

## Erasmus élménybeszámoló

Csallóközi Krisztina Anna

PTE Általános Orvosi Kar, általánosi orvosi szak, 6. Évfolyam

2019/2020

Lengyelország, Lublin

Uniwersytet Medycyny w Lublinie

Az Erasmus programról leelőször egy családi barától hallottam még évekkel ezelőtt, most viszont az évfolyamtársaim, barátaim adták az ötletet, hogy nekem is érdemes lenne megpróbálni és külföldön végezni a hatodéves gyakorlatok egy részét. Úgy gondoltam, jó lehetőség és tapasztalat lenne milyen külföldön egy idegen nyelven csinálni azt, amit itthon már hatodik éve csinállok. Izgalmasnak és érdekesnek gondoltam, hogy ottani orvosokkal dolgozzak együtt és új megközelítési módokat, megoldásokat ismerjek meg, más kultúrában éljek, és olyan emberekkel legyek, akikkel valahogy muszáj megtalálnom a - szó szerinti - közös hangot, ha boldogulni szeretnék.

Azonban sajnos a valóság nem fedte az elvárásaimat. Már a szervezés is borzasztó nehezen ment, a kinti koordinátor nagyon lassú volt. Hónapokig semmilyen reakciót nem kaptam tőle, és akkor is csak kevés információt adott. A legfontosabb papírt, ami mindenhez szükséges volt (Neptun, Erasmus ösztöndíj) két héttel a kiutazás előtt küldte csak vissza, addig még abban sem voltam biztos, hogy egyáltalán mehetek-e... Személyesen viszont már szerencsére nagyon kedves és segítőkész volt, mindent nagyon hamar elintézt, úgyhogy hamar rájöttem, hogy vele ez az egyetlen célravezető út.

A szállásról annyit lehetett tudni, hogy a kollégiumokban nincs wifi, mikro és hűtő (ami nem tudom, valóban igaz-e, mert én nem voltam egyben sem), így én magam kerestem szállást, ami végül egy szuper Airbnb lakás lett a kiutazó társammal együtt. Lublin ugyan kétszer akkora, mint Pécs, de szerintem Pécs sokkal élhetőbb, családiásabb, emberibb. Lengyelország nagyon nagy és síkság a jó része, így mindennek nagy helye van. Széles utak, elterülő városok, nagy parkok és terek. Autóval könnyű közlekedni, de a buszok viszonylag ritkán járnak, viszont nagyon olcsó a jegy (120 Ft) és a bérlet (3600 Ft) is, így ha valaki messzebb lakik a városközponttól, kórházaktól mint én, az sem jelent problémát. Két nagy kórház található Lublinban, amik egymástól nincsenek messze. Infrastruktúrában, felépítésre és színvonalra szinte olyanok, mint a magyar kórházak, így ebből a szempontból szinte otthon éreztem magam.

A városban rengeteg bolt van, főleg a helyi boltok (Biedronka, Żabka), ahol mindent nagyon jó áron be lehet szerezni, az élelmiszer például kifejezetten sokkal olcsóbb, mint itthon. Csak néhány példa: fél kg teljes kiőrlésű, szeletelt kenyér 200 Ft, 1 liter tej 200 Ft, margarin 300 Ft, banán 320 Ft. Itt is van természetesen ezeken kívül Lidl, Carrefour, Auchan, Metro. Sok nagyon jó étterem, kávézó, pékség, reggeliző hely van, többenél menü lehetőség is, tehát az ebéd is könnyen megoldható, mert a kórházban sajnos nincs étkezési lehetőség. Az itt élő emberek nagy része nem beszél angolul, ami számomra nagyon nehezítette a mindennapokat. Kevés emberrel tudtam csak igazán kommunikálni, így én néha nagyon egyedül éreztem magam. Viszont mindenki nagyon kedves, ha kellett, négyen próbálták segíteni nekem igaz, lengyelül... :)

A kórházban az orvosok általában beszéltek angolul, ki jobban, ki kevésbé, de ott mindig volt, kitől kérdezni. Más kint a hatodév, mint itthon, ott szinte semmit nem kell a hallgatóknak csinálnia, ha nem akarnak. Én szülészet-nőgyógyászat és sebészet gyakorlatokra mentem ki,

amiket mind a műtőben töltöttem. Sok mindent láttam, és általában volt egy olyan orvos, aki díjazta az önállóságot és szorgalmat, így gyakorolni is tudtam pár dolgot. Összességében viszont nem éreztem, hogy fejlődök, mert az elméleti tudás elmaradt emellett. Ott kevesebb az elvárás a hallgatók felé tudásban, és érthető módon nekem nehezebb volt elmagyarázni valamit angolul, mint a helyi diákoknak lengyelül.

A kórházban egyedül voltam Erasmus hallgató, sőt általában véve egyedül voltam hallgató, így a többi Erasmus hallgatóval, akik teljes szemeszterre, évre jöttek, csak hétfégenként találkoztam, mikor programot szerveztünk. Ezek nagyon jó esték voltak, sokat beszélgettünk, kirándultunk, buliztunk. Voltam Varsóban, Gdanskban, Zamoscban és Kazimierz Dolnyban, mind gyönyörű helyek.

A legjobb az Erasmusban talán az volt, hogy egy új, idegen környezetben, kultúrában éltem 10 hétig, ami sok mindenben megváltoztatta a gondolkodásom. Még önállóbb és magabiztosabb lettem, és megtanultam más szemmel nézni mind a magyar, megszokott életemet, és az ettől eltérő embereket is. Már tudom, milyen érzés egy idegen világban külföldinek lenni.

Ha valaki szintén szeretne kiszakadni a komfortzónájából, sokat tanulni magáról és fejlődni, akkor jó lehetőség erre az Erasmus. Egyetlen tanácsom, hogy a helyet nagyon válasszák meg! Nagyon sokat számít, hogy mennyire tud majd kint az ember kommunikálni, egy nagyvárosban erre több esély van, de nyilván a legjobb, ha beszél az ember az adott ország nyelvét. 😊  
Sok sikert mindenkinek!

Erasmus+ élménybeszámoló

Név: Csendes Márk

Szak, évfolyam: PTE,Általános Orvos szak, VI. évfolyam.

Tanév: 2019/2020

Célország, város: Lengyelország, Lublin

Fogadó intézmény: Medical University of Lublin

Az Erasmus+ által kínált külföldi gyakorlatról az évfolyamtársaimtól hallottam. Számos csoporttársam már hónapokkal korábban elkezdte tervezni, hogy hova szeretne menni külföldre gyakorlatra. Ezzel ellentétben én, szinte az utolsó pillanatban döntöttem el, hogy két hónapot kipróbálnék külföldön is. Így hát mikor eljött az idő, leadtam jelentkezésem az Erasmus irodában. Ez az elhatározás végül eddigi életem legjobb döntésének bizonyult.

Az általam megjelölt úticélok közül, Lengyelország az első helyeken szerepeltek, mivel már régóta érdekelt a kultúrájuk, és a magyar nemzettel híresen jó viszonyban állnak. A rangsorolást követően lengyelországi Lublin városába sikerült gyakorlati helyet elnyernem, melyről bevallom, hogy nem sok ismeretem volt kezdetben. A kinti koordinátor a legutolsó pillanatban küldte vissza a kiutazáshoz szükséges dokumentumokat, azonban érkezésem után nagyon készséges és segítőkész volt, és mindent precízen elintézett. Szerencsés voltam, hogy egyik évfolyamtársammal közösen vágunk bele ebbe a kalandba. Jó érzés volt mindkettőnknek, hogy megbízhattunk egymásban és számíthattunk arra, hogyha valamelyikünknek nehézsége akad, akkor a másikunk bármilyen helyzetben ott lesz. A kijutást csoporttársammal közösen oldottuk meg. A szülei segítettek nekünk, és autóval kivittek minket Lublinba, így röpké 11 órás út alatt szüleivel is jó kapcsolatot sikerült kialakítanom. Ennek megfelelően rengeteg táskát tudtunk magunkkal hozni, melybe töménytelen mennyiségben pakolhattunk ruhát, és élelmet. Miután megérkeztünk, csoporttársam szülei még pár napot tartózkodtak Lublinban, így autó segítségével a közelebbi városokat is felfedezhettük, mely mély benyomást tett ránk, mivel megtapasztalhattuk a lengyel kultúrát. Lengyel nyelvtudással nem rendelkezem, így magyar, és angol nyelvvel kellett szembe nézmem az előttem álló kihívásokkal. Igaz, hogy Lublint több mint 300 ezren lakják, és fontos gazdasági, kulturális és oktatási központ, ezzel ellentétben angol nyelvvel nehezen tudtam boldogulni, mert a legtöbb helyen, még az egyetemeken és kórházakon belül is kevesen beszéltek folyékonyan angolul. Gyakorlataim alatt azonban mindig sikerült olyan oktatót választanom, akikkel ezek a nyelvi akadályok nem jöttek elő.

Csoporttársam szerencsére időben belevetette magát az apartman keresésbe, mivel mindketten már korán eldöntöttük, hogyha már együtt megyünk, akkor kollégium helyett, inkább közösen fogunk bérelni lakást. Ennek megfelelően így tízheti lakhatást, fejenként közel havi 80 ezer forintért béreltünk Lublin szélén egy lakást. A lakás teljesen fel volt szerelve, valamint külön szobák is rendelkezésünkre álltak. Kilencheri gyakorlatot töltöttem Lublinban, valamint plusz egy hetet meghagytam magamnak szabadságnak. Sebészet-traumatológiát és neurológiát vettem fel gyakorlataimnak. Mindegyik gyakorlati helyen kedvesen fogadtak, és segítőkészek voltak. Lehetőségem volt évközi csoportokhoz csatlakoznom. Az eltöltött gyakorlati idő alatt

jó szakmai tapasztalatokat szerezhettem. 5 hetet töltöttem sebészetben, ahol asszisztálni műtéteken nem nagyon volt lehetőség, leginkább a nyelvi akadályok miatt, ezért legfőbb hangsúlyt az oktatásra helyezték. Neurológián négy hetet töltöttem, ahol nagyon készségesen fogadtak, és nagyon aktívan foglalkoztak velem. A neurológia gyakorlatot mindenkinek ajánlom, mivel az orvosok rengeteg lehetőséget nyújtanak az ismeretek bővítésére, és a gyakorlati tapasztalat megszerzésére.

Megérkezésünk első hetében minden délutánt a város megismerésével töltöttük. Lublin városa nagyon gyönyörű, és rengeteg lehetőség van a kikapcsolódásra. Számos étterem, pub, club nyújt helyet a lengyel ízek, és szokások megismerésére. Az árak a legtöbb helyen olcsóbbak, mint itthon. Nagyon jó ismeretségeket kötöttem mind a lengyel, mind a külföldi diákokkal, és a közvetlenség, és elfogadás amit tapasztaltam, nagyon megszerettette velem Lengyelországot. Ténylegesen foglalkoztat a gondolat, hogy a jövőben még visszamegyek, akár hosszabb időre.

Maga az Erasmus program egy teljesen új életmódba vezetett be engem. Az eltöltött tíz hét életre szóló élményeket adott nekem. Kezdeti nehézségek, amikkel szembe kellett nézni, mind arra volt jó, hogy a jövőben még alaposabban átgondoljam a szükséges lépéseket. Mindenkinek teljes szívből tudom ajánlani az Erasmus+ programot, valamint Lengyelországot.