

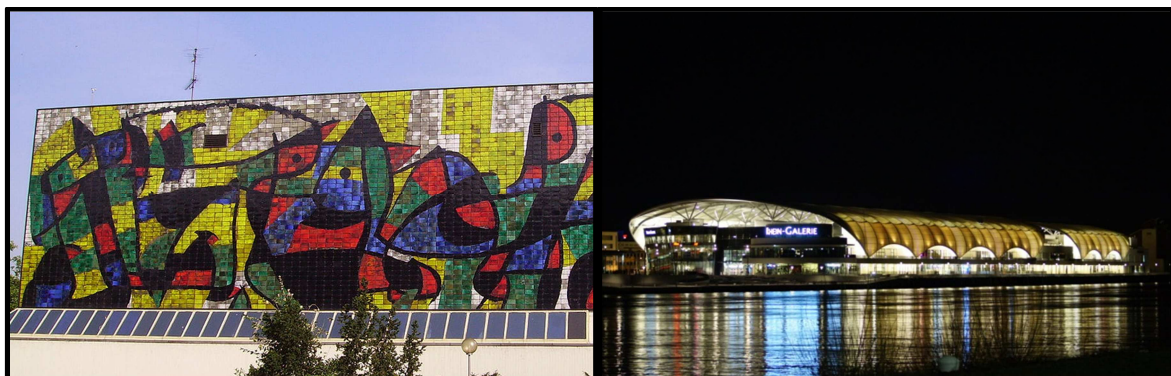
Németország, Ludwigshafen 2011. Őszi szemeszter:

Az Erasmus által elnyert ösztöndíjamat a Németországi Liudwigshafen városában töltöttem el. A város szerves része, az igen híres Rheiland Pfalz tartománynak. Szomszédos városával Mannheimmel és a nagy történelmi múltú Heidelberggel együtt kiváló lehetőséget nyújt a tanulásra, akár csak a kikapcsolódásra. A régiót kiváló borvidékek jellemzik, mivel a napsütéses órák száma itt a legnagyobb, szinte sosem esik hó télen. Ludwigshafen alapvetően egy ipari város, ezt már megérkezésedkor érezni fogod, ahogyan körbenézel. Sok-sok üzlet, sétálóutca a városközpontban, a Rajna mentén gyárak, teherhajók és konténerek. A csendes, zöld övezet a város külső részén található, érdemes kilátogatni ezekre a területekre, ha időd engedi.

A Ludwigshafenben és a környező régióban nagyon magas szinten folyik az oktatás. A Fachhochschule Ludwigshafen am Rhein-nak több gyakorlati lehetőségeket széles körben kínáló céges kapcsolata van (PWC, Deloitte, KPMG-vel). A régió egyik legkiemelkedőbb üzleti iskolája.

Ludwigshafen szomszédos városának Mannheimnak hatalmas egyeteme van, gyönyörű tradicionális német épülettel, és magas színvonalú oktatással, a hallgatók mind tudják, ha ezt az egyetemet választják nem lesz könnyű dolguk.

Németország csodálatos. Jó hangulatú emberek, sok vidámság, tengernyi mennyiségű fesztivál, fényekben ragyogó karácsonyi vásárok az utánozhatatlan ízű lebkuchennel és mulled wine-al, finom sörök (kb. 5000 különböző márka van), jó minőségű borok, utánozhatatlan ízű sültkolbászok (weiß wurst édes mustárral) és a mindig friss, ropogós péksütemények jellemzik. Különösen ajánlom ezt az országot, kiváltképp Ludwigshafen területét azoknak akik szeretnek sokat kirándulni, utazni, élvezni a természetet. A hely tömegközlekedési lehetőségei kiválóak. A félév során mindenkinek ajánlatos megvásárolni egy Semester ticketet, ez 138 Euróba került. Ezzel a félévre szóló jeggyel bárhová ingyenesen elutazhat az ember a VRN tömegközlekedési társaság hálózatán belül, akár Würzburgig is, amely már Bajorország határa. Valamint a Németországi Deutsche Bahn sok egyének és csoportok számára is kedvezményt nyújt lehetőségeket ajánl, érdemes ezeket kihasználni. Ha többen kirándultok éljetez bátran a csoportos kedvezmény lehetőségével, Ludwigshafentől Frankfurtig vagy akár Stuttgartig már 10 Euróból el lehet jutni.



Franciaország 2 órányi távolságra van tömegközlekedéssel Ludwigshafentől, ide is sok Erasmusos hallgató társam ellátogatott, mivel Párizs kihagyhatatlan. Az iskola által szervezett utolsó kirándulásunkon is Franciaországban jártunk Strassbourg városában, ahol ellátogattunk az Európa parlament, betekintheztünk annak egy mindennapjába, hogyan is történik ott egy szavazás. Nagyon izgalmas, egy életre szóló élmény volt.

Én személy szerint jártam még Nürnbergben, Kölnben, Frankfurt am Mainban(ide az iskola is szervez kirándulást), Stuttgartban, Bad Wimpfenben, Kaiserslauternben, Heidelbergben, Bad Dürkheimben.



Mivel Ludwigshafen viszonylag kis németországi városnak mondható, így ez a szolgáltatások áraiban is tükröződik egy kicsit. A szálláslehetőségek például olcsóbbak, mint a szomszédos Mannheim városában, így az emberek többsége inkább ebben a városban választ lakást. Az élelmiszerek, éttermek árai egységesnek mondhatók egész Németországban. A választék igen nagy, mivel a világ 4-dik legjobban működő gazdasági országáról beszélünk. Az ember mindent megtalál amire szüksége van, és a legjobb, hogy ezt magas minőségben. Magyarországgal összehasonlítva természetesen jóval drágább ország, de mint gondolom mindenki tudja, ott az emberek fizetése is más, viszont ha már például egy Franciaországhoz, vagy Hollandiához hasonlítja az árakat az ember nagyon is élhető a német „vidék”. Az itt eltöltött idő alatt arra lettem figyelmes, hogy az alapvető termékek (kenyér, péksütemények, felvágottak, tésztafélék stb.) ára olyan 2-3 Euró körül mozog, természetesen a zöldség és a gyümölcsfélék drágábbak. Azonban ezeket, helyi termelőktől is be lehet szerezni, sokszor olcsóbb áron mint a boltokban. Ludwigshafenben például a Berliner Platz közelében, (ez a városközpont, itt futnak össze a villamos vonalak) minden délelőtt a helyi termelők tartottak egy kis zöldség és gyümölcs piacot, ahol friss áruval várták a vevőket. Mannheimben, a szomszédos városban is, minden szombaton nyitva áll a piactér a vásárlók számára.

A szálláslehetőségek, a kollégium ára viszonylag közép kategóriának mondható, ha a többi Európai országot nézzük. Megközelítőleg 225 Eurót kell havonta a szállásért fizetni. Étkezési lehetőségek jók a diákok számára a városban, több étterem is kínál diákkedvezményeket a hallgatók számára, diákigazolvány felmutatása ellenében. Az iskola menzáján egy menü 1,80 Euróba került. Ez egy nagyon jutányos ár, ha az nézzük, hogy ez tartalmaz egy levest, egy főételt, egy salátát és valamilyen desszertet. A vegetáriánusokat külön menüvel várják itt.

Sajnos én nem sűrűn tudtam itt étkezni, mivel laktózérzékeny vagyok, az éttermek viszont nem készítenek, kínálnak külön ilyen laktózmentes ételeket a hallgatók számára. Ezek a helyek, a főételek mellé gyakran adnak különféle tejszínes szószokat, a desszert pedig az estek 80%-ban mindig valami, tejszínes vagy joghurtos különlegesség. Így nekem a menzán való étkezés teljesen kizáródott, maradt a kollégiumban főzők magamra változat. Megjegyzendő, hogy a liszt és tojás érzékenyekre sem gondolnak külön. Viszont nagy pozitívum volt, hogy az iskola menzáján lehetett külön kapni gyümölcssalátát, gyümölcsöket, és még laktóz mentes joghurtot is árultak.

Aki szeretne ide kiutazni annak mindenképpen ajánlom a következőket. Ha abszolút nem beszéled a németet, érdemes a kiutazásod előtt egy gyors kurzusra beiratkozni, mivel itt nincs lehetőség EILC tanfolyamra. Nagyon megkönnyíti az ember életét, ha egy kicsit is tud németül, ezt saját tapasztalatként mondom, én kiutazásom előtt csak másfél hónapot tanultam/heti 2 órában, de nagyon sokat jelentett. Sokkal könnyebben meg fogsz érteni mindent és mindenkit kint, és az emberek is nagyobb segítőkészséggel fordulnak feléd, ha tudsz egy kicsit németül. Természetesen mindenki, szinte az összes korosztály nagyon jól beszéli az angolt, tehát akkor se ijedj meg ha csak angolul beszélsz. A város nagyon nemzetközi. Nagyon sok külföldi hallgató van, aki a Fachhochschule Ludwigshafen am Rhein-on szeretne tanulni, ezért is iratkoznak ide be.

Fachhochschule Ludwigshafen am Rhein, az alkalmazott tudományok iskolája. Kiváló üzleti iskola címének örvend, ezért is ilyen kedvelt nem csak a külföldi, de a német hallgatók körében is. Rengeteg angol, és német nyelvű kurzus található a marketing, a logisztika, az auditálás és adózás, a minőségirányítási ismeretek és a humán erőforrás menedzsment és szervezés területén egyaránt. Az iskolában a hallgatóknak lehetőségük nyílik még többféle szinten tanulni az angolt, németet, orosz, arabot és spanyolt. Különlegessége az iskolának, hogy van egy Ostasieninstitut karja, ahol különböző ázsiai nyelveken folyik az oktatás. Én a kurzusaimat angol nyelven hallgattam.

Disabled támogatás, egyenlő esélyekkel az Erasmus program ideje alatt:

A Tempus Közalapítvány által meghirdetett Erasmus tartósan beteg és fogyatékkal élők kiegészítő támogatását 13 éves korom óta fennálló Lactose (tejcukor és tejfehérje) intolerancia betegségem miatt pályáztam meg. Sajnos tüneteim és panaszaim az évek során nem csökkentek, mint azt a kiutazásom előtt kórházban elkészített laktóz terhelés is mutatta, így maradt a tej és tejtermékek, nagy mennyiségben laktózt tartalmazó élelmiszerek fogyasztásának kizárása az életemből.

Laktóz érzékenységem arra késztetett kint tartózkodásom alatt is, hogy speciális alapanyagokkal készülő ételeket fogyasszak, amelyek persze többletköltségeket vonzottak maguk után. Sajnos az iskolai menzán nem tudtam étkezni a fent említett dolgok miatt.

Speciális laktóz-mentes, szója termékeket kellett vásároljak Ludwigshafenben: szója joghurtot, szójatejet stb. Ezek megvásárlásával mindig el tudtam készíteni a megfelelő ételeket. Ehettem főzelékféléket, ehettem reggelente múzlit tejjel (igaz csak szójással), szójajoghurtot. A támogatás nagy mértékben hozzásegített ahhoz, hogy ne jelentsen gondot számomra a különböző kalciumot tartalmazó pezsgőtabletták megvásárlása, valamint gyümölcsökkel és zöldségfélékkel próbáltam pótolni a szervezetem számára szükséges a tejben/tejtermékekben meglévő vitaminokat.

Megjegyzendő, hogy a németországi kint tartózkodásom alatt azt tapasztaltam, ők azért sokkal jobban fel vannak arra készülve, az éttermeket leszámítva, ha valaki laktózérzékeny. Szinte mindegyik nagyobb szuper vagy hipermarketben lehetett kapni valamilyen laktóz vagy szója készítményt. 2-3 Euróba kerül egy ilyen termék. Az ilyen termékek megvásárlásakor személy szerint én a Real-t kedveltem a legjobban, viszonylag széles volt a választéka az ilyen termékekből. Ez a szupermarket Ludwigshafen központjában a Berliner Platz-hoz közel lévő Walzmühle-ben található.

Találsz még Mannheimben is biztosan, olyan üzletet ahol meg tudod vásárolni ezeket a termékeket. Az Alnatura márkának, külön üzlete található ott, nem messze a vasútállomástól.

Szeretném megköszönni, hogy megkaphattam ezt a támogatást, nagy anyagi segítség volt számomra, hogy a többletkiadásaimat nem érezelhettem olyan mértékben, mintha önálló, vagy a családom költségvetéséből kellett volna kigazdálkodnom. Az Erasmusos ösztöndíjamat hasonló módon használhattam fel, mint társaim. Köszönöm!

Jó tanács még kiutazóknak: Érdemes a fogadó intézményed koordinátorától is érdeklődni, hogy hátha ők is tudnak valami kedvezményt nyújtani szállásban stb. Illetve helyekről, hol tudod beszerezni a számodra speciális élelmiszereket, hiszen nem csak neked lehet ilyen problémád. Biztosan szívesen segítenek majd neked!

Készítette: Antal Andrea