

MUNKANAPLÓ

2025-1-HU01-KA121-VET-000309259

**A 2026. július 5.-július 25. közötti
román szakmai gyakorlatról**

SZAKMA: magasépítő technikus

A tanuló neve: Kiss Anna

A szakma megnevezése: magasépítő technikus

A szakmai gyakorlat helye: Sepsiszentgyörgy, Románia

Címe: EpiRemal

STR. PRINCIPALĂ, NR. 50

527167 Sfântu Gheorghe=Sepsiszentgyörgy, Románia

Fő tevékenysége: teljes körű kivitelezés

A szakmai vezető(k)/mentor neve: Deák Martin

Kísérő tanárok: Farkasné Vincze Judit

Gyurcsik Krisztina

Szomszédné Szalai Krisztina

Vargáné Szentgyörgyi Réka

Szemponatok a munkanapló vezetéséhez

- Milyen konkrét szakmai munkát végeztél?
- Milyen új szakkifejezést tanultál?
- Mi volt az újdonság számodra?
- Milyen munkaeszközöket használtál, kezeltél, ismertél meg?
- Milyen új szavakat ismertél meg?
- Milyen nehézségeid adódtak?
- Kértél-e, kaptál-e segítséget a feladatok végrehajtásához?

Dátum	Elvégzett feladatok, megtanult új ismeretek	Megismert szavak, új kifejezések
2026.07.05. vasárnap	A három hetes szakmai gyakorlatot töltünk az Erasmus+ jóvoltából Sepsiszentgyörgyön. A környezetvédelem érdekében Salgótarjánból Budapestre kisbuszokkal utaztunk, majd a Keleti pályaudvarról vonattal indultunk tovább Romániába. Az egész napos utazás során megcsodáltuk a Kárpátok tájait, Brassóban pedig a helyi koordinátor fogadott bennünket, aki Sepsiszentgyörgyre szállított minket. A szálláson közösen elosztottuk a szobákat, ezzel fejlődött az együttműködési készségünk és megkezdjük a mobilitási programot.	train – vonat railway station – vasútállomás journey – utazás backpack – hátizsák ticket – jegy
2026.07.06.	A mai napon sepsiszentgyörgyi koordinátorunk, Deák Martin bemutatta a Start Up HUB vállalkozást és a helyi Erasmus+ csapatot. Részletes tájékoztatást kaptunk a szakmai gyakorlat programjáról, valamint Sepsiszentgyörgy történetéről és jelentőségéről. Megtudtuk, hogy a város Kovászna megye gazdasági és kulturális központja, ahol a magyar közösség meghatározó szerepet tölt be. Fontosnak tartjuk a székely hagyományok és kulturális értékek megismerését és megőrzését. Szabadidőnkben felfedeztük a várost, fejlődött tájékozódási képességünk és önálló életvezetési készségünk.	company – vállalkozás workplace – munkahely coordinator – koordinátor apprentice – gyakornok orientation – tájékoztató
2026.07.07.	A mai napon mentorunk, Deák Martin a gyakorlati helyszínre szállított bennünket, ahol bemutatott a vállalkozás tulajdonosának és a munkatársaknak. Részletes tájékoztatást kaptunk a munkabeosztásunkról, majd körbevezettek az építkezésen és ismertették a ránk váró feladatokat. Munkavédelmi oktatásban részesültünk, megismertük a biztonságos munkavégzés szabályait, valamint bemutatták az építőanyagok helyes keverésének módját. A nap folyamán faljavítást végeztünk, sített hordtunk, kitöltési munkálatokban vettünk részt egy többszintes családi házban, miközben gyakorlati tapasztalatot szereztünk az építőipari munkafolyamatokról.	construction site – építkezés worker – munkás mortar – habarcs cement – cement helmet – védősisak
2026.07.08.	A reggeli után mentorunk, Deák Martin ismét a gyakorlati helyszínre szállított bennünket. Új munkatársakat ismertünk meg, köztük festőt, kőművest, segédmunkást és az építésvezetőt. A nap elején bemutatták, hogyan zajlik egy építkezés a munkaterület előkészítésétől a napi feladatok megszervezéséig. Ezt követően a festő megmutatta a színezés technikáját, amely során megtapasztaltam, hogy ebben a munkában a kreativitás is fontos szerepet kap. Később a kőművesnek habarcsot kevertem és anyagot hordtam, majd a segédmunkásnak segítettem a sít elszállításában és a használt szerszámok megtisztításában. Megismerkedtem az építésvezető feladataival is, aki a munkafolyamatokat irányítja és kiosztja a napi feladatokat. A mai nap során fejlődött az önállóságom, valamint	bricklayer – kőműves painter – festő foreman – építésvezető wheelbarrow – talicska paint roller – festőhenger

	megtapasztaltam, hogy a hatékony csapatmunka mennyire fontos az építőiparban.	
2026.07.09.	A reggeli után mentorunk, Deák Martin a gyakorlati helyszínre szállított bennünket. A nap folyamán több új szakemberrel is megismerkedtünk, köztük kőművesekkel, festőkkel, villanszerelőkkel és segéd munkásokkal. Délelőtt egy teherautó nagy mennyiségű zsákos építőanyagot szállított a munkaterületre, amelyet a járműre szerelt kis daru segítségével emeltek le. Ezt követően a raklapokon érkezett anyagokat közösen behordtuk az épületbe, ami a nagy mennyiség miatt közel három órát vett igénybe. A délután során a festő irányításával befejeztük az előző napon megkezdett színezési munkálatokat, így gyakorlati tapasztalatot szereztünk az anyagok előkészítésében és felhordásában. A munkanap végén mentorunk visszaszállított bennünket a szállásra.	truck – teherautó crane – daru pallet – raklap electrician – villanszerelő building material – építőanyag
2026.07.10.	A reggeli után mentorunk, Deák Martin a gyakorlati helyszínre szállított bennünket, ahol három új munkatárssal – két kőművessel és egy segéd munkással – ismerkedtünk meg. Első feladatként az emeleti helyiségek egyikét készítettük elő a gépi vakoláshoz. A kőművesek részletesen bemutatták a vakolást megkönnyítő sávvezető lemezek pontos felhelyezésének technikáját, amelyhez gipszet használtunk. Miután elsajátítottuk a munkafolyamatot, önállóan folytattuk a sávvezetők rögzítését a munkaidő végéig. A feladat során fejlődött a precizitásom, valamint gyakorlati tapasztalatot szereztem a gépi vakolás előkészítő munkálataiban. A munkanap végén mentorunk visszaszállított bennünket a szállásra.	plaster – vakolat gypsum – gipsz guide strip – sávvezető lemez plaster machine – vakológép wall – fal
2026.07.11.	A reggeli után egy nagyobb autóbusz érkezett értünk, amellyel Brassóba utaztunk. Elsőként egy történelmi várat látogattunk meg, ahol megtekintettük a legfontosabb nevezetességeket és megismerkedtünk az épület történetével. Ezt követően a helyi vásárban töltöttünk egy kis időt, ahol különböző kultúrák kézműves termékeit és hagyományait ismerhettük meg. A program folytatásaként az óvárosban szabadidős keretben fedeztük fel a város látnivalóit, amely során fejlődött tájékozódási képességünk és együttműködésünk. A nap végén visszatértünk a szállásra, ahol egy kötetlen csapatépítő beszélgetés során még jobban megismertük egymást.	castle – vár museum – múzeum market – piac souvenir – emléktárgy old town – óváros
2026.07.12.	A mai napon nem volt előre meghatározott program, ezért a reggelt egy későbbi ébredéssel kezdtük. Reggeli után pihenéssel töltöttük az időt, majd közösen elvégeztük a szállás alapos kitakarítását. Ezt követően együtt ebédeltünk, majd a csapattal filmet néztünk. A délután folyamán közös bevásárlásra indultunk, ahol beszereztük a következő napokhoz szükséges élelmiszereket. Vacsora után társasjátékozással zártuk a napot, amely tovább erősítette az együttműködést és a csapatszellemet.	shopping – bevásárlás strengthen – erősít friendship – barátság board game – társasjáték cleaning – takarítás

2026.07.13.	Reggeli után mentorunk szabadsága miatt egyik kollégája szállított bennünket a gyakorlati helyszínre. A munkaterületre érkezve folytattuk a pénteken megkezdett előkészítő munkálatokat. Zsákos építőanyagot kevertem és hordtam, majd az elkészített gipsz felhasználásával fém vezetősineteket és élvédőket rögzítettünk a földszinti falakra. Ezek a munkafolyamatok a későbbi gépi vakolás előkészítését szolgálták. A munka végén megtisztítottuk a használt szerszámokat, ezt követően mentorunk kollégája visszaszállított bennünket a szállásra.	<i>metal profile – fém vezetősin corner bead – élvédő tools – szerszámok mixture – keverék machine plastering – gépi vakolás</i>
2026.07.14.	Reggeli után mentorunk, Deák Martin a gyakorlati helyszínre szállított bennünket. A mai napon vakolási munkákat végeztünk. Először gipszet kevertünk a megfelelő állag eléréséig, majd glettvás segítségével egyenletesen felhordtuk azt a mennyezetre. A feladat során különösen fontos volt a pontos anyagkeverés és az egyenletes mozdulatok alkalmazása. A munkanap végén alaposan megtisztítottuk az összes használt szerszámot. A mai nap során fejlődött a precizitásom, a kézügyességem és a felelősségteljes munkavégzésem.	<i>ceiling – mennyezet trowel – glettvás plastering – vakolás mixing – keverés cleaning tools – szerszámtisztítás</i>
2026.07.15.	A reggeli után 8:30-ra érkezünk a gyakorlati helyszínre. A héten a brigád nagy része szabadságon volt, ezért ezen a napon mindössze három kőművessel dolgoztunk együtt. A kisebb létszám miatt folytattuk a kedden megkezdett előkészítő munkálatokat. A helyiségeket tovább készítettük elő a gépi vakolásra: a sávvezető lemezeket méretre vágtuk, gipszet kevertünk, majd mennyezetet vakoltunk. A nap során tovább fejlődött a vakolási technikám és a precíz munkavégzésem. A munka befejezése után visszaszállítottak bennünket a szállásra.	<i>abrasion- kopás guide rail – sávvezető sín ceiling plaster – mennyezeti vakolat plasterboard – gipszkarton construction work – építőipari munka</i>
2026.07.16.	A reggeli után mentorunk, Deák Martin a megszokott időben a gyakorlati helyszínre szállított bennünket. A csapat alacsony létszáma miatt ezen a napon is elsősorban olyan feladatokat végeztünk, amelyeket néhány fővel is hatékonyan el lehetett végezni. Elkészítettük a még hiányzó sávvezető lemezek rögzítését, folytattuk a mennyezet vakolását, valamint folyamatosan kevertük a gipszes vakolóanyagot, hogy a gépi vakolási munkálatokhoz minden szükséges anyag rendelkezésre álljon. A napi feladatok befejezése után mentorunk visszaszállított bennünket a szállásra.	<i>adhesive – ragasztó spatula – spatulya mortar mixer – habarcskeverő leveling – szintezés layer – réteg</i>
2026.07.17.	A mai napot a szálláson kezdtük, ahol közösen elfogyasztottuk a reggelit. Reggel 8:30-kor Martin érkezett értünk, majd a Lucia építkezésre indultunk. A munkaterületre érve először átbeszéltük az aznapi feladatokat és a munkafolyamatok sorrendjét. Bár a csapat létszáma kisebb volt a megszokottnál, ennek ellenére mindenki összehangoltan dolgozott, így a feladatokat hatékonyan és pontosan tudtuk elvégezni.	<i>masonry trowel – kőműveskanál construction site – építkezés headwall- homlokfal elbow- kiugró eaves- kiugró</i>

	A nap folyamán folytattuk a nappali helyiség mennyezetének vakolását, emellett folyamatosan előkészítettük a vakolóanyagot is, hogy a munka megszakítás nélkül haladhasson. Ezt követően több helyiségben elvégeztük a szükséges előkészítő munkálatokat. Ezekben a szobákban kézi vakolással dolgoztunk, hogy a későbbiekben a gépi vakolás gyorsabban és hatékonyabban történhessen. A mai nap során tovább bővültek ismereteim a vakolási technikákról, az anyagok megfelelő előkészítéséről és a munkafolyamatok szervezéséről. A munkanap végén Martin visszaszállított bennünket a szállásra, ahol kipihenhattuk a nap fáradságait.	
2026.07.18.	A mai napon nem szakmai munkát végeztünk, hanem egy tanulmányi kiránduláson vettünk részt. Reggel 9:45-kor autóbusz érkezett értünk, amely a Szent Anna-tóhoz szállított bennünket. Körülbelül egyórás utazás után megérkeztünk a természetvédelmi területre, ahol idegenvezetők fogadtak minket. Elsőként részletes ismertetőt hallgattunk meg a tó kialakulásáról, történetéről és természeti jelentőségéről. Ezután körbe sétáltuk a Szent Anna-tavat, miközben megfigyelhettük a környező erdők és hegyek különleges élővilágát. A program következő állomása a Mohos-tőzegláp volt, ahol betekintést kaptunk a láp egyedi növényvilágába és annak kialakulásába. Az idegenvezetők számos érdekességet meséltek a terület élővilágáról és természetvédelmi jelentőségéről. A látogatás végén egy rövid ismeretterjesztő filmet is megtekintettünk, amely még részletesebben bemutatta a környék természeti értékeit, valamint a Szent Anna-tó és a Mohos-láp különleges adottságait. A program befejezése után autóbusszal visszautaztunk a szállásra. A kirándulás során sok új ismerettel gazdagodtunk, miközben kellemes napot tölthettünk a természetben.	<i>volcanic lake – vulkáni tó</i> <i>nature reserve –</i> <i>természetvédelmi terület</i> <i>peat bog – tőzegláp</i> <i>tour guide – idegenvezető</i> <i>forest trail – erdei ösvény</i>
2026.07.19.	A mai napon reggel fél nyolckor kisbusz érkezett értünk, amellyel Szováta közelébe utaztunk. A kirándulás célja a híres Medve-tó meglátogatása volt, amely a világ egyik legnagyobb heliotermikus tava. Az utazás jó hangulatban telt, és lehetőségünk nyílt kötetlenül beszélgetni egymással. Megérkezésünket követően megismerkedtünk a tó történetével és különleges természeti adottságaival. Megtudtuk, hogy magas sótartalma és egyedi rétegződése miatt a víz nyáron kellemes hőmérsékletűvé válik. A program részeként lehetőségünk volt fürdeni is a sós vizű tóban, ami különleges élményt jelentett, hiszen a magas sótartalomnak köszönhetően a víz könnyedén megtartotta a testet. A szabadidő alatt sétáltunk a tó környékén, élveztük a nyugodt környezetet és a gyönyörű természeti látványt. A visszaúton tovább beszélgettünk, még jobban megismertük	<i>salt lake – sós tó</i> <i>thermal water – meleg vizű tó</i> <i>beach – strand</i> <i>landscape – táj</i> <i>relaxation – kikapcsolódás</i>

	egymást, és felidéztek az elmúlt hét közös élményeit. Ez a kirándulás méltó lezárása volt a hét programjainak, hiszen egyszerre nyújtott kikapcsolódást, közös élményeket és új ismereteket.	
2026.07.20.	Reggeli után mentorunkkal a gyakorlati helyszínre indultunk. A mai napon folytattuk a helyiségek előkészítését a gépi vakoláshoz. Gipszet kevertünk, élvédőket igazítottunk, kisebb falhibákat javítottunk, majd kitakarítottuk a munkaterületet és előkészítettük a következő napi feladatokhoz szükséges anyagokat. Megfigyeltem, hogy a gondos előkészítő munka nagyban befolyásolja a vakolás minőségét. A mai nap során fejlődött az anyagkezelési és előkészítési gyakorlatom.	putty knife – glettvas corner bead – élvédő enhance- javítás bleaching- fehérités surface preparation – felület-előkészítés
2026.07.21.	Reggeli után mentorunkkal a munkaterületre indultunk. A mai napon belső falak előkészítését, kisebb javításokat, vakolóanyag keverését, élvédők igazítását és a munkaterület takarítását végeztük. A nap végén a szerszámokat is megtisztítottuk. Külön figyelmet fordítottunk a munkavédelmi előírások betartására és a szerszámok megfelelő használatára. Egyre magabiztosabban végeztem a rám bízott feladatokat.	spirit level – vízmérték primer – alapozó amount- mennyiség cracking- repedés abrade- lekapar
2026. 07. 22.	A mai napon folytattuk a gépi vakolás előkészítését. Gipszet kevertünk, sávvezető síneket ellenőriztünk, kézzel javítottuk a hibás részeket és anyagot hordtunk a munkaterületre. Sok új gyakorlati tapasztalatot szereztünk. Megismertem a pontos előkészítés jelentőségét a minőségi vakolat elkészítésében. A mentorunk hasznos szakmai tanácsokkal segítette a munkánkat.	putty – glett sheeting- zsaluzás widget- vezérlő quality- minőség manual repair – kézi javítás
2026. 07. 23.	Reggel a brigáddal átbeszéltük a napi feladatokat, majd vakolási és simítási munkákat végeztünk. A munka során folyamatosan biztosítottuk az anyagutánpótlást, végül rendet tettünk az építkezésen. A mai nap során fejlődött az együttműködési készségem és a munkaszervezési tapasztaltam. Megfigyeltem, hogy a csapatmunka elengedhetetlen a hatékony és pontos munkavégzéshez.	finishing – befejező munka adhesive – ragasztó glue- ragasztó dust mask- porvédő maszk lock- zár
2026. 07. 24.	A mai napon kisebb javításokat végeztünk a falakon, eltávolítottuk a hibás vakolatot, majd újra vakoltuk a felületeket. A nap végén ellenőriztük az elkészült munkát és kitakarítottuk a helyiségeket. A javítási munkák során megtapasztaltam, milyen fontos a precizitás és az igényes kivitelezés. Az elmúlt hetekben szerzett ismereteimet sikeresen alkalmazni tudtam a gyakorlati feladatok során.	doorstep- küszöb porch- előcsarnok brush – kefe straightedge – lehúzó wall repair – faljavítás
2026.07.25.	Reggel összehajtottunk, elbúcsúztunk a szállásadótól és megköszöntük a segítségüket. Kisbusszal Brassóba utaztunk, majd vonattal indultunk Budapestre. Hosszú, közel 14 órás utazás után sok új élménnyel tértünk haza. Az Erasmus+ szakmai gyakorlat során számos új szakmai ismerettel és gyakorlati tapasztalattal gazdagodtam. A külföldön eltöltött három hét hozzájárult szakmai	experience- tapasztalat internship- gyakorlat luggage – csomag enrich- gazdagodni farewell – búcsú

Kiss Anna

2026. 07. 05 - 2026. 07. 25

Sepsiszentgyörgy, Románia

NVSZC Stromfeld Aurél Technikum

Élménybeszámoló Sepsiszentgyörgyről az Erasmus+ szakmai gyakorlatról

Mindig is érdekelt, milyen érzés egy másik országban élni és dolgozni, ezért amikor lehetőségem nyílt részt venni az Erasmus+ szakmai gyakorlaton, azonnal jelentkeztem. Szerettem volna kipróbálni magam egy új környezetben, önállóbbá válni, valamint olyan szakmai tapasztalatokat szerezni, amelyekre az iskolai gyakorlatokon nincs mindig lehetőség. Az indulás előtt részt vettünk az Erasmus+ felkészítő foglalkozásain, ahol megismertük a program részleteit, a külföldi munkavégzés szabályait, valamint sok hasznos tanácsot kaptunk az együttélésről, az utazásról és a váratlan helyzetek kezeléséről. A felkészítésnek köszönhetően sokkal nyugodtabban vágtam neki a háromhetes mobilitásnak.

Július 5-én indultunk Salgótarjánból. Kisbusszal utaztunk Budapestre, majd vonattal folytattuk utunkat Brassóba, ahonnan ismét kisbusszal érkeztünk meg Sepsiszentgyörgyre. Az utazás hosszú volt, de nagyon jó hangulatban telt. A közös beszélgetések és játékok gyorsan összekovácsolták a csapatot, így mire megérkeztünk, már mindenki felszabadultan várta a következő heteket.

Sepsiszentgyörgy első pillantásra nagyon kellemes benyomást tett rám. Rendezett utcák, sok zöldterület és barátságos emberek fogadtak bennünket. Külön örültem annak, hogy sok helyen magyarul is tudtunk kommunikálni, ezért hamar otthonosan mozogtam a városban. A három hét alatt nemcsak a belvárost ismertük meg, hanem a mindennapi élet részévé váltak a közeli üzletek, éttermek és parkok is.

Magasépítő tanulóként a szakmai gyakorlat során számos új feladatot végeztem. Részt vettem falak és mennyezetek vakolásában, különböző építőanyagok előkészítésében és keverésében, valamint sávtartó lemezek méretre vágásában és rögzítésében. Több alkalommal sítet is hordtunk, illetve a munkanap végén mindig megtisztítottuk és elrendeztük a használt szerszámokat. A legérdekesebb élményt számomra a gólyaláb használata jelentette. Eleinte tartottam tőle, mert korábban még soha nem próbáltam ki, de mentorunk segítségével rövid idő

alatt sikerült megtanulnom a biztonságos használatát. Büszke voltam arra, hogy napról napra egyre ügyesebben végeztem a rám bízott feladatokat. A gyakorlat során megtapasztaltam, hogy az építőiparban mennyire fontos a pontosság, az egymásra figyelés és a jó csapatmunka.

A munka mellett több kulturális programon is részt vettünk. Meglátogattuk a Töröcsvári kastélyt, kirándultunk a Szent Anna-tóhoz és a Mohos-tőzegláphoz, valamint eltöltöttünk egy kellemes napot a Medve-tónál is. Ezek a kirándulások jó kikapcsolódást jelentettek a munka mellett, és sok új ismeretet szereztünk Erdély történelméről és természeti értékeiről.

A három hét alatt nemcsak szakmailag fejlődtem, hanem emberileg is sokat tanultam. Meg kellett tanulnom önállóan beosztani az időmet, felelősséget vállalni a feladataimért és alkalmazkodni egy új közösséghez. A közös munka és az együtt töltött idő még jobban összekovácsolta a csapatot, és több új barátság is született.

A hazautazás napján vegyes érzéseim voltak. Jó volt hazatérni és újra találkozni a családommal, ugyanakkor sajnáltam, hogy véget ért ez a különleges három hét. Úgy érzem, ez a mobilitás sokkal több volt számomra egy szakmai gyakorlatnál. Megmutatta, hogy képes vagyok helytállni egy idegen környezetben, bátrabban vállalom új feladatokat, és nyitottabb lettem az új kihívásokra. Biztos vagyok benne, hogy a Sepsiszentgyörgyön szerzett tapasztalatok a későbbi tanulmányaimban és a szakmai pályafutásom során is nagy előnyt jelentenek majd, ezért mindig örömmel fogok visszagondolni erre az Erasmus+ mobilitásra.