

MUNKANAPLÓ

2025-1-HU01-KA121-VET-000309259

A 2026. június 29.-július 23. közötti
lengyel szakmai gyakorlatról

Fodrász

A tanuló neve: Petrovics Lilla

A szakma megnevezése: Fodrász

A szakmai gyakorlat helye: Dla Ciebie Studio Fryzur

Címe: Grzegórzecka 73,31-979 Kraków, Poland

Fő tevékenysége: Hajvágás, hajfonás, hajfestés, melírozás

A szakmai vezető(k)/mentor neve: Tetiana Mikhaalets

Kísérő tanárok: Tanka Ágnes, Istókné Ujvári Katalin,
Hegedűs Viktor, Szabó László István

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	
2026.06.29	Az első napon Balassagyarmatról elutaztunk Besztercebányára, majd onnan tovább Krakkóba. Az utazás után elfoglaltuk a szállásunkat, ahol egy másik fodrász tanulóval lakom együtt. Megismerkedtünk a szállás szabályaival és a környezettel. A tanáraink és a szervezők ismertették velünk a következő napok programját és a szakmai gyakorlat menetét. Lehetőségünk volt kérdéseket feltenni, hogy minden fontos információt megértsünk. A nap végén kipihentük az utazás fáradalmait, és felkészültünk a következő napi feladatokra.	hair studio highlights travel colour hairstyle	fodrászat melírozás utazás tartós festék frizura
2026.06.30	A második napon megismerkedtem a gyakorlati helyemmel, amely egy fodrászszalon. A szalon vezetője bemutatkozott, majd megmutatta a munkához használt eszközöket, és elmagyarázta, hogy melyiket mire és hogyan használjuk. Kisebb feladatokat kaptunk, mert szeretne volna látni, hogyan dolgozunk. Megmostam a velem érkezett tanuló haját, majd beszárítottam, ezután különböző technikákat mutatott a főnökünk. Este kulturális programon vettünk részt a tanárainkkal, és közösen meglátogattuk Krakkó főterét. Nagyon jó hangulat volt, sok ember táncolt, különböző műsorokat láthattunk, és nagyon jól éreztük magunkat.	middle-long - középhosszú black - fekete choppy - lépcsős, tépett brown - barna flicked out - kifelé fésült	
2026.07.01	A harmadik napon már több szakmai feladatot is kaptunk a fodrászszalonban. Néhány vendég haját le kellett vágnunk, majd szépen be is szárítottuk. Az egyik vendég haján melírozást is végeztünk, amely során új tapasztalatokat szereztem. A főnökünk egy új technikát is megmutatott a hajvasoló helyes használatához göndörítés közben. Megtanultam, hogyan kell megfelelően tartani az eszközt, hogy a frizura tartósabb legyen. Ez a nap sok új szakmai ismeretet adott, amelyeket a jövőben is hasznosítani tudok.	to avoid straight to treat parting split ends	elkerül, mellőz egyenes kezel választék törött hajvégek
2026.07.02	A mai napon a fodrászszalonban egy igazán nehéz melírtechnikát tanultam. Kétféle hidrogén-peroxiddal szőkítettem a haját, és még soha nem találkoztam ehhez hasonló módszerrel. A főnökünk először megmutatta, hogyan kell elkészíteni, majd én is megcsináltam. Nagyon örültem, hogy egy új technikát tanulhattam. A mesterfodrász megdicsért, ami nagyon jól esett, hogy büszke volt rám. Ez nagy motivációs löketet adott, hogy tovább fejlődjek a szakmában.	fringe protective lock neutralizer light	frufu kímélő, óvó hajfűrt semlegesítő gyenge, enyhe
2026.07.03	Ma lehetőségem volt megismerkedni a pótfonás technikájával. A főnökünk lépésről lépésre bemutatta a helyes munkafolyamatot, majd én is elkészíthettem a fonást. Külön figyelmet fordítottam arra, hogy a póthajat egyenletesen illesszem a saját hajhoz, és a fonások szépek, valamint tartósak legyenek. Nagyon élveztem ezt a	greasy dry hard-to curl easily hot	zsíros száraz nehezen göndöríthető könnyen meleg, forró

	feladatot, mert egy új szakmai ismerettel gazdagodtam, otthon korábban még nem végeztem ilyen feladatot. Munka után közösen megnéztük a Krakko főterén megrendezett climbing competition selejtezőjét, ahol figyelemmel kísértük a versenyzők teljesítményét és megismerkedtünk a sportág sajátosságaival. Ezt követően este együtt ellátogattunk a krakkói vidámparkba, ahol több különböző játékot és látványosságot is kipróbáltunk. Felültünk néhány izgalmas hullámvasútra és egy óriáskerékre is, ahonnan szép kilátás nyílt a környékre. A közös program jó hangulatban telt, és remek lehetőséget biztosított a csapatépítésre, valamint a munka utáni kikapcsolódásra.		
2026.07.04	A mai napon a délelőtti bevásárlással kezdtük, mivel vasárnap Krakóban sok üzlet zárva tart, ezért időben beszereztük a szükséges élelmiszereket és egyéb alapvető dolgokat. Délután ellátogattunk a Wawelhez, ahol megtekintettük a vár környékét és megismerkedtünk annak történelmi jelentőségével. Ezután megnéztük a híres tűzokádó sárkány szobrát, amely néhány percenként valódi lángot bocsát ki, és a város egyik legismertebb látványossága. A programot követően a Visztula folyó partján sétáltunk, élveztük a kellemes időjárást és a folyópart hangulatát. A séta során a fiúkkal fociztam egy kicsit, ami jó kikapcsolódást és közös szórakozást jelentett. Az estét a szálláson töltöttük, ahol közösen zenét hallgattunk, beszélgettünk és a szobatársammal megnéztünk néhány részt az egyik kedvenc sorozatunkból.	dull shine silky soft permanent	fakó fény selymes lágy tartós
2026.07.05	A mai napon ellátogattunk a Barbakán erődhöz, ahol tanáraink röviden ismertették az építmény történetét és jelentőségét. Ezt követően átsétáltunk a főtérre, hogy megnéztük a krakkói falászverseny döntőjét, amely nagyon érdekes élményt nyújtott számomra, mivel korábban még soha nem láttam hasonló versenyt. A program után visszatértünk a szállásra, ahol a szobatársammal közösen elindítottuk a mosást. Amíg a mosógép végzett, együtt bundáskenyeret készítettünk vacsorára. Az étkezés után mosogattunk, és amíg a szobatársam takarított a mosdóban, én felporszívóztam az apartmanban, így megosztottuk egymás között a feladatokat, hogy gyorsabban végezzünk. A takarítás közben zenét hallgattunk és beszélgettünk, így a házimunka jó hangulatban telt.	a bit too damaged dead chemical	egy kicsit túl roncsolt elhalt vegyszer
2026.07.06	Hétfőn egy különleges hajfestési technikát tanulhattam meg a munkahelyemen. Fekete hajon vörös hajfestékekkel dolgoztam balayage technikával. A főnökünk először bemutatta a helyes munkafolyamatot és elmagyarázta, hogyan kell egyenletesen felvinni a festéket, hogy szép, lágy átmenetek alakuljanak ki. Ezután én is elkészíthettem a festést. Nagyon érdekes volt számomra ez a technika, mert eltért az eddig tanult módszerektől. Örülök, hogy új	synthetic sötét dialogue comfortable to speak	szintetikus fésű sötét párbeszéd kényelmes beszélni

	tapasztalatot szerezhettem, és ismét sokat tanultam a mai nap során a munkahelyemen.		
2026.07.07	Ezúttal a munka során a fokozatos hajvágás technikáját gyakoroltam. A mentorom ismét először megmutatta a helyes munkamenetet, és elmagyarázta, hogyan kell kialakítani az egyenletes átmeneteket a különböző hajhosszak között. Ezután én is elkészíthettem a hajvágást, miközben figyeltem a pontos leválasztásokra és a precíz munkavégzésre és a főnök is felügyelte, hogy a helyes, általa mutatott technikát alkalmazom. Nagyon örültem, hogy ezt a technikát is gyakorolhattam, mert sokat fejlődtem ebben is. Délután egy újabb kulturális program során meglátogattuk a Krakkói Városháza Múzeumot, amely által még inkább megértettük a város színes történetét. Ezután még a közeli hatalmas plázába is bementünk, ahol kisebb ajándékokat vásároltam a családtagjaimnak.	to come to lean back to sit down to wash to choose	jön hátrahajol leül mosni választani
2026.07.08	A mai napon Virág festette és levágta a hajamat. Sötétbarna hajfestéket használt, és egy számomra új, nehezebb technikával dolgozott, amelyet nagyon ügyesen kivitelezett. A munkáját a mesterfodrász is megdicsérte, ami nagy elismerést jelentett számára. Ezt követően én egy hölgy haját mostam meg, majd egy kékes ibolya árnyalatú festékkel színeztem be. Nagyon örültem annak, hogy egy olyan hajfestési technikát próbálhattam ki, amellyel otthon még nem volt lehetőségem dolgozni. A feladat során sok új tapasztalatot szereztem, és tovább fejlődött a szakmai tudásom. A mai napon a kísérőtanárok is nálunk töltöttek egy órát, hogy megnézzék, hogyan dolgozunk, és ők is betekintést nyerjenek a szalon működésébe.	to look at need to add to lift to check	megnéz szükség hozzáad emel ellenőriz
2026.07.09	Ma egy összetett hajvágási technikát sajátítottam el a gyakorlat során. A mesterfodrász először részletesen bemutatta a vágás minden lépését, majd elmagyarázta, hogy mire kell különösen figyelni a munka közben. Ezután mi is kipróbálhattuk a technikát a gyakorlatban, ami eleinte kihívást jelentett, de nagyon érdekes feladat volt. Különösen tetszett ez a hajvágási módszer, mert precíz munkát igényel, és látványos eredményt lehet vele elérni. A mesterfodrász a gyakorlás során folyamatosan segített tanácsokkal és javította az esetleges hibákat. A feladatnak köszönhetően fejlődött a kézügyességem és magabiztosabban tudtam használni a különböző hajvágási technikákat. Munka után bevásároltam, este pedig vacsorát készítettem, mert számomra a főzés is kikapcsolódást jelent. A főzés közben beszélgettünk a barátaimmal, majd megkínáltam őket a vacsorából.	scissors tail comb paddle brush pin tail comb hairpin	olló stílfésű lapos kefe tupírfésű hajtű
2026.07.10	A mai napon a férfi hajvágás különböző technikáit gyakoroltuk a szalonban. A mesterfodrász bemutatta a pontos munkafolyamatot, valamint hasznos tanácsokat adott a gép és az olló helyes használatához. Ezután mi is	hair clip hair curler hair slide clipper	csipesz hajcsavaró hajcsat hajvágószerszám

	elkészíthettünk egy férfi frizurát, miközben figyeltünk a precíz átmenetek kialakítására és a szimmetriára. A gyakorlat során megtanultam, hogy a férfi hajvágás nagy pontosságot és türelmet igényel, hiszen már egy apró hiba is szembevető lehet egy nem hozzáértő számára is. A mesterfodrász folyamatosan ellenőrizte a munkánkat, és segített kijavítani az esetleges hibákat. A feladat során sokat fejlődött a technikám, és magabiztosabban tudtam használni a hajvágógépet és az ollót. A mai nap ismét hasznos szakmai tapasztalatokat szereztem, amelyeket a későbbi munkám során is jól tudok majd alkalmazni.	circular hot brush kör alakú kefe
2026.07.11	Szombaton búcsút vettünk az első két hétben minket kísérő tanárainktól, köztük az osztályfőnökömtől is, és megismertük az új tanárainkat. Ők ismertették velünk a következő napok programját és a fontos tudnivalókat. Ezután ellátogattunk a wieliczki sóbányába, ahol több száz méter mélyre ereszkedtünk le. Megcsodáltuk a sóból készült szobrokat, a díszes termeket, valamint a föld alatti kápolnákat a sókristályokból készült csillárokat. Több híresség szobrát láthattuk sóból. Pl. II. János Pál pápa, Kopernikusz, Goethe. Megtudtuk, hogy 750 éves a bánya és a Unesco világörökség része. A program után visszatértünk a szállásra, ahol megvacsoráztunk és pihentünk egy kicsit. Este a barátaimmal elsétáltunk Krakkó főterére, élveztük a város esti hangulatát, majd időben visszaértünk a szállásra.	salt mine – sóbánya salt water – sósvíz hungarian dog – magyar kutya chapel – kápolna chandelier – csillár
2026.07.12	A mai napon kitakarítottunk a lakásban. Felmostunk, és mindenhol letöröltük a port, hogy tiszta és rendezett legyen a környezetünk. Ezután elmentünk bevásárolni a főzéshez szükséges alapanyagokért. Hazaérve elkészítettem az ebédet. Miután befejeztük az étkezést, egy kicsit pihentünk. Később együtt néztünk egy sorozatot, és közben sokat beszélgettünk. Este a csoporttal együtt vacsoráztunk, s megbeszéltük a következő hét programjait. Kellemesen telt a napunk, és jó hangulatban töltöttük együtt az időt.	castle – vár forest – erdő river – folyó bridge – híd mountain – hegy
2026.07.13	A mai napon egy összetett melírtechnikát alkalmaztam elválasztó fésű segítségével, amely nagy precizitást és odafigyelést igényelt. A haj alsó részén 3%-os oxidálót használtam, míg a fejtetőn 6–9%-os oxidálóval dolgoztam, hogy a haj egyenletesen világosodjon. A vendég kifejezetten világosabb hajszínt szeretett volna, ezért a megfelelő oxidálókat a haj állapotához és a kívánt eredményhez igazítottam. A világosítás után színezővel dolgoztam tovább, hogy semlegesítsem a nem kívánt sárga árnyalatokat. Ennek köszönhetően a haj szép, természetes hatású hamvas árnyalatot kapott. A végeredmény egy egyenletesen világosított, fényes és esztétikus frizura lett, amellyel a vendég elégedett volt.	bleaching – szőkítés developer – oxidálószer toner – színező (árnyaló) sectioning – leválasztás balayage – szabadkézi melírtechnika
2026.07.14	A mai napon Virág megmosta és megszáritotta a hajamat. Ezt követően egy vendég haját kellett befesteni egy	trichology – haj- és fejbőrtan demarcation line – lenövési határvonal

	nehezebb technikával, cseresznyés-fekete árnyalatra. A festés során nagy figyelmet fordítottunk a precíz munkára, hogy egyenletes és szép végeredmény szülessen. Miután a festék hatóideje letelt, megmostam a vendég haját, majd alaposan megszárítottam. A végeredmény nagyon jól sikerült, a szín intenzív és fényes lett. A vendég nagyon elégedett volt az elkészült frizurával, és külön kiemelte, hogy mennyire tetszik neki az új hajszíne. Délután munka után a csoporttal ellátogattunk Krakko legrégebbi zsinagógájába és a körülötte lévő temetőbe nagyon érdekes volt számomra nem láttam még ilyet.	pre-softening – előpuhítás color correction – hajszínkorrekció double pigmentation – kettős pigmentálás
2026.07.15	A mai napon a főnök haját kellett megcsinálni, majd a haját beszárítottam. Ezután érkezett egy vendég, akinek lefelé hosszabbodó fazont kellett vágnom, aminek nagyon örültem, ezért lelkesen neki is kezdtem. Először megmostam a haját, majd alaposan kifésültem és részekre osztottam. Ezután a kívánt forma szerint fokozatosan levágtam a haját, ügyelve arra, hogy a hosszabbodó átmenet egyenletes és pontos legyen. A vágás befejezése után megszárítottam a haját, majd elvégeztem az utolsó igazításokat. A vendég nagyon elégedett volt a végeredménnyel, én pedig örültem, hogy sikeresen el tudtam készíteni ezt a frizurát.	graduation – fokozatos hajvágás texturizing – texturálás sectioning – leválasztás perimeter – alaphossz overdirection – túlhúzás
2026.07.16	A mai napon egy nehéz hajfestési technikát készítettem, amely nagy odafigyelést és precizitást igényelt. A munka során több árnyalatot kellett összehangolni, hogy természetes és harmonikus végeredményt kapjak. Külön figyeltem arra, hogy a festék egyenletesen kerüljön fel a hajra, és minden tincs megfelelően legyen eldolgozva. A technika időigényes volt, de közben sok új tapasztalatot szereztem. A végeredmény szép, fényes és természetes hatású lett, amiért elégedett vagyok a munkámmal. Ez a feladat segített fejleszteni a kézügyességemet és a szakmai tudásomat.	hair dye – hajfesték highlight – melír strand – hajtincs shade – árnyalat technique – technika
2026.07.17	A mai napon megmostam Virág haját, ügyelve arra, hogy alaposan megtisztítsam és megfelelően ápoljam. Ezután megszárítottam a haját, hogy könnyebb legyen a további munka. Miután végeztem, Virág elkészítette az én frizurámat. Egy nagyon szép, elegáns kontyot készített nekem, amely precíz és igényes lett. Munka közben figyelt a részletekre, és szépen rögzítette a frizurát. Nagyon elégedett voltam a végeredménnyel, mert a konty jól tartott és esztétikus lett. A mai nap során ismét hasznos tapasztalatokat szereztem, és jól éreztem magam.	comb – fésű bun – konty shampoo – sampon mirror – tükör hairpin – hajtű
2026.07.18	A mai napon a csoporttal a Park Wodny strandon töltöttünk egy kellemes napot. Nagyon jól éreztük magunkat, és jó volt együtt kikapcsolódni. Sok élményt szerezünk, valamint vidám hangulatban telt az egész nap. Megismerhettük a lengyel strandolási szabályokat, melyek kicsit különböznek a magyar szokásoktól. A közös program erősítette a csapat	beach - strand water - víz group - csoport swim - úszni relax - pihenni

	összetartását. Miután hazaértünk, mindenki megpihent és feltöltődött. Ez a nap mindenki számára emlékezetes és élményekkel teli volt.	
2026.07.19	A mai napon közösen keltünk fel, majd együtt elmentünk a boltba bevásárolni. Ezután közösen elkészítettük az ebédet. A főzés során mindenki kivette a részét a feladatokból. Miután végeztünk az étkezéssel, együtt kitakarítottunk. A közös munka jó hangulatban telt, és jól együtt tudtunk dolgozni. A nap végén megpihentünk és feltöltődtünk a következő napra.	shop - bolt cook - főzni clean - takarítani rest - pihenni together - együtt
2026.07.20	A mai napon a női hajvágási technikákkal ismerkedtem meg. Megfigyeltem, hogyan kell a haját szakszerűen leválasztani a vágás előtt. Gyakoroltam a pontos tincsenkénti hajvágást és az egyenes vonal kialakítását. Megtanultam, hogy a megfelelő testtartás és ollótartás nagyon fontos a munkához. Figyeltem arra is, hogyan kell egyenletes hosszúságot kialakítani. A mesterfodrász hasznos tanácsokat adott a hajvágás során. A mai nap sok új tapasztalatot adott a női hajvágás alapjairól. A tanáraink gulyáspartit szerveztek, aminek mindenki nagyon örült. Remek hangulatban telt az együtt töltött idő, és jó közösségi élményt jelentett mindenkinek.	layer - rétegezés fringe - frufru parting - választék graduation - fokozás precision - precizitás
2026.07.21	A mai napon a mesterfodrásznak megmostam a haját. A hajmosás során figyeltem arra, hogy alaposan megtisztítsam a haját és a fejbőrt. Közben gyengéd masszázst is végeztem, hogy kellemesebb legyen az élmény. A fodrász megdicsért, és azt mondta, hogy nagyon jól csinálom. Jó érzés volt a pozitív visszajelzés, mert megerősített abban, hogy megfelelően végzem a munkát. Ezen a napon tovább fejlődtem a hajmosási technikákban. Hasznos tapasztalatot szereztem a vendégek kényelmének biztosításáról.	scalp - fejbőr massage - masszázs rinse - öblítés treatment - kezelés relaxation - ellazulás
2026.07.22	A mai napon a családomnak vásároltam ajándékokat, amit nagyon élveztem. Igyekeztem mindenki számára olyan meglepetést választani, aminek örülni fog. Délután egy oklevélátadó ünnepségen vettünk részt, ahol elismerték a résztvevők munkáját és teljesítményét. Jó érzés volt együtt ünnepelni a többiekkel. Az esemény kellemes hangulatban telt, és sok szép emlékekkel gazdagodtam. Örülök, hogy ilyen tartalmasan telt ez a nap.	happy - boldog family - család gift - ajándék school - iskola friend - barát
2026.07.23	A mai napon még együtt töltöttük az időt a csapattal. Délután, körülbelül 5 órakor elindultunk haza Krakkóból. A hazautazásnak senki sem örült, mert annyira jó társaság volt, hogy mindenki szívesen maradt volna még. Ennek ellenére a buszozás is nagyon jó hangulatban telt, mert végig együtt voltunk. Sokat beszélgettünk, nevettünk és felidéztük a közös élményeket. Nagyon jól éreztem magam velük, és biztosan sokáig emlékezni fogok erre az utazásra.	beautiful - gyönyörű adventure - kaland environment - környezet experience - tapasztalat responsibility - felelősség

Tanulói beszámoló
Lengyelország, Krakkó

2026.06.29- 07.23

Erasmus+ 2025-1-HU01-KA121-VET-000309259

Készítette: Petrovics Lilla

A tanév elején hallottam arról, hogy lehetőség van a nyári szakmai gyakorlatot Krakkóban tölteni az Erasmus+ program keretében. Nagyon örültem ennek a lehetőségnek, ezért jelentkeztem a programra. Tanáraink támogattak a jelentkezésben, a szüleim pedig beleegyeztek, hogy a nyár egy részét külföldön töltsöm. A tanév során szakmai, nyelvi, kulturális és lélektani felkészítőkön vettünk részt. Ezeken sok hasznos információt kaptunk Lengyelországról, Krakkóról, a helyi szokásokról és a programról. Megismerkedtünk azokkal a diákokkal is, akik velünk együtt utaztak ki, így már az indulás előtt jó csapat alakult ki.

2026. 06. 29-én indultunk Krakkóba. Az utazás jó hangulatban telt, és izgatottan vártuk, hogy megérkezzünk. A szállás elfoglalása után kipakoltunk, majd megismerkedtünk a környékkel. A következő napon eligazítást kaptunk a szabályokról és a szakmai gyakorlat menetéről, majd mindenki megismerte a gyakorlati helyét.

A szakmai gyakorlatomat egy fodrászszalonban töltöttem. A gyakorlat során figyelemmel kísérhettem a fodrászok munkáját, segítettem az előkészületekben, részt vettem a vendégek fogadásában, valamint különböző hajápolási és hajformázási feladatokban. Sok új technikát és munkafolyamatot ismertem meg, amelyeket Magyarországon is tudok majd hasznosítani. A munkatársak kedvesek és segítőkészek voltak, így könnyen beilleszkedtem. A gyakorlat során fejlődött a szakmai tudásom, az önállóságom és a kommunikációs készségem is. A szakmai gyakorlat alatt egyre több feladatot bízta rám a fodrászszalonban. Részt vettem a hajmosásban, hajszáritásban, hajformázásban és különböző hajápolási folyamatokban. Megtanultam, hogyan kell megfelelően kommunikálni a vendégekkel, és hogyan lehet figyelembe venni az egyéni igényeiket. Sok tapasztalatot szereztem a női és férfi hajápolási technikákról, valamint a fodrászati eszközök helyes használatáról. A munkám során fejlődött a pontosságom, a kreativitásom és a szakmai önbizalmam is. Nagyon sokat jelentett számomra, hogy a fodrászok segítettek és folyamatosan tanácsokat adtak. Ez a gyakorlat megerősített abban, hogy a fodrász szakmát szeretném a jövőben is tovább fejleszteni.

A Krakkóban töltött idő nemcsak a munkáról szólt, hanem számos élménnyel is gazdagodtam. Meglátogattuk a wieliczki sóbányát, a híres Wawel várat, ahol sok érdekes történelmi emléket láttunk. Többször sétáltunk a Visztula folyó partján, amely nagyon szép látványt nyújtott. Megnéztük a zsinagógát is, ahol sokat megtudtunk a város történelméről és kultúrájáról. Egy másik napon a Park Wodny strandon töltöttünk egy egész napot, ahol nagyon jól éreztük magunkat és kikapcsolódtunk.

A szabadidőnkben közösen bevásároltunk, főztünk, takarítottunk, valamint önállóan intéztük a mindennapi feladatokat. Ezek a tevékenységek segítettek abban, hogy még önállóbbá váljak.

Jó volt együtt dolgozni és együtt tölteni az időt a csoporttársaimmal. Sok új barátság született, és rengeteg közös élményt szereztünk.

Véleményem szerint ez az Erasmus+ program életre szóló élményt jelentett számomra. Nemcsak szakmailag fejlődtem sokat, hanem önállóbb, magabiztosabb és nyitottabb lettem. Nagyon sok új élménnyel gazdagodtam, megismerhettem egy másik ország kultúráját és életét. Ha a jövőben ismét lehetőségem lenne részt venni egy hasonló programban, örömmel jelentkeznék rá.





