

## Zahraniční mobilita do Estonska

### Erasmus+ Blended Intensive programme „Interdisciplinary Approach in Musculoskeletal Physiotherapy: A Key Factor in Breast Cancer Radiotherapy“

Už přes rok jsem přemýšlela, že bych chtěla vyjet někam na Erasmus, když ale došlo na lámání chleba a přihlašování na jednotlivé dvouměsíční stáže, uvědomila jsem si, že si to kvůli rozličným aktivitám mimo školu nemohu dovolit. Dost mě to mrzelo, protože jakékoli příležitosti poznávat nové země se ráda chopím, a proto když mi v mailu přistála nabídka na krátký intenzivní program v Estonsku, a ještě k tomu s tak zajímavým tématem jako je karcinom prsu, neodolala jsem. Nechtěla jsem se do toho vrhnout sama, tak jsem se o onom mailu rozhovořila své kamarádce a spolužačce Elišce Harnuškové, nedokázala jsem si představit nikoho jiného, kterého bych v ten moment chtěla mít s sebou. Naštěstí se do nápadu nadchla a tak, než jsme se nadály, seděly jsme na pohovoru, po kterém nám během několika dní dorazila zpráva, že jsme přijaté a přípravy, společně se spoustou papírování, mohly začít. Hlavně jsme se obávali toho, že zameškáme školu a budeme si vše muset nahrazovat, ale naši vyučující nás ujistili, že Erasmus není dovolená a hodiny jsou nám prominuty. S námi se dostala ještě naše spolužačka Tereza Kühnelová a tři studentky radiologické asistence, a tak jsme se všechny daly dohromady, podepsaly smlouvy, domluvily cestu a ubytování v jednom moc pěkném bytě a v neděli před začátkem pobytu vzlétly vstříc Tallinnu, a po cestě letadlem a přejezdu přes polovinu Estonska se večer konečně dostaly do Tartu, naší cílové stanice, kde sídlí Tartu Health Care College, naše hostující univerzita.

První den byla po ránu ve společném apartmá cítit nervozita. Jednak z toho, že se nás všech šest holek musí vejít do jedné malé koupelny, ale hlavně z toho, co nás čekalo. Už jen proto jsem hledala MHD spoje na univerzitu radši večer předtím, abych se tím ráno nemusela stresovat, naštěstí to nebylo nic složitého, protože mají poměrně přehledný systém.

Ráno bylo poněkud šero a trochu větší chladno, než jsme čekaly, ale počáteční nevole ze zimy byla rychle rozprášena vřelým přivítáním místních organizátorů, kteří nám rozdali jmenovky, usadili ve velké přednáškové místnosti, a než jsme se nadály, program začal. Jako první hned po přivítání nás čekala, stejně jako další dva dny, seznamovací hra, která nám vždy pomohla trochu víc poznat ostatní studenty z jiných zemí. První den byl program poměrně krátký, ale i tak velmi intenzivní. Prohlídka fakulty a povídání o nádorech nad elektronickým stolem, ze kterého na nás koukal neživý pacient, kterého jsme měli tak trochu pitvat (jen digitálně) a najít v něm nádor pomocí řezů a nekrotické tkáně.

Byly jsme velmi mile překvapeny nad ochotou a zapálením jednotlivých kantorů i nad velmi dobře vybavenou budovou školy. Odpoledne jsme měly dostatek času poznávat město a místní obyvatelé, o kterých všichni říkali, jak nejsou úplně přátelští. Ať se snažím sebevíc, moc velký rozdíl od české společnosti jsem neviděla a většina Estonců, se kterými jsem interagovala se mi zdála nad očekávání příjemná.

Další dny jsme všichni trávili víc času na výuce a v jejím rámci jsme se dostali k mnohým simulacím, jichž jsme byly součástí, které nám pomohli přiblížit dané téma, vždy na nás čekal oběd a odpoledne i káva a něco malého k zakousnutí. Dokonce jsme měli příležitost podívat se v rámci programu do místní nemocnice, která byla v dosti věcech velmi moderní.

Jak jsme se postupně seznamovali, povedlo se nám se připojit i ke studentům z ostatních zemí a společně podnikat různé věci jako například další skvělou procházku tentokrát za slunného počasí, bowling (který organizovala univerzita), návštěvu místní botanické zahrady nebo třeba

společnou večeři a následnou návštěvu místního klubu, která nás všechny ještě o něco sblížila. To všechno nám umožnilo nahlédnout i pod pokličku výuky fyzioterapie v ostatních zemích a přiblížilo nám to jejich edukačních systémy, ukázalo mezery v tom našem a mně pomohlo uvědomit si, že jsme v něčem sice dost pozadu, ale máme i nějaké výhody.

To už na nás všechny padala únava a byly jsme rády, že se blíží konec. Sice jsme se těšili na další vědomosti a vychytávky, ale naše sociální baterka začala povážlivě klesat, přeci jen být obklopen v jednom kuse lidmi může být občas unavující. Pátek jsme tedy už nějak přečkaly, ale i přes vyčerpání nám začalo být líto, že odjíždíme a necháme všechny ty hezké zážitky a nové přátele za sebou. Hrálo nás však pomyšlení na přesunutí do hlavního města Tallinnu, které nás lákalo svou architektonicky-historickou složkou. Pátek odpoledne a sobotu před odletem jsme strávily tam a náležitě obdivovaly místní stavby. Nakonec znaveně sedly do letadla a s myšlenkami na domov, ale i prožitý týden, opustily krásy Estonska.

Když jsme konečně dosedly na domovskou půdu, rychle jsme se rozloučily mezi sebou, protože se stejně určitě občas uvidíme ve škole, a pak už se každá rozjela domů svojí cestou.

Návrat do školy byl trochu krutý, protože odpočinku bylo málo, ale dalo se to přežít. Musely jsme všechny akorát vyřešit a předat potřebné dokumenty, což bylo podstatně jednodušší, než před akcí a teď můžeme bez problémů se spoustou krásných vzpomínek pokračovat ve studiu. Pokud by byla ještě někdy příležitost zúčastnit se něčeho takového, moc dlouho bych se nerozmýšlela a s chutí si to zopakovala. **Co nám to dalo?**

Měly jsme možnost poznat, jak to chodí ve studiu fyzioterapie v jiných zemích díky seznámení se se zahraničními studenty na BIPu. Ukázali nám, jak probíhá studium v Estonsku na jejich univerzitě, provedli nás fakultou, měly jsme možnost se zapojit do simulací a byly jsme na prohlídce klinického pracoviště fyzioterapie. Vcelku můžu říct, že mi to dalo zase nový pohled na fyzioterapii. Jak už na přístup k pacientovi, vyšetření nebo k léčbě. Díky tomu jsem zase o něco lépe pochopila, jak přínosné je brát fyzioterapii komplexně a jak lépe může vypadat komunikace s pacientem, abychom přišly na „jádro“ problému.

### **Co nám to vzalo?**

Upřímně nevíme o ničem, co by nám tento BIP vzal. Maximálně trochu času, který jsme musely věnovat vyřizování dokumentů, ale když to vezmeme ve srovnání s nabytými zkušenostmi, i ten čas stál za to.





Marie Šarfová, Eliška Harnušková, Tereza Kühnelová