



A XX. Kerületi Gyulai István Általános Iskolából érkeztem Rovinjba AZ EGÉSZSÉG ÉRTÉK képzésre. Iskolánk 8 tanára először pályázott, így nagyon örültünk, hogy külföldi továbbképzésen vehetünk részt.

Rengeteg segítséget kaptunk Véghné Juhász Krisztinától az előkészületekben és a rovinji tartózkodásunk során. Nagyszerű volt a szervezés. Örültem, hogy ebédet is biztosítottak, így több szabadidőm maradt délutánra. A Messenger csoportnak köszönhető, hogy az első napon már ismerős arcokat láttam a teremben.

Az iskola épülete a város központjában helyezkedik el. A csodálatos kilátással és gyönyörű kerttel rendelkező épület a mai kornak megfelelő felszereléssel, klímás tantermekkel várt bennünket. Szerencsésnek éreztem magam, mert az apartmanunk pár percnyi sétára volt az iskolától. Nagyon kedves, vendégszerető és segítőkész házigazdáink voltak. Mindenben számíthattunk rájuk.

A trénerünk Szentgyörgyi Krisztina elragadó személyisége, empátiája meghatározta az órák kellemes hangulatát. A délelőtti csoportban vettem részt. Tízen voltunk, ami ideális létszámnak bizonyult. A beszélgető körök és gyakorlatok kapcsán közelebbről megismerhettem a többi résztvevőt. Az elméleti oktatáson túl, a gyakorlatban is kipróbálhattuk pl. az újraélesztést, a Heimlich-féle műfogást, a Rautek-féle műfogást és a sebkötözést. Eddig szerencsére nem kellett baleset kapcsán segítséget nyújtanom, de a továbbképzés után bátran merem majd alkalmazni a megszerzett ismereteket. Iskolánk egészségfejlesztési programjának összeállításában is tudom majd hasznosítani a tanultakat.



Az időjárás kedvezően alakult az előző hét viharos napjai után, így a tengerparton töltöttük a délutánokat. Egy közeli, jól felszerelt kempinget találtunk, ahol a tenger hullámain kívül a medencékben is fürdőzhettünk és napágyakon pihenhattünk. Estétként sétálgattunk, étteremben vacsoráztunk és sokat beszélgettünk a szállásadóinkkal.

Az utolsó napon a hajókirándulás fergetegesre sikerült. A házigazdánk, Samanta remek hangulatot varázsolt a fedélzetre. A kapitány finom, kiadós ebédet készített nekünk, amíg Vsarban sétálgattunk.

Számomra nagyon hasznos volt ez a hét. Sokat tanultam, ismerkedtem és csodaszép helyeken jártam. Szeretnék a jövőben is pályázni és képzéseken részt venni. Fantasztikus élmény volt.

