

# JURNAL ERASMUS+

*Experiența memorabilă a studenției mele!*



Mă numesc A., sunt studentă la medicină generală și în anul 5 de facultate am plecat cu Erasmus în Lyon. În cadrul stagiilor clinice am reușit să acoperim partea esențială unui student, dar am fost invitați cu drag să participăm activ și la intervenții mai complexe, precum proceduri în secția de electrofiziologie cardiacă sau la intervenții chirurgicale.

Plecând în Franța cu gândul că studentul are aproximativ același statut ca în România, mi-a fost dificil inițial să mă adaptez la noul program: stagiile se fac modular, câte 3 săptămâni intensive, iar orarul se poate întinde de la 7:30 până la 20:00-21:00 (program de lucru pe aceeași secție). Este important să stăpânești bine limba franceză, deoarece petreci foarte mult timp în spital și va trebui inevitabil să comunici nu doar despre pacienți, ci și în contexte informale, cum ar fi pauza de masă la cantina spitalului.

A.A., anul 5 Medicina Generala



Integrarea a fost inițial greoaie, dar cu timpul foarte bună. Doctorii tind să fie primitivi, atât timp cât și studentul pare interesat de stagiul. Uneori nu ai colegi studenți deloc, deci rezidenții devin colegii tăi pe durata stagiului. Acest lucru m-a ajutat mult să îmi ies din zona de confort, fiind nevoită de multe ori să comunic singură cu pacienții, să scriu foi de observație sau chiar să fiu de dimineață până seara singură cu un alt medic chirurg în bloc.

Lyon este, de asemenea, o destinație excelentă pentru cei care își doresc ca experiența Erasmus să includă și partea de călătorii: este un oraș mare, bine conectat, cu multe destinații interesante în proximitate, ceea ce îți permite să explorezi Franța în weekend-uri sau timpul liber. Per total, experiența m-a ajutat să descopăr un alt sistem medical, să-mi dezvolt abilitățile practice și să-mi clarific direcțiile profesionale pentru viitor.



Lyon  
FRANCE



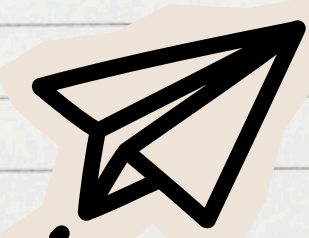


# Turkey



I was in an Erasmus mobility in Turkey at Istanbul University. It was a great experience with great doctors and all of them knew English. I did my internship in gynaecological surgery. The doctors were super nice, they let me take a part in the surgery, letting me to sutures, suctioning the blood. Generally speaking, I did small surgical techniques but it greatly changed my life. I highly recommend Turkey not only for the medical part but also for the people, foods, culture that were amazing. I also would like to thank the Erasmus office for giving me such a great opportunity.

*L. H., 4th year, General Medicine*



Eu sunt M., studentă în anul 4 la Medicină Dentară secția română și am fost în această vară, într-o mobilitate Erasmus, în sudul Spaniei, pentru 2 luni. Când mă gândesc la această oportunitate, mi se pare ireală, chiar și după atâta timp. Să zic doar "mi-a plăcut, mai vreau să merg" nu e destul ca să rezum experiența. Plecată singură, fără o experiență reală de viață și într-o țară în care eram doar turistă cu puțin timp în urmă, a fost șansa mea să mă imersez în cultura locului, să cunosc oameni autentici, nu doar stereotipuri de pe internet. Nu numai atât, lucrând într-un alt mediu decât cel cu care mă obișnuisem în țară, am putut observa mai multe tehnici în viața clinică de zi cu zi decât credeam că există și pe care le citisem doar în teorie.



## Benidorm Spain



Multe dintre bunele practici învățate de la mentorii mei de acolo sunt cu succes folosite în stagiile mele clinice din prezent. Erasmus pentru mine nu a fost un proiect, a fost experiența vieții mele în care mi s-a lărgit viziunea cu privire la posibilitățile mele în ceea ce privește viitoarea mea carieră medicală, dar și dezvoltarea personală. Dacă ar trebui să ofer un sfat colegilor mei care încă nu au fost într-o mobilitate Erasmus+, acesta ar fi să nu le fie frică de provocări. Să nu le fie frică de a fi singuri. În confortul casei nu poți învăța cu adevărat medicină/ cum funcționează pacienții/ cum funcționezi ca om și ca medic.

M. A. anul 4. Medicina Dentara



Page 2



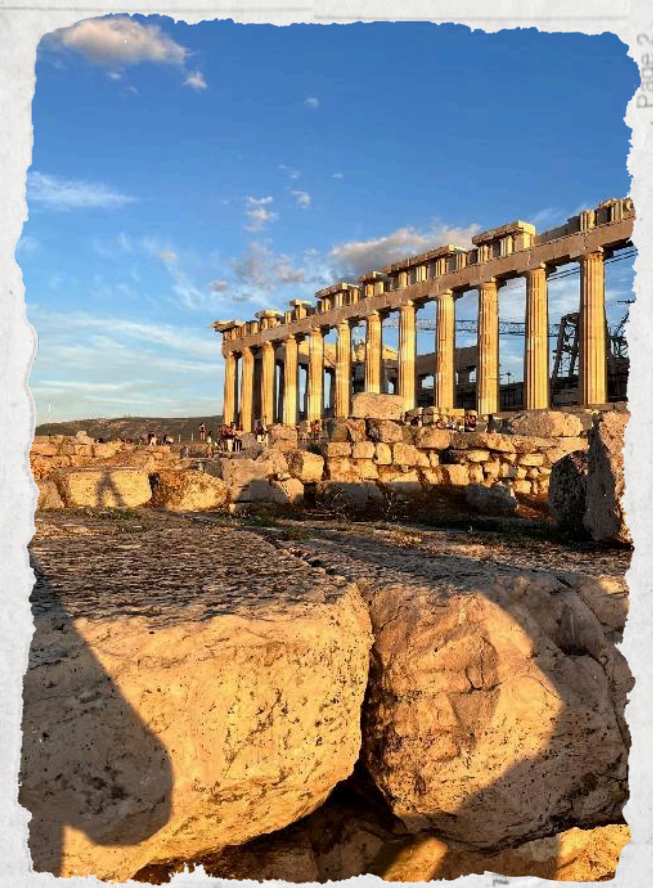
*L. D. I., anul 5, Medicina Generala*



*Elen  
Neg*



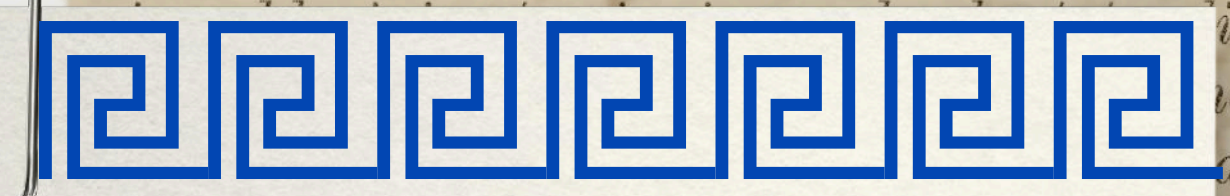
**ATHENS**  
Greece



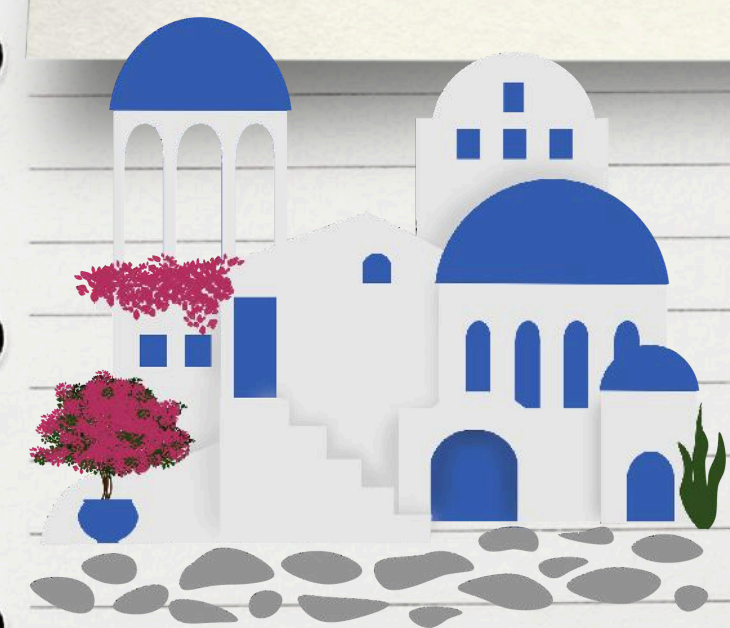
Page 2



*Handwritten text at the bottom of the page, including the date '18/13'.*



Experiența Erasmus+ a fost pentru mine una dintre cele mai frumoase și utile experiențe medicale trăite pe parcursul facultății. De la utilitatea stagiilor efectuate în cadrul spitalului G. Gennimatas din Atena, până la frumusețea orașului, a împrejurimilor și a insulelor din Grecia, cele 2 luni petrecute în această mobilitate m-au învățat nu doar cum să interacționez cu personalul medical, pacienți și colegi dintr-o altă cultură, dar și să-mi dezvolt anumite aptitudini care îmi vor fi utile de-a lungul carierei mele medicale: curaj, încredere în sine, responsabilitate. În urma acestei experiențe am rămas cu foarte multe amintiri de neuitat, dar și cu abilități care m-au ajutat enorm până acum și mă vor ajuta în continuare. Le recomand tuturor studenților să-și facă curajul pentru o astfel de experiență, va fi cea mai bună decizie pe care o pot lua.



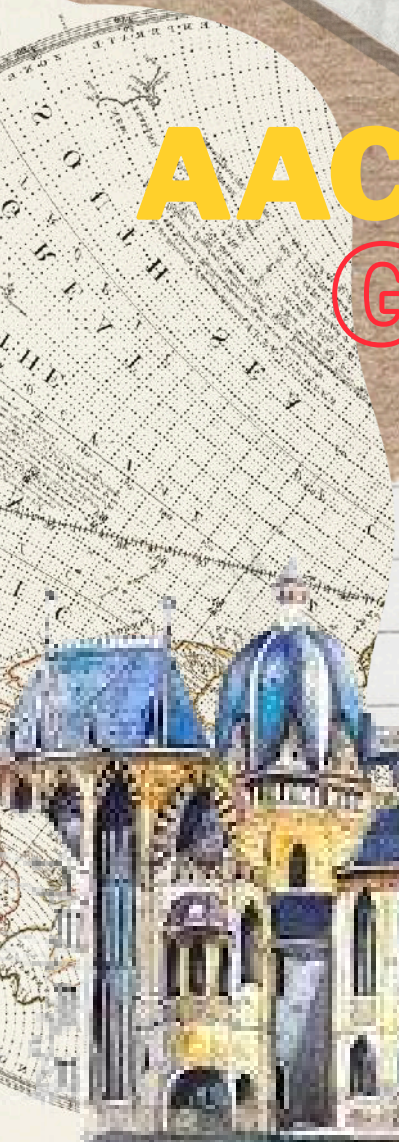
*io. Sed  
entum  
aliquet  
ermen-  
is cras  
t diam  
phasel-  
dictum  
t amet  
at nibh  
is tris-  
s nunc  
nes ac  
auris.  
At*



Mobilitatea Erasmus a reprezentat momentul de maturizare clinică de care aveam nevoie înainte de absolvire. Cel mai mult m-a impresionat abordarea practică din spital și relația relaxată, dar profesionistă, dintre medici și studenți. Deși bariera lingvistică a fost o provocare inițială, efortul de a învăța terminologia medicală într-o altă limbă mi-a dezvoltat enorm capacitatea de adaptare. Recomand viitorilor candidați să nu ezite; este o oportunitate unică de a vedea cum funcționează un alt sistem de sănătate și de a „fura” bune practici pe care să le aplicăm acasă.

A. D., anul 5, Medicină Generală

**AACHEN**  
**GERMANY**



**Danke!**



Erweiterer und Joint bookrainer  
2008  
2008

ber... oibo staturpura bez swar  
rurs. Ut tellus elementum  
turpis faucibus id abipet



# Catania Italy



...ghi del  
...ultimi  
...circa  
...di  
...sua gran  
...gl'uni



Anul trecut am participat la o mobilitate Erasmus în Catania, unde am efectuat stagiul într-o secție de psihiatrie. A fost o experiență foarte interesantă, cu expunere la numeroase patologii, precum depresie, tulburare borderline și tulburare afectivă bipolară. Interacțiunea directă cu pacienții m-a ajutat mult profesional, însă recomand totuși un nivel minim B1 de italiană, pentru a înțelege discuțiile și contextul clinic. Un avantaj major al stagiului a fost locația - marea este foarte aproape, așa că am putut merge adesea în timpul liber, ceea ce a făcut experiența și mai plăcută. Recomand cu căldură mobilitățile Erasmus!

*D. H., anul 5, Medicina Generala*





Experiența mea Erasmus a reprezentat un pas esențial în dezvoltarea mea atât ca viitor medic, cât și ca om. În cele două luni petrecute în Germania, în cadrul secției de ortopedie - chirurgie de coloană din Karlsbad Langensteinbach, am învățat cât de important este ca oamenii cu care lucrezi să aibă încredere în tine, să te implice în actul medical și să împărtășească din experiența lor. Am descoperit ce înseamnă respectul profund față de pacienți, calitatea actului medical și regula de a lăsa pacientul zâmbind atunci când ieși din salon.

Ura m...  
 lentaspur el...  
 ra orci sagilla...  
 luptat sed. Ris...  
 ut ex sem inite...  
 Pharetra mas...  
 er. Quis ips...  
 pendisse in est...  
 abipua. Nisi...  
 sed do eivam...  
 Loren

# KARLSBAD

# GERMANY



Tot acolo am realizat că medicii care îmi sunt colegi, îmi sunt egali și că actul medical se construiește în echipă, cu responsabilitate și deschidere. Îi încurajez pe toți colegii mai tineri să participe la o astfel de mobilitate - așa fi făcut-o și eu mai devreme dacă așa fi știut cât de valoroasă poate fi o astfel de experiență.

Sunt A. B., studentă în anul VI, și pot spune cu toată convingerea că Erasmusul de practică de vară mi-a lărgit orizonturile profesionale și personale. Un mic reminder: călătoriți cât mai mult în zilele libere - experiențele trăite merită fiecare clipă!

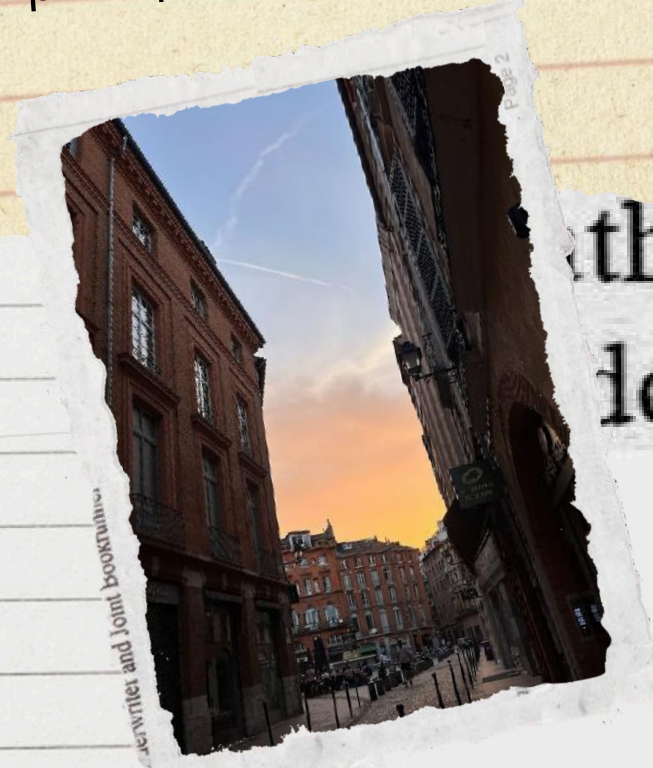
A. B., anul 5, Medicina Generala





ak, close t  
way.

My Erasmus experience in Toulouse was truly unforgettable. I was welcomed by incredibly kind people, and the hospital environment was extremely supportive, with well-organized departments and modern facilities. The doctors I worked with treated me with patience and openness, involving me in the daily workflow. I had the opportunity to observe different approaches to patient care and I was exposed to complex cases that enriched my clinical perspective.



th and  
do not



# Toulouse

## FRANCE

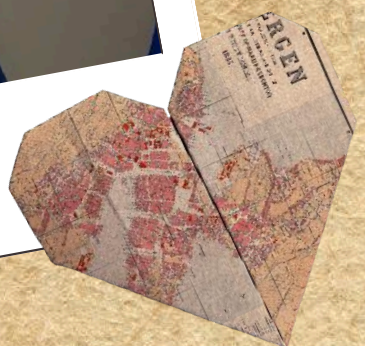


netus tellus rutrum justo  
nunc a est. Aen



Beyond the clinical experience, Toulouse itself is a beautiful city with a warm culture and an inspiring way of living, filled with small cafés, lively markets, and cultural events. The city offers endless places to explore and enjoy. This mobility taught me confidence, independence, and the joy of stepping outside my comfort zone. I wholeheartedly encourage any student to take this step. It's an experience that stays with you and keeps shaping you long after it ends.

G.M, 4th year, General  
Medicine



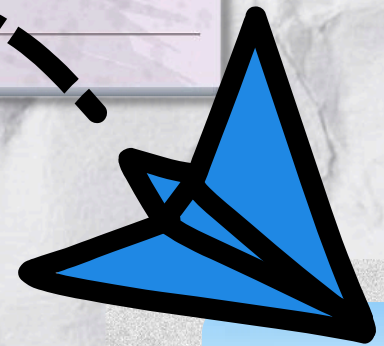


...servieret and Joint Bookma...

Am studiat la Universitatea de Medicină din Graz, Austria, pe perioada anului universitar 2024/2025. A fost cea mai frumoasă experiență din cei 6 ani de Medicină să am ocazia să văd și un alt sistem de învățământ universitar și medical din Europa. Mi-a plăcut atmosfera deschisă din cadrul cursurilor, dar mai ales competența și dedicarea doctorilor din spital pentru a ne însuși abilitățile necesare în practica medicală zilnică.

În ceea ce privește viața din afara facultății și spitalului, am avut bucuria să cunosc mulți oameni din toată Europa, care mi-au deschis orizonturi, care m-au învățat elemente de cultură și limbă și cu care am trăit multe clipe frumoase, de neuitat. Provocarea a fost dată de adaptarea la învățatul în limba germană, însă cu dedicare și exercițiu constant am depășit în scurt timp acest prag.

Pe viitorii candidați Erasmus+ îi sfătuiesc să fie deschiși la experiențe și oportunități, să fie curioși dar și perseverenți pentru a avea o experiență Erasmus+ cu adevărat memorabilă.



Page 2

Huolto  
Käytännöllinen  
Naima takuuden  
Joko jorinll takuun

...u & huolto  
...oolliset ratkaisut löyly...

*I. C., anul 5, Medicina Generala*

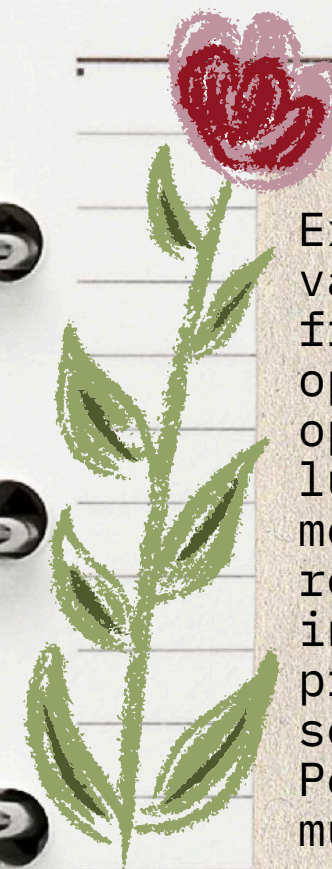
# Graz AUSTRIA

CIAO



# Calligari

## ITALY



Experiența mea Erasmus de practică de vară în Italia a fost una foarte frumoasă și valoroasă. Am avut oportunitatea să intrăm în sala de operație, unde am învățat foarte multe lucruri practice, iar personalul medical a fost respectuos, deschis și receptiv față de studenții internaționali. Ne-am simțit bine primiți, ceea ce a contribuit semnificativ la procesul de învățare. Pe lângă partea medicală, am învățat multe lucruri legate de stilul de viață și cultura din Italia, astfel încât experiența mea a fost atât medicală, cât și culturală, fiind per total foarte reușită.



La început, adaptarea la un oraș nou a reprezentat o provocare, până când ne-am obișnuit cu mediul și cu ritmul de viață, însă acest lucru ne-a ajutat să ne dezvoltăm personal.

În final, recomand tuturor să ia în considerare o mobilitate Erasmus, deoarece poate contribui semnificativ atât la dezvoltarea profesională, cât și la cea personală.

*L. B., anul 4, Medicina Generala*



Practica de vară realizată în Italia prin programul Erasmus a fost o experiență foarte importantă pentru dezvoltarea mea profesională și personală. Aceasta mi-a oferit posibilitatea de a aplica în mod practic cunoștințele dobândite și de a lucra într-un mediu internațional. Pe parcursul mobilității mi-am îmbunătățit competențele profesionale și abilitățile de comunicare într-o limbă străină. Printre provocările întâlnite s-au numărat adaptarea la o nouă cultură și depășirea barierei lingvistice. Recomand tuturor studenților să candideze pentru o mobilitate Erasmus, să fie deschiși la nou, să se informeze din timp și să profite la maximum de această experiență unică.

*J. B., anul 4, Medicina Generala*



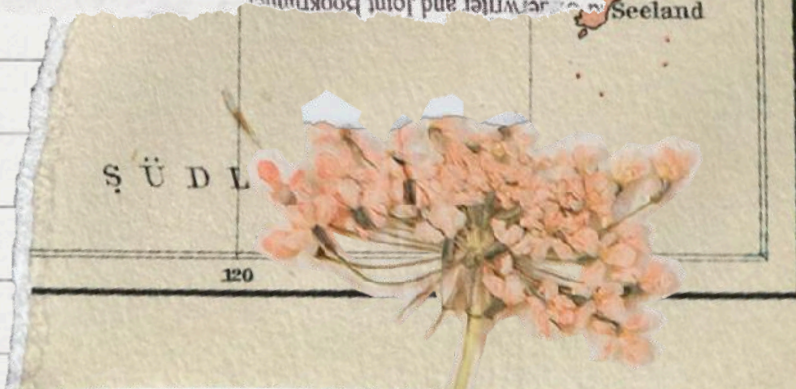
# CALLIGARI ITALY



ed voluptate odio. Sed  
Ut tellus elementum  
tursiplo hi tenebunt et  
-mptis magna fermen-  
sare nullis tellus cras

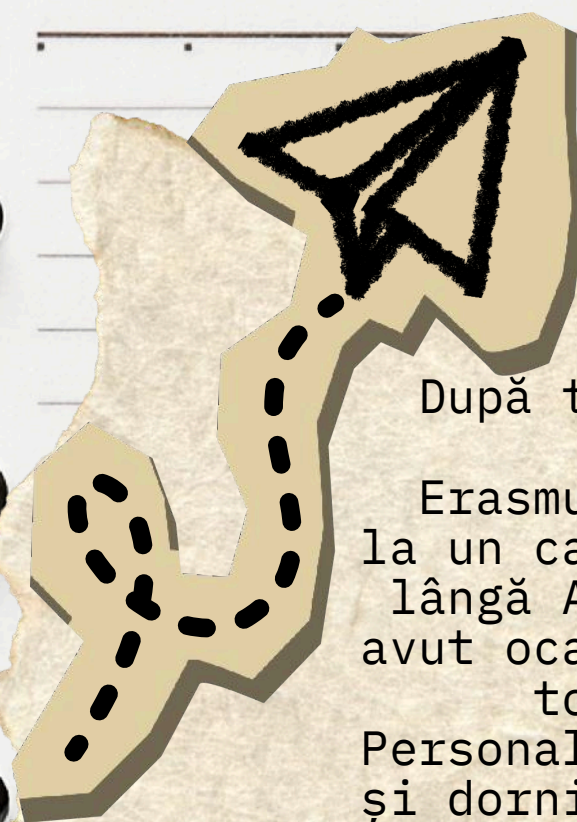


S E R  
R  
Marshall  
Gilbert  
LLER  
Samo  
Pidschi  
Tigoff  
E A N  
Auckland  
Neu-  
Seeland



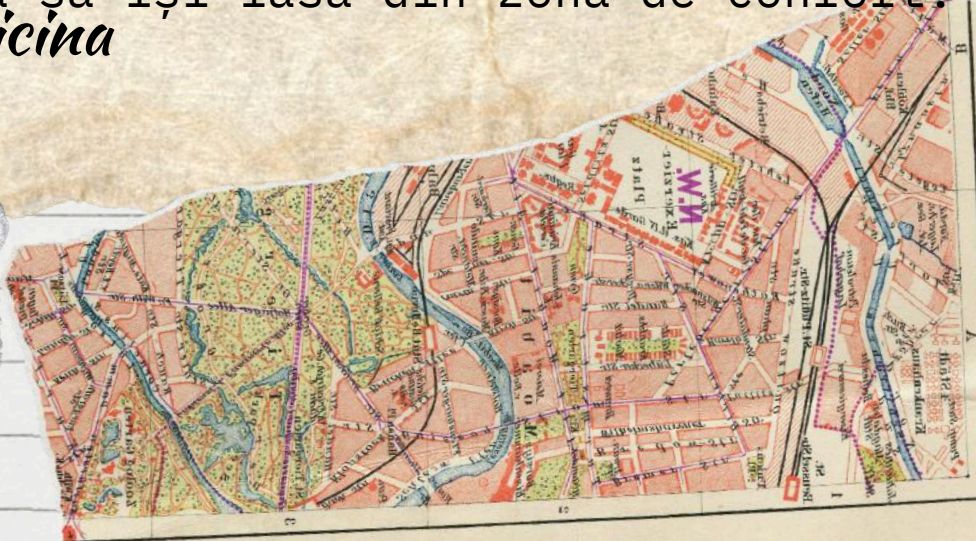
# Aachen

GERMANY



După terminarea anului 3 de Medicină Dentară,  
am fost - prin intermediul programului  
Erasmus - în practică de vară timp de 2 luni  
la un cabinet stomatologic într-o localitate de  
lângă Aachen, Germania. În timpul practicii am  
avut ocazia să asist la numeroase tratamente și  
totodată să dobândesc abilități practice.  
Personalul medical a fost deosebit de prietenos  
și dornic de a mă învăța lucruri noi și de a-mi  
răspunde la orice întrebare. Deși la început  
mi-a fost greu să mă obișnuiesc cu faptul că  
trebuia să fac naveta în fiecare zi, m-am  
obișnuit destul de repede și parcă timpul  
trecea tot mai ușor. Un mare avantaj a fost  
acela că Aachen este la granița cu Belgia și  
Olanda, așa că în weekend-uri puteam să  
vizitez orașe, nu doar din Germania, ci și din  
țările de lângă. Experiența aceasta m-a  
dezvoltat din punct de vedere profesional și  
mi-a dat ocazia să vorbesc zilnic limba germană  
și să "gust" din modul de viață și cultura  
germană. Recomand această experiență oricui  
vrea să își iasă din zona de confort!

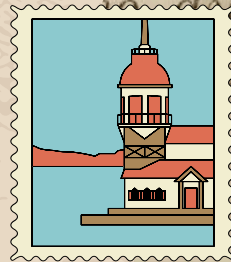
L. Z., anul 3, Medicină  
Dentara



*euismod lacinia at quis risus sed nulliputurte odio. Sed euismod lacinia at quis.*

Pentru mine Programul Intensiv Mixt "From Molecule to Drug" a reprezentat ocazia perfectă de a ieși din zona de confort și de a experimenta atât cultura locală, cât și viața de student din Porto. Încă din primele minute am rămas surprins de căldura și deschiderea cu care am fost primiți, precum și de dedicarea cadrelor didactice care au făcut din această experiență una pe care nu o voi uita niciodată. Consider că o astfel de oportunitate este de neratat, fiind un prilej de dezvoltare atât pe plan profesional, cât și pe plan personal.

*S. A. B., anul 5,  
Farmacie*



*corper sit amet  
er feugiat nibh  
elit dui tris-  
t mauris nunc  
la fames ac  
h mauris.*



**PORTO**

**PORTUGAL**





**Danke!**



**Leipzig**

*germany*

As soon as I arrived, I fell in love with the city and the people. It was amazing to discover how much studying medicine can vary from one country to another. I traveled a lot and made lifelong friends. The cultural exchange was one of the best parts of my Erasmus year, and I truly wish everyone could experience something like this at least once.

On a personal level, I became more independent and adaptable, and I gained new perspectives on life that will definitely shape me as a future doctor. Long story short, it was the best year of my life - which is why I decided to apply again. I'm now on my second Erasmus journey, and I'm loving every second of it.

*J. C., 4th year, General Medicine*





**ITALIA**

For anybody debating whether to go on Erasmus or not, just do it! Especially 4th year: you have a lot of free time and free will, make good use of it :)

My experience in Bari was great: the university timetable is very manageable, you will have a lot of breaks between classes and time to hang out with classmates and friends... which will happen a lot :) italians never rush, life moves much slower in the Mediterranean.

Most days I played beach volleyball, went on trips, hung out with friends or studied for exams, but the Erasmus life accommodates all tastes;)

Don't waste the opportunity: sign up!

I. C., 4th year, General Medicine

*Bari*  
**ITALY**



# Köln

## GERMANY



Mobilitatea Erasmus a fost pentru mine un pas decisiv în formarea personală și profesională. Am petrecut un an la Köln (Germania) și un an la Homburg (Saarland, Germania) – două experiențe extrem de valoroase, în care m-am integrat într-un mediu clinic bine organizat și am învățat limba germană, precum și limbajul medical, la un nivel fluent.

Această pregătire mi-a deschis noi oportunități. În plus, am învățat cum să prezint cazurile și să documentez corect. Mi s-a oferit șansa să mă implic activ în activitatea clinică, atât chirurgicală, cât și non-chirurgicală, ceea ce mi-a crescut mult încrederea. Erasmus m-a ajutat să îmi înving temerile, să ies din zona de confort și să înțeleg că munca consecventă aduce rezultate. Tot ce am acumulat în timpul mobilităților îmi este util zilnic și a reprezentat fundația pregătirii mele. Dacă aș da timpul înapoi, aș alege din nou experiența Erasmus fără ezitare.

*R.B., anul 5, Medicina Generala*



### Danke!





# Mannheim

*Germany*

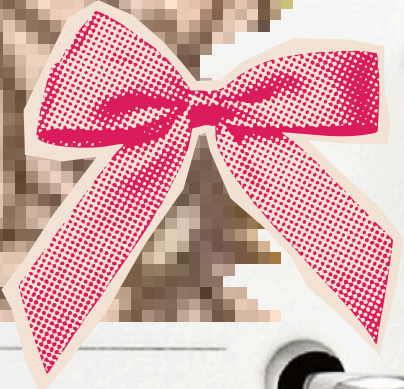
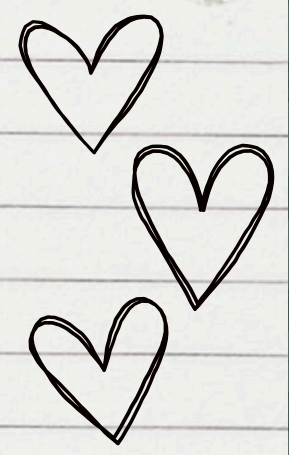
Ich p  
nicht b  
mal sp  
immer  
schwaci  
Milla  
ni



**Danke!**

Am participat la mobilitatea Erasmus în anul 5 de facultate, în Mannheim, și a fost una dintre cele mai frumoase experiențe din anii mei de studenție. Mi-am făcut prieteni noi, atât colegi Erasmus ca mine, cât și studenți locali, iar atmosfera internațională m-a făcut să mă simt imediat parte dintr-o comunitate. Am învățat enorm pe plan profesional, dar m-am dezvoltat și personal: mi-am îmbunătățit managementul timpului, am gestionat mai ușor lucrurile pe care le aveam de făcut și am devenit mult mai independentă. Mi-a plăcut atât de mult încât îmi pare sincer rău că s-a terminat și deja mi-e dor de tot ce a însemnat perioada aceea. Recomand oricui să încerce Erasmus și să vadă pe pielea lui cât de mult te poate schimba în bine.

*G. G., anul 5, Medicina Generala*





Pliant realizat de către Biroul  
Erasmus+ al  
Universității de Medicină și  
Farmacie „Iuliu Hațieganu”  
Cluj-Napoca

