

**Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Zdravotně sociální fakulta**

Erasmus Program

**ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA
ZE ZAHRANIČNÍ STÁŽE**

FINSKO – KEMI

4.9. – 29.11. 2007

**2007/2008
3.PA-prezenčně**

**Tereza Kostková
kostkova.tereza@seznam.cz**

PŘÍLET:

Naše letenka byla sice levná (5900,- Kč), ale samotný let byl celkem složitý. Z Prahy jsme letěly do Stockholmu, dále do Helsinek a nakonec z Helsinek do Oulu, což je asi 100 km od Kemi, kde jsme měly strávit následující tři měsíce. Naší výhodou bylo, že na nás v Oulu čekala moje kamarádka Essi, která v Oulu studuje a která byla na zahraniční stáži v Čechách, díky čemuž jsme se skamarádily. Essi nám velice pomohla a díky ní byl náš přílet do Oulu velice snadný. Ale jinak vřele doporučuji, sehnat si přímou letenku Praha – Helsinky, Helsinky – Kemi, jako jsme to udělaly s Evou na zpáteční cestě. Cestovat se všemi zavazadly vlakem z Oulu do Kemi by nebylo moc příjemné a navíc drahé. Cesta stojí bez studentské slevy 17 euro. Na studentskou slevu je potřeba zvláštní průkaz, který vám vystaví na autobusovém nebo vlakovém nádraží za 6 euro. Ale podmínkou je potvrzení o studiu (z místní školy), takže je možné ho získat nejdříve druhý den. Po získání této průkazky je sleva na vlaky i autobusy 50%. Proto je letenka z Helsinek do Kemi daleko výhodnější a cenově téměř stejná.

UBYTOVÁNÍ:

Přestože jsme byly informované ještě před odletem, že budeme bydlet ve studentské ubytovně za 200 euro za měsíc, realita byla poněkud jiná a ve studentské ubytovně jsme bydlely téměř až od druhého týdne. Vzhledem k tomu, že jsme se do Kemi dostaly v pátek a ubytovnu bylo možné zařizovat až v pondělí, bydlely jsme do té doby přechodně ve škole, kde nám půjčili místní byt pro hosty.

Takhle jsme bydlely
ve škole



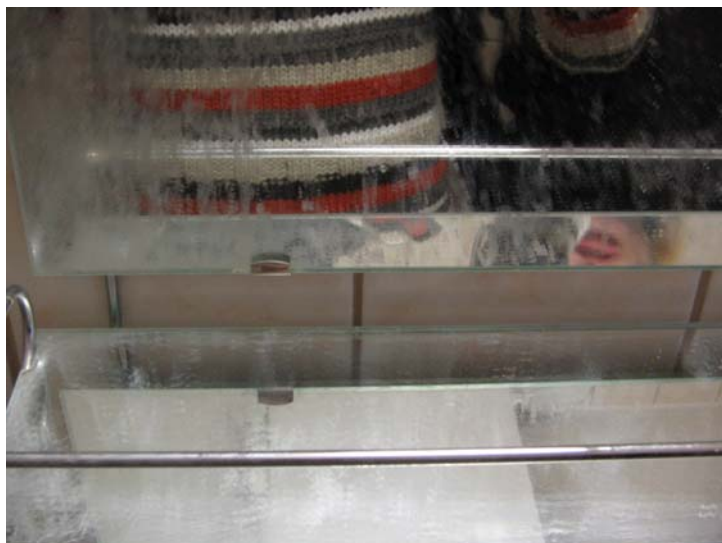
V pondělí nás vzala jedna paní ze školy do realitní kanceláře, kde ale téměř neuměli anglicky a tudíž komunikace byla velmi obtížná. Po podepsání smlouvy jsme dostaly klíče od bytu. Ve smlouvě stálo že nájem činí 368 euro za měsíc, ale pro obě dohromady, takže ve finále to mělo vyjít levněji, než studentská ubytovna, která činí 200 euro pro každou. Musím ale zdůraznit, že tento byt byl velmi nevyhovující, což jsme zjistily až na místě. Nejenže byl neuvěřitelně špinavý a zapáchající, ale navíc zde nebyl naprosto žádný nábytek. Ani stůl, židle, postele, skříně a dokonce ani světlo! V tomto bytě nás nechali s tím, že nějaký nábytek přivezou a něco si budeme muset koupit.



Místo světla ze zdi koukal jenom drát

Pokoje byly naprosto prázdné





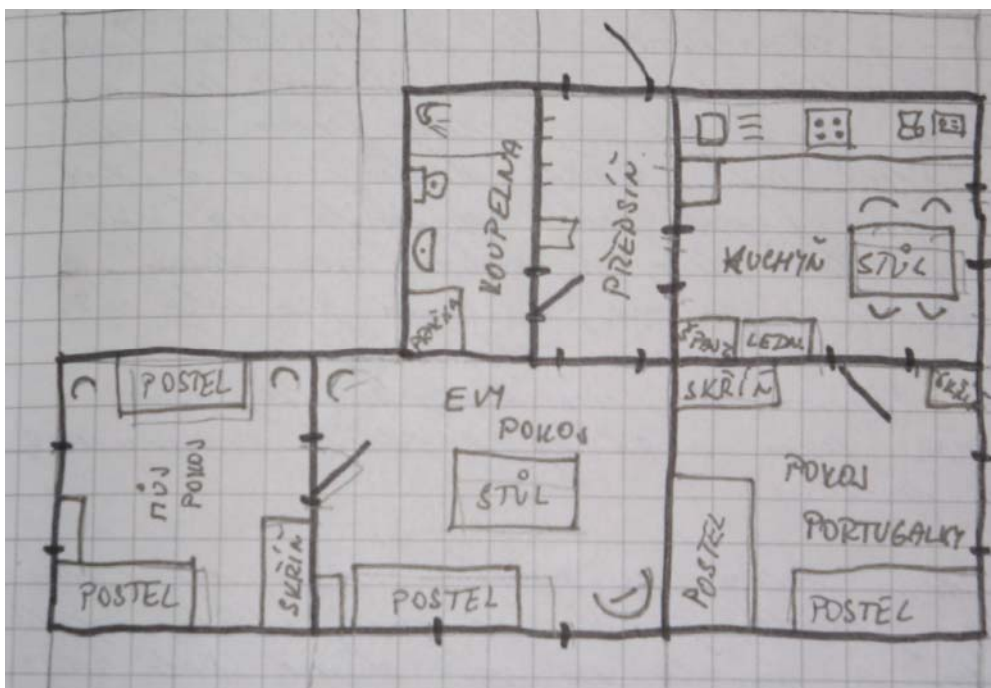
Z koupelny se nám dělalo špatně...

Řekly jsme jim, že takové podmínky nejsme ochotni přijmout. A tak jsme se po dlouhém dni cestování se všemi zavazadly dostaly večer opět do školy, kde jsme strávily další noc a teprve až v úterý jsme se stěhovaly do studentské ubytovny. Takováto situace se klidně může opakovat a proto bych doporučila následující. Před cestou do zahraničí si vytiskněte veškerou korespondenci, která proběhla mezi vámi a hostitelskou organizací. Když pak vznikne problém, máte čím argumentovat a situace se lépe vysvětluje. A dále pokud s něčím nebudete spokojeni, tak se nebojte to říct. Problém může vzniknout vždycky, ale musím říci, že Finové jsou velice vstřícní a přátelští a ochotně pomůžou problém řešit.



studentská ubytovna v Reservikomppaniankatu

Pak už jsme bez problémů bydlely na studentské ubytovně v ulici jménem Reservikomppaniantu. Zde jsme byly spokojené. Byl to byt 3 + 1, kde jsme bydlely dohromady s Portugalkou Elsou a každá jsme měla vlastní pokoj. Společná byla velká kuchyň, koupelna se záchodem a předsíň. Platily jsme hotově a to celé tři měsíce najednou, tedy každá 600 euro. Důležité je, že nelze platit kartou, ale platba musí být provedena v hotovosti v místní bance. Kartou lze platit pouze v případě, že si zřídíte finský účet. Doporučuji si před odletem zjistit, jaký je váš týdenní limit výběru z karty. Já osobně jsem ho měla nastavený pouze na 5000,- Kč, jak je běžné pro studentské účty a tudíž jsem musela tři týdny vybírat hotovost, než jsem dala dohromady potřebnou částku v Eurech k zaplacení celého nájmu. Takže je dobré mít sebou buď dostatek hotovosti, nebo kartu s vysokým týdenním limitem.



Plánek bytu v Reservikomppaniantu



Kuchyň



Pokoj

STRAVOVÁNÍ A NAKUPOVÁNÍ:

My jsme si nejčastěji vařily samy, protože to bylo nejlevnější a navíc většina finských jídel pro nás byla - řekněme - nepřijatelná. Nakupovaly jsme nejčastěji v LIDLU a PRISMĚ. Prisma je největší a nabízí možnost velkého výběru, Lidl je ale nejlevnější. V Prismě doporučuji nakupovat značku X-TRA. Je ze všech nejlevnější a přitom kvalitní. Pod značkou X-TRA jsou k dostání snad všechny produkty. Od šampónu, přes toaletní papír až po rajský protlak. Mezi dalšími obchody v Kemi najdete Euromarket – má dobré pečivo, ale jinak je drahý, nebo SIWU, která je malá, má malý výběr, ale jako jediná má otevřeno i v neděli.

Mezi další možnosti stravování patří jednoznačně pizzerie. Pizza za 5,50 euro je tak velká, že se nedá sníst ani ve dvou a navíc k pizze si můžete vzít salát dle vlastního výběru, který je v ceně. Dále blízko školy se nachází studentská menza. Jídlo je tu levné, v průměru za 2-3 eura, ale my jsme tuto možnost využívaly minimálně, protože jídlo zde nebylo příliš chutné. A další možnost stravování je na praxi přímo v nemocnici, kde si lze objednat jídlo společně s personálem za 5 euro. Tato porce pak také bohatě stačí pro dvě osoby.

Co se pití týče, doporučuji „typická finská piva“, která jsou k dostání ve všech obchodech ☺.



CESTOVÁNÍ:

Ve Finsku je hrozně moc zajímavých památek a míst, které stojí za to vidět. My jsme cestovaly velice často. Škola občas pořádá výlety pro studenty. Buď jednodenní, nebo třeba na celý víkend. Je dobré to sledovat, protože školou organizované výlety jsou daleko levnější, a navíc velice zajímavé, protože program je uzpůsoben tak, aby se stihlo obejít co nejvíce památek a zajímavých míst.

Naše nejzajímavější výlety:

OSTROV HAILUOTO:

Velice romantické místo blízko Oulu, kam se jezdí trajektem, který je zadarmo. Na ostrově je mimo jiné tradiční finská kavárna a muzeum starých obydlí.



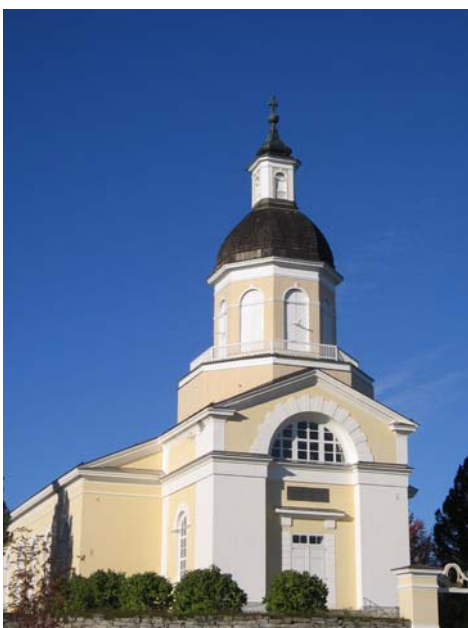
OULU:

Město 100 km od Kemi, nabízí spoustu velkých a levných obchodů. Za vidění stojí místní kostel a divadlo. Řeka v Oulu je proslulá barevnou fontánou.



KEMINMAA:

Pouze 11 km od Kemi je vesnice Keminmaa, kde je nejstarší dřevěný a nejstarší kamenný kostel ve Finsku. Doprava je jednoduchá autobusem z Kemi za 2,80 euro.



LEVI:

Jeden ze školou pořádaných výletů. Levi leží 300 km za polárním kruhem. Cena 85 euro zahrnovala cestu tam a zpět, dvě noci v luxusním hotelu s vlastní saunou a dvě snídaně.

Příroda a zážitky jsou nezapomenutelné. Doporučuji!



Luxusní apartmán



snídaně v hotelu



Spoustu turistických tras na výlety

Je dobré si na výlet půjčit (možnost v knihovně) mapu. Bez ní je totiž člověk ztracený. A to doslova.



Tradiční finské jídlo – soba s bramborovou kaší stojí za to ochutnat. Je vynikající

ROVANIEMI – POLÁRNÍ KRUH:

Rovaniemi je hodinu vlakem od Kemi a leží přímo na polárním kruhu. Za městem leží vesnička Santa Klause, která je pohádkově kouzelná a kterou stojí za to vidět. (Mimochodem jedna fotka se Santou vás vyjde na 6 euro a musíte si jich koupit 5 ☺).



Centrum Rovaniemi

Na polárním kruhu



Na návštěvě u Santy
Klause

ODLET:



Naše letadlo z Kemi do Helsinek

Zpáteční letenku jsme pořídily za 6000,-Kč. Let byl velice jednoduchý, protože byl přímo z Kemi do Helsinek a z Helsinek do Prahy. Letěly jsme časně ráno v 5:50. Nejlepší cesta jak se dostat na letiště (a to nejen takhle brzy ráno) je taxíkem. Je dobré si ho objednat den předem. Na letiště je to asi 15 km a cesta taxíkem nás stála 17 euro. Letiště bylo velice malinké, takže nehrozilo, že bychom se ztratily. I na letišti jsme se setkaly s přátelským jednáním. Přestože naše zavazadla měla velkou nadváhu, když jsme řekly, že jsme studenti z programu Sokrates Erasmus a že se vracíme po třech měsících domů, neplatily jsme za nadváhu vůbec nic.

Závěrem chci říci, že jsem velice ráda, že jsem měla tu možnost se do Finska podívat. Před stáží jsem váhala, zda se stáže zúčastnit. Nevěřila jsem si po jazykové stránce, měla jsem obavy z tříměsíčního odloučení a z toho, jak budu zvládat praxi v cizí zemi. Nedokázala jsem si ani představit, jak pro mě tento studijní pobyt bude ve všech směrech přínosný. Považuji to za největší zkušenost kterou jsem zatím zažila a vřele doporučuji zahraniční stáž všem studentům.

FINANČNÍ PŘEHLED:

a) Příspěvek Erasmus		53 000 Kč (2013 Euro)
b) Další formy příjmu	Poskytovatel/zdroj	Hodnota
volný vstup do bazénu – 10x	Kemi-Tornio University	28 Euro
příspěvek od rodiny		10 000 Kč
Příjmy celkem (a+b+c)		63 800 Kč
<hr/>		
Výdaje placené v rámci stáže		
Doprava - letenka tam i zpět		470 euro
Stravování		800 euro
Ubytování		600 euro
Místní doprava		200 euro
Pojištění		50 euro
Jazykový kurs (pokud byl hrazen Vámi)		5000 Kč
Výdaje celkem:		64 360 Kč