

Erasmus +

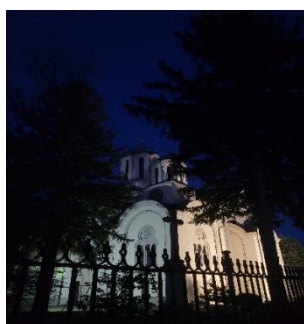
Szerbia, Ada

Az Erasmus keretében 2025. 06.15-én indultunk Adára 3 hetes szakmai gyakorlatra. Adára a buszút gyorsan eltelt, izgatottan vártuk, hogy hol leszünk elszállásolva és az előttünk álló napok kihívásait. A hotelhez érve volt egy kisebb fennakadás a recepciónál, mert a hotel munkatársa nem tudta melyik szobák vannak nekünk lefoglalva, ezért később néhányunknak át is kellett költöznie másik szobába. Kipakolás után elkezdtük felfedezni a kisvárost, elsétáltunk a Tiszához, aztán a központba. Kicsit elveszetteknek éreztük magunkat az első nap, ekkor még nem kaptunk túl sok információt arról, hogy mit hol találunk. Napközben megérkezett a szombathelyi csapat is, akik logisztikai területre érkeztek a program keretében.



Másnap a Profession Vojvodina igazgatójától, Nánditól kaptunk tájékoztatást Szerbia történelméről, Adáról, az Erasmus programról, illetve a gyakorlati helyekről is kaptunk további információkat. Véleményem szerint jobb lett volna, ha ezt a tájékoztatás már érkezésünk napján megtörtént volna, mert akkor nem éreztük volna annyira elveszettnek magunkat és nem azon kellett volna gondolkodnunk, hogy a három hét alatt hogyan tudjuk majd eltölteni a szabadidőnket ebben a kisvárosban.

Megkaptuk az iroda kulcsát, ahol voltak társasjátékok, csocsó, darts és tv, ide a 3 hét alatt bármikor bemehettünk, igaz előtte egyeztetni kellett a szombathelyi csapattal, hogy ne zavarjuk egymást. Ebéd után Nándi körbevezetett minket a városban és segített elintézni, hogy legyen mobilinternetünk. Nagyon kedves és segítőkész embert ismerhettünk meg személyében, minden kérésünket megoldotta, sok programot tudott nekünk szervezni, ha valaki lovagolni szeretett volna az egyik ismerőseivel elintézte, hogy mehecssünk, megszervezte hogy a város sportcsarnokába bemehessünk ping pongozni és zongorázási lehetőségünk is volt.



A gyakorlat kedden kezdődött, előtte fel lettünk osztva 3 fős csapatokra és így körforgásba mindenki tudott mind a három gyakorlati helyszínen lenni. (Zentai közkórház rehabilitációs osztály, Narcissus Poliklinika, Medicanetter). Én Gergővel és Noémivel voltam, mi kezdtünk a kórházban Zentán a gyakorlatot. Első nap 06:35-re jött értünk Nándi és átvitt minket a kórházba, megmutatta hol van az igazgatóság, ahol a főnövérek és az igazgató már vártak minket. Mindenki bemutatkozott és megbeszéltük, hogy milyen feladataink lesznek a héten. Ezután körbevezetett minket a rehabilitáció főnövére az osztályon, mindent megmutatott és elmondta, hogy mióta működnek és bemutatta a munkatársait is. Az első héten a kórházban megtanulhattuk, illetve megfigyelhettük, hogyan történik egy szakadt térdszalag, gerincsérv vagy egy törött csukló rehabilitációja. Láttunk elektroterápiát, mágnessterápiát, ultrahang terápiát és a gyógytornarészében is segíthettünk. Bónuszként megnézhattunk egy gasztroszkópiát és egy kolonoszkópiát is. Maga a kórház épülete nem volt a legmodernebb és mondták is, hogy nem kapnak túl sok támogatást, de a kórház munkatársai nagyon kedvesek és segítőkészek voltak. A páciensek is nagyon kedvesek és közvetlenek voltak, az egyik bent fekvő nénitől kaptunk frissen sült házi kiflit, és a főnövértől pedig bureket, mivel nem mehettünk el úgy, hogy nem kóstoltuk meg ezt a szerbiai ételt.

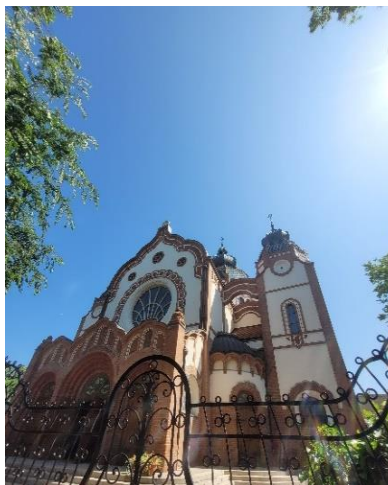


A kórházban a gyakorlat nagyon gyorsan eltelt, a hét lezárásaként pénteken este többen elmentünk a közeli bárba a The Gekko-ba, ahol a Gorkit ajánlották, mint finom és szerb nemzeti italt, de nem bizonyult jó választásnak, mert borzalmas íze volt. Este a hotelban volt egy bankett, hajnali 2 kor még szólt a zene és sajnos eléggé felhallatszódtott a szobákba így nem nagyon tudtunk pihenni és másnap reggel kelni kellett mert mentünk Szabadkára kirándulni a program keretében szervezett kirándulásra.

Szabadkán egy nem túl jó idegenvezetőnk volt, sokszor nem tudta mit mondjon, olyan információkat mondott el, ami számunkra nem volt túl érdekes és egyszerűen nem kötötte le senki figyelmét. Végig rohantuk a várost és körülbelül fél óra szabadidőt kaptunk, a nap második felében átmentünk Palicsra, ott is hallhattunk kevésbé érdekes információkat. Valószínűleg azért sem tudtuk befogadni az idegenvezető által elmondottakat, mert nagyon

fáradtak voltunk, mivel előző éjszaka a szobába felhallatszó zene miatt nem tudtunk aludni és városnézéshez az idő is nagyon meleg volt.

Összességében azért jó volt a kirándulás, megismerhettük Szerbia egy kis részét, ahová valószínűleg saját szervezésben, családdal nem biztos, hogy eljutottam volna.



A kirándulásról késő délután fáradtan érkeztünk haza és a hotelben szembesültünk vele, hogy a hotelben esküvő lesz. Szerencsére az esti lakodalom halkabb volt, mint az előző esti bankett, vasárnap így a pihenéssel töltöttük a napot, délután amikor már nem volt annyira meleg lementünk a Tisza partra röplabdázni.

A következő héten mi hárman, a Narcissus Poliklinikában folytattuk a gyakorlatot. A mentorunk Móni volt, aki gyógytornászként dolgozik a klinikán. Nagyon sok érdekes dolgot megmutatott, a kórházhoz képest itt többféle terápia elérhető a betegek részére és sokkal jobb és újabb gépekkel van felszerelve (pld.: húzópad). A gyakorlat részeként nekünk is lehetőségünk nyílt több terápiás kezelés kipróbálására. Én tarthattam gyógytornát is, amit nagyon élveztem, természetesen volt egy kis puskám, hogy milyen gyakorlatokat kell megcsinálnia a páciensnek. Ez alatt a hét alatt is nagyon jó élményeket szerezhettünk, kedves, segítőkész emberekkel ismerkedhettünk meg. Sok mindent megtudtunk, például lúdtalpra milyen tornák végezhetők vagy éppen gerincsérvre, ultrahangozhattunk és jегelhettünk is.

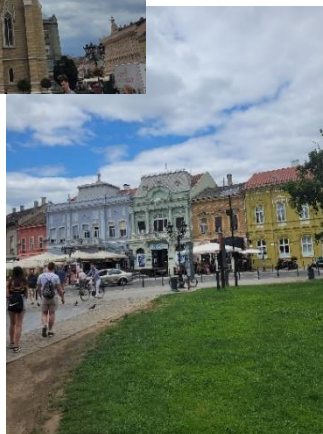
Itt találkoztunk egy szerb bácsival, aki kezeléseket kapott a klinikán és minden nap kaptunk tőle valamit. (fagyit,, teát vagy almás bureket).



A második hét is gyorsan eltelt, hétvégére kikellett költöznünk a hotelből szombat reggel, mert esküvő volt szombaton és a szobákra szükség volt, erről már érkezésünkkel tájékoztattak bennünket. Ez annyira nem tetszett mert amúgy is korán kellett kelni, mert szombaton reggel Újvidékre mentünk ismét szervezett városlátogatásra és még a szobából is ki kellett pakolni a recepció mellé és az Újvidéki városnézés után még át kellett cuccolni egy másik hotelbe. Az eredeti szállásra, a Park Hotelbe vasárnap ebéd után tudtunk visszapakolni.

Az Újvidéki kirándulás nagyon jó volt, az idegenvezetőnk is érdekesen mutatta a be a nevezetességeket. Először Péterváron a várban megnéztünk egy nagyon érdekes kiállítást, egy szerb matematikusról Mileva Marić-ról, aki Einstein első felesége volt. Aztán a vár alagútrendszerét jártuk be, majd tovább sétáltunk az újvidéki sétáló utcába, ahol kényelmesen megnézhattuk a templomokat, épületeket.

A kirándulás után feltöltődve, új élményekkel gazdagodva foglaltuk el az ideiglenes szállásunkat, ahol este egy kisebb buli kerekedett.





Az utolsó héten a hármas csapatunk szétvált, mivel a Netter Plus-ban csak egy gyakornokot tudtak fogadni, így én Adán a Netter Plus-ban, Gergő és Noémi pedig Zentán a Medica Netterbe töltötte az utolsó heti gyakorlatot. Nagyon örülök, hogy így alakult, mert értékes tapasztalatokat tudtam szerezni ezen a héten. Felügyelet mellett mindenféle terápiát csinálhattam, sokkterápiát, elektroterápiát, ultrahang terápiát, lézer terápiát, tens terápiát és mágnes terápiát is. Itt volt a legtöbb munka, a hét második részében bizalmat kaptam és mivel egyedül is tudtam a gépeket kezelni, önállóan is csinálhattam a terápiákat amíg Judit, a mentorom, masszírozott.

Összességében a három hét alatt nagyon sok tapasztalatot szereztem és sokat tanultam. Nekem ez a 3 hét segített eldönteni, hogy tényleg gyógytornász szeretnék lenni és az emberek rehabilitációjával szeretnék foglalkozni. Jó volt kilépni a komfortzónámból, és megtapasztalni milyen más országban dolgozni, ismeretlen emberek és környezetben feltalálni magam. Nagyon sok élménnyel jöttem haza, és jó volt, hogy lehetőségem volt arra, hogy Szerbiában töltssem a nyári gyakorlatom, de azért itthon a legjobb.

