

# Tříměsíční odborná stáž v Jihoafrické republice

## POTCHEFSTROOM

13. 8. – 8. 11. 2013

Soňa Kocandová (3. SPP), Mgr. Vendula Hájková (Rehabilitace/Ph.D.)



Před samotným odjezdem na zahraniční stáž je potřeba úspěšně absolvovat konkurz a vyřídit potřebné formality. Zarezervovat letenky, nechat se naočkovat, pojistit, zkontrolovat platnost pasu a sbalit si kufry. ☺

### Letenky ➔

Jelikož náš odjezd byl narychlo, kupovaly jsme letenky dva týdny před odletem.



Využily jsme společnost Student Agency, která nabízela relativně nejlevnější letenku. Letenka tam i zpět nás vyšla na 18.130Kč se slevou na ISIC kartu 100Kč, s pojištěním storna letenka stála 19.000Kč. Letěly jsme se společností Lufthansa, kterou si nemůžeme vynachválit. Z Prahy jsme cestovaly přes Frankfurt do Johannesburgu, nejnebezpečnějšího města na světě.

## Vízum

Po dobu 90dnů do Jihoafrické republiky vízum není potřeba. Nutností je, pečlivě spočítat délku pobytu, aby nedošlo k překročení bezvízového styku. Pro aktuální informace ohledně víz je lepší kontaktovat ambasádu v Praze. Pro klid v duši je potřeba s sebou mít zvací dopis ze země, do které se cestuje.

## Očkování ☠

V Jihoafrické republice není povinnost očkování. Jelikož jsme nechtěly nic riskovat, obě jsme tuto možnost využily. Je dobré navštívit očkovací centrum v předstihu alespoň jednoho měsíce, aby se stihl sestavit očkovací plán. Již dříve jsme byly obě očkovány proti žloutence typu B a jedna z nás se nechala očkovat ještě proti žloutence typu A, vzteklině, břišnímu tyfu, choleře a meningokoku. Celkem toto očkování vyšlo na 6.900Kč. Druhá pouze proti žloutence typu A a břišnímu tyfu za 4.000Kč. V průběhu stáže jsme ale zjistily, že očkování v této oblasti není potřeba a je na zvážení každého, zda se nechá naočkovat.

## Pojištění

Pojištění jsme si sjednaly přes zahraniční oddělení od společnosti Uniqa. Stálo nás 3.204Kč na celý pobyt. Je možnost se pojistit i u své zdravotní pojišťovny nebo využít služby finančního poradce a nechat si poradit.

## Peníze \$

Od univerzity jsme dostaly stipendium ve výši 40.000Kč, ze kterého jsme hradily letenku, pojištění, očkování a další výdaje. Od hostitelské univerzity jsme dostaly příspěvek na jídlo. Aktuální přepočítání 1ZAR (jihoafrický rand) = 1,9Kč.

## Co s sebou?

I když si všichni myslí, že v Africe je teplo, my jsme zažily pravý opak. Přijely jsme v polovině srpna, kdy končilo zimní období. Což znamená si s sebou přibalit dlouhé kalhoty, mikiny, bundu, teplé boty a na kole přijdou vhod i rukavice a čepice. Opravdové teplo jsme zažily až před naším odletem, takže se hodí i letní oblečení. Pro potřeby nabíjení elektroniky je lepší přibalit i adaptér se třemi kulatými vstupy. Do začátku mít k dispozici hotovost. Nejdůležitější je si vzít s sebou pevné nervy!

## Zařizování 🖥️

Ani nevíme kde začít. Kdo nezažije African time, nedokáže si představit, kolik úsilí nás stálo vyřízení základních věcí po příjezdu. Registrace, zřízení studentských karet, internet, afrikánské tel.číslo, rozměnění hotovosti, vyřízení příspěvku na jídlo trvalo celkem tři týdny. Na frázi „přijďte zítra“ jsme byly po pár dnech už alergické. Místní zahraniční oddělení bylo neochotné cokoli řešit. Pokud nastal nějaký problém, musely jsme si vše vyřešit samy. Tečkou na konec byl fakt, že jsme se poslední den samy odvezly na letiště vypůjčeným autem. Ochota nadevše. 🍀\*

## Střecha nad hlavou?

K naší smůle jsme nebyly ubytované přímo v kampusu univerzity, ale 30 minut chůze odtud v chaloupce se slaměnou střechou, která byla propojená s majiteli. S ostatními studenty jsme tudíž neměly možnost se seznámit. K dispozici jsme měly jeden společný pokoj, koupelnu a malý obývací s kuchyňkou. Ubytování nám bylo poskytnuto zdarma od univerzity.



## Jídlo 🍴

Od univerzity jsme dostaly kapesné v celkové výši 8.000ZAR a možnost jednou týdně se stravovat v univerzitní kavárně. S kapesným jsme vystačily po celou dobu pobytu a nejčastěji jsme se stravovaly v místní menze, která byla otevřena od pondělí do soboty do večerních hodin. Mohly jsme si vybrat mezi smaženým kuřetem, sendviči, klobásou

s hranolky, hamburgery a podobně. Když nás omrzel místní fast food, tak jsme si potraviny mohly koupit v blízkém supermarketu Friendly. Ceny potravin jsou zde srovnatelné s našimi, jídla v restauracích někdy i levnější. Doporučujeme vyzkoušet místní fresh juice, servírované muffiny s máslem, marmeládou a sýrem, scones a v neposlední řadě mléčné koktejly. Voda je zde sice pitná, má však příchut' hlíny. Kupovaly jsme si balenou vodu v barelech a po čase jsme si zvykly i na čaj Roibos s citronem.



## Doprava 🚌

Po přeletu v Johannesburgu nás vyzvedla „crazy“ asistentka z univerzity, která nás přivítala v kočichu. Byly jsme překvapené, že se na rozdíl od Evropy jezdí vlevo. Ze začátku nám to dělalo problém, ale zvykly jsme si. Od univerzity jsme měly půjčená polorozpadlá kola, která nevydržela ani do konce pobytu. Chůze a kolo zde nejsou populární, takže všichni vlastní alespoň jedno auto. Městská hromadná doprava tu neexistuje, pouze „black taxi“, které jsme nevyzkoušely z důvodu bezpečnosti. Pro cestování mimo Potchefstroom jsme několikrát využily půjčení auta od společnosti Avis, s jejíž službami jsme byly spokojeny.



## Praxe (Soňa) a výzkum (Vendula)

Na praxi jsem dojížděla na kole do Domova pro seniory „Samuel Broadbent“ vzdáleného 4 km od našeho ubytování. Působila jsem jako sociální pracovník/aktivizátor, který v zařízení nemá pevně danou pozici. Měla jsem za úkol smysluplně zaplnit volný čas seniorů a zaznamenat jejich životní příběhy. Na každý měsíc jsme vytvořili program, který obsahoval např. smyslovou stimulaci, vytváření koláží, trénování paměti, pohybová cvičení a další. Seniors nejvíce zaujala ukázka českých tanců. Aktivity byly pravidelně konzultovány se supervizorkou, která je místní kapacitou v oboru sociální práce. Ta mi sice ukázala černošskou část města – Ikageng, ale jiné zařízení jsem za dobu stáže nenavštívila, takže jsem celé tři měsíce strávila v této instituci. Po prvotních obtížích jsme si se seniory na sebe vzájemně zvykli.



**Výzkum** k disertační práci probíhal převážně v univerzitní knihovně. Prováděla jsem rešerši anglických knih, porovnávala jsem trestní právo v Jihoafrické republice s tím, které je aplikováno u nás a zkoumala odlišnosti v rámci ukládání ochranného opatření. Metody výzkumu jsem konzultovala s celosvětově uznávaným profesorem, který mě uvedl do této problematiky. S profesorem jsme měly možnost navštívit místní věznic, komunitu pro bezdomovce a denní centrum pro seniory, které nás zaujalo širokou nabídkou služeb.

## Kam na výlet? 🌍

Jelikož v Potchefstroomu není velké kulturní vyžití, musely jsme vyrazit za poznáním jinam. Na víkendové cestování se vyplatilo půjčit si auto. Z nejbližších měst se nám nejvíce líbilo v Parys, která je vzdálena cca 50 km od Potche. Získala nás svojí atmosférou a promenádou s obchody ve francouzském stylu. V okolí jsme dále navštívily Lion Park, Boskop reserve a zoo ve městě Vanderbijlpark.



V průběhu pobytu se v Potchi konal vyhlášený festival **Aardklop**, který jsme si užily společně s koncerty a poutí a vyzkoušely místní speciality. Na rozsáhlém pozemku kampusu byla spousta stánků se suvenýry, jídlem a africkými výrobky.

Po skončení povinností nastal čas zábavy a **cestování**. Vyrazily jsme autem do Kapského města, které nás okouzlo svojí rozdílností oproti Potchi. Po více než dvou měsících oranžové půdy jsme viděly hory, moře, zeleň, vinice a opice. Nejvíce se nám líbil vrchol Stolové hory, Mys dobré naděje a pláž tučňáků. Z větrného Kapského města jsme cestovaly do Mossel Bay, kde jsme strávily další dny v krásném apartmánu u moře. Cesta byla dlouhá a náročná, strávily jsme v autě více jak dva dny, ale za získané zážitky nám to stálo.☺

Využily jsme nabídky ubytování „pro baťůžkáře“ Backpackers, která vychází cenově nejpříjemněji. V Kapském městě doporučujeme Zebra Crossing Lodge, s výhledem na Stolovou horu a v Mossel Bay apartmán s výhledem na moře (v případě zájmu poskytneme více info).

## PARYS



## LION PARK



## KAPSKÉ MĚSTO

Mys dobré naděje



Stolová hora





**PLÁŽ TUČŇÁKŮ (Simon's Town)**



**MOSSEL BAY**







Pokud chcete vyrazit na tuto stáž, budete překvapeni, jak civilizovaná Afrika může být. V prostředí kampusu jsou více studenti světlé pleti než černoši. Překvapila nás zde silná míra věřících i mezi studenty, kteří se modlí před každým jídlem. Možná jsme naivní, ale přijde nám to tu celkem bezpečné, oproti předsudkům, které zde panují. Ani na konci jsme si ale nezvykli na „chrochtavou“ Afrikaans, kterou ostatní používali i v naší přítomnosti. Zde je malá ochutnávka:

*Jak se máš? .....Hoi gaandit? [Hu chandet?]*

*Dobře, děkuji. .... Goed, dankie. [Chu, dankí]*

*Dobré ráno. ....Goeie more. [Chuje móre]*

*Hezké. ....Pragtig. [Prachtach]*

**LEKKER DANKIE !**



V případě dotazů nás  
neváhejte kontaktovat ☺

Šoňa – [zavinaccc@seznam.cz](mailto:zavinaccc@seznam.cz)

Vendula – [vendus@centrum.cz](mailto:vendus@centrum.cz)

