

Campus Mundi szakmai gyakorlat Prága, 2017.

Sz ke Petronella vagyok,

a Debreceni Egyetem Gyógyszerésztudományi karának 4. éves hallgatója, és azért írtam ezt a kis beszámolót, hogy segíthessek és lelkesítsek minden más pályázót, aki akár gondolkozik, vagy akár már jelentkezett is, csak nem tudja, hogy mi lenne a legjobb választás.

A nyári szakmai gyakorlatom a Campus Mundinak ösztöndíjnak köszönhet en külföldön teljesíthettem, melyet ezúton is nagyon köszönök! A pályázás el tt 2 hónappal még nem is gondoltam volna, hogy Prágában fogok eltölteni egy szuper nyarat.

A programhoz minden lényeges információ, ajánlás és segítség a szervezet oldalán megtalálható, mely a pályázót segítve könnyed kezelést és jó átláthatóságot biztosít akár szakmai gyakorlathoz, akár rövid vagy hosszabb tanulmányi úthoz is. A jelentkezéshez szükségünk lesz nyelvvizsgára, megfelel motivációs levélre, önéletrajzra, és jó pár személyes okiratra illetve tanulmányainkat igazoló papírra. Ezek összegy jtéséhez és megírásához is segítséget nyújt a weblap, emellett bármikor fordulhatunk az egyetemünk Erasmus, Campus Mundi koordinátorához is, akik szintén szívélyes segítségben részesítenek. Végül, ha már a fogadó intézménnyel felvettük a kapcsolatot, akkor már csak a szerz déskötés maradt hátra. Ezeket mind papír, mind számítógépes formában teljesítenünk kell.

Miel tt a Campus Mundit megcsinálnánk, amely az egyik legjobb lehet ség külföldi tanulmányaink segítéséhez, érdemes az Erasmus+ ösztöndíjra is jelentkezni, ahol habár alacsonyabbak a kapott összegek, mégis könny elérhet ség párosul mellé.

Az oldal:



Csoporttársammal együtt jelentkeztünk az ösztöndíjra, akkor még nem tudva a végcélunkat. Sok levelezés és telefonálás volt szükséges, mire egy prágai patikára találtunk, amely a legszimpatikusabbnak t nt, így hát fellelkesülve és a szakmabeliek ajánlásával végül e mellett döntöttünk. A vizsgák közben nehézkes volt a jelentkezéssel kapcsolatos intézkedés, de nagy örömmel csináltuk a Campus Mundi szerz déskötését és a külföldi teend inket, utunkat várva.

Campus Mundi szakmai gyakorlat Prága, 2017.

A megfelelő albérlet megtalálása nehézkesnek bizonyult itthonról. De hát hol nem az?! Végül a központ közelében találtunk egy lakást barátanmmal elfogadható áron az ottani Katolikus egyház segítségével. (Nagyon fontos, hogy csak közvetítőn vagy ismerősön keresztül intézzük a lakás-bérléssel kapcsolatos ügyeket!)

Utazás



A legegyszerűbb és legköltséghatékonyabb módszere, hogy eljussunk Prágába a vonatút volt, így hát a MÁV keretein belül történt kiutazásunk. Az út 7 órás, Budapest-Keleti pályaudvarról indulva, de felszállhatunk emellett még Vácon, Nagymaros-Visegrádon illetve Szobon is. Utunk közben több nagyvároson is keresztül haladtunk, mint Pozsony és Brno. Ha van az embernek ideje és lehetősége, érdemes ezen helyeken is eltölteni pár napot

Prága



Maga a város káprázatos a maga régies és családi hangulatával. Szerencsére sok magas hely van ahonnan szemelgyönyörködtető a látvány. Nagyon sok felvidéki magyar is él itt, akikkel volt szerencsénk találkozni. Sok helyi történet, események, ismeretét köszönhetjük nekik, mint ahogy számos kulturális, szokásbéli dolgokat is bemutattak.

Campus Mundi szakmai gyakorlat Prága, 2017.



Túránk alatt hamar felfedeztük a legnépszerűbb helyeket így a Károly-hidat is többek között (háttérben látható) mint Prága nevezetességét, ahol gyakran megfordultunk szabadidőnkben. Emellett még számos híres látnivalót is.

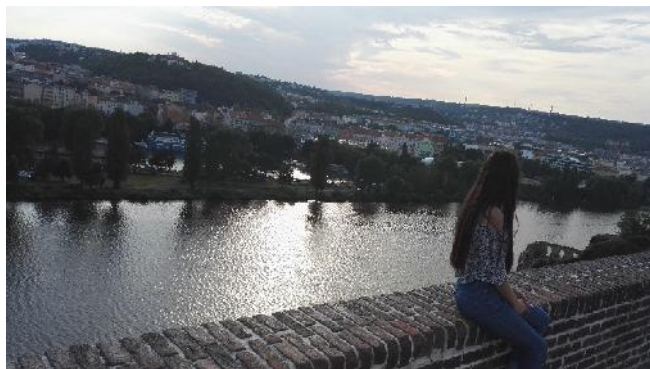
A Moldva nemcsak pihenést és felüdülést ad a helyieknek, illetve a turistáknak, hanem szórakozási lehetőséget: romantikus csónakázás, vízbiciklizés, álló szörfözés, és korzó is várja az ide látogatókat. Vagy csak csodálhatjuk este a kivilágított belvárost.



A királyi várnegyed is érdemes körbe járni nem csak a különböző művészeti és építészetbeli csodák, hanem a kilátás és az ott lévő tudományos és kulturális momentumok miatt is. A Szent Vitus székesegyháznak a város szinte minden pontjáról láthatóak hatalmas tornyai, és ajánlanám a toronyba a felmenetelt is. A Hradcsin negyedhez tartozik még a vár, a Királyi Palota, Szent György bazilika, Arany utcácska és a Daliborka torony, melyeket érdemes személyesen is megtekinteni, nem csak internetes képeken látni.

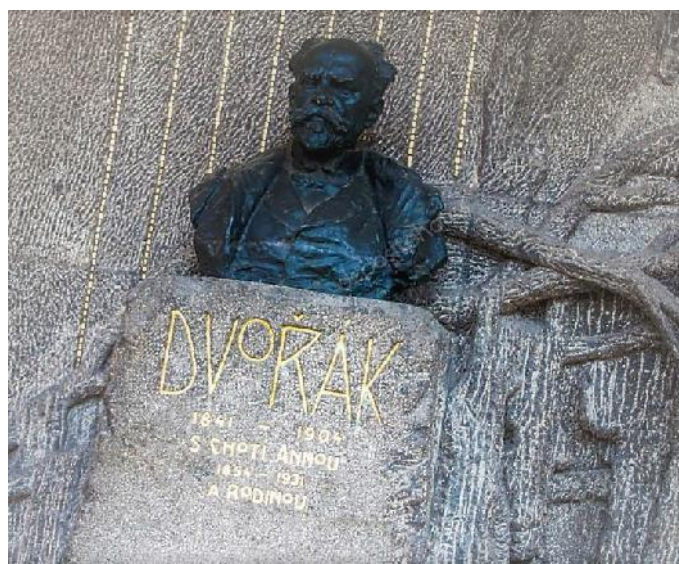


A Petrin-hegyi toronyból a kilátás, ahova gyalog, illetve siklóval is fel lehet jutni, bár érdemes inkább lefele menni a közlekedési eszközzel, mert a közlekedésség miatt felfele átlagosan 20-30percet is kell várni a 3perces úttal. Fent is rengeteg lakossal találkozhatunk mert közlekedési pihenő hely.



A Kampa-sziget, tv-torony, állatkert, Vencel-tér, Óváros tér, Táncoló ház, templomok, zsinagógák, múzeumok várják még a Prágába látogatókat látványosságként.

Prágai éttermekbe betérve tapasztalható, hogy nem sokban különbözik a konyhájuk a miénktől. Igen sok hús alapú ételt szolgálnak fel. Mindenhol megtalálható a népies sertésszelet, pörkölt, sült szalonna illetve kolbász, knédlivel és párolt káposztával, de gyakori a gulyás, a bécsi szelet, melyeket a helyiek és turisták többsége is szívesen fogyaszt. Ezek mellé nagyon jó csapolt cseh söroket szolgálnak fel, melyeket el ttünk préselt friss gyümölcsökkel ízesítve is kérhetjük.



A művészet iránt érdeklődők sem unatkozhatnak, hiszen számos múzeum, kiállítás található Prágában. Itt alkotott és hunyt el Antonín Dvořák és Bedřich Smetana cseh zeneszerzők, sírjuk Vysehrad temetőjében található. Múltán kerül megemlézésre Franz Kafka cseh születésű író, aki a 20. századi irodalom egyik legkiemelkedőbb alakja. Svejk, a derék katona. Igen sok kocsmá, söröző és étterem nevét képezi a cseh Jaroslav Hašek író regényalakja. Ezen helyeket Svejk szobrok és festmények is díszítik.

Gyakorlat



Prágában- ahol a Campus Mundi ösztöndíjnak köszönhet en 2 hónapos szakmai gyakorlatomat tölthettem el- nemcsak külföldi gyógyszerészekkel ismerkedhettem meg, de betekintést tehettem a cseh patikák mindennapjaiba és különféle gyógyszerkészítmények készítésébe is.

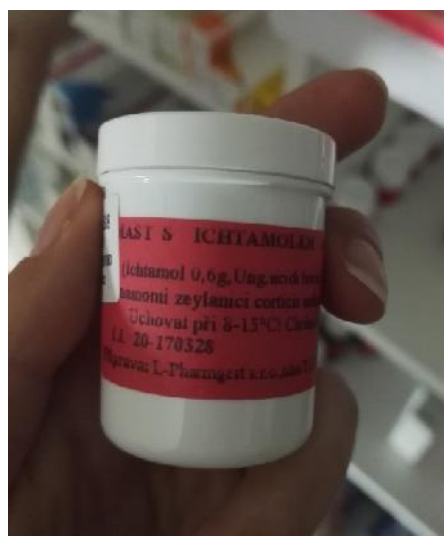
Az els munkanapon megismerkedtünk a gyógyszerészekkel, asszisztensekkel, a patika helyiségeivel, megbeszéltük a részleteket, és nagy lelkesedéssel kezdtük a napot. Heti 30 munkaórát teljesítettünk a szakmai gyakorlat alatt. Ezen id tartam alatt megismerkedtünk több csak Csehországban hivatalos gyógyszer-generikummal, az expediálás m veletével, gyógyszerrendeléssel és átvétellel.



Mind ezek mellett természetesen olyan munkafolyamatokat is elkeltett látnunk amik nem feltétlenül voltak a tanulmányainknak megfelelők, de hozzátartoznak egy gyógyszerész, patikus életéhez. Ilyenek voltak a pakolások, szortírozások és különféle válogatási, dobozolási feladatok, és néha még egy kis söprést is bevállaltunk.

A gyógyszerészek sokat meséltek az egyetemi követelményekről, diákéveikről a munka közben ezzel is oldva az akkor még rövid ismerettség miatti apró feszültséget. A kommunikáció angolul folyt, és habár kisebb kommunikációs nehézségek előfordultak, mert az asszisztensek angol nyelvtudása nem volt olyan tökéletes, mint a patika vezetőjének, de így is sikerült megértenünk és megismernünk egymást.

Az általunk választott patikában sajnos alig fordult el magisztrális gyógyszerkészítés, hiszen nagyüzemi méretekben készülnek az egyes kisebb kiszerelésű gyógyszerformák gyártása is manapság, de azért volt részünk ilyenben is.



Csehországban már jóideje érvényben van az E-recept, amely véleményük szerint egy kisebb áttörés a közegészségügyben. Ezáltal kiküszöbölhetők a beteg gyógyszer-túladagolása, -interakciói. A patika jó elhelyezkedése miatt - hiszen a városközpontban, a Vencel-tér mellett van - igen sok turista fordult meg nap mint nap.

Sok a hazai gyógyszertárakban is megtalálható gyógyszerkészítmény van forgalomban Csehországban is (pl. Advil, Aspirin, Coldrex, Robitussin, Strepsils). Cseh gyógyszerek a Migralgin, Apo-ibuprofen, Mugotussol, Endaron.

A gyakorlatok után pedig felfedeztük a város nevezetes és kevésbé az eldugottabb helyeit is. A hétvégéken távolabbi helyekre is kirándultunk



Tömegközlekedés



A prágai tömegközlekedés nagyon jó, talán az egyik legjobb Európa fő városai közül, mind pontosságban, kényelemben és nem utolsósorban kedvező ára miatt. Diák bérletet (~3800Ft) az ottani egyetemen tanulók vásárolhatnak. Mivel szakmai gyakorlatot végeztem, így felntt bérletet kellett vásárolnom 8400 Ft értékben.

3 metróvonal található a városban: zöld, sárga, piros. Hajnal 5-től 1 éjfélig járnak, csúcsidőben 3 percenként, a hétvégi, illetve az éjszakai járatok pedig 5-10 perces gyakorisággal közlekednek. Hasonló gyakorisággal járnak a villamosok is, amivel a város különböző részeire szintén el lehet jutni. A városközpont közelében kevés buszt látni, viszont ugyanúgy, mint a metrók és villamosok esetében, nappali és éjszakai járat is közlekedik, amelyekkel Prága környező településeire könnyebb az eljutás.

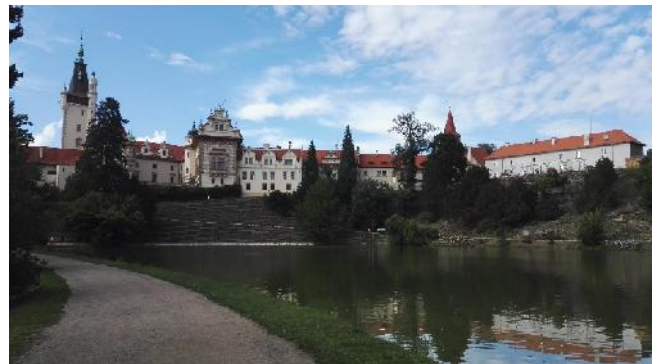


Kirándulás

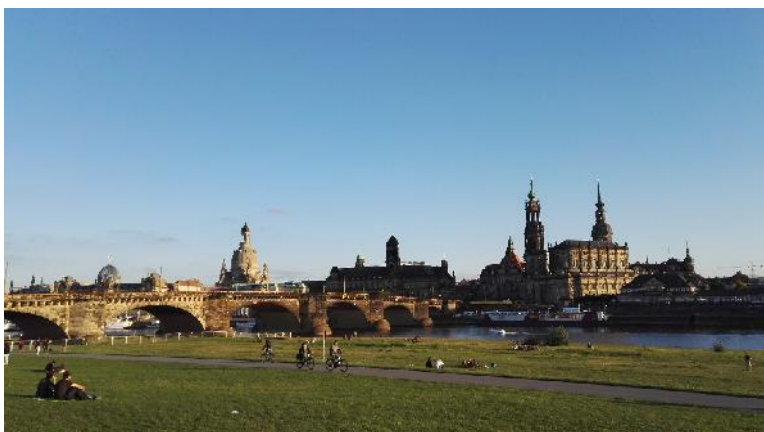
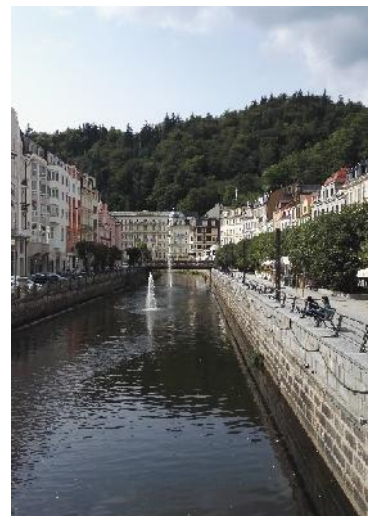


Ha pedig már Prága főbb nevezetességeit megtekintettük, akkor érdemes a környező városokba elnézni, mint Karlstejn, amely gótikus váráról híres, illetve egy kis kirándulást követően eljuthatunk 3 tengerszemhez: Lom Mala Amerika, Lom Mexico és Lom Velka Amerika.

Pruhonice, amely a mesefilmek forgatási helye, nem csoda, hisz gyönyörű kastély található is kerttel, rózsalugassal, hatalmas tóval és erdő résszel.



Karlovy Varyt, a híres gyógyfürdő várost sem érdemes kihagyni. Gyönyörű sétány, kertek, kolonnádák találhatóak itt. A város híres fürdő ostyájáról, nemzetközi filmfesztiválról és a Becherovkáról.



Drezdába is érdemes ellátogatni, ha már a cseh fővárosban vagyunk a város közelsége és a barokk stílusú épületek látványa miatt is.

Zárásként

A Campus Mundinak köszönhet en egy szuper nyarat tudhatok magam mögött, hiszen a kellemest a hasznossal ötvözhettem. Amit ezúton is szeretnék megköszönni a szervezetnek!

A külföldi gyakorlat szakmailag nagyban hozzájárult a tanulmányaimhoz, a nyelvtudásom szinten tartásához és fejlődéséhez és száámos nemzetközi kapcsolat kiépítéséhez is melyek a további pályám alatt is segíthetnek engem. Ugyanakkor az önálló gondolkodásmód, helytállás tekintetében is fejlődtem, nem is keveset ez idő alatt

Egy szuper élményként marad meg a kint töltött idő minden perce. Mindenkinek csak ajánlani tudom, hogy próbálja ki magát külföldön, szakmai gyakorlaton, rövid tanulmányúton vagy akár egy szemesztert kint töltve, hiszen hatalmas élményt, kihívást, tapasztalatot nyújt egy idegen város, ország felfedezése, illetve más kultúrában élő emberek megismerése és a közöttük való élés.

Mindenkinek sok szerencsét és sikert kívánok a jövőben az álmai megvalósításához!

