

06|kurier

am FTSK Germersheim

Ausgabe:
2024

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort | 3 |
| Kaffee und Kuchen | 4 |
| Brownie - fast so süß wie du | 6 |
| Eisbade-Buddies | 7 |
| Germersheimer Einkaufswagen - Zodiac Signs Edition | 12 |
| Rentiere, Nordlichter und Zimtschnecken - Auslandssemester in Finnland | 15 |
| Sagen Sie jetzt nichts. - Ein Interview mit Marta Stoinska | 21 |
| Impressum | 26 |

Vorwort

Liebe Festgemeinde,

wir haben uns hier versammelt, um die Geburt, die Erschaffung, das In-Erscheinen-Treten des neuen Unikuriers zu feiern. Lang und sehnsüchtig haben wir auf diesen Tag gewartet und sind überaus froh, nun endlich diese neue Ausgabe mit euch teilen zu können. Hart haben wir daran gearbeitet, Blut und Tränen vergossen und im Schweiß unseres Angesichts dafür gesorgt, dass ihr ein paar Stunden Unterhaltung genießen könnt.

Um im dunklen Germersheimer Winter nicht zu verzagen, versüßen wir euch in dieser Zeitung die Laune mit einem leckeren Rezept und stillen euer Fernweh mit einem Artikel über ein Auslandssemester Finnland, der dafür sorgen wird, dass ihr die Nordlichter regelrecht vor eurem inneren Auge erspähen könnt. Die Adrenalin-Junkies unter euch werden nicht zu kurz kommen, denn auch einen Eisbade-Guide haben wir parat, falls es euch noch nicht kalt genug ist. Und wisst ihr gar nicht weiter, so müsst ihr wohl das Germersheimer Einkaufswagen-Horoskop befragen. Wahre Weissagung garantiert.

A propos weise: In dieser Ausgabe verabschieden wir uns außerdem gebührend von unserer ehemaligen HoPo-Referentin Marta Stoinska. An eurer Stelle würden wir das ungern missen, lest also diesen Kurier bis ganz zum Schluss. Es lohnt sich!

Habt ein wunderbares Wintersemester, am besten ohne Winterdepressionen, und genießt die Zeit. So jung kommen wir nicht mehr zusammen!

GaLiGrü,

Eure Redaktion

KAFFEE & KUCHEN

DER PFEILER DER DEUTSCHEN KULTUR

Ich bin jetzt mal ehrlich: Es gibt einfach zu wenig gemütliche Traditionen in Deutschland. Fasching – stressiges Saufen; Oktoberfest – stressiges und überfülltes Saufen; Kirwa/Kirchweih – lautes Saufen. Zum Glück gibt es diese eine Tradition, diese eine Sache, deren einzige Aufgabe es ist, es sich gemütlich zu machen und mal was zu gönnen: Kaffee und Kuchen.

Es ist ein Wunder, dass in einer so hektischen Gesellschaft wie der deutschen ein so gemütliches Konzept überhaupt Einklang gefunden hat. Aber auch die gestresstesten Deutschen nehmen sich die Zeit für ein wenig Kaffee und Kuchen. Bei jedem Besuch bei älteren Deutschen kann man darauf vertrauen, dass man ein leckeres Stückchen Kuchen und ein warmes, koffeiniertes Getränk angeboten bekommt. Und wer bin ich, dass ich so ein Angebot abschlagen würde? Auch alleine habe ich die Gewohnheit entwickelt, am Wochenende ein wenig Zeit für Kaffee und Kuchen beiseitezulegen.

Wenn man trinkt und gleichzeitig isst, bleibt da wenig Zeit, um noch nebenbei zu arbeiten. Man muss die Hände vollständig den Leckereien widmen. Das zwingt einen regelrecht dazu, die Verpflichtungen zur Seite zu legen und sich einfach zu erlauben, ein wenig den Geschmack auf der Zunge und den Moment zu genießen. Dabei geht es beim Kaffee und Kuchen nicht um den Kaffee und tatsächlich auch nicht um den Kuchen, es geht um Entspannung, sich gönnen und einfach mal den Alltag und die Verpflichtungen ausblenden. Das macht man am besten in dem man sich ein leckeres Getränk seiner Wahl und einen kleinen leckeren Snack gönnt. Dazu nimmt man sich einfach eine kleine Pause vom Alltag. Tee und eine Mandarine? Kakao und Eis? Milch und ein Nutellabrot? Alles Kaffee und Kuchen, wenn man das richtige Mindset hat. Man kann das alleine, mit seinen Gedanken, einer kleinen Ablenkung oder mit Freunden genießen. Das Einzige, was auf keinen Fall dabei sein darf: Sorgen!

Sogar am FTSK merkt man, wie wichtig eine kurze Auszeit ist: Die lokalen Cafés füllen sich nachmittags mit tratschenden Studis sowie Dozierenden und ohne die Cafeteria am Campus würden wahrscheinlich einige ihren akademischen Alltag nicht meistern können. Es gibt wenige Orte, die in Germersheim so beliebt sind wie die Cafés in der Innenstadt und diese haben ihren Ruf mehr als verdient!

Deswegen lautet mein Appell an euch: Wenn ihr nun den Kurier fertiggelesen habt, geht in die Küche, macht euch ein leckeres Getränk und nehmt euch einen kleinen Snack. Nehmt euch eine kleine Auszeit. Ihr habt es euch verdient.

MARTA



Ihr habt eventuell auf einmal Lust auf Backen bekommen?

Da dann hurtig hurtig:

Auf der nächsten Seite findet ihr ein leckeres Rezept zum Nachbacken!

Brownie

EAST SO SÜSS WIE DU

aka das beste Brownierezept falls das mit dem Studium doch nicht klappt, sodass du dich damit für den MasterChef bewerben kannst.

Zutaten

1 Süßkartoffel (etwa so groß wie deine Überraschung nachdem du zum ersten Mal gesehen hast, dass Germersheim ca. 100 km von Mainz entfernt ist)

200 g Erdnussbutter (je mehr desto besser, du hast es verdient)

150 ml Kokosöl (so flüssig wie deine letzte Verdolmetschung)

150 ml Hafermilch (gut für das Herz)

100 g Zucker/Zuckerersatz (nicht zu viel, du bist süß genug)

350 g Mehl (be wild: alle Mehlsorten erlaubt)

50g Kakaopulver (nicht vergessen, ziemlich wichtig)

1 TL Backpulver (nicht zu verwechseln mit Kletterkreide)

1 Prise Salz (die Geheimzutat)

1 Prise Liebe (die echte Geheimzutat)

Zubereitung

Die Süßkartoffel schälen, in kleine Stücke schneiden, kochen oder backen, abkühlen und mit den anderen Zutaten mischen. Alles pürieren. Wenn der Teig zu zäh oder zu flüssig ist, mehr Milch oder Mehl hinzufügen.

Warten, bis der Teig aufgegangen ist oder du gar nicht mehr abwarten kannst. Für 40 Min. bei 180 °C im vorgeheizten Backofen oder bei hitzefrei im Neubau backen. Brownie soll mindestens so gut aufgehen wie du am FTSK. Et voilà! Jetzt kannst du noch nachschauen, wie man „pürieren“ in allen deinen Sprachen sagt und du bist bereit, deine Kreation zu genießen.



ENJOY!

Eisbade-Buddies

Der weltberühmte Trend, bei dem man sich bei Minusgraden in Schwimmsachen in jegliches Gewässer setzt, ist in Germersheim angekommen. Im Wintersemester ist Eisbaden hier am FTSK sogar ein Kulturkurs. Wir durften vom berühmten Tom Klotzsche lernen, wie man die Kunst dieser meditativen Wassersportart beherrschen lernt und sind bereit, unser Wissen mit euch zu teilen.

Ihr seid neugierig? Sehr gut, lest weiter!

Wie man sich auf das erste Mal im winterlich kühlen Nass vorbereitet, was man braucht, um diese Wikinger-Momente im Alltag zu erleben, und welche Tipps es dafür gibt, das alles findet ihr hier.

Wie ihr euch vorbereitet:

Um die Eisbade-Erfahrung langsam anzubahnen und euch vorzubereiten, könnt ihr anfangen, euch kalt zu duschen, beginnend bei den Füßen und langsam über Beine, Arme, Rücken und Kopf (wenn ihr möchtet).



Wenn es dann ans Baden in freier Wildbahn geht, so bahnt auch dies langsam an. Beginnen kann man beispielsweise im Oktober, wenn das Wasser noch nicht eiskalt ist. So kann man sich herantasten an immer kälteres Wasser.

Die Eisbade-Experience ist bei schönem Wetter etwas cooler, bei Regen oder Schnee ist es empfehlenswert, Plastiktüten mitzunehmen, um eure Sachen regendicht zu verstauen und darauf zu achten, dass die Klamotten nicht nass werden.

Bevor es ins Wasser geht, empfiehlt es sich, vorher ein paar Atemübungen zu machen, um sich einzustimmen und sich auf sich selbst zu fokussieren. Solltet ihr merken, dass euch bereits bevor ihr ins Wasser geht sehr kalt ist, so bewegt euch etwas, um euch ein wenig aufzuwärmen.

Der ultimative Trick: Tragt eure Badesachen unter euren normalen Klamotten, so seid ihr gleich startklar.

**Eisbaden im Rhein
Ist wie ein Kuss des Wassers
Kribbelnd im Körper.**

Nach dem Eisbaden:

Ihr seid raus aus dem Wasser? Klopfet euch auf die Schulter, ihr könnt stolz auf euch sein, das durchgezogen zu haben! Genug geklopft, trocknet euch ab und auf in die warmen Klamotten, zieht vielleicht sogar ein paar Schichten mehr an, als ihr davor anhattet, und bewegt euch eine Runde. Ein heißes Getränk ist definitiv eine gute Sache.



Es kann sein, dass euch direkt nach dem Eisbaden erstmal warm wird, aber nicht erschrecken, wenn einem lange danach immer noch kalt ist. Das ist von Person zu Person unterschiedlich.

Es ist normal, dass ihr in Füßen und Händen nach den ersten Malen Eisbaden erstmal ein paar Minuten nicht so viel Gespür haben werdet. Aber keine Sorge, das kommt schnell wieder.

Ratsam ist es, 30 Minuten zu warten, bevor man sich warm oder heiß duscht. Das beansprucht eure Gefäße sonst sehr und kann auch etwas wehtun. Macht eine Pause mit einer Wärmflasche in eurem Bettchen, oder wo ihr wollt, Hauptsache im Warmen. Es kann sein, dass ihr danach erstmal sehr erschöpft seid und vielleicht sogar einen Power-Nap braucht. Gönnet euch eine Pause, wenn ihr nicht sofort danach an der Uni wieder einen Kurs habt.

Warum solltet ihr denn jetzt Eisbaden gehen?

Erforscht ist, dass Eisbaden das Immunsystem stärkt und stressreduzierend wirkt. Wenn ihr euch regelmäßig dieser Kälte aussetzt, so landet der Stress im Wasser und ist aus euch raus. Zusätzlich gewinnt ihr Vertrauen in euren eigenen Körper. Außerdem kann Eisbaden wie Meditation sein. Dadurch, dass ihr euch nur auf euch, euren Körper, das Wasser und eure Atmung fokussieren könnt, könnt ihr zur Ruhe kommen und dem Gedankenstrudel des Alltags entkommen. Das beste Gefühl ist, wenn ihr merkt, wie euer Körper Glückshormone ausschüttet und ihr einen regelrechten Euphorie-Schub habt und einfach lachen müsst.

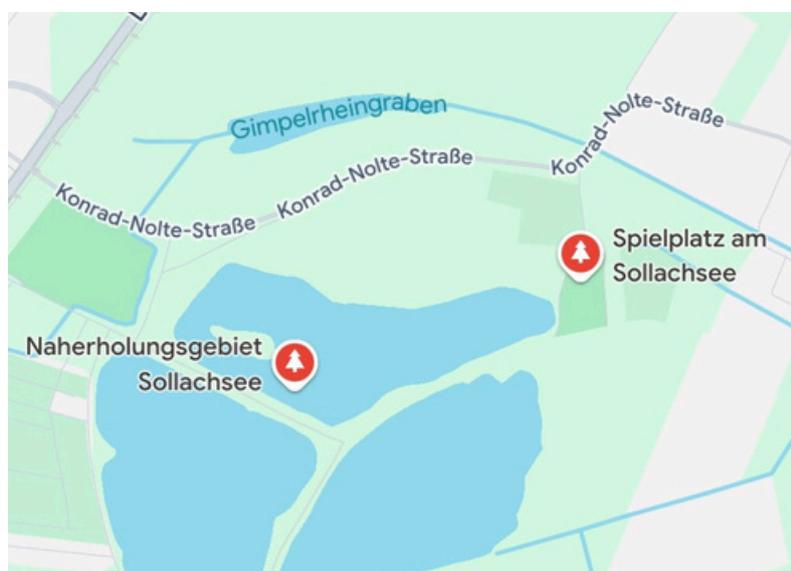
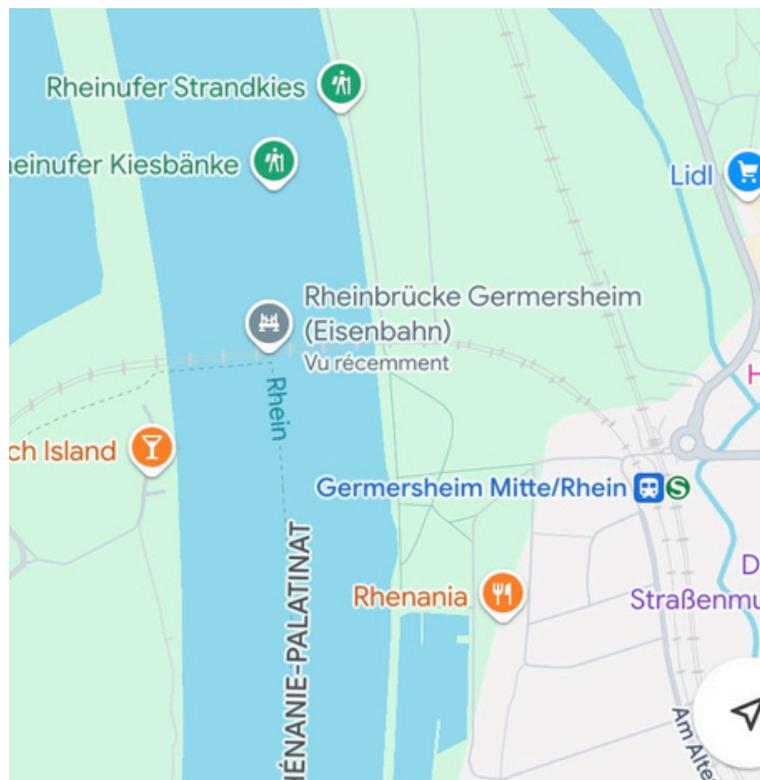
Wann ihr nicht Eisbaden gehen solltet:

Wenn ihr Kreislaufprobleme habt oder krank seid, macht eine Pause und lasst das Eisbaden lieber sein, bis ihr wieder ganz gesund seid und euch komplett wohlfühlt. Auch wenn ihr lange krank wart, so wartet lieber eine Runde, bis ihr das nächste Mal ins kalte Wasser geht. Euer Immunsystem wird durch das Eisbaden gestärkt, doch kann nur gestärkt werden, wenn ihr gesund seid. Wenn es eh schon geschwächt ist, solltet ihr euch dieser Kälte nicht aussetzen.

Wo ihr Eisbaden gehen könnt:

Ob See, Fluss oder Bächlein, alle Gewässer sind geeignet. Beachtet nur, dass sich die Eisbade-Experience in einem Fluss wegen der Strömung kälter anfühlt. Obacht vor Schiffen, Seevögeln und Hochwasser!

In und um Germersheim können wir am Rhein eine Stelle nahe der Rheinbrücke empfehlen, wo die Strömung durch eine kleine Einbuchtung weniger stark ist. Auch die Baggerseen der Gegend, zum Beispiel den Sollachsee, können wir zum Eisbaden sehr empfehlen. Wenn ihr einen eher weiten Anfahrtsweg habt, so schnappt euch das Fahrrad, so seid ihr schneller dort, aufgewärmt und danach auch wieder schneller Zuhause und der Wärmflasche und dem heißen Tee näher.



Das sagen eure Eisbade-Buddies:

“On certain days I feel quite old,
but then I get into the cold.

I come out feeling young and bold.” - **Malte**

“War kalt.“ - **Luke**

“Zum ersten Mal im Leben habe ich das Eisbaden mit einem Freund in Köln ausprobiert. Er hat mir damals erzählt, dass er nach dem Eisbaden zwei Monate lang keine negativen Gedanken hat. Das habe ich bei mir auch bemerkt. Manchmal ging es mir nicht so gut und nach dem Eisbaden hatte ich so einen Booster für Körper und Psyche erlebt. Dadurch, dass ich im Winter mehrmals im Wasser war, habe ich mein Immunsystem mega gestärkt. Ich bin nicht erkältet gewesen. Ich merke, dass ich stark bin. Eisbaden stärkt den Körper und verbessert die Laune.”

- **Alina**

“Ich gehe im Winter Eisbaden, weil ich die Stille genieße, die mein Geist im eiskalten Wasser erreicht. Auch wenn ich einen stressigen Tag hatte oder meine Gedanken unaufhörlich um dieselben Probleme kreisen; sobald ich ins eiskalte Wasser gehe, habe ich keine Kapazitäten mehr, um über belanglose Probleme nachzudenken (und mit etwas Abstand betrachtet entpuppen sich viele Probleme als belanglos). Dann bin ich mit meinen Gedanken voll und ganz bei mir, meinem Atem und der eisig-brennenden Kälte auf meiner Haut. Durchs Eisbaden schüttet der Körper Glückshormone und Adrenalin aus, was dazu führt, dass ich beim Eisbaden selbst und auch einige Zeit danach hellwach bin und mich glücklich fühle. Wo ich vorher nur Probleme gesehen habe, sehe ich plötzlich Lösungen. In diesem Sinne ist Eisbaden für mich die beste Waffe gegen winterliche Niedergeschlagenheit.“ - **Tom**

Ihr seid immer noch neugierig?

Umso besser!

Wir haben gute Nachrichten für euch:

Im Wintersemester habt ihr die einzigartige Möglichkeit, mit uns beiden Eisbaden zu gehen. Seid bereit, im Oktober, sobald die neuen Termine der Kulturkurse bekannt sind, kann es los gehen!

Wer weiß schon, wann der nächste Winter kommt.

Wir freuen uns auf euch!

KASIA & ELLENA



GERMERSHEIMER EINKAUFSWAGEN

WAS FÜR EIN EINKAUFSWAGEN BIST DU?

ZODIAC SIGNS
EDITION

Einkaufswagen Wassermann

Du genießt lange Spaziergänge allein in der Nacht? So lange du pünktlich für deine Vorlesung um 8 Uhr wach bist, passt es ja.



Einkaufswagen Fische

Manchmal bist du schnell beleidigt. Keine Sorge, nach dem ersten Semester Konferenzdolmetschen wird's besser.



Einkaufswagen Widder

Du bist zutiefst davon überzeugt, dass du ein Fahrrad bist. Das entspricht aber nicht der Realität. Es wird höchste Zeit, aufzuwachen.



Einkaufswagen Stier

Am FTSK fühlst du dich wie an einer Baustelle, immer bereit, dich weiter zu entwickeln.
Weiter so.



GERMERSHEIMER EINKAUFSWAGEN

WAS FÜR EIN EINKAUFSWAGEN BIST DU?

ZODIAC SIGNS
EDITION

Einkaufswagen Zwilling

Kaffeetrinken mit FreundInnen ist eine Sucht, die du nicht mehr kontrollieren kannst. Wer diese Woche noch nicht im Cafe Zehn war, werfe den ersten Stein.



Einkaufswagen Krebs

Du fühlst dich immer hin und her gerissen zwischen zwei Extremen. Die Welt ist aber nicht schwarz-weiß. Entspann dich mal.



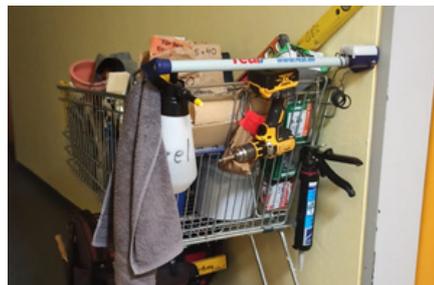
Einkaufswagen Löwe

Du bist ein echter Partylöwe. Letztes Mal hast du nach der Mensaparty für eine Woche im Gebüsch gelegen.



Einkaufswagen Jungfrau

Du bist ein Bastler. Es ist unglaublich, wie kreativ du bist, wenn du eine Hausarbeit schreiben musst.



GERMERSHEIMER EINKAUFSWAGEN

WAS FÜR EIN EINKAUFSWAGEN BIST DU?

ZODIAC SIGNS
EDITION

Einkaufswagen Waage

Manchmal fällt es dir monatelang schwer, eine Entscheidung zu treffen. Umgehen oder über den Zaun springen? Beides ist okay.



Einkaufswagen Skorpion

Du hast eine Menge Erfahrungen im Gepäck. Manche belasten dich vielleicht zu sehr. Das neue Semester ist deine Chance, die Vergangenheit hinter dir zu lassen.



Einkaufswagen Schütze

Du bist ein Wanderer. Du brauchst kein Zuhause, weil du alles, was du brauchst, immer bei dir hast.



Einkaufswagen Steinbock

Deine Liebe zum FTSK wird langsam zu einer regelrechten Obsession. Abends fällt es dir schwer, den Campus zu verlassen. Vielleicht ist es Zeit, ein Hobby außer Uni zu finden?



“Moi, mun nimi on Melina
ja oon ollut vaihdossa
Suomessa!”

Rentiere, Nordlichter und Zimtschnecken - Auslandssemester in Finnland

Im Wintersemester 2023/24 habe ich ein Auslandssemester in Jyväskylä, Finnland verbracht. Jyväskylä liegt in Mittelfinnland und ist die siebtgrößte Stadt des Landes. Ursprünglich war mein Plan, nach Großbritannien zu gehen, aber das war zu der Zeit leider etwas schwierig, und da kamen meine Mitbewohnerin Alina und ich auf die Idee, nach Finnland zu gehen. Wir haben uns also im International Office gemeldet und die JYU – auf Finnisch Jyväskylän Yliopisto - hatte noch zwei Plätze frei!

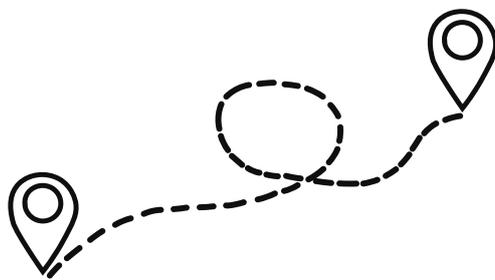
Bewerbung und Anreise

Der Bewerbungsprozess war total entspannt. Die Mitarbeitenden im International Office und auch die Verantwortlichen der JYU waren immer sehr nett und hilfsbereit und es gab (so gut wie) keine Komplikationen. Bei der Anmeldung an der Universität konnte man sich auch direkt für die Studiwohnheime bewerben, das war total praktisch! Man konnte dabei noch eine Präferenz angeben und auch wählen, mit welchen Geschlechtern man sich wohl fühlen würde. Außerdem konnten Alina und ich unsere Namen als Wunschmitbewohnerinnen eintragen und das hat auch super geklappt! Die Preise im Studiwohnheim waren ähnlich wie die bei uns in Germersheim.

Ich bin eigentlich nicht mit vielen Erwartungen nach Finnland gegangen – kalt, Schnee, komplizierte Sprache. Natürlich hatte ich gehofft, Nordlichter sehen zu können, aber in der Willkommenswoche wurde uns direkt gesagt, dass das in Jyväskylä relativ unwahrscheinlich ist (jokes on them, ein paar Wochen später hatten wir Nordlichter, die wir vom See aus sehen konnten). Und diese Erwartungen wurden auch erfüllt! Deswegen war es gut, dass ich zuhause extra ein Paket mit dicken Pullis und Skiunterwäsche vorbereitet hatte, das meine Eltern mir dann nach Finnland geschickt haben. Und dass meine Oma noch eine Dose Plätzchen dazugelegt hat, war natürlich ein netter Bonus.

Jeder Ersti (fuksi auf Finnisch) und alle Austauschstudis bekommen in Finnland eine*n Tutor*in zugeteilt, eine Ansprechperson, die einem Fragen beantwortet und Tipps gibt. Mit meinem Tutor hab' ich mich direkt sehr gut verstanden und er hat mir viele nützliche Dinge erzählt und mir somit schon ein wenig die Kultur des Landes nahegebracht, bevor ich überhaupt da war.

Alina und ich sind von Stuttgart über Berlin nach Helsinki geflogen und da unser Anschlussflug Verspätung hatte (ja, auch die Flüge sind von der chronischen Unzuverlässigkeit der deutschen Verkehrsmittel betroffen), haben wir gerade so den Zug nach Jyväskylä bekommen. Unsere Tutoren haben uns dann am Bahnhof abgeholt und uns mit dem Bus zu unserer Wohnung gebracht, wir mussten uns also nicht mit unserem ganzen Gepäck allein in einer fremden Stadt zurechtfinden, das war sehr beruhigend! Und abgesehen davon, dass ich mich direkt in der ersten Nacht aus meinem Zimmer ausgesperrt habe (ich konnte am nächsten Tag direkt einen Ersatzschlüssel abholen!), hatten wir also eine gute Anreise.



Erste Eindrücke

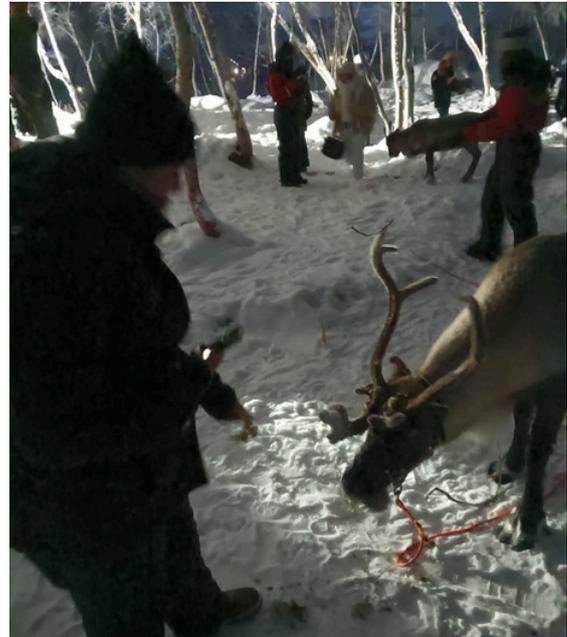
Mein erster Eindruck war: es ist wärmer als gedacht! Wir sind im August angereist und ich hatte nicht viele Klamotten für warmes Wetter dabei – das hab' ich dann direkt gespürt, denn es waren tatsächlich 28°C! Also: immer gut über die Temperaturen informieren! Wir haben eher am Rand der Stadt gewohnt und es gab nur wenige Schritte entfernt einen See, die Nachbarschaft drumherum war auch richtig schön. Das Wohnheim bestand aus insgesamt sechs Gebäuden und wir hatten einen Fitnessraum und einen Gemeinschaftsraum mit Bad, Balkon, Küche und Fernseher, die man kostenlos reservieren konnte! Außerdem hatte jedes Gebäude eine eigene Sauna – wie sich das in Finnland so gehört.

Natürlich ist Finnland teuer, aber wir haben uns nach einer Weile daran gewöhnt und waren dafür umso glücklicher, als wir dann nach Deutschland kamen und die Preise im Supermarkt gesehen haben – kaum zu glauben, ich weiß. Die Einheimischen sind alle superfreundlich und geduldig, alle haben sich gefreut, wenn man ein paar finnische Wörter in den Satz streuen konnte und es konnte wirklich jeder, egal ob Verkäufer im Supermarkt, Busfahrer oder Servicemitarbeiter der Uni, richtig gut Englisch sprechen! Man hatte also nie das Gefühl, verloren oder hilflos zu sein, wir haben uns in Jyväskylä sehr wohl und willkommen gefühlt.

Uni-Alltag

Der größte Unterschied, den ich an der Uni verspürt habe, war der nicht vorhandene Leistungsdruck und der lockere Umgang miteinander. Die Dozierenden waren alle super gechillt, freundlich und hilfsbereit. Man siezt sich nicht und spricht alle Dozierenden mit ihrem Vornamen an – sie finden es sehr seltsam, wenn man den Nachnamen verwendet! Man stand auf einer Ebene, es war ein schönes und entspanntes Miteinander, der Fokus lag auf Austausch und Fördern der Stärken.

Schon bevor es losging, gab es für Austauschstudis einen Survival Finnisch-Kurs, in dem wir die Basics der Finnischen Alltagssprache gelernt haben, unter anderem Zahlen, Begrüßungsfloskeln und Vokabeln für den Wocheneinkauf. In den anderen Kursen kam man auch mit Einheimischen in Kontakt, wobei die meisten Kurse, die ich besucht habe, ein bunter Mischmasch an Sprachen und Kulturen waren.



Das Semester in Finnland ist nochmal in zwei Teile geteilt, mit einer Woche Ferien dazwischen. Und in diesen beiden Teilen hat man auch größtenteils unterschiedliche Kurse, weswegen ein Kurs an sich nicht besonders lange dauert. Es gab auch so gut wie keine Prüfungen, die Leistungsnachweise bestanden fast ausschließlich aus Präsentationen, Portfolios oder aktiver Teilnahme. Und mir persönlich kamen die Ansprüche eher niedrig vor, was ich für ein Auslandssemester sehr entspannend fand.

Die meisten meiner Kurse haben sich um interkulturelle Kommunikation und Austausch gedreht, dort konnte ich viele interessante Menschen kennenlernen und habe neue Dinge über ihre Sprachen und Kulturen erfahren. Einen einzigen Translationskurs hatte ich, wobei wir da nur einmal wirklich übersetzt haben, es ging mehr um Regionalkompetenz. Gerade meine französischen Kurse und die Dozierenden haben mich sehr motiviert, mich im Alltag mehr mit der Sprache auseinanderzusetzen (was leider nicht so lange angehalten hat). Das Coolste war aber eigentlich das Each One Teach One-Programm (EOTO), in dem ich eine Finnin gefunden habe, die mir Finnisch beigebracht hat und der ich im Gegenzug Deutsch beigebracht habe (also ähnlich wie ein Tandem – nur, dass wir dafür ETCS-Punkte bekommen haben), ich habe mich zwei Mal die Woche mit ihr getroffen und daraus hat sich schnell eine enge Freundschaft entwickelt. Und auch Alina hat an diesem Programm teilgenommen, und erst letzten Monat haben wir uns in Heidelberg mit ihrer EOTO-Partnerin und deren Freund getroffen!

Außerhalb der Kurse gab es ein reiches Programm an Freizeitangeboten. Die studentischen Gremien haben Spieleabende, Speedfriendings und Sitsfeste organisiert. Ein Sitsfest (sitsit auf Finnisch) ist eine finnische (und schwedische) Studierendentradition, bei der man sich dem Motto entsprechend verkleidet und gemeinsam trinkt, isst und singt. Außerdem haben sie das fuksiaiset veranstaltet, eine Art Stadtrallye für die Erstis und Austauschstudis, bei der am Ende die neuen Overalls eingeweiht wurden. Und Stichwort Overall: dabei handelt es sich um eine weitere Tradition! Jeder bekommt einen Overall, die Farbe und das Logo auf dem Rücken entsprechen dabei dem Studiengang bzw. Fachbereich – wir haben als Austauschstudis Overalls vom ESN, dem Erasmus Student Network. Während seines Studiums sammelt man Patches, die man dann auf den Overall aufnäht und so kann man zeigen, was man schon alles erlebt hat. Es gab aber auch extra Patch Markets, auf denen die Fachschaften lustige Patches verkauft haben – dort haben wir natürlich auch zugeschlagen. Außerdem gab es auch viele spannende Sportkurse, mein Favorit war Medieval Dancing!



Leben in Finnland

Das Schönste waren natürlich die vielen Menschen, die wir kennenlernen durften. Jede Woche haben wir im Gemeinschaftsraum Werwolf gespielt, hatten Kurse zusammen und waren in der Mensa, haben Wanderungen gemacht und sind abends zum Karaoke in die Stadt gefahren oder sind zusammen gereist. Es war überhaupt nicht schwer, Kontakte zu knüpfen, und wir hatten alle eine wahnsinnig tolle Zeit.

Eine weitere schöne Erfahrung waren die verlässlichen öffentlichen Verkehrsmittel! Selten gab es mal Verspätungen, und wenn dann nur, weil die Finnen selbst total überrascht waren, als am Morgen vom 31. Oktober plötzlich über 10cm Schnee lagen und sich Jyväskylä innerhalb von einer Nacht in ein Winterwunderland verwandelt hatte! Preislich gesehen waren die Öffis außerdem völlig in Ordnung – gerade im Vergleich mit unserer geliebten DB.

Neben einem aufbrausenden Studileben haben wir auch einige kulturelle Erfahrungen gemacht. Neben dem vielen Schnee, der uns in der zweiten Hälfte des Semesters konstant begleitet hat, haben wir gemeinsam mit Finnen den itsenäisyyspäivä, den finnischen Unabhängigkeitstag, am 6. Dezember gefeiert, uns dabei das linnanjuhlat (eine Veranstaltung, bei der die finnische Prominenz dem Präsidenten die Hand schüttelt) angeschaut, uns über die Klamotten der Gäste lustig gemacht und dabei joulutorttu und Spritzgebäck gemacht. In der Stadt fand eine Woche lang ein Lichterfest statt, City of Lights, bei dem in der ganzen Stadt Lichtinstallationen verteilt waren, die man sich im Dunkeln anschauen konnte, und in der Fußgängerzone (deren Boden übrigens beheizt war!) gab es einen Street Food Market.

Mein persönliches Highlight war die Reise nach Lappland, die wir ebenfalls über ESN unternommen haben. Nach einer 16-stündigen Busfahrt mit Zwischenstop in Rovaniemi, dem Weihnachtsmanddorf und der Hauptstadt von Finnisch Lappland (Lappi), waren wir in Kilpisjärvi, einem Ort in der Nähe der schwedischen und norwegischen Grenzen. Dort haben wir die typischen Sachen erlebt, an die man bei Lappland so denkt: Huskyschlitten fahren, Eisfischen, Feuer machen, Rentiere füttern und Nachtbaden im norwegischen Fjord mit anschließender Sauna.



Neben einem Tagesausflug nach Tromsø, die größte Stadt im Norden Norwegens, und einer Wanderung zu gefrorenen Wasserfällen durften wir außerdem die Nordlichter bestaunen und hatten lustige Spieleabende in unserer Blockhütte.

Mit dem ESN haben wir eine kleine Kreuzfahrt von Helsinki nach Stockholm gemacht – die Pirates of the Baltic Sea Cruise! Und dort haben wir auch den lieben Paul getroffen, den einige von euch bestimmt kennen oder bald kennenlernen werden, der zu der Zeit ebenfalls ein Auslandssemester in Finnland gemacht hat, nur in Tampere. Stockholm hat uns unglaublich gut gefallen, sodass wir später noch einmal dort waren. ESN bietet noch viele weitere spannende Reisen an, beispielweise nach Island oder durch die baltischen Hauptstädte, an denen wir leider nicht teilnehmen konnten.

Nachdem die Uni für uns vorbei war, sind wir noch ein bisschen durch den Norden gereist. Schon im Oktober waren wir mit Freunden in Tallinn, und im Dezember haben Alina und ich einen Freund aus meiner Heimat in Oulu besucht (der zufällig zur selben Zeit dort ein Auslandssemester verbracht hat), haben mit Paul einen Kaffee in Tampere getrunken und unsere Kommilitonin Paulina in Turku getroffen. Von dort aus sind wir mit der Fähre nach Stockholm gefahren und dann weiter nach Örebro, wo wir Weihnachten verbracht haben. Unsere letzte Station war dann Oslo, von wo aus wir nach Frankfurt geflogen sind.



Fazit

Beim Schreiben dieses Erfahrungsberichts habe ich richtig Fernweh bekommen. Meine Zeit in Finnland war wirklich etwas ganz Besonderes und eine der besten Erfahrungen, die ich bisher gemacht habe. Ich durfte ein unglaublich faszinierendes Land erleben, viele tolle Menschen kennenlernen und mich selbst ganz neu entdecken und entfalten. Ich kann jedem nur wärmstens empfehlen, nach Finnland zu gehen, und besonders Jyväskylä ist eine schöne Stadt, in der man sich sofort zuhause fühlt. Generell gilt: nutzt unbedingt die Möglichkeit und macht Auslandsaufenthalte! So eine Erfahrung ist einmalig und die Chance bietet sich euch so nie wieder! Ich hoffe, ich konnte euer Herz ein wenig für meine zweite Heimat erwärmen und bin gespannt, wen es noch so in den hohen Norden zieht! Hei hei und danke für's Lesen!

MELINA

Sagen Sie Jetzt Nichts.

Das Interview mit der legendären ehemaligen HoPo-Referentin

Marta Stoinska, die nach dem erfolgreichen Abschluss Ihres Masters im vergangenen Sommersemester nun das FTSK-Nest verlässt und sich mit schwingenden Flügeln in die Welt außerhalb der Uni begeben wird.

Doch vorher teilt sie hier noch weise Ratschläge und Survival-Tipps mit uns...

Ihr Motto: „Keine Party ohne Marty“.
Wie sieht das aus?



Wie kommen Ihnen Ihre Ideen,
Marta Stoińska?



Was hilft Ihnen am meisten gegen
kreative Blockaden?



Was tun Sie, wenn im AStA Zimmer
Stress ausbricht?



An der Uni Germersheim haben Sie schon
viel gesehen, was überrascht Sie noch?



Was ist typisch Bayerin an Ihnen?



Was verbinden Sie mit Germersheim?



Bereit fürs Arbeitsleben?



Ihr verborgenes Talent:



Mit welchem Gesicht verlassen Sie diese Uni?



Ihr Tipp an die nächste
HoPo-Referentin?



Ihre Botschaft an die
Uni?



Ihre Reaktion, wenn man Sie
„Legende“ nennt?



Impressum

Herausgegeben durch

Hoporeferent:in

-HoPo-

AStA am FTSK
An der Hochschule 2
76726 Germersheim

Das Redaktions-Team

Melina Hermann
Marta Stoińska
Ellena Rettenmaier
Kasia Zagjea

Layout & Design

Ellena Rettenmaier
Kasia Zajega

Außerdem Dank an

Anna Helms fürs Korrekturlesen

Rechtliches

Die Inhalte des 06|kurier sind urheberrechtlich geschützt. Die Verfielfältigung und Weiterverwendung dieser Inhalte bedarf der schriftlichen Genehmigung der Redaktion.

Gefundene Rechtschreibfehler dürfen gern behalten werden.