

Teregyakorlatom helyszíne:

Fit World Fitness,
Csongrád megye, Szeged



Berényi Róbert

Egészségfejlesztés specializáció

Rekreációs szervezés és
egészségfejlesztés szak



Teregyakorlati feladataim....

Teregyakorlati munkámat az elmúlt egy évben a szegedi Fit World Fitness-ben végeztem. A hely kiválasztásánál nagyon fontos volt számomra, hogy egy olyan közegben tevékenykedhessek, ahol ki tudok teljesedni és megfelelően együtt tudok dolgozni az ott lévő munkaközösséggel. Visszatekintve azt mondhatom, hogy nem bántam meg a választásom, hiszen nemcsak a hely, hanem az ott dolgozó emberek hozzáállása sem mindennapi. Az első szemeszterben az egyetemi feladatok által megismerhettem az ott dolgozó emberek munkatevékenységét, azoknak előnyeit és hátrányait. Felméréseket végeztem a célközösség egészségi állapotát és életmódját illetően, így egy reális képet tudtam alkotni a későbbiekben kialakítandó projektem célkitűzései számára. Az idei szemeszterben el is kezdődött a munka, hogy minél előbb megvalósíthassuk elképzeléseinket.

Az én projektem a Program In Fit World nevet kapta, melynek keretein belül olyan célokat tűztem ki, melyek figyelemfelhívó jelleggel hatnak

teregegyakorló helyen dolgozó célközösségre, valamint prevenciós jelleggel bizonyos szintű változásokat idézhetnek elő azokon az egészségügyi kockázatok jelentő területeken, melyeket az előző félévben kifogásolhatónak tartottam. A projektelemeim közé tartozott például a megelőző jellegű izületvédelmi tájékoztató és balesetvédelmi felhívások, a folyadékfogyasztás fokozására tett javaslatom vagy a használt étrend kiegészítők mértékének csökkentése vagy fokozatos felváltása. Véleményem szerint későbbiekben a projekttel és magával a megvalósított elemekkel sikerült elérnem a kitűzött céljaimat és eredményeket felmutatni. A legtöbb elemmel sikerült az egész célközösséget mozgósítanom és bevonnom. Örömmel tapasztaltam, hogy már a kezdő instrukciók és információk után önállóan tudott dolgozni a csapat minden tagja. Mindenkin látható volt a motiváltság és senki sem akart kimaradni a programokból. A visszajelzések alapján a megalkotott projektelemeimmel maximálisan meg voltak elégedve

és véleményük szerint csak pozitív hatást értem el. A projekt lezajlása után úgy vélem sokan megfogadták a tanácsaimat és még mindig folytatják a projektelemek egy bizonyos részéit, mind a munkahelyen mind a magánéletben. Úgy gondolom sikeresen zártuk az elmúlt több mint egy hónapot és

magát az elmúlt egy évet amit a terepgyakorló helyen töltöttem, amely idő alatt szerencsém volt a célközösségben tevékenykedni és megismertetni nemcsak magamat de a szakom és leendőbeli szakmám fontosságát is.



Amire büszke vagyok....

Leginkább az tölt el büszkeséggel, hogy a kezdeti fenntartásaim ellenére megfelelően helyt tudtam állni. Minden tudásomra szükségem volt annak érdekében, hogy mindenki számára naprakész és hiteles információkkal tudjak szolgálni, de úgy gondolom, hogy az egyetemi éveim alatt ezekre mind szert tettem. Számtalan tapasztalatot szereztem ami majd a későbbiekben hasznomra fog válni és remélem tovább kamatoztathatom tudásomat.

Berényi Róbert egészségfejlesztő tevékenységéről ...

Róbertre a terepgyakorlati munkája során mindig lehetett számítani. Rugalmasan kezelte az időbeosztást és segítőkész volt mindenben amiben hozzáfordultunk. Gyakorlata során komolyságot tanúsított és tényleges tudást tudott felmutatni, ennek köszönhetően szakmai hozzáértését nem kérdőjelezném meg. Róbertben egy határozott és nyitott embert ismertünk meg aki nem határolódik el az új dolgoktól, módszerektől és minden területen igyekszik megállni a helyét, mi más mutatná ezt jobban mint, hogy mindig felkészült minden eshetőségre a projekt megvalósítása közben is, minden gondolata összeszedett helyénvaló volt és mindig jó ötletekkel állt elő.

Neu László
kapcsolattartó
terepkoordinátor