

Kövér Zsófia

(2022.07.17-08.06.)

Nagy örömmel töltött el mikor megtudtam, hogy egyike vagyok azon szerencsés diákoknak, akik nyári gyakorlatukat Németországban, azon belül Chemnitzben egy idősök otthonában végezhetik. Az indulás előtti hetekben egy iskolában tartott megbeszélés keretein belül minden lényeges információval elláttak bennünket Tanáraink, és a kint töltött idő alatt is végig a segítségünkre voltak.

Július 17-én fél 10 magasságában izgatottan szálltunk be a kisbuszba a Keleti pályaudvarnál, majd vágunk neki a körülbelül 8 órás utunknak Varga Gabriella tanárnő kíséretében. Az út során volt időnk összeismerkedni, összeszokni a többiekkel, nagyon izgultunk, hogy mi vár ránk kint, milyen lesz ez a 3 hét.



Délután, olyan 5 óra magasságában érkeztünk meg a szállásunkra, ahol Regina várt bennünket, aki szintén a META diákja volt. Tőle kaptuk meg a szobáink kulcsait, és egy kis körbevezetést a lakhelyünkön. Velünk egy időben rajtunk kívül voltak még itt Kínából, Franciaországból és Spanyolországból is diákok.

A szállásunk egy 4 személyes emeletes ágyakkal ellátott kis lakás volt, amihez egy konyha is tartozott hűtőszekrénnel, valamint egy nagyon helyes fürdőszoba. Miután nagyjából berendezkedtünk, kipakoltunk, indultuk is vacsorázni a Kantinba, ahol meleg étellel fogadtak bennünket. Vacsora közben sokat beszélgettünk, érződött, hogy egy nagyon jó kis csapat tagja lettem. Visszatérve a szobánkba még pakolással telt az este, majd viszonylag későn nyugovóra tértünk.

Másnap reggel az ottani mentorunkkal Marinával találkoztunk, majd indultunk el reggelizni a már ismert étterembe. A továbbiakban hidegcsomag formájában kaptuk a reggelinket, mert nagyon korán, már fél 6-kor indultunk az otthonba. Ezen a napon étkezés után egy kis papírmunka várt ránk. A FUU irodában Marina átadta nekünk a bérleteinket, amit az ott

tartózkodásunk alatt tudunk használni egész Németország területén, bármelyik tömegközlekedési eszközön (többnyire). Házi rendet és egyéb fontos dokumentumokat kellett aláírjunk, valamint nagy vonalakban ismertették velünk a 3 hét menetét. A rövid ismertető után városnézésre indultunk, ahol Chemnitz nevezetességeit csodálhattuk meg. Nagy örömünkre betekintést nyerhettünk egy helyi szimfonikus zenekar próbájába, ezen a héten ugyanis Chemnitzben városhét zajlott. A közös napot egy ebéddel zártuk, majd a délután folyamán volt lehetőségünk egy kicsit önállóan is felfedezni a környéket. Este már időben indultunk aludni, hiszen másnap már kezdődött az igazi munka.

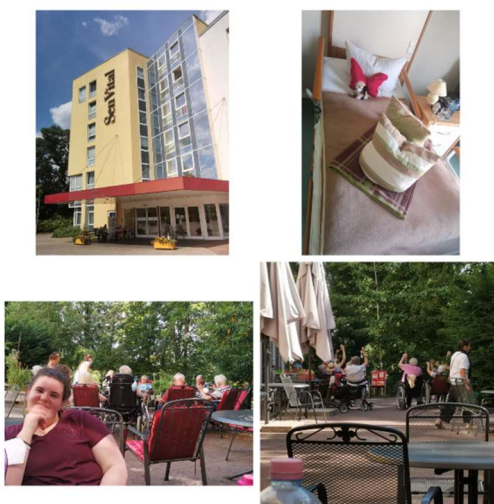


Kedden reggel 8 órára mentünk a SenVital nevezetű idősök otthonába, ahol nagy szeretettel vártak bennünket. Egy pár papír kitöltése után egy helyi ápoló vezetett minket körbe az épület területén. Az otthon eredetileg 4 csillagos szállodaként funkcionált, majd később ez került átalakításra. Nagyon modern és rendezett hely, ahol 6 emeleten összesen 186 szoba helyezkedik el. Ebből 146 egyszemélyes és 20 kétszemélyes. A szép épülethez tartozott 2 üveglift, egy nagyon szépen kialakított étterem, ahol mi is ebédeltünk minden nap munka után, valamint egy igen rendezett és nagy terasz, tele szebbnél szebb virágokkal. Minden emeletnek volt egy saját, közös konyharésze, ahol a vendégek minden étkezést közösen tölthettek, valamint minden nap különböző elfoglaltságra invitálták őket a délelőtti folyamán. Volt kézműves foglalkozás, „agytorna”, zenedélelőtt és sok más klassz program.

Az otthonban mindegyikünk külön emeleteken dolgozott, de a szüneteket 10 órakor mindig együtt tudtuk tölteni. Első nap egyik osztálytársammal, Szonjával közös emeleten munkálkodtunk, ami kezdésnek nagyon jó volt, hiszen nem voltunk egyből csak magunkra utalva.

Minden egyes napot egy covid gyorstesztel kellett kezdjünk. Első héten a mellém beosztott helyi ápolókat követtem, segítettem nekik, a kezük alá dolgoztam inkább. Mindenki nagyon barátságos és segítőkész volt velem. Az első héten még kicsit dőcögősebben ment a kommunikáció, át kellett állni a német nyelv használatára. Eleinte angolul és németül beszélgettem a kollégákkal, de hétvégére sikerült elkapjam a fonalat és minden gördülékenyebben ment.

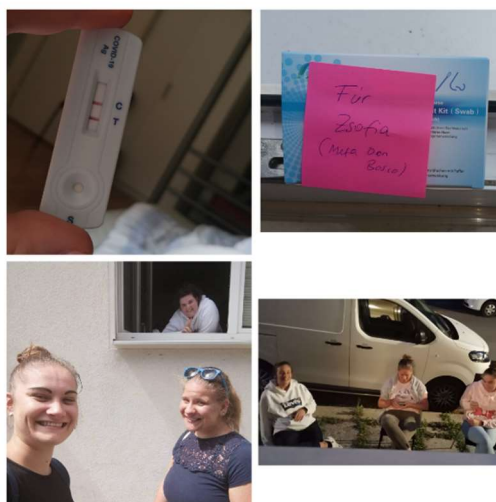
A napi teendő nagyjából minden lakónál egyformának bizonyult, de természetesen nincs két egyforma ember. Az én szintemen egy-két vendég kivételével mindenki önellátó volt. A mi feladataink közé tartozott az idősök ébresztése, mosdatása, amit többnyire a velem dolgozó ápolók végeztek, én ez idő alatt pedig beágyaztam és rendet raktam az adott személy szobájában. A reggeli rutin eljárások után mindenkit kikísértem az ebédlőbe, és akinek kellett segítettem az étkezésben is.



A későbbiekben az ott dolgozók már egyre több feladattal bíztak meg, sok dolog volt, amit önállóan is végezhettem. Minden reggel kaptunk egy listát azokról a szobákról, amiket rendbe kellett rakjunk, ezeket felosztottuk egymás között, így gyorsabban is haladtunk. Részt vettem az idősök fürdetésében, pelenkázásában és mobilizálásában egyaránt. Sok olyan fogást is tanultam, amit később a gyógymasszőri tanulmányaim során is alkalmazhatok majd. Lehetőségem volt olyan korszerű és modern gépekkel dolgozni, mint például különböző eszközök és ágytálcák sterilizálója, vagy éppen egy fürdetőkád. Számomra az egyik legérdekesebb eseménynek egy katétercsere bizonyult, először láthattam élőben a menetet és részt is vehettem a folyamatban.

A lakók egytől egyik nagyon kedvesek és megértőek voltak velem, sokat beszélgettem velük, voltak, akik mesélték milyen sokszor nyaraltak nálunk Magyarországon a Balatonnál vagy éppen Hévízen, és mennyire szerettek idejárni. Többen név szerint köszöntek a folyosón vagy lent az aulában, ha megláttak, mindenkinek volt néhány kedves szava felém. Egy kedves bent lakó nénivel, ha lehet így fogalmazni nagyon jóba lettünk. A 3 hetet szinte végig vele töltöttem az ő kérésére, sokat mesélt az unokáiról, családjáról és fiatalkoráról. Jól esett, hogy így ragaszkodott hozzám.

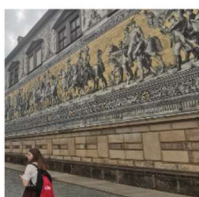
Sajnos ebben az időszakban Németországban ismét felütötte a fejét a koronavírus, ez nem kerülte el az otthon sem. Szomorúsággal töltött el, hogy több emeletemen lakó is megfertőződött, sőt olyan is volt, akit elvesztettünk emiatt. Róluk a SenVital összes dolgozója szép megemlékezést tartott. Én is belecsöppentem azok közé, akik lebetegedtek, így a második hetemet karanténban töltöttem a szálláson. A lányoknak másik szobába kellett költözniük, de szerencse a szerencsétlenségemben, hogy ők legalább nem kapták el. Eleinte nagyon meg voltam ijedve, hiszen nekem nagyon új volt ez a kellemetlen élmény, ez volt az első covidos megbetegedésem. Rossz volt, hogy távol a családtól egyedül, egy másik országban kell átvészeljem mindezt. Szerencsére az FUU iroda dolgozói és a lányok is sokat segítettek, tartották bennem a lelket. Adri, Regi és Szonja minden délután meséltek nekem az ablak alatt az aznapi történetekről, miket csináltak, vagy éppen bevásároltak nekem, ha szükség volt rá.



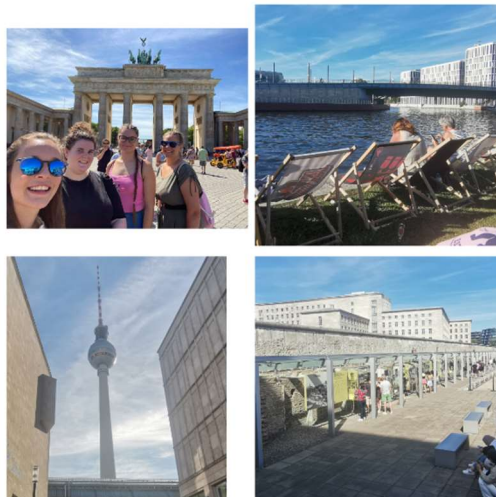
Az egy hetes kényszerpihenő után újult erővel térhettem vissza a munkába. Ennyi kihagyás után nem sok időt töltöttem már az otthonban, de a maradék 4 napot igyekeztem legjobb tudásom szerint végrehajtani és úgy dolgozni, mint ahogy előtte is tettem. A 3 hét végére már szinte teljesen egyedül munkálkodtam, már nem kellett kérdezzek vagy éppen megmondják, hogy mit kell csináljak. Szépen kiismertem a többiek munkájának menetét. Az

utolsó munkanapon elkészítettük a lakóktól és a kollégáktól egyaránt. Volt, aki megjegyezte, hogy reméli találkozunk még, vagy éppen a munkánkat és hozzáállásunkat dicsérték.

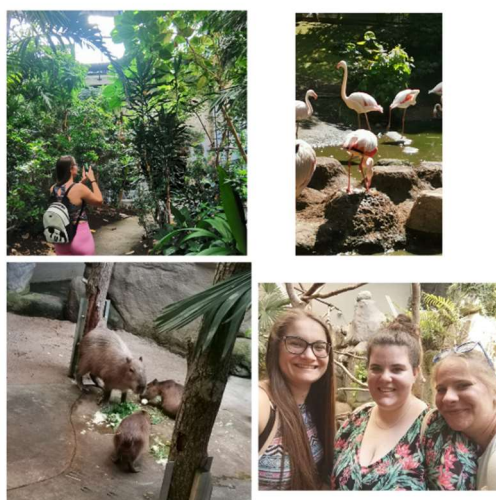
A kint töltött idő alatt lehetőségünk adódott egy két nagyvárosba is elutazni. Jártunk Drezdában, Berlinben és a többiek Lipcsében is, ám oda sajnos a karantén miatt nem tarthattam velük. Vonattal indultunk Drezdába egy másik mentorunk Vasco és Regina kíséretében. Egy órás út után a város központjában sétáltunk hosszan, gyönyörű épületek és egyéb nevezetességek vártak ránk. Ezután volt egy pár óránk, amit szabadon tölthettünk. Nekünk a lányokkal egy jó nagy adag jegeskávéra esett a választásunk első körben, majd a kötelező hűtőmágnes és egyéb ajándékok beszerzését tűztük ki célnak.



Másnap csak mi négyen szerveztünk magunknak egy újabb kiruccanást ezúttal Berlinbe. Ide már viszonylag egész hosszú volt a vonatutunk. Körülbelül négyszer kellett átszálljunk és becsúsztunk egy 2 és fél órás késés is, de végül odaértünk. Itt is a fő nevezetességek felkutatása volt a célunk, így jártunk a berlini falnál, a brandenburgi kapunál, megnéztük az Alexander Platz-ot is, majd végül a tévétornyot. A Gustav-Heineman hídnál volt lehetőségünk megpihenni a Spree partján elhelyezett napozóágyakon, itt nagyon jó volt a hangulat. Zenével és sok fiatal társaságban töltöttük a maradék időnket mielőtt visszaindultunk volna Chemnitzbe.



Az utolsó kirándulós napunkat a chemnitzi állatkert felkutatásával töltöttük. A helyszín inkább hasonlított egy kisebb vadasparkra, de sok érdekességgel találkozhattunk. Mint a többi utunk, ez is nagyon jó hangulatban telt a lányokkal.



A hazautazás előtti napon pénteken, reggeli után ismét a FUU irodába találkoztunk a mentorainkkal, valamint az iroda vezetőjével. Ismét papírokat töltöttünk ki, majd átvehettük az okleveleinket is. Ezután egy kisebb ünnepi ebéddel vártak minket a kávézóban, majd Vasco elvitt bennünket bowlingozni. A jó kedv itt is adott volt természetesen. A szállásra visszatérve elkezdtünk becsomagolni és takarítani, hiszen másnap délelőtt indultunk haza.



Mint mindig, most is nagyon nehéz volt búcsú. Reginával nagyon jóba lettünk, és vagyunk a mai napig is. A telekocsi 11 óra magasságában jött értünk és indultunk is. Hazafele az utunk hosszabbra sikeredett, Csehországban nagy dugóba keveredtünk, így végül este 8 órára érkeztünk meg Budapestre.

Összességében nagyon örülök neki, hogy adódott egy ilyen remek lehetőségem, amivel külföldön tölthettem a gyakorlatomat. Nagyon sok élménnyel és tapasztalattal gazdagodtam. Sokat fejlődtem nyelvtudásban és szakmailag egyaránt. Külön örülök, hogy az út során új barátokra, bizalmasokra tehettem szert a lányok személyében. Mindenkinek csak ajánlani tudom az Erasmus+-t!

