|  |  |
| --- | --- |
| **MIEJSCE PRAKTYKI*** Kraj
* Miasto
* Nazwa instytucji przyjmującej (jeżeli szpital jest placówką uniwersytecką, najpierw nazwa uniwersytetu)

**CZAS TRWANIA MOBILNOŚCI** * Data początkowa/data końcowa
 | * Portugalia
* Funchal
* Reabilitesse Espaco-fisioterapia Saude Lda

Czas trwania mobilności* 1.07-31.08.2025
 |
| **JĘZYK PRAKTYKI*** w jaki sposób przebiegała komunikacja z pacjentami
 | Komunikacja z pacjentami przebiegała w języku angielskim |
| **CO ZAPEWNIAŁA PLACÓWKA PRZYJMUJACA** * fartuchy
* zakwaterowanie
* posiłki
* zniżki (na co?)
* inne (proszę wymienić)
 | Placówka przyjmująca zapewniała 2 koszulki  |
| **DODATKOWE WYMAGANIA ZE STRONY PLACÓWKI*** dodatkowe ubezpieczenie (jakie?)
* badania lekarskie (jakie?)
* zaświadczenie o niekaralności
* certyfikat językowy
* inne (proszę wymienić)
 | Placówka przyjmująca poza niezbędnymi dokumentami wymagała wiedzy merytorycznej i znajomości języka angielskiego oraz punktualności.  |
| **ZAKWATEROWANIE*** pokój w akademiku
* pokój w dzielonym mieszkaniu/domu

(dzielone z kim?)* pokój pracowniczy przy szpitalu
* inne (proszę wymień?)
 | Wynajęte mieszkanie z dwójką znajomych, którzy również odbywali praktyki w ramach programu Erasmus.  |
| **SPOSÓB ZNALEZIENIA MIESZAKNIA*** strona internetowa (podaj adres)
* pomoc ze strony placówki przyjmującej (jaka?)
* organizacja studencka/polonijna
* inny (proszę opisać)
* jeżeli napotkałaś/eś jakieś kłopoty to jakie?
 | Mieszkanie z polecenia koleżanki, która była w poprzednim roku na Maderze.  |
| **DOJAZD DO PLACÓWKI Z MIEJSCA ZAMIESZKANIA** * Komunikacja miejska (jaka?)
* Rower
* Pieszo
 | Komunikacja miejska(autobusy)  |
| **WYŻYWIENIE*** posiłki domowe
* stołówka
* jedzenie na mieście
* jakie potrawy regionalne jadłaś/eś?
* co ci smakowało?
* co ci nie smakowało?
 | Podczas wyjazdu głównie gotowałem posiłki w domu ze sporadycznym jedzeniem na mieście co jakiś czas. Z potraw regionalnych spróbowałem : Espada(pałasz czarny) – ryba podawana ze smażonymi bananami, espatada – szaszłyk z wołowiny podawany na szpikulcu laurowym, lapas – przystawka z małż z sosem i przyprawami, bolo do caco – chlebek regionalny, picadinho – duszone mięso z dodatkami, regionalne napoje takie jak poncha i nikita. Wszystkie dania regionalne bardzo mi smakowały. |
| **OPIS PRZEBIEGU PRAKTYK** | Praktyki odbywały się w gabinecie zlokalizowanym na terenie siłowni i polegała na asystowaniu i wykonywaniu zabiegów z zakresu masażu, terapii manualnej i hydroterapii w basenie zlokalizowanym w obiekcie. Fizjoterapia odbywała się głównie z pacjentami ortopedycznymi w obrębie stawów skokowych, kolanowych, kręgosłupa i stawów ramiennych. Najczęstsze przypadki dotyczyły złamań w obrębie kończyn dolnych z którymi praca polegała na zwiększaniu zakresów ruchu oraz poprawie siły mięśniowej, tak samo jak u pacjentów po zerwaniu ścięgna ACL oraz po rekonstrukcji lub usunięciu łąkotek w stawach kolanowych. Z każdym z pacjentów wykonywałem indywidualnie dobierane ćwiczenia z przyrządami na siłowni.  |
| **FORMA SPĘDZANIA WOLNEGO CZASU**Opis, linki, motywacja, ceny, możliwości | Zwiedzanie atrakcji zlokalizowanych w Funchal takich jak: katedra, XVII – wieczna twierdza, ulica z malowanymi drzwiami, park botaniczny(10euro), Monte Palace Tropical Garden(15euro), przejazd kolejką linową nad stolicą(14euro), targ rolniczy „Mercado dos Lavradores”. Zwiedzanie pobliskich miasteczek takich jak Machico, Camara de Lobos, Ribeira Brava, Curral das Freiras(dolina zakonnic).Chodzenie na wycieczki piesze na Levady(szlaki) górskie i widokowe takie jak: Vereda da Ponta de Sao Lourenco, Levada dos Balcoes, Levada Nova i Moinho.  |
| Jakie Twoim zdaniem odniosłaś/eś **KORZYŚCI Z PRAKTYKI ZAGRANICZNEJ** | Poznanie nowych doświadczeń i wiedzy w zakresie pracy z pacjentami ortopedycznymi, poznanie ćwiczeń ruchowych podczas hydroterapii. Doskonalenie umiejętności komunikacyjnych w posługiwaniu się językiem angielskim. Zapoznanie się z funkcjonowaniem gabinetu fizjoterapeutycznego poza granicami Polski.  |

|  |
| --- |
| **Opisz wpływ Mobilności jako takiej na ciebie, placówkę macierzystą UML i placówkę partnerską/przyjmującą.** |
| Dzięki mobilności poznałem wiele możliwości pracy z pacjentem, doskonaliłem umiejętność posługiwania się językiem angielskim oraz poznałem wiele osób. Dzięki mobilności UMED zyskuje rozpoznawalność za granicami Polski dzięki wymianie studentów za granicą natomiast placówka partnerska zyskuje wsparcie w opiece nad pacjentami i zapoznanie z poziomem nauczania studentów w innych krajach.  |
| **Czy program Erasmus + Mobilność Praktyka zwiększa zdolność współpracy międzynarodowej UML?**  |
| Według mnie tak, ponieważ placówki zagraniczne mogą zobaczyć wysoki poziom nauczania na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi przez co chętniej mogą podejmować się współpracy z naszą uczelnią. |
| **Podaj przykład działań podjętych przez ciebie w celu podzielenia się zdobytym doświadczeniem z mobilności z innymi osobami.** |
| Rozmowa ze znajomymi z roku lub osób interesujących się mobilnością w przyszłych latach.  |