

Závěrečná zpráva ze zahraniční stáže

Litva - Kaunas 14.2. - 13.5. 2022

Před odjezdem

Nejdůležitějším krokem je rozhodnout se někam vyjet. Já se původně přihlásila na stáž do Nepálu, kam jsem vybrána nebyla a místo toho jsem mohla vyjet do Litvy, čehož rozhodně nelituji. Doporučuji vyjet kamkoliv, nebudete litovat! :)

Podmínkou vybrání na zahraniční stáž je zaslání motivačního dopisu, životopisu a absolvování konkurzu v cizím jazyce. Konkurz na stáž do Litvy probíhal v anglickém jazyce.

Po úspěšném konkurzu přichází část papírování. Je potřeba podepsat spoustu papírů, zajistit si potvrzení o zdravotním stavu, vyplnit online anglický test, zařídit pojištění a ubytování v Kaunasu. Se vším mi pomohla Ing. Ředinová, která mi vždy zaslala konkrétní informace. Zároveň jsou všechny kroky vypsány na webových stránkách fakulty. Pro obdržení stipendia je potřeba bankovní účet v eurech, za sebe můžu doporučit Revolut, kde si můžete směnit peníze za jakoukoli měnu za aktuální kurz. Žádné vízum ani očkování nejsou do Litvy potřeba. Jelikož jsem odjížděla v době, kdy ještě platila covidová opatření, musela jsem si také zjistit aktuální podmínky pro vstup do země, a vyplnit údaje o mém pobytu na stránkách ministerstva zdravotnictví.

V neposlední chvíli je potřeba si zařídit dopravu. Já se po přečtení závěrečných zpráv z minulých let také rozhodla využít autobusů společnosti Ecolines, kdy cesta sice trvá kolem 17 hodin, ale je bez přestupů a můžete si vzít více zavazadel. Navíc mě zpáteční jízdenka vyšla na 95 euro.

Je také potřeba informovat všechny vyučující o vaší absenci a domluvit se s nimi na zakončení předmětů.

Ubytování

Ubytování jsem si zařídila ještě před odjezdem. Byla jsem ubytovaná na kolejích Kauno Kolegija, na koleji č.1. Pro zahraniční studenty mají vyhrazené celé jedno patro. Na výběr je ze tří druhů pokojů: samostatný (pro dva lidi), a poté takový minibyt, kde jsou tři pokoje po dvou lidech (které sdílí buď koupelnu, a nebo koupelnu a kuchyň). Zároveň je na patře společná, větší kuchyň. Ceny se pohybovaly od 90-110 eur/měsíc. Na koleji se nedá platit u kolejných, jako je tomu u nás. Lze platit přes aplikaci Revolut a nebo v blízkém obchodě Maxima.



Kolej č.1



Praxe

Praxe jsem absolvovala v nemocnici Kauno Klinikos. Strávila jsem 8 týdnů na dětské hematologii a 5 týdnů na novorozenecké JIP. Na obou odděleních byly směny 8-16 hodin.

Na dětské hematologii byly každý den tři stejné sestry a všechny mluvily perfektně anglicky. Všechny byly moc milé, ochotné a nechaly mě si vyzkoušet téměř vše. Na oddělení se nachází děti do 19 let a všechny jsou hospitalizované s rodiči. Starší děti nebo někteří rodiče mluvili anglicky, takže komunikace s nimi byla pro mě o dost jednodušší.

Na oddělení se také věnují paliativní péči. Pokud zde budete absolvovat praxi, připravte se, že toto oddělení je psychicky náročnější, ale rozhodně se toho zde dost naučíte a nebudete litovat.

Na novorozenecké JIP mi byla každý den přidělena jedna sestřička, se kterou jsem se starala o nedonošené novorozence (mají zde novorozence již od 22. týdne těhotenství). Na oddělení většina sester nemluví anglicky, ale každý den zde byla alespoň jedna, co anglicky umí.

Nemocnice Kauno Klinikos je největší nemocnicí v Litvě, takže se zde setkáte s velmi zajímavými případy.



Sesterna na dětské hematologii

Volný čas

Po Kaunasu se dá pohybovat pomocí trolejbusů nebo autobusů. Doporučuji stáhnout si aplikaci Žiogas, přes kterou si pak koupíte lístky. MHD jezdí do cca 23:00. V pozdějších nočních hodinách není problém dopravy pomocí Boltu, který je zde dost levný.

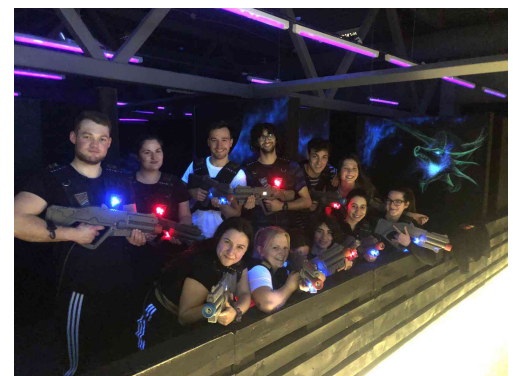
I přesto, že je Kaunas docela malé město, rozhodně se zde nudit nebudete.

S ostatními Erasmus studenty jsme v Kaunasu navštívili například lasergame, jump park, bowling či kino.

V centru se také nachází obchodní centrum Akropolis a Žalgiris aréna, kde se pořádají jak basketbalové zápasy, tak různé koncerty. Na hlavní ulici Laisvės Alėja se nachází spousta kaváren, barů a hospod, noční život je zde velmi pestrý:).

V Kaunasu rozhodně stojí mimo jiné za vidění Kaunas Castle, Town Hall Square, Ninth Fort, Church of St. Michael the Archangel, botanická zahrada a mnoho dalšího.

O víkendech doporučuji navštívit hlavní město Vilnius, hrad Trakai, Klaipėdu či Horu křížů. My se také podívali do měst Molėtai a Rumšiškės. Spousta výletů a akcí pořádají mentoři



ESN, které jsou skoro zadarmo, takže doporučuji se jich účastnit, vždy stojí za to.

Z ostatních míst stojí za navštívení například Helsinky, kam jsou velmi levné lety, nebo Riga či Tallinn.



Závěr

Po návratu je potřeba odevzdat výkaz práce studenta, díky kterému vám bude uznána praxe. Nejdůležitějším dokumentem, který se odevzdává, je ale Learning Agreement for Traineeships. Dále je potřeba vyplnit online dotazník a anglický test a napsat závěrečnou zprávu.

Původně jsem zde měla být pouze dva měsíce, ale jelikož se mi zde velmi líbilo, stáž jsem si o měsíc prodloužila.

Pokud se rozmýšlíte, zda někam vyjet, rozhodně využijte šance a jeďte. Poznáte spoustu skvělých lidí z celého světa, vytvoříte si nová přátelství, zlepšíte si angličtinu a osamostatníte se. Pokud máte nějaké další otázky neváhejte mě kontaktovat na mailu:).

Tereza Šimečková

Pediatrické ošetřovatelství, 3. ročník

simect00@zsf.jcu.cz

