**8-12.05.2023 – Porto (Portugalia), Uniwersytet w Porto**

Miałam okazję uczestniczyć, wraz z dwiema koleżankami z Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu, w kilkudniowym wyjeździe w ramach programu Erasmus+ do Portugalii. Instytucją goszczącą był Uniwersytet w Porto, a dokładniej Instytut Nauk Biomedycznych im. Abla Salazara (ICBAS).

Osobami, które podjęły nas na Uniwersytecie w Porto byli pracownicy Centrum Mobilności Studentów tamtejszej uczelni. Pierwszego dnia zapoznałam się ze strukturą Uniwersytetu,  z jednostkami, które wchodzą w jego skład oraz z ofertą, jaką ICBAS proponuje studentom. W ramach wymiany informacji, opowiedziałam o Uniwersytecie Medycznym w Łodzi, ale również starałam się przybliżyć „w pigułce” pewne informacje dotyczące naszego miasta.

Kolejne dni upłynęły na spotkaniach z przedstawicielami różnych działów Uniwersytetu, na wymianie doświadczeń i ocenie pewnych rozwiązań, które proponowane są studentom. Poznałam działanie i obowiązki tamtejszego Działu ds. Bytowych Studentów, Centrum Studiów Międzynarodowych, Centrum Mobilności Studentów (a więc także programu Erasmus), Centrum Obsługi Doktorantów, a także Działu BHP. Zostało również zorganizowane spotkanie z psychologiem, który od kilku lat jest zatrudniony na uczelni w ramach codziennego wsparcia studentów.

Wszystkie spotkania były przygotowane rzetelnie i profesjonalnie, uzyskałam odpowiedzi na wszystkie zadawane pytania, dzięki czemu mogę ocenić współpracę z ICBAS bardzo pozytywnie.

Zaciekawił mnie fakt, że studenci różnych kierunków medycznych na ICBAS, w tym medycyny, są zachęcani do rozwoju również pod kątem humanistycznym i w zakresie sztuk pięknych, na przykład w toku nauki mogą wybrać taki przedmiot jak poezja. Kolejna ciekawa według mnie sprawa to prowadzenie i promowanie, w ramach ergonomii pracy, wśród pracowników biurowych Uniwersytetu ćwiczeń fizycznych o umiarkowanej intensywności dwa razy w tygodniu po 15 minut rano, w trakcie pracy.

Uważam wyjazd do Porto za niezwykle cenne doświadczenie, które pozwoliło mi nie tylko poznać zasady funkcjonowania innego, dość odległego geograficznie, uniwersytetu, ocenić podobieństwa i różnice, ale również zaczerpnąć pewne pomysły odnośnie funkcjonowania akademika, w którym pracuję, a co może zaowocować wprowadzeniem pewnych pozytywnych rozwiązań. Bezcenna była również możliwość obcowania z inną, a jednak tak bardzo zbliżoną, kulturą, z niezwykle życzliwymi i pomocnymi Portugalczykami oraz możliwość ćwiczenia języka angielskiego.