MUNKANAPLÓ

Személyes adatok:

Név: Guba Alexandra Zsófia

Lakcím: 2095 Pilisszántó, Őz utca 79.

Intézményi adatok:

Váci SzC Petzelt József Technikum és Szakképzőiskola

2000 Szentendre Római sánc köz 1.

Projektkoordinátor: Gerlai Boglárka Ágota

Email: gerlaibogi@gmail.com

FELKÉSZíTÉS A KÜLFÖLDI GYAKORLATRA:

A kiutazás előtt az iskolában több alkalommal is felkészítő foglalkozásokon vettünk részt, ahol részletesen átbeszéltük a külföldi szakmai gyakorlat menetét, a legfontosabb tudnivalókat és a ránk váró feladatokat. Emellett csoportosan prezentációt is készítettünk Ciprusról, amelynek során megismerkedtünk az ország kultúrájával, szokásaival, nevezetességeivel és a mindennapi élet sajátosságaival. Ez a felkészítés nagy segítséget jelentett ahhoz, hogy magabiztosabban és felkészültebben induljunk el a szakmai gyakorlatra.

KÜLFÖLDI SZAKMAI GYAKORLAT:

Kiutazás időpontja:2025.07.01.

Hazaérkezés időpontja: 2025.11.1.

A gyakorlati munkahely:

Neve: Atlantica Aqua Blue

Címe: Konnou Ave 7, Paralimni 5297, Ciprus

A gyakorlat ideje alatt végzett tevékenységek:

- **Tányérok, poharak elvétele a vendégtől**
- **Asztalok letakarítása majd megterítése**
- **Vendégek fogadása**
- **Vendégekkel való kommunikáció**

- **Vendégek beengedése**
- **Italrendelés felvétele**
- **Tányér szárazra törlése majd pakolása**
- **Tányérok eltörlése**
- **Koktélok készítése**
- **Snackek elkészítése**
- **Italok kiszolgálása**
- **Számlák elrendezése**

Javaslatok a gyakorlattal kapcsolatban:

Érdemes szerintem még a kiutazás előtt tisztázni, hogy ki mit szeretne csinálni a hotelben és kivel, persze ehez a hotelnek is kell az együttműködése.

UTAZÁS, SZÁLLÁS, ELLÁTÁS

A Ciprusra történő kiutazás és a hazautazás is zökkenőmentesen zajlott. A hotel kisbusszal biztosította a repülőtérről a szállásra való eljutást. A munkahelyünk mindössze 5–6 perc sétára volt a szállástól, így a közlekedés egyszerű és kényelmes volt.

A hotel dolgozóinak kialakított bungalóban laktunk ketten. A szállás légkondicionált, jól felszerelt volt, saját konyhával és fürdőszobával rendelkezett, ezért minden adott volt a kényelmes ott-tartózkodáshoz. A ruháinkat a hotel mosodájában tudtuk kimosni.

Az étkezést a hotel biztosította. Naponta háromszor tudtunk étkezni a dolgozói étkezőben, munkaidőben pedig a hotelben kaptunk meleg ételt. Összességében a szállás és az ellátás is megfelelő volt, így nyugodt körülmények között tölthettük a szakmai gyakorlatot.

SZABADIDŐS PROGRAMOK:

A szabadnapjaimon és a munka utáni órákban igyekeztünk minél többet felfedezni Ciprusból. A szállásunk közelében több gyönyörű strand is volt, így gyakran elsétáltunk a tengerhez egy kis kikapcsolódásra. A kedvenc helyem a hotel közelében lévő partszakasz volt, mert nyugodt környezetben lehetett pihenni, a víz pedig mindig kristálytiszta volt. Sokszor a barátaimmal mentem le fürdeni, de néha egyedül is kiültem a partra, hogy élvezzem a naplementét és a tenger látványát. A strand mellett működött egy hangulatos bár is, ahol gyakran megálltunk egy frissítő italra vagy csak beszélgettünk egy hosszú munkanap után.

Többször ellátogattunk a közeli Ayia Napába is, amely busszal könnyen megközelíthető volt. A város sokkal nyüzsgőbb volt, mint Protaras: számos üzletet, éttermet és szórakozóhelyet találtunk, ezért szívesen töltöttük ott a szabadidőnket. Jó hangulatú sétákat tettünk a belvárosban, és minden alkalommal felfedeztünk valami újat.

MUNKAHELYI GYAKORLAT HETI BONTÁSBAN:

1. HÉT

Az első héten megérkeztem a hotelbe, és megkezdtem a munkát az étteremben. Megismerkedtem az étterem működésével, a kollégákkal és a felszolgálás szabályaival. Az első napokban főként megfigyeltem a tapasztalt felszolgálók munkáját, majd segítettem az asztalok szakszerű megterítésében, a poharak és evőeszközök előkészítésében, valamint a vendégek fogadásában.

2. HÉT

A második héten már aktívan részt vettem a vendégek kiszolgálásában. Az asztalukhoz kísértem őket, itallal kínáltam őket. Az étterem önkiszolgáló módon működött, reggeliztetést, ebédeltetést, vacsoráztatást csináltam változó beosztás szerint, itt úgy hívják SPLIT, ami 3 féle módon működik.

3. HÉT

Egyre magabiztosabban dolgoztam az étteremben. Már önállóan kezeltem több asztalt, figyeltem a vendégek igényeire, valamint részt vettem a számlák elkészítésében és rendezésében is. A kollégáim sokat segítettek, így gyorsan beilleszkedtem a csapatba.

4. HÉT

A negyedik héten a vezetőim elégedettek voltak a munkámmal, ezért lehetőséget kaptam arra, hogy néhány műszakot a hotel Sky Bárjában töltsek. Itt megismerkedtem a bár működésével, a koktélok elkészítésének alapjaival, valamint a professzionális kávégépek használatával.

5. HÉT

Ettől a héttől kezdve egyre több műszakban dolgoztam a Sky Bárban. Megtanultam különböző klasszikus koktélok elkészítését, valamint cappuccinót, lattét, flat white-ot és más kávékülönlegességeket készíteni. Emellett egyszerűbb snackeket és desszerteket is előkészítettem a vendégek számára.

6. HÉT

A Sky Bár forgalma folyamatosan nőtt, ezért gyorsan és pontosan kellett dolgoznom. A vendégek rendeléseit önállóan vettem fel, elkészítettem a koktélokat és kávékat, majd felszolgáltam az italokat és snackeket. Kiemelten figyeltem az igényes tálalásra.

7. HÉT

Mostanra már teljes értékű tagja lettem a bár csapatának. Megtanultam a különböző alkoholos és alkoholmentes koktélok receptjeit, valamint azt is, hogyan kell ajánlani italokat a vendégeknek. Nagy hangsúlyt fektettem a kedves és udvarias kiszolgálásra.

8. HÉT

Ez volt az egyik legforgalmasabb hét. A Sky Bár minden este szinte teljesen megtelt vendégekkel, ezért gyors tempóban kellett dolgoznunk. A csapatmunka nagyon fontos volt, hiszen egyszerre kellett italokat készíteni, rendeléseket felvenni és kiszolgálni a vendégeket.

9. HÉT

A kilencedik héten már önállóan vittem egy teljes bárszekciót. Elkészítettem a koktélokat, kávékülönlegességeket, felszolgáltam az italokat és a snackeket, valamint figyeltem arra, hogy a vendégek minden igényét kielégítsük.

10. HÉT

A vendégforgalom valamivel nyugodtabb lett, ezért még nagyobb figyelmet tudtam fordítani az italok díszítésére és a szakszerű tálalásra. A vezetőm külön megdicsérte a munkámat és a vendégekkel való kommunikációmat.

11. HÉT

A héten már az új dolgozóknak is segítettem eligazodni a bárban. Megmutattam nekik a rendelésfelvevő rendszert, a kávégépek használatát és néhány egyszerűbb koktél elkészítését. Jó érzés volt, hogy számítottak rám.

12. HÉT

Szinte minden nap dolgoztam, de a munkát már teljes rutinnal végeztem. Gyorsan készítettem koktélokat, kávékülönlegességeket és snackeket, miközben végig figyeltem a vendégek elégedettségére. Az angol nyelv használata is egyre természetesebbé vált.

13. HÉT

A szezon végéhez közeledve valamivel kevesebb vendég érkezett. Több idő jutott a bár rendben tartására, a poharak polírozására, a készletek feltöltésére és az italok előkészítésére. Ezek a feladatok ugyanúgy fontos részét képezték a munkámnak.

14. HÉT

A kollégáimmal nagyon jól összeszoktunk, ezért a munka gördülékenyen zajlott. A vendégek közül többen visszatértek a bárba, és örültek, amikor ismét én szolgáltam ki őket. Ez nagyon jó érzéssel töltött el.

15. HÉT

A szezon végén már kevesebb vendég volt, de továbbra is önállóan dolgoztam a bárban. Elkészítettem a koktélokat, kávékat és snackeket, valamint intéztem a számlázást és a fizettetést is. Ez nagy felelősséget jelentett számomra.

16. HÉT

Az utolsó héten részt vettem a Sky Bár szezon végi rendbetételében és a készletek rendezésében. A vezetőim megköszönték a munkámat, és külön kiemelték, hogy gyorsan tanultam, megbízhatóan dolgoztam és jól kommunikáltam a vendégekkel. Nagyon sokat fejlődtem a négy hónap alatt: magabiztosan tudok koktélokat és kávékülönlegességeket készíteni, snackeket előkészíteni, valamint magas színvonalon kiszolgálni a nemzetközi vendégeket. Ez a gyakorlat szakmailag és emberileg is rengeteget adott számomra.

ELVÁRÁSOK:

Mivel korábban már több Erasmus-programban is részt vettem az iskola által, volt némi elképzelésem arról, hogy milyen lesz ez a külföldi szakmai gyakorlat. Egyetlen dolog miatt aggódtam igazán: a négy hónapos kint tartózkodás elsőre nagyon hosszúnak tűnt, ezért kíváncsi voltam, hogyan fogom megszokni az új környezetet és a mindennapokat.

EREDMÉNYEK:

A külföldi szakmai gyakorlat során nemcsak szakmailag, hanem emberileg is sokat fejlődtem. Megismerkedtem az à la carte felszolgálás szabályaival, tapasztalatot szereztem koktélok és különféle kávéitalok elkészítésében, valamint fejlődött a vendégekkel való kommunikációs készségem is. A nemzetközi környezetnek köszönhetően az angol nyelvtudásom is sokat javult, és magabiztosabban használom a mindennapokban.

Ez a négy hónap számos új élményt, értékes szakmai tapasztalatot és életre szóló emléket adott számomra. Sok új embert ismertem meg, barátságokat kötöttem, és olyan tapasztalatokkal gazdagodtam, amelyeket a jövőbeni munkám és a személyes fejlődésem során is hasznosítani tudok. Örülök, hogy részese lehettem ennek a programnak, mert sokat tanultam, és felejthetetlen élményekkel térhettem haza.

2025.11.30. **Guba Alexandra Zsófia**