

Závěrečná zpráva , THAJSKO - CHIANG RAI

25.8.2014 - 25.10.2014

Diana Ciglerová



Co vše si zařídit před cestou?

- **Pas**

Pokud nemáte pas, zhotovení stojí cca 600,- Kč, do měsíce Vám ho vyhotoví a je platný po dobu 10 let.

- **Očkování**

Do Thajska není nezbytné se nechat očkovat. Doporučila bych však i přesto se nechat naočkovat proti žloutence typu A, B, břišnímu tyfu, popřípadě pak proti vzteklině. V očkovacích centrech Vám poví detaily. Malá rada - pokud jste pojištěni u VZP, tak po doložení dokladu Vám vrátí 500,- Kč z celé částky, a to je fajn ☺

- **Letenka**

Letenka nám vyšla na 17 059,- Kč. Letěly jsme přes Pelikána (www.pelikan.cz) , a to Praha - Vídeň - Bangkok, - Chiang Rai. S cestou nebyl žádný problém. Cesta je však poměrně dlouhá..... ☺

- **Pojištění**

Nechaly jsme se pojistit přes Uniqu přímo od školy, tudíž jsme neměly žádné starosti s oběháváním a zjišťováním si informací. Cena na 2 měsíce - 2304,- Kč.

- **Vízum**

Vízum do Thajska se vyřizuje v Praze (ulice Romaina Rollanda). Vyjde na 1400,- Kč a do týdne je vyřízené. Důkladně si zkontrolujte, co vše musíte pro udělení víza doložit (zvací dopis, výpis z účtu, potvrzení o studiu...)!



Co s sebou ? :-O

Nic speciálního nepotřebujete, pokud si cokoliv zapomenet vzít - nevěšete hlavu, vše v Thajsku seženete , a to levněji než - li v ČR.

S sebou bych doporučila deštník, léky.

Ubytování

Ubytované jsme byly na koleji v kampusu MFU. Cena za měsíc cca 1400 Kč plus se na konci pobytu platí doplatek za energii. Sprcha i WC na pokoji. Wifi velmi poruchové, na to se připravte. Kuchyňka na koleji není, jen mikrovlnka a varná konvice. Lednice je společná pro patro, proto je velmi plná a moc věcí se do ní nevejde.

Stravování

Připravte se na to, že tu budete jíst především rýži a nudle. Thajská kuchyně je často velmi ostrá. Možná Vám bude chybět nůž při stolování. Jí se tu zásadně buď tyčkami, nebo lžící a vidličkou. Vidličkou se jídlo „nahrnuje“ na lžici. Jíst z vidličky je neslušné. Také Vám bude chybět sůl, místo ní však budete mít vždy k dispozici několik druhů omáček. Co mi tu velmi chutná, je „sticky rice“ - lepkavá rýže, jí se v ruce, jako sušenka ☺. Na koleji jsme si vůbec nevařily. Ani Thajci to tak převážně nedělají. Vyjde i levněji jíst venku. Obyčejné thajské jídlo vyjde cca na 30 bahtů. Pokud si chcete dát steak s hranolkami, počítejte, že zaplatíte okolo 140 bahtů. Thajskou specialitou je především pad thai a papaya salad, který je však velmi ostrý. Velikou delikatesou tu jsou pro Thajce smažení červi, brouci a kobylinky, musí se jíst čerství. Ovoce je tu vynikající. Určitě ochutnejte durian, silně páchnoucí ovoce, ale velmi dobré. Mně osobně tu nejvíce z ovoce chutná mangosten a rambutan. Ohledně vody- určitě nepijte vodu z kohoutku. Balená voda vyjde na cca 0,6 l = 7 bahtů.



Počasí

Teplé oblečení nechte doma! Vemte si jen jednu mikinu a džíny. Ale celou dobu tu opravdu strávíte v krat'asech a v tílku . Ovšem do chrámů a na setkání s pracovníky školy mějte vždy dlouhé kalhoty a tričko. I když si půjdete třeba jen zaplatit ubytování... ne v tílku, velice tu dbají na slušné oblékání.

Počasí je tu silně ovlivněno monzuny.

Nakupování - markety

Přímo v kampusu, u bazénu je každou středu večer trh s jídlem a oblečením. V pondělí pak před univerzitou. Ve městě je každý den night bazar, a v sobotu večer „Walking street“ - plná ulice s trhy..sežene se tu vše velmi levně, zkoušejte smlouvat s prodejci...



Mohu v Thajsku řídit auto, skútr?

Ano, ale je k tomu třeba mít mezinárodní řidičský průkaz. Já si ho nenechávala dělat, tak jsem jezdit v Thajsku nemohla. Ale nebylo to ani nějak potřeba. Jinak

půjčit skútr jde a nikdo neřeší, zda opravdu mezinárodní průkaz máte, nebo nemáte. A pokud by přeci jen problém byl, úplatky dopravní polici jsou tu velmi proslulé..... Ovšem v Thajsku se jezdí po levé straně, tak dávejte pozor ... ☺

Mohu si na koleji vyprat oblečení?

Ano, za poplatek 20 -30 bahtů. V obchodě prodávají malé balení pracích prášků, takže ten s sebou určitě nevezít. Vyprané věci však nejsou zcela čisté, nevíme, kde je chyba...:-)

Mae Fah Luang university



Praxe

- **Camilian Social center**

Nezisková charitativní organizace pro děti ze severních kmenů Thajska, kteří se o děti z finančních důvodů nemohou starat, a nebo o děti nejeví zájem. Já byla v domě pro děti s fyzickými či s psychickými problémy. Převážně jsem děti učila anglicky, podílela se na různých aktivitách s nimi.



- **Prison, Chiang Rai**

Velice jsem si přála vidět thajské vězení a mé přání mi bylo splněno. Byla to jen exkurze po vězení, pro mě však bylo velice zajímavé vidět, v jakých podmínkách vězni žijí, jakou mají náplň dne apod. Bylo zde cca 1200 vězenkyň a přes 5000 vězňů a jen 180 pracovníků.

- **Education center Chiang Rai**

Státní organizace, buddhisticky orientována, pro děti s psychickými, školními nebo fyzickými problémy. Především jsem se tu setkala s dětmi s Downovo syndromem a s dětmi s autistickým spektrem. Na této praxi se mi líbilo nejvíce. Převážně jsem se podílela na ergoterapii dětí.



- **Hospital Mae Fah Luang Univesity**

Krásná nemocnice spadající pod MFU. Byla jsem tu spíše pozorovatelem. V druhém patře nemocnice je oddělení čínské medicíny, tam to bylo moc zajímavé. Vyzkoušela jsem si, jaká je akupunktura, hyperbarická komora apod.



- **Pae Taeng primary care**

Nikdo zde nemluví anglicky, tak je tu docela problém se nějak domluvit. Navíc mi přijde, že pro sociálního pracovníka je tato praxe zbytečná a tipovala bych, že více sem již ani s pracovníka na praxi nepošlou. Moc práce tu pro mě nebylo, spíše pozorování, jak zdravotnický personál pracuje. Centrum je umístěné ve vesničce s velmi chudými obyvateli, kteří žijí v hrozných podmínkách. Jezdila jsem se dívat mimo jiné na to, jak ošetřují pacienty v jejich domovech. To bylo zajímavé.

- **Hospital in Chiang Rai**

Zde jsem se dozvěděla, jak to v Thajsku chodí se zdravotní péčí, jaké jsou typy nemocnic apod.

Hurá na výlet !

Co si myslím, že rozhodně stojí za vidění

- Long neck village, Chiang Rai

Přikládám zde foto ženy s tzv. Dlouhým krkem - patří do horského kmene Karen, jsou známí kvůli svým dlouhým krkům. Tato etnická skupina přišla do Thajska z Barmy a obývá několik vesnic na severu Thajska.



- Wat Tham Pla - Monkey temple, Chiang Rai

Určitě stojí za návštěvu. Můžete si tu nakrmit makaky banány, ale nehladit, tváří se docela agresivně 😊



- **Wat Rong Khun – White temple, Chiang Rai**

Pro mě nejkrásnější buddhistický chrám, co jsem v Thajsku viděla. Byl navržen Chalermchaiem Kositpipatem v roce 1997.



- **Zoo, Chiang Mai**

Tato Zoo je zajímavá především tím, že zde můžete vidět pandu, v Evropě se s ní neseťkáte. Platí se zvlášť vstup do Zoo a pak zvlášť vstup na pandy, to je legrační. Vstupné - 150 bahtů, pandy - 100 bahtů. Usmlouvaly jsme to však se Sabinou na studentské ceny, tedy 100 bahtů vstup, 50 bahtů na vstup za pandami. Dále jsou tu k vidění koaly, můžete si tu nakrmit žirafy, hrochy, slony.... ☺



- **Tiger Kingdom , Chiang Mai**

Pro mě asi nejúžasnější zážitek z celého Thajska. Je tu možnost cca 15 minut mazlení s tygry.



- **Jízda na slonech**

Navštívit Thajsko a nevyzkoušet si jízdu na slonech, by byl opravdu hřích. Je možnost i v Chiang Rai, ale pouze na chvíli a po silnici, proto bych doporučila si na slony zajet spíše do Chiang Mai (vzdálené cca 4 hodiny cesty busem od Chiang Rai, cca 200bahtu /cesta).



Dále bych doporučovala navštívit:

- **Golden Triangle** -oblast, kolem hraničního bodu 3 států - Laosu, Barmy a Thajska. V místě střetů zemí se stéká řeka Mekong s řekou Ruak. Na území Barmy je postaveno veliké kasino, kam jezdí Thajci hrát, v Thajsku jsou totiž hazardní hry zakázané.
- **Baan Dam - Black house, Chiang Rai** - zajímavý chrám, ve kterém je muzeum zvířat, především krokodýlů.
- **Orchid farm - Chiang Mai**
- **Butterfly farm- Chiang Mai**
- **Horse temple, Chiang Rai**
- **Nějaký ostrov - my jsme se Sabinou navštívily ostrov Koh Samed**
A mnoho dalšího..... ☺ !

Poděkování

Velké díky patří především paní Mgr. Gabriele Kopecké, Ph.D, paní Mgr. Vendule Hájkové a panu JUDr. Ing. Danielu Prouzovi, Ph.D, díky nimž jsem se mohla této úžasné praxe zúčastnit.

Kontakt

Diana Ciglerová -d.ciglerova@seznam.cz

Kdybyste se chtěli na cokoliv zeptat, neváhejte mě informovat, ráda Vám poradím, pokud to bude v mých silách ☺

Všem budoucím stážistům přeji krásný pobyt a spoustu zážitků !