

Závěrečná zpráva ze studijního pobytu ve Finsku – Rovaniemi



Toto je závěrečná zpráva z mé zahraniční stáže (5. 9. 2022 – 23. 11. 2022) ve Finsku, ve městě Rovaniemi, kde jsem vykonávala praxi v Lappi Central Hospital.

Před odjezdem

Na jaře mi přišel e-mail od Zahraničního oddělení, kde byly vypásány konkurzy na zahraniční pobyty a stáže. Jen jsem nad ním mávla rukou a nějak to více neřešila. Po třech dnech jsem se však k tomu vrátila, jako by mě něco osvítilo a začala se o to více zajímat. Poslala jsem vyplněnou přihlášku, strukturovaný životopis a motivační dopis. Poté následovat pohovor v angličtině, na který je vhodné si připravit nějaké informace o dané zemi a také proč byste chtěli tuto zemi navštívit.

Po konkurzu jsem obdržela e-mail, že jsem byla přijata a začalo vyřizování potřebných dokumentů jako jsou Learning agreement, účastnická smlouva (po podepsání obdržíte stipendium), letter of acceptance, potvrzení od lékaře, pojištění odpovědnosti s platností na celou EU, pojištění na cesty, letenky. Pro obdržení stipendia je potřeba vytvořit si bankovní účet vedený v eurech.

Doprava

Zvolila jsem leteckého dopravce Finnair. Z Prahy jsem letěla 2 hodiny do Helsinek a z Helsinek hodinu a půl do Rovaniemi. Na letišti mě vyzvedla moje tutorka, která mi byla přidělena, aby mi ze začátku trochu pomohla se zorientovat ve městě. Dovezla mě až k bytu, kde jsem bydlela, což bylo od ní moc milé, protože bych jinak musela platit taxi.

Ubytování

Univerzita nám nabídla ubytovací službu DAS housing, která poskytuje ubytování studentům. Jsou to defacto takové studentské koleje rozmístěné po celém městě. Komunikace s nimi nebyla moc dobrá, tudíž jsem se rozhodla, že si najdu ubytování sama. Po dlouhém hledání jsem našla moc hezký, velký byt, kde jsem bydlela s pěti spolubydlícími. Nakonec jsem byla ráda, že jsem zvolila tuto variantu a ne DAS. Měsíční nájem v bytě, ve kterém jsem bydlela činil 365 euro. Byt byl v centru města, takže jsem měla vše v dosahu. Až na nemocnici, tam

jsem jezdila každé ráno autobusem, cesta trvala 14 minut. Je dobré vědět, že pokud chcete, aby vám autobus zastavil, musíte na něj mávnout rukou, jinak se může stát, že vám vůbec nezastaví. Cena jedné jízdenky byla 3,6 euro. Pokud víte, že budete jezdit každý den autobusem, rozhodně se vyplatí koupit si měsíční průkazku, která stála 35 euro.

Doporučuji si pořídit na rychlé přesuny po Rovaniemi secondhandové **kolo**. Využívala jsem kolo po celou dobu mého pobytu. Hlavně večer/v noci ho budete potřebovat, protože poslední autobusy odjíždí kolem desáté, další pak jede až druhý den v 6:00. Pokud chcete udržet krok s ostatními, bez kola to asi nezvládnete.

Praxe

Praxi jsem vykonávala v Lappi Central Hospital. Prvních 5 týdnů jsem byla na chirurgickém oddělení. Dalších 5 týdnů jsem strávila na dětském oddělení. Sestry na obou oddělení byly moc milé a ochotné cokoliv vysvětlit a ukázat. Nemocnice byla moc hezká a moderní.

Překvapila mě jejich znalost angličtiny. Ne jenom sester, ale celkově Finů. Jen zřídka potkáte Fini, který by neuměl alespoň trochu anglicky.



Stravování

Univerzita (Lapin AMK) mi dala kartičku, se kterou jsem měla slevu na obědy. V univerzitní kantýně jsem byla asi jen 4x, obědvala jsem převážně v nemocniční kantýně, kde jsem platila za oběd pouze 2,70 €, kdežto na univerzitě to stálo po zdražení 3,40 €, což je i tak stále dobrá cena. S touto kartičkou jsem mohla jít do asi dalších třech kantýn, které byly rozmístěné po městě, které jsem si mohla najít na Food & Co restaurants, kde měli napsané i menu na každý den. Na oběd jsem se vždy moc těšila. Vždy bylo na výběr nejméně ze dvou jídel a jídlo si

nandaval každý sám. Ke každému jídlu jsem si mohla nandat spoustu zeleniny a také namazat několik chlebů s máslem. Všechno bylo moc dobré. Když jsem zrovna měla prázdnou lednici a nechtělo se mi nakupovat a pak vařit, zavítala jsem do McDonaldu nebo do Hesburgeru, kde mají ty nejlepší burgery.

Volnočasové aktivity

První, co jsem navštívila bylo **Arktikum**, je to vědecké centrum a muzeum, které vám umožní zblízka zažít severskou přírodu, kulturu a historii. Mají tam i krásnou zahradu, kde můžete pozorovat polární zář. Dále jsme chodili do **Väki Climbing & Yoga Center** na bouldering. Pravidelně se každé úterý pořádal camp fire u řeky, kde jsme se scházeli s dalšími studenty a opékali společně buřty a marshmallowny. Dále se každý čtvrtek pořádal tzv. **International evening** v Monde, kde se scházela spousta studentů, hráli jsme společenské hry, ping pong a biliard a vše zadarmo, což bylo skvělé. Zkrátka skvělá příležitost seznámit se s více lidmi. Nejoblíbenější bar mezi studenty byl **Kansan pubi**. Dal se tam hrát také biliard (5 €/hod) a šipky. Další oblíbenou aktivitou bylo chození po **secondhandech**. Najdete v nich vše, co vás jen napadne. Zaplavat si a zahrát bowling jsme si mohli v **Santasport** centru. Na procházku jsem chodila do parku **Ounasvaara**, byly tam krásné cesty lesem, který byl plný borůvek a brusinek. Naším oblíbeným místem byla i **Santa Claus Village**, kde jsme si popovídali se samotným Santou. Dále se často pořádali různé studentské party v klubu Half moon. Několik večerů jsme samozřejmě strávili v sauně, jako správní Finové. Když chodíte půl dne v -15°C, tak pak se do sauny těšíte o to víc. Rozhodně doporučuji si pořídit kvalitní oblečení do takto nízkých teplot a nepromokavé zateplené boty a hlavně teplé rukavice.



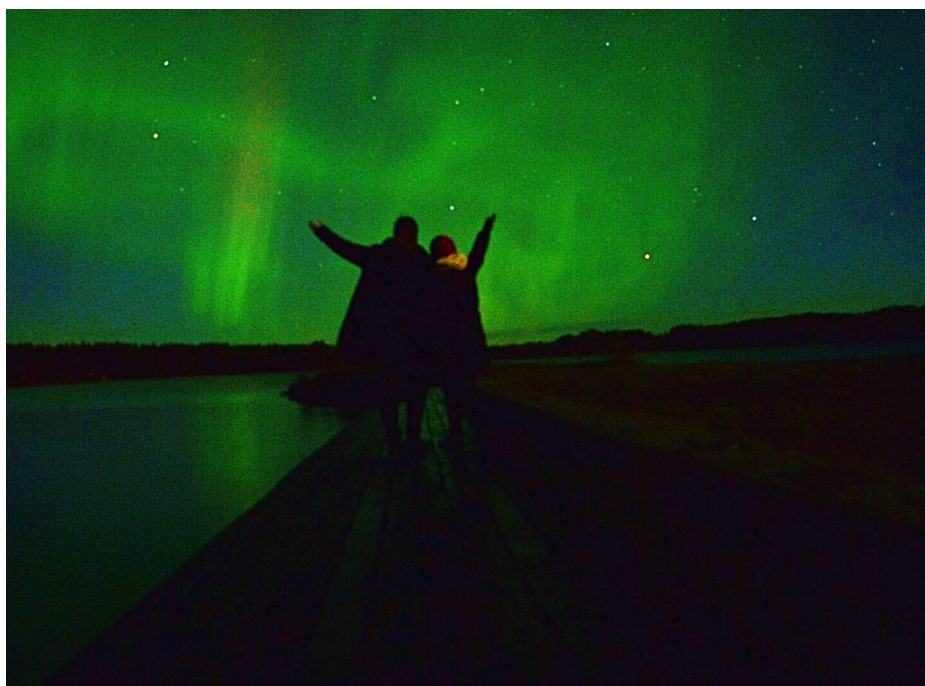


Cestování

V okolí města je spousta jezer, které můžete navštívit a spousta lesních stezek, které vás zavedou až ke campfiru, kde si můžete sami nařezat dřevo a rozdělat oheň.

Navštívila jsem krásné národní parky **Pyhä-Luosto** a **Salla**, dále město **Oulu**, které jsem si ihned zamilovala, hlavně pláž **Nallikari**. Také jsme zavítali na den do sousedního Švédska, kde jsme si prošli město **Luleå** a také **Gammelstad Church Town**.

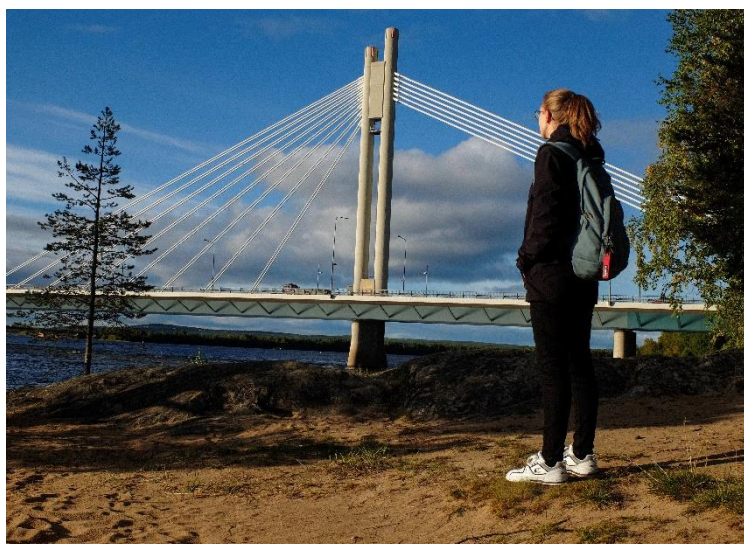




Co mi to dalo?

Zažila jsem jednu z nejlepších chvílí v mém životě. Kdybych mohla, zůstala bych tam déle. Letěla jsem úplně poprvé a to sama, což byla skvělá zkušenost a vím, že se už příště nemusím ničeho bát. Musela jsem spoléhat jen sama na sebe, také občas vystoupit z mé komfortní zóny. Moc jsem si užívala trávit čas jen sama se sebou. Co se týče praxe, dalo mi to také nové zkušenosti, jiný pohled na různé věci. Byla jsem nucena i více komunikovat. Hlavně už se tolik nebojím mluvit anglicky.

Získala jsem skvělé kamarády z různých zemí, které v blízké budoucnosti zase navštívím, což je další příležitost poznat cizí země. To bylo asi ze všeho nejtěžší, opustit ty lidi, se kterými jsem si tolika rozuměla. Část mě je stále ve Finsku. Budu na tento zážitek vzpomínat celý život a už se nemohu dočkat na další. 😊



Kateřina Jašková
e-mail: jaskok01@zsf.jcu.cz