

<p>MIEJSCE PRAKTYKI</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kraj ▪ Miasto ▪ Nazwa instytucji przyjmującej (jeżeli szpital jest placówką uniwersytecką, najpierw nazwa uniwersytetu) <p>CZAS TRWANIA MOBILNOŚCI</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Data początkowa/data końcowa 	<p>MIEJSCE PRAKTYKI</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Słowenia ▪ Ljubljana ▪ University of Ljubljana <p>CZAS TRWANIA MOBILNOŚCI</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 25.07.2022 – 25.09.2022
<p>JĘZYK PRAKTYKI</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ w jaki sposób przebiegała komunikacja z pacjentami 	<p>JĘZYK PRAKTYKI</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Komunikacja z pracownikami szpitala przebiegała w języku angielskim. Z co niektórymi pacjentami także można było zebrać wywiad w tym języku.
<p>CO ZAPEWNIŁA PLACÓWKA PRZYJMUJĄCA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ fartuchy ▪ zakwaterowanie ▪ posiłki ▪ zniżki (na co?) ▪ inne (proszę wymienić) 	<p>CO ZAPEWNIŁA PLACÓWKA PRZYJMUJĄCA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Placówka przyjmująca w zapewniła mi wraz z legitymacją studencką dostęp do szafki w szpitalnej garderobie. Poza tym za potwierdzeniem, że jestem studentem z wymiany umożliwiono mi ubieganie się o miejsce w akademiku oraz mogłem uzyskać zniżki na jedzenie z programu rządowego „Študentska prehrana”.
<p>DODATKOWE WYMAGANIA ZE STRONY PLACÓWKI</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ dodatkowe ubezpieczenie (jakie?) ▪ badania lekarskie (jakie?) ▪ zaświadczenie o niekaralności ▪ certyfikat językowy ▪ inne (proszę wymienić) 	<p>DODATKOWE WYMAGANIA ZE STRONY PLACÓWKI</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Uczelnia przyjmująca nie wymagała dodatkowych dokumentów ponad te wymagane przez UMed Łódź.
<p>ZAKWATEROWANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ pokój w akademiku ▪ pokój w dzielonym mieszkaniu/domu (dzielone z kim?) ▪ pokój pracowniczy przy szpitalu ▪ inne (proszę wymienić?) 	<p>ZAKWATEROWANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Udało mi się uzyskać dwuosobowy pokój w akademiku, który współdzieliłem z kolegą z grupy dziekańskiej z którym byłem na wymianie. Akademiki oferują dwa rodzaje zamieszkania. Apartamenty 4-osobowe z dwoma pokojami dwuosobowymi lub pojedyncze pokoje dwuosobowe z częściami wspólnymi na korytarzach. Osobiście polecam tę drugą opcję bo części wspólne tj. kuchnia, toalety i prysznice w moim akademiku były codziennie czyszczone przez panie z obsługi przez co akademik był przez większość czasu w bardzo dobrym stanie. Istotne jest też, że istnieją dwa ośrodki domów akademickich w mieście. Jeden w Bežigradzie, a drugi w

	<p>Rożnej Dolinie. Choć oba są w tej samej odległości od szpitala to polecam Rożną Dolinę z której jest blisko do starówki gdzie toczy się studenckie życie, ma darmowe boiska do siatkówki plażowej, zewnętrzną i wewnętrzną siłownię i generalnie jest położona w urokliwej okolicy niedaleko gigantycznego parku Tivoli. Za mój pokój płaciłem w 2022 r. trochę poniżej 140 EUR co było najtańszą możliwą opcją w porównaniu z wynajmem pokoju na stacji, całego mieszkania czy innych hosteli. Jedynym mankamentem był fakt, że przed przyjazdem tutaj nie mieliśmy zagwarantowane z kolegą, że zostaniemy przydzieleni do tego samego pokoju. Jednak po dotarciu do Ljubljany okazało się, że latem akademiki świecą pustkami i tak naprawdę to nie było się czego obawiać.</p>
<p>SPOSÓB ZNALEZIENIA MIESZAKNIA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ strona internetowa (podaj adres) ▪ pomoc ze strony placówki przyjmującej (jaka?) ▪ organizacja studencka/polonijna ▪ inny (proszę opisać) ▪ jeżeli napotkałaś/eś jakieś kłopoty to jakie? 	<p>SPOSÓB ZNALEZIENIA MIESZAKNIA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Napisałem maila do biura akademików uczelni. Można go znaleźć, wraz z wszystkimi niezbędnymi informacjami, na tej stronie internetowej: https://www.stud-dom-lj.si/
<p>DOJAZD DO PLACÓWKI Z MIEJSCA ZAMIESZKANIA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Komunikacja miejska (jaka?) ▪ Rower ▪ Pieszo 	<p>DOJAZD DO PLACÓWKI Z MIEJSCA ZAMIESZKANIA</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Opcje poruszania się po mieście są trzy. Pierwsza, całkiem atrakcyjna, to chodzenie pieszo. Ljubljana to małe, w porównaniu z Łodzią miasto i często zdarzało mi się wracać do domu studenckiego ze szpitala właśnie na piechotę. Choć jest to 40 minutowa przechadzka to po drodze często wstępowałem jeszcze do sklepów czy na obiad do restauracji korzystając ze „Študentskiej prehrany”. Samo miasto jest też bardzo urokliwe i droga do domu przechodziła przez centralne punkty turystyczne co tym bardziej zachęcało do spacerów. ▪ Drugą, i chyba najlepszą opcją, są rowery miejskie. Sieć stacji jest na tyle gęsta, że bez trudu dostać się można gdzie się tylko chce korzystając z rowerów. Roczna subskrypcja usługi kosztuje tylko 3 EUR, a i same pojazdy, choć bez przerutek, są generalnie w dobrym stanie. Z rowerem można się wszędzie dostać w przeciągu 15 minut. ▪ Kolejnym rozwiązaniem są też autobusy. To jedyna forma komunikacji miejskiej funkcjonująca w Ljublanie.

	<p>Jest też zarazem najdroższa. Bilet kosztuje 1,30 EUR na jeden przejazd do 90 min. Niestety sieć autobusowa jest słabo rozwinięta, a same autobusy jeżdżą stosunkowo rzadko co w dodatku z dużymi kosztami moim zdaniem całkowicie wyklucza tę formę poruszania się po mieście. Można także kupić bilet miesięczny i jego koszt wynosi około 30 EUR. Jednak jak pisałem średnio jest to korzystne rozwiązanie biorąc pod uwagę alternatywy.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ W mieście funkcjonują też rzecz jasna hulajnogi elektryczne, taksówki i inne „Ubery”, ale nie korzystałem z ich usług.
<p>WYŻYWIENIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ posiłki domowe ▪ stołówka ▪ jedzenie na mieście ▪ jakie potrawy regionalne jadłaś/eś? ▪ co ci smakowało? ▪ co ci nie smakowało? 	<p>WYŻYWIENIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ W zasadzie chyba jeden z kluczowych punktów bycia studentem w Słowenii. Dwa magiczne słowa: „Študentska prehrana” otwierają ogromne możliwości żywienia się na mieście. Jest to rządowy program dofinansowań posiłków dla studentów, dzięki któremu za wszystkie dania w restauracjach biorących w nim udział zapłaciłem od 2 do 4,5 EUR. Wybór jest gigantyczny: od tłustego, bałkańskiego ćevapčići, poprzez duże i smaczne pizze oraz hamburgery na wegańskich szwedzkich stołach kończąc. Warto się zainteresować tym programem i tym jak uzyskać tzw. „boni” już na samym początku wymiany. W moim przypadku musiałem gotować dla siebie tylko raz przez 2 miesiące spędzone tutaj. Warto dodać, że jest to też bardzo ekonomiczna opcja, biorąc pod uwagę, że ceny produktów żywnościowych w Słowenii są jednak droższe od Polski.
<p>OPIS PRZEBIEGU PRAKTYK</p>	<p>OPIS PRZEBIEGU PRAKTYK</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Praktyki były w szpitalu były w dużym skrócie „różne” jeżeli chodzi o ich jakość. W zależności od katedry, oddziału czy rzecz jasna poszczególnych lekarzy moje zajęcia bardzo się różniły. Raz zdarzyło mi się siedzieć 5h w ultrasonograficznym pokoju badań bez zamienienia z profesorem prowadzącym badanie ani jednego słowa czy też słuchać pacjentów w izbach przyjęć z tylko jednym zdaniem wyjaśnienia od lekarza przyjmującego. Innym razem obserwowałem operacje urologiczne zza pleców chirurgów, patrzyłem na obraz z laparoskopu na ciekawe zabiegi czy też oglądałem cesarskie cięcie przez szybę (nie pozwolono mi wejść na salę, jednak na szczęście

widok był bardzo dobry). Z drugiej strony udało mi się też zaszyć jedną stopę na SORze, zaintubować maską krtaniową kilka razy, zbadać noworodka od stóp do głowy (czego niestety na zajęciach z ginekologii u nas się nie nauczyłem), założyć kilkanaście cewników, kompleksowo omówić pacjentów z co miłszymi lekarzami, zrobić dwa badanie USG na ciężarnych, zastosować chwyt Leopolda i wiele, wiele innych. Sprawa chyba oczywista, że jakość praktyk w dużej mierze zależała od tego jak bardzo chce się coś zrobić i jakie się będzie miało szczęście w znalezieniu kogoś, kto chciałby cię czegoś nauczyć. W tym Słowenia nie różni się od Polski.

FORMA SPĘDZANIA WOLNEGO CZASU

Opis, linki, motywacja, ceny, możliwości

FORMA SPĘDZANIA WOLNEGO CZASU

- Form aktywności poza szpitalem jest bardzo wiele. W samej Ljubljanie jest sporo muzeów wartych odwiedzenia oraz zabytków wartych zobaczenia, okolice parku Tivoli idealnie nadają się do biegania, a boiska do siatkówki plażowej były miejscem, w których spędzałem do 2h dziennie nawet 3 razy w tygodniu. Rzecz jasna jest też studencki „night life” z różnymi barami, klubami, czy innymi „schodkami” gdzie można poznać ciekawych ludzi i dobrze się zabawić.
- Poza samą stolicą istnieje dużo kierunków na jedno- do kilkudniowych wycieczek. Słowenia to kraj z pięknymi górami z mnogimi poziomami trudności. Od prostych, ale męczących podejść do via ferrat na których trzeba mieć odpowiedni sprzęt do wspinaczki. Poza tym jest też Adriatyk z Pulą, Izolą i Koprem, do których dojazd jest bardzo tani w weekendy, ze względu na niżki, i nie zajmuje dłużej niż 1,5-2h. Istnieje też możliwość odwiedzenia Zagrzebia, Triestu, czy jeżeli ktoś ma więcej czasu i najlepiej samochód nawet Wenecji czy innych pobliskich ośrodków miejskich.
- Dla wszystkich fanów cudów natury są też, poza górami, kaniony z turkusowymi rzekami, piękne polodowcowe jeziora z Bledem i Bohinem na czele, potężne wodospady czy też gargantuiczne jaskinie ciągnące się na setki kilometrów. Miłośnicy historii z kolei na pewno dobrze spędzą czas w licznych Habsburskich zamkach, fortyfikacjach z czasów I WŚ, pamiątkowych miejscach z czasów Jugosławii czy także Rzymskich ruinach rozsianych mnogo w całej okolicy.

Jakie Twoim zdaniem odniosłaś/eś

KORZYŚCI Z PRAKTYKI ZAGRANICZNEJ

KORZYŚCI Z PRAKTYKI ZAGRANICZNEJ

- Lista korzyści jest dosyć długa i nie chcę się przesadnie rozpisywać, ale w dużym skrócie zawiera ona co następuje: mogłem skorzystać w praktyce z języka angielskiego, poznać nowych ludzi i powymieniać się z nimi doświadczeniami oraz poglądami na życie, zwiedzić wspaniały kraj, spędzić lato w ciepłym klimacie, zjeść dużo rozmaitych dań, których w Polsce pewnie bym nie spróbował, nauczyć się co nieco w szpitalu, dostać całkiem pokaźne stypendium, które prawie w całości pokryło koszty życia tutaj wraz z wszystkimi atrakcjami, doceniłem mój ojczysty kraj i mi moje miasto ale także poczułem dużą więź z pozostałymi ludźmi z Europy, którzy zaskakująco nie różnią się od nas tak wiele jak czasami się to przedstawia, zobaczyłem co można by u nas usprawnić, jak niektóre rzeczy robi się w innych krajach inaczej oraz w duuuużym podsumowaniu spędziłem najlepszym wakacje w moim życiu!

Opisz wpływ Mobilności jako takiej na ciebie, placówkę macierzystą UML i placówkę partnerską/przyjmującą.

- Wymiana skłoniła mnie osobiście do kilku ciekawych refleksji. Uświadomiłem sobie, że wszyscy, nieważne czy jesteśmy z Polski czy Słowenii, Norwegii czy Bułgarii, Ukrainy czy Portugalii wiemy podobne życia, mamy podobne marzenia, nie nastawiamy się na porażkę innych i nie próbujemy się wzajemnie wykorzystywać. Możemy łatwo się ze sobą dogadać oraz miło spędzić czas oraz działać wspólnie i pomagać sobie wzajemnie realizować nasze cele. Cieszę się, że urodziłem się w Europie, miejscu z takim bogactwem kulturalnym i przyrodniczym, z tak wspaniałą historią, która choć czasem skomplikowana, to ostatecznie bardziej łącząca niż dzieląca ludzi. Mam nadzieję, że wszyscy z którymi miałem okazję się spotkać, tak samo jak ja, będą raczej dążyć do polepszania naszego wspólnego dziedzictwa, pracować ku dobru nas wszystkich i w przyszłości będą bardziej wyrozumiałymi dla różnic, które mimo wszystko (i dobrze!) między nami istnieją. Nie mam jednak zielonego pojęcia jak moja wymiana wpłynęła na UMed Łódź czy też Uniwersytet w Ljubljanie. To chyba nie jest odpowiednie pytanie do mnie, tylko do pracowników z którymi mogłem mieć kontakt w czasie mojego dwumiesięcznego doświadczenia.

<p>Czy program Erasmus + Mobilność Praktyka zwiększa zdolność współpracy międzynarodowej UML?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tak jak powyżej, nie mam bladego pojęcia i nie jest to pytanie, które powinno być skierowane do mnie. Osobiście raczej nie planuję, jako student 6-tego roku, niewyobrażalnej w skali kooperacji międzynarodowej między UMedem a Uniwersytetem w Ljublanie czy to w kontekście jakiś badań naukowych czy czegokolwiek innego.
<p>Podaj przykład działań podjętych przez Ciebie w celu podzielenia się zdobytym doświadczeniem z mobilności z innymi osobami.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Co tydzień chyba wielokrotnie pisałem do moich kolegów i koleżanek z grupy, czy także spoza uczelni jak mi się tu wiedzie i raczej nie szczędziłem superlatyw. Poza tym pewnie do końca życia będę co jakiś czas wplatał do konwersacji „[...] a bo jak byłem w Ljublanie to [...]” albo „[...] za to w [tu wstawić nazwę innego europejskiego państwa] robią to/myślą w taki sposób [...]”.