

# Zambia - Mongu

*1.9.2017 - 29.11.2017*



Ester Dombrovská a Jana Česká

SPP 3.

## **Základní povinnosti před odjezdem**

Před naším výjezdem na zahraniční stáž do Zambie je důležité zařídit *letenky, očkování a pojištění*. Je dobré informovat také vyučující o vaší nepřítomnosti na výuce a domluvit se na podmínkách pro udělení zápočtů, popřípadě zkoušek.

### **Letenky**

My jsme si zajistily zpáteční letenky od společnosti Kenya Airways asi 3 měsíce před odletem. Cena byla 17 200Kč. Odlétaly jsme z Mnichova a absolvovaly jsme přestup v Amsterdamu a Nairobi. Letiště jsou velmi dobře značené a měly jsme dostatečný čas na přestup. Společnost měla v ceně 2x23kg zavazadla + příruční do 8kg. S celkovou kvalitou služeb jsme byly nadmíru spokojené, servis i jídlo bylo výborné. Celkový let i s přestupy trval cca 16 hodin.

### **Očkování**

Do této země není žádné očkování povinné. Přesto je velmi důležité být očkovaný proti žloutence typu A a B, TBC a tetanu. Dále jsme se nechaly naočkovat proti břišnímu tyfu, choleře, meningitidě, žluté zimnici. Ceny vakcín se všude liší. Nás vyšlo celkové očkování na cca 7 000Kč. Očkovat jsme se nechaly v očkovacím centru v Českých Budějovicích. Co se týče antimalarik, ty jsme po celou dobu pobytu nebraly. I přesto, že Mongu leží přibližně 20km od řeky Zambezi a je tam velký výskyt komárů, za malarickou oblast se nepovažuje. Určitě se ale na místě léky pořídit dají. Jelikož jsme nepoužívaly ani moskytiéry, na doporučení jsme si koupily antimalarika s sebou zpět do ČR, kdyby se u nás malárie opětně projevila. Léčba malárie v České republice je složitější a zambijské léky na tuto nemoc účinnější. Cena se pohybuje kolem 30 kwacha.

### **Pojištění**

Pojištění jsme si zřizovaly jedno k platební kartě od banky ČSOB za 1200Kč a druhé u České Spořitelny k účtu za 660Kč, ceny za pojištění jsou na rok. Obě banky nabízely stejné podmínky jako pojišťovna Uniqa.

## **Víza a pracovní povolení**

Dříve studentkám, které vyjžděly do Zambie, stačilo turistické vízum, které se zaplatilo na letišti, bylo platné 90 dní a po měsíci se muselo prodloužit. Letos proběhlo pár změn. Musely jsme si na letišti zaplatit pracovní vízum (50USD) a do 30 dnů od vstupu do země jsme si musely na imigračním oddělení zřídit pracovní povolení (cca 2250 kwacha), které je platné 90 dní, poté se musí opět prodloužit. Jelikož stáž je na 3 měsíce, prodlužovat jsme ho nemusely.

## **Místní měna a ceny**

Místní měna je zambijská kwacha. Ta se v České republice sehnat nedá. Proto je dobré mít s sebou určitou částku alespoň v dolarech (bankovky musí být vydané od roku 2009!). Dolary si pak můžete rozměnit ve směnárně. Lepší je mít 50 či 100 dolarové bankovky, jelikož menší bankovky mají horší kurz. V Zambii jsou bankomaty na každém rohu a skoro ve všech supermarketech a obchodních centrech jsou zřízeny terminály na platební karty. Lepší je mít zřízenou embosovanou kartu VISA, je více akceptována než MasterCard.

**1 kwacha = 2,60Kč**

### Průměrné ceny v Mongu:

- Chleba – K5,5
- Těstoviny – K7
- Mléko - K12
- Plechovka fazolí – K8
- Vajíčka (30 ks) – K30
- Mango – K0,5
- Rajčata/papriky/cibule (4ks) – K4
- Pivo – K7
- Rýže (2kg) – K15

Velmi doporučujeme zeleninu, rýže či ovoce nakupovat na místním marketu. Ceny jsou výrazně nižší než v supermarketu,

např. kus zázvoru: OBCHOD – K20 x MARKET K5.

Život v Zambii nás vyšel přibližně stejně jako u nás v České republice. Na něčem se dá ušetřit, ale něco je dražší. Obecně mléčné výrobky, káva a kosmetika jsou v Zambii drahé.

### **Co si vzít s sebou?**

Doporučujeme si vzít pár kusů oblečení, které můžete zničit a pár kusů oblečení, které normálně nosíte do školy. My jsme udělaly chybu, že jsme si převážně vzaly samé staré a ošklivé věci. Později jsme litovaly, že nemáme nic hezkého na sebe, když jsme chtěly jít někam do města. Rozhodně ale počítejte, že neodjedete domů bez pár „nových“ módních kousků. Na každém trhu je tzv. Salaula, kde seženete trička, tílka, sukně, šaty, košile či cokoliv jiného za cca K10.

Dívky by měly mít kraťasy či sukně alespoň lehce nad kolena. Nosit krátké věci není zakázáno ale spíše jde o to, abyste na sebe zbytečně neupozorňovaly ještě více, jelikož už takhle budete mít pozornosti až až. Tílka s úzkými ramínky či výstřihy nikdo neřeší. Také doporučujeme si zabalit alespoň jeden formálnější outfit, kdybyste se rozhodli navštívit kostel nebo jinou důležitou zambijskou událost.

V době našeho pobytu bylo období sucha. V Mongu je vždy tepleji než v Lusace. Jelikož město leží celé na písku, teplo se odráží a pocitově je ještě větší teplo. V říjnu se teploty pohybovaly kolem 39 stupňů. I přes noc bývá v tomto období velké teplo, takže spát v uzavřené místnosti je nemožné. Proto je dobré používat repelenty s vysokou deet látkou. Repelenty seženete i na místě. Také nezapomeňte na opalovací krém.

Rozhodně nezapomeňte na **základní léky**!!! Určitě si zabalte paralen, nějaké pastilky na nachlazení a bolest v krku, ibalgin/ibuprofen, náplastě, desinfekci, obvaz, zásyp na rány, univerzální antibiotiky, mastičku či léky na kožní problémy. Samozřejmě lékárny v Africe také existují, dokonce seženete skoro všechny léky bez předpisu lékaře (včetně antibiotik), ale jsou dražší než u nás.

Co se týče adaptéru, není to nic nezbytného. Zambijci mají různé figle, které vám rádi ukážou. My adaptér za celou dobu vůbec nepotřebovaly. Samozřejmě se dá koupit i na místě. Občas se stane, že vypadne elektřina. Proto je dobré mít s sebou čelovku, baterku a powerbanku.

## **Po příletu do Zambie**

Na letišti jsme si vyřídily víza. Venku nás už vyzvedla Tereza Máchová (studentka ZSF) a Vendula Tembo. Bohužel zavazadla se nám zpozdily a měly jsme je u sebe až druhý den. Vše se ale dá vždy v pořádku vykomunikovat. Týden jsme strávily v Lusace a následně nás už čekala cesta do Mongu. Cesta z Lusaky do Mongu nás vyšla na K150.

## **Ubytování**

Týden v Lusace jsme byly ubytované v hlavním sídle organizace Njovu, u Venduly doma. V Mongu jsme bydlely také u koordinátorky Kamily Hejlíkové doma. Na místní poměry můžeme říct, že to bylo luxusní ubytování. Vedle baráku byla pumpa na vodu, proto nám tekla stále. Dokonce jsme měly možnost teplé sprchy. Občas se stalo, že voda netekla, to však bylo spojeno s výpadkem elektřiny. Nikdy to ale netrvalo moc dlouho. Po celou dobu jsme neměly žádné střevní ani žaludeční problémy, i přesto, že jsme pily normálně vodu z kohoutku. Místní voda ale není příliš bohatá na minerály, takže jsme stejně měly furt žízeň. Proto jsme si pak vodu ředily alespoň nějakým syceným nápojem nebo džusem. Vařily jsme si normální běžná jídla, jako v ČR. Moc jsme toho ale nesnědly, protože ve vedrech nebyla vůbec chuť k jídlu.

## **Práce**

Po celou dobu pracovní stáže v Zambii jsme působily v dětském domově Malý Noe v Mongu, který se nachází ve čtvrti Katongo. Zde se také nachází objekt dalšího projektu organizace Njovu – účňovské centrum.

V dětském domově žije 8 chlapců a roční holčička. O děti se starají pracovníci “Daddy” a “Mummy”. Pracovníci mají své 2 vlastní děvčata, která s ostatními dětmi v domově žijí. Chlapci jsou ve věku 6-14 let a mají možnost navštěvovat základní školu. Proto jsme byly s Janou časově omezené na práci s nimi. S dětmi jsme trávily převážně dopoledne. 3x v týdnu v dopoledních hodinách také docházela do domova soukromá učitelka. Po domluvě jsme si chlapce

rozdělily na mladší a starší, abychom aktivity mohly lépe přizpůsobit jejich potřebám a dovednostem.

Se mladšími chlapci jsme převážně procvičovaly jejich paměť formou různých her, snažily se zlepšovat jejich komunikační angličtinu, jelikož se velmi báli s námi mluvit a vyjadřovat se. Naše aktivity byly převážně formou her. Velmi je bavilo hraní pexesa, skládání puzzlí a kreslení nebo vymalovávání obrázků. Dále také vyžadovali hraní různých karetních her. Občas jsme zapojily i edukativní činnosti na trénování počítání či písmen. Připravovaly jsme různé pracovní listy na procvičení geometrických tvarů, barev, dnů v týdnu a měsíců v roce. Také jsme se děti snažily naučit hodiny.

Se staršími chlapci byla komunikace výrazně jednodušší. Často jsme pro ně připravovaly pracovní listy na opakování gramatiky angličtiny (present continuous, adjectives, antonyms, comparatives.), jelikož v místní škole není příliš vysoká úroveň výuky a chlapci tyto základy ze začátku nezvládali. I přesto, že chlapci komunikují výborně, na svůj věk (11-14) mají velký problém se spellingem a čtením. Proto jsme se zaměřily na tyto nedostatky a společně jsme čtení trénovali. Dále jsme se staršími dětmi probírali témata, o kterých se chtěli bavit. Velmi je bavilo si rozšiřovat vědomosti, co se týče náboženství, přírody, přírodních úkazů či vesmíru.

Ve dnech, kdy učitelka do domova nechodila jsme vymýšlely programy, aby se zabavily obě skupiny. Často jsme s chlapci hrály fotbal, pražili společně kešu, kreslili křídami na zeď nebo si povídali o nemocech, prevenci, hygieně či společně vařili česká nebo tradiční zambijská jídla. Děti se také naučily českou básničku, kterou jsem jim mohla složit. Toto video se následně odeslalo nadaci Malý Noe. Také jsme společně strávili jednu neděli s celou "rodinou". Ze začátku naší stáže jsme se také dvakrát v týdnu účastnily Business kurzů v učňovském centru, kde jsme se snažily asistovat lektorovi v praktické části výuky. Probíraná témata byly například marketing či advertising. Studentům jsme pomáhaly připravit dobrý marketingový plán nebo typ reklamy pro konkrétní podnik.



## Volný čas

Mongu je hrozně malé městečko, takže moc aktivit na vyplnění volného času není. Víkendy jsme trávily většinou s koordinátorkou Kamilou, jejím přítelem Stevem a s jejich kamarády. Občas jsme vymyslely i program s českými pracovníci z Člověka v tísní nebo Charity ČR, které v Mongu také působí. Nejoblíbenějším místem, kam jsme rádi všichni jezdili, bylo jezero Makapaela, (30km vzdálené od Mongu) u kterého je vybudovaný resort uprostřed buše. Člověk tu má možnost si odpočinout, vykoupat se v jezeře nebo bazénu a skvěle se najíst. Druhým zajímavým místem je koupaliště Acams. Komplex je při cestě do vedlejší královské vesničky Limulunuga, asi 15 minut cesty. Dále jsme



navštívily místní přístav a zajeli s kamarády k řece Zambezi. Náš nejvzdálenější výlet byl na Sioma Falls, cca 200 km jižně od Mongu, které také leží na řece Zambezi.



## Cestování

Část našeho cestovatelského týdne jsme strávily v Mongu společně s Klárkou a Martou, které působily na stáži v Lusace. Vzaly jsme je na všechna blízká místa kolem Mongu. Ve středu jsme pokračovaly všechny společně z Mongu do Livingstonu. Ubytování jsme si zařídily v Livingstone Backpackers, cena nás vyšla cca 260Kč/noc. Ubytování bylo velmi krásné, barevné čisté, s bazénem a skvělým personálem. Hned druhý den jsme vyrazily na Viktoriiny vodopády. Cena za vstup je 20 USD. I přesto, že vody jsme se nedočkaly z důvodu sucha,



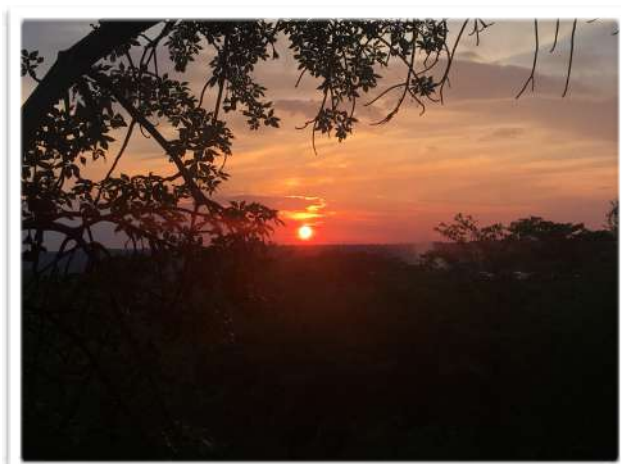
byla to nádherná podívaná. Bylo i málo turistů, jelikož jsme se trefily mimo hlavní sezónu. Prošly jsme si celý komplex, sešly do údolí k řece. Upozornění - nenoste s sebou v batohu nebo tašce nic k jídlu.



Všude pobíhají volně opice. Nás 3x napadly, jelikož cítily naší svačinu, ikdyž jsme jí měly zabalenou. Také jsme si zaplatily vstup na Devil's Pool. S blížícím se západem slunce se vstup snižuje. Zambijci chtějí 70 USD, avšak dá se to usmlouvat na nižší cenu. My jsme tam šly za 40 USD ale jiní se tam dostali i za 20 USD. Každopádně určitě tento zážitek doporučuji!!! Stojí to rozhodně za to.



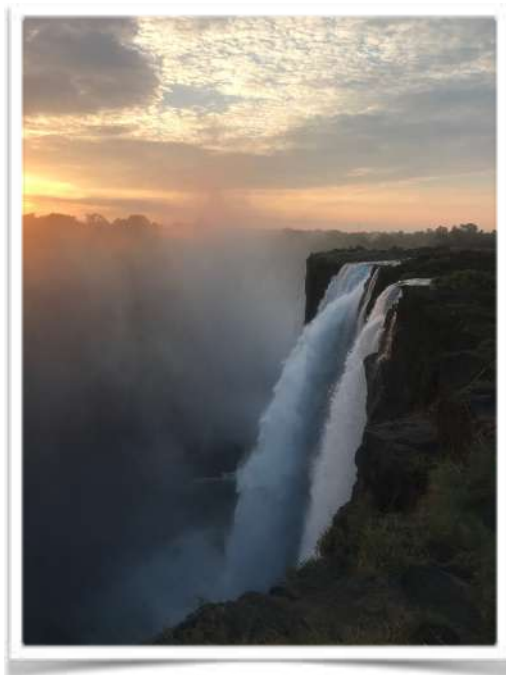
Další den v Livingstonu jsme strávily hlavně v centru města. Navštívily jsme Museum. Je rozdíl cena za vstup pro místní a pro turisty. Pokud budete mít s sebou pracovní povolení, řekněte si o slevu nebo o cenu, která připadá místním. Na oběd jsme zašly do Zambezi Café. Vaří výborná jídla, můžete zde vyzkoušet i krokodýla či antilopu. K večeru jsme zajely pozorovat africký západ slunce do koruny Baobabu.



Sobota byla ve sportovním duchu. Půjčily jsme si horská kola a jely se podívat do Mukuni Village, tradiční 17 km vzdálené vesničky.

Celou neděli jsme strávily na raftech. Tento zážitek byl pro mě osobně jeden z nejlepších v mém životě! Jedná se o jedny z

nejlepších raftů na světě. Viděly jsme krokodýly a měly možnost se v Zambezi i vykoupat. Jestli máte v sobě alespoň trošku adrenalinového ducha, jděte do toho! Nebudete litovat :-).



V pondělí ráno byl na programu odjezd zpět do

Lusaky a v úterý už nás čekal odlet domů. Po celou dobu pobytu i cestování smlouvejte! Hlavně v Livingstonu budete za bohaté cestovatelé, které si předražené dárky mohou dovolit. Nedejte se ;-).

Pokud váháte, jestli se na stáž přihlásit nebo ne, rozhodně do toho jděte! Je to příležitost, kterou jen tak už nedostanete. Poznáte jinou kulturu, seznámíte se s novými lidmi, budete mít další zkušenosti a zlepšíte si své dosavadní dovednosti a angličtinu. V případě dotazů nás kdykoliv kontaktujte!!!

***Ester Dombrovská***

FB: Esterka Dombrovská, e-mail:

[dombroes@jirsoft.eu](mailto:dombroes@jirsoft.eu)

***Jana Česká***

FB: Jana Česká, e-mail: [jana-ceska@seznam.cz](mailto:jana-ceska@seznam.cz)

**Přejeme Vám krásnou stáž, štěstí a spoustu nezapomenutelných zážitků!!!**

