzi o podróż za miasto warto ruszyć tramwajem nad tamtejsze jezioro gdzie można również spędzić miło czas przy grillu. Co chodzi o supermarkety w pobliżu akademika znajdują się markety Rimi oraz Maxima, ich oferty nie różnią się aż tak bardzo więc nie sprawiało mi różnicy do którego się wybieram. Polecam jednak wyrobić sobie w owych marketach karty dzięki którym można przyszczędzić.

7. **Uczelnia:** Uczelnia spodobała mi się najbardziej. Dzieliła się ona na kilka budynków. W jednym największym można znaleźć stołówkę w której można zjeść dobry domowy obiad w przystępnej cenie. Znajduje się tam również punkt ksero. Budynek przystosowany jest również dla osób niepełnosprawnych co moim zdaniem jest ogromnym plusem. Jedynym minusem który dostrzegłam jest problem z ogrzewaniem, podczas zajęć w okresie zimowym siedzieć trzeba było w kurtkach by nie przymarznąć. Na wyjeździe poznałam wielu młodych ludzi innego pochodzenia. Byli to Słowacy, Hiszpanka, Ukrainka, Turczynki, Litwini, Belgijka, Amerykanów, Niemców, Francuzów, Macedończyka. Z niektórymi utrzymuje kontakt do tej pory.
8. **Realizowane przedmioty i liczba ECTS:** Lekkoatletyka (3pkt. ECTS)- Wykładowca tego przedmiotu był wyjątkowo bardzo miły i przyjaźnie nastawiony, zapewne ze względu, że prawidłowo ze sobą nie rozmawialiśmy. Ja niestety Łotewskiego nie rozumiałam a Pan angielskiego. Mimo wszystko do porozumienia dochodziliśmy i samo zaliczenie nie sprawiło mi żadnego problemu. Metodyka wychowania fizycznego (3pkt. ECTS)- Wykładowca Pan Sergiej bardzo przyjemny, to on głównie pomagał mi i mojej koleżance w sprawach formalnych jak przydzielenie przedmiotów i planu. Język niemiecki (6pkt. ECTS)- był to przedmiot podzielony na część praktyczną i teoretyczną którą zdawało się również w takim podziale. Niestety głównym minusem jest brak możliwości porozumienia się z nauczycielem. Wykładowczyni ta nie zna angielskiego. A tłumaczenie komuś zasad gramatyki niemieckiej po niemiecku niestety nie sprawdza się tak dobrze, jak w moim przypadku. Komunikacja pod względem prac domowych bądź ewentualnych zaliczeń moim zdaniem była bardzo utrudniona.
9. **Warunki studiowania:** Zajęć w moim przypadku nie było aż tak dużo. Sporo czasu wolnego, konkretne zajęcia w danych dniach pozwalały na zaplanowanie sobie całego tygodnia. W razie jakichkolwiek problemów wystarczyło skontaktować się z miejscową koordynatorką Inesą.
10. **Warunki mieszkaniowe:** Budynek akademika jest starszego budownictwa, z czasem jednak można było się do niego przyzwyczaić. Pokoje w miarę odnowione lecz dalej głównym minusem mieszkania w nim było słabe ogrzewanie. Drugim zaś możliwością kąpieli jedynie w godzinach porannych 6-9 oraz wieczornych 20-22, ponieważ tylko wtedy była ciepła woda.
11. **Pierwsze dni:** Na uczeniu przyjęto mnie ciepło i ze wszelkimi uprzejmościami. Osoby odpowiedzialne za oprowadzenie mnie po okolicy były zawsze skore do pomocy i odpowiedzi na wszelkie pytania bądź wątpliwości.

12. **Koszty utrzymania:** W moim przypadku cała suma przeznaczona na wyjazd otrzymana z programu Erasmus+ została wykorzystana w pełni.
13. **Życie studenckie:** Życie studenckie nie różni się zbyt wiele od naszego w Polsce, można spotkać wiele pubów klub studencki i parę innych klubów. Mi niestety nie wpadła w ucho miejscowa muzyka typu POP z racji tego, że jest śpiewana po łotewsku bądź rosyjsku. Miejscowy klub studencki posiada wiele imprez tematycznych w których moim zdaniem warto wziąć udział.
14. **Adaptacja kulturowa:** -
15. **Dodatkowe sugestie:** -
16. **Ocena 4**  
Ocena merytoryczna uczelni: 4  
Ocena ogólna pobytu: 4
17. **Kontakt:** *luizka19937@gmail.com*

*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.*