

BOLGARIJA, VARNA - JULIJ 2016

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA RAZISKOVALNE IZMENJAVE

Ime, priimek, letnik:

Tjaša Petrič, 4. letnik, petric.tjasa1@gmail.com

Čas izmenjave:

od 3. 6 do 29.6. 2016

Kraj izmenjave

Varna je bolgarsko obmorsko mesto s 350 000 prebivalci. Mesto je znano po morskem prometu, saj se v njem nahaja eno večjih črnomoških pristanišč. Mesto, kot samo me je zelo presenetilo. Je zelo urejeno in čisto in ima vse lastnosti modernega evropskega mesta (nakupovalni centri, restavracije, ki so del globalnih verig, parki z veliko zelenja, itd.). Za razliko od ostalih bolgarskih bližnjih obmorskih destinacij, kot so Sunny beach in Golden Sands to mesto ni prenapolnjeno s turisti, kar omogoča normalno premikanje po mestu. Mesto ima lepe javne peščene plaže, morje pa je primerno za kopanje- zaradi bližine pristanišča vseeno malo bolj umazano kot Jadransko morje. V bulgariji govorijo bolgarsko- kar pa je zelo podobno srbskemu jeziku, tako da sem večino časa komunicirala na ta način.

Viza

Za to državo posebni dokumenti ali viza niso potrebni.

Zdravje

Tekom prijave mi ni bilo potrebno opraviti nobenih posebnih testov. Tudi na splošno je zdravstvo in splošna higiena na (presenetljivo) visokem nivoju, tako da posebnih težav ni bilo.

Varnost

Mesto je zelo varno, v celem mesecu nihče od nas ni imel nobenih težav, prav tako nam domači študentje niso omenili nobenih posebnosti glede varnosti. Ponoči sem večkrat hodila sama -tudi čez stanovanjske-malo temnejše predele in ni bilo težav.

Denar

V Bolgariji uporabljajo bulgarske leve. 1EUR=2 leva. Bolgarija je izredno poceni država, vse cene so bile 50% manjše kot v Sloveniji, tako da smo si študenti tekom izmenjave lahko privoščili marsikaj, kar si za isto ceno v Sloveniji ne bi mogli. Če za primer vzamemo hrano v restavracijah je npr. ena velika pica v zelo dobri restavraciji 8levov(4 eur), enako velja za kavo in ostale pijače. Prav tako se v bolgariji splača nakupovati- oblačila znamk srednjega razreda (npr Zara) so prb. 40% cenejše, za 30% je cenejša tudi vsa elektronika.

Prevoz

Moje potovanje v Varno je sicer trajalo zelo dolgo, a je bilo razmeroma poceni. Varna sicer ima letališče, do tja v visoki sezoni (Julij-ko sem odhajala jaz) leti tudi Austrian airlines z Dunaja, a je za povratno karto potrebno odšteti okrog 350 eur. Da se leteti tudi v Sofijo (iz Milana), a od Sofije do Varne je še dodatnih 500km-7 ur z vlakom. Po pregledu vseh možnosti sem se jaz odločila za 36 ur (z vsem čakanjem vred) dolgo potovanje z avtobusom in vlakom. Iz Ljubljane sem z Niš ekspresom (avtobus) potovala do Niša (Srbija)-prb 10 ur, nato pa sem od tam pot nadaljevala z vlakom do Sofije (mučnih 6 ur v zelo starem vlaku srbskih železnic), od tam pa s še enim vlakom do Varne (zopet 7 ur). Bolgarski vlaki so udobni in hitri, če potujete čez noč priporočam spalni vagon, saj stane samo 5 eur več kot navadna vozovnica. Karte sem kupovala sproti, tako da predhodna rezervacija ni bila potrebna. Potovanje v obe smeri je bilo sicer dolgo in na trenutke mučno, vendar je vse skupaj stalo 100 eur.

Komunikacija pred izmenjavo

Že kak mesec pred odhodom me je kontaktirala moja druga kontaktna oseba, ki mi je povedala osnovne informacije, ki so me zanimale. Nekaj tednov pred izmenjavo pa me je kontaktiral tudi mentor moje raziskave in mi poslal nekaj člankov o temi raziskave. Že preko e-maila sva se pogovorila o poteku raziskave in dela.

Sprejem s strani tujih študentov

Moja druga kontaktna oseba me je prišla iskat na železniško postajo-to pa je bilo tudi edino srečanje s to osebo. Moje prve kontaktne osebe nisem nikoli srečala, niti slišala. Sicer se mi zdi, da sem imela nesrečo, saj so bile kontaktne osebe ostalih kolegov zelo prijazne in ustrezljive, veliko smo se tudi družili tekom celega meseca. Na splošno so bulgari zelo odprti ljudje, tako da ni nobenih težav.

Nastanitev

Živela sem v študentskem domu v triposteljni sobi s slovaško študentko. Soba je imela svojo kopalnico in balkon in je bila v splošno zelo dobrem stanju-čisto,svetlo in prostorno. Nastanitev je bila 20 min od fakultete kjer sem opravljala raziskavo. Študentski dom ima sicer kuhinje ampak so vse več ali manj neuporabne-zelo umazan prostor v katerem je štedilnik, pečica in mikrovalovna pečica. Prav tako ni bilo hladilnika, tako da študenti nismo shranjevali skoraj nič hrane.

Prehrana

Namesto obroka smo dobili žepnino-100levov(=50eur). To je zadostovalo za en topel obrok na dan- študentski dom je imel namreč neke vrste menzo v kateri si za 2 leva lahko dobil toplo glavno jed. Sicer jedi niso bile preveč okusne, tako da smo s kolegi študenti pogosto jedli v restavracijah, kjer si za pol manjšo ceno kot v Slo dobil že zelo dober in obsežen obrok.

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Bila sem del raziskovalne izmenjave z naslovom Interactions of microglia with brain progenitor cells during human cortical development. To je bila doktorska raziskava asistenta na oddelku Anatomije na Medicinski univerzi Varna. V mesecu juliju sem bila edina študentka na raziskovalni izmenjavi tako, da sem delala sama z mentorjem. V laboratorij mi ni bilo potrebno priti vsak dan, kajti asistent s katerim sem delala je imel sam veliko svojega dela in mu nisem bila vedno v pomoč. Zaradi obsežnosti in zahtevnosti izmenjave je bilo moje delo omejeno na manjše-bolj praktične stvari, kot so pomoč pri pripravi histološkega preparata, štetje celic, uporaba elektronskega mikroskopa in fotografiranje preparata s pomočjo mikroskopa.

V juliju je bil oddelek bolj kot ne prazen, tako da poleg dela v laboratoriju nisem videla nič posebnega-vendar pa menim, da je bilo to zgolj zato ker sem bila edina študentka na raziskavi.

Mentorstvo

Mentor je bil mlad asistent na oddelku Anatomije. Zaradi majhne razlike v letih sva se zelo dobro razumela. Razložil mi je ves smisel raziskave ter me poučil kako te raziskave ponavadi potekajo, tako da sem dobila nek splošni vpogled. Navodila je vedno podajal zelo jasno zato v najinem sodelovanju ni bilo nobenih težav.

Socialni program

Prostega časa smo imeli študenti kar nekaj, prav tako je bil organiziran odličen socialni program, ki je vključeval veliko druženja z našimi kontaktnimi osebami in ostalimi študenti, ki sodelujejo pri mednarodnem programu. Svoj prosti čas smo večinoma preživljali na plaži, nejkajkrat smo se tudi odpravili na izlet v okoliške kraje- tako turistične, kot malo manj turistične. Socialni program je obsegal zabave- IFDP, Bulgarski večer, Movie night; veliko zabav pa smo si študenti organizirali kar sami. Poleg zabav sta bila organizirana še dva vikend izleta. Prvi v gore- Rila nacionalni park, drugi pa v velik turistični kraj Sunny beach Udeležila sem se izleta v gore-krasna izkušnja. V zadnjih dveh tednih pa so bile organizirane še aktivnosti kot so paintball, bungee jumping ter karting. Na splošno smo bili z socialnim programom vsi izjemno zadovoljni.

Splošna ocena izmenjave

Izmenjava je bila ena mojih najlepših poletnih izkušenj. Bulgarija me je kot država zelo presenetila, je zelo lepa, raznolika, ljudje so izjemno prijazni in topli. Tudi organizacija v splošnem ustreza vsem evropskim kriterijem. Medicinska univerza je sodobno opremljena in primerna za opravljanje tovrstnih izmenjav. Spoznala sem kar nekaj ljudi s katerimi bom stike v prihodnje zagotovo obdržala. Izmenjavo v Varni toplo priporočam.

Potrebnik

Za izmenjavo v Varni ne potrebuješ nič posebnega, v mislih pa je potrebno imeti, da v študentskem domu ni hladilnika, tako da je shranjevanje hrane oteženo.

Približna razdelitev stroškov

Prevoz: 100 eur

Izleti: 90 eur (vikend v gorah), 50 eur (Sunny beach-se nisem udeležila)

Aktivnosti: Bungee jumping-25 eur, Karting-10eur, Paintball-10 eur

Hrana in pijača: prb 150-200eur



Slika 1: Plaža v Varni



Slika 2: Skupina študentov na izmenjavi



Slika 3: Nacionalni park Rila



Slika 4: Center mesta Varna