

JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ FAKULTA
FYZIOTERAPIE

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA PRACOVNÍ STÁŽ ERASMUS VE VÍDNI

únor – květen 2010



KLÁRA ČERVINSKÁ
GABRIELA KEHAROVÁ

Jako studentky druhého ročníku jsme se rozhodly využít nabídky zahraničního oddělení Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích zúčastnit se pracovní stáže v hlavním městě Rakouska-ve Vídni. Vídeň nás zaujala snadnou dostupností, kulturou a byla pro nás výzvou, abychom ukázaly, jak ovládáme německý jazyk. Hlavním lákadlem však pro nás byla fyzioterapie jako taková. Chtěly jsme poznat, zda jsou fyzioterapeutické postupy stejné jako v České republice, zda se používají stejné pomůcky, jaký je přístup rakouských fyzioterapeutů ke klientům.

Před samotným odjezdem na stáž

Prvním krokem je splnění pohovoru a prokázání jazykových dovedností. Pokud budete úspěšní, následuje další krok a to vyplnění všech dokumentů a podpis smlouvy, která se týká stipendia. Se vším nám ochotně pomáhal pan bakalář Bradáč ze zahraničního oddělení. Velice důležitým krokem je také vaše osobní omluva absence vyučujícím ve škole. Pro celý pobyt v zahraničí je nutné si nechat udělat pojištění. Po vyřízení „formalit“ nezbývá nic jiného než se těšit ☺

První kontakt s naší hostitelskou školou

Naší hostitelskou školu byla Fachhochschule Campus Wien. Tato vzdělávací instituce je svou strukturou a obory, které se zde vyučují, velice podobná naší Jihočeské Univerzitě. Škola se nachází v nové budově s moderním vybavením. Nejvíce nás zde nadchla knihovna, se kterou se naše školní knihovna z pohledu fyzioterapie bohužel vůbec nemůže srovnávat.



Ještě před odjezdem nám přišel email z rakouského zahraničního oddělení, kde se nám představili, byla nám přidělena koordinátorka stáže a „buddy“, dostaly jsme pokyny týkající se praxe a nabídku ubytování na vídeňských studentských kolejích. V následujících dnech jsme obdržely z FH dopis s informacemi o životě ve Vídni. V dopise byly mapy, ceny MHD, rady, kde jsou dobré restaurace pro studenty, kde levně nakupovat, možnosti sportovních aktivit a mnoho dalšího.

Cesta

Vídeň není daleko, proto jsme obě zvolily cestování autobusem a společně jsme si zakoupily jízdenky u společnosti Student Agency. Cena jízdenek (tam i zpět) byla okolo 700 Kč. Je dobré si jízdenky zarezervovat předem. Do Vídně jsme vyjízďely o půlnoci z Prahy a ráno okolo páté hodiny jsme byly ve Vídni.

První den ve Vídni

Do Vídně jsme přijely velice brzy a na koleji jsme se mohly ubytovat až kolem osmé hodiny, proto jsme strávily nějakou dobu v kavárně na nádraží. Trošku nás vyděsilo, když jsme si šly objednat čaj a nikdo nám nerozuměl, ale uklidnily jsme se tím, že je 5 hodin ráno



a že jsme ve Vídni první den ☺ Kolem sedmé hodiny jsme se vydaly MHD směrem k naší koleji. Klára nám před odjezdem do Vídně vyhledala tramvaje, které jezdí přímo ke koleji, takže jsme za 20 minut bez problémů dorazily na místo. Ubytované jsme byly hned, jen jsme podepsaly smlouvu, domluvily se, že budeme kolejně platit každý měsíc složenkou a dostaly klíč od pokoje. Kolej, kterou jsme si vybraly, se nachází poblíž centra (9. Bezirk), nedaleko je



vídeňská univerzita a všude v okolí krásné parky. Byly jsme ubytovány v garsonce, kde jsme měly svoji koupelnu, toaletu a malý kuchyňský kout. Překvapilo nás, že v kuchyňce nebylo žádné nádobí a na postelích peřiny, ale vše jsme si dokoupily.

Po příjezdu musí každý cizinec nahlásit svůj pobyt ve Vídni na magistrátu. Odpoledne jsme se jely podívat a představit do školy. Seznámily jsme se s vedoucím zahraničního oddělení a naší koordinátorkou, která nám dala další informace k praxi. Bylo nám nabídnuto účastnit se během semestru jednou týdně kurzu němčiny. Tuto nabídku jsme rády využily a na kurzu se seznámily s perfektním učitelem Mariem, který nám pomáhal nejen s němčinou, a s ostatními stážistkami z Kypru, Finska a Slovinska, se kterými jsme se přátelily během celé stáže.

Praxe



Když jsme se sžily s Vídní, bylo před námi několik týdnů praxe. Prvních 7 týdnů jsme vykonávaly praxi společně v geriatrickém centru. Každá byla přidělena k jednomu fyzioterapeutovi, který se nám maximálně věnoval a vše nám ukazoval a vysvětloval. Spoustu přístrojů, cviků, pomůcek jsme si mohly vyzkoušet, a když jsme se cítily jistější v jazyce, dostaly jsme pro cvičební jednotku vlastní pacienty. Tato praxe naplnila naše očekávání.

Další část praxe (5 týdnů) jsme byly na různých stanovištích, kde se specializují na neurorehabilitaci. Klára byla přímo v soukromém centru pro neurorehabilitaci, ze kterého byla nadšená. Mimo fyzioterapie se pacienti účastnili ještě ergoterapie, psychoterapie, logopedie a vše bylo vedeno ve velice neformálním a přátelském duchu. Klienti docházeli do centra ambulantně. Gabriela byla v nemocnici na oddělení neurologie, které se podobalo oddělením v českých nemocnicích.



Život ve Vídni

Vídeň je město s velkým M s ohromnou nabídkou kulturního, studijního, sportovního i gastronomického vyžití. Kdybychom začaly s kulturou, určitě doporučujeme prohlídku všech památek v centru Vídně – radnice, parlament, hrad, kostely, muzea, opery... Je dobré si zakoupit dobrého průvodce, který upozorní na spoustu krásných památek, které třeba nejsou



všeobecně známé. Navštívily jsme několik výstav a byly jsme se také podívat na baletním představení, které pro nás bylo velikým zážitkem. Bohužel jsme už nestihly žádný film v kině.

Sportovní nadšenci na hlavní město Rakouska rovněž nezapomenou. Vídeň je plná udržovaných parků, které jsou ideální pro jogging nebo jen pro procházky. Podél Dunaje je cyklostezka, kde se nejčastěji projíždí bruslaři na kolečkových bruslích. Příznivci „indoorových“

sportů si přijdou na své v jednu z řady fitness center. Pro studenty existuje ve Vídni organizace USI, která zaštiťuje nepřeberné množství sportů od plavání, volejbal, judo, lezení přes tanec až po šerm. Sporty jsou za semestrální poplatek, který však není nijak vysoký. Okolní příroda Vídně je vyhledávána především turisty.

Z gastronomického hlediska bychom se rády zaměřily na kulturu kaváren, kterou je Vídeň proslulá. Navštívily jsme mnoho kaváren a každá z nich měla zvláštní kouzlo. V každé na nás



dýchla atmosféra pohody, přátelství a odpočinku. Pokud jede Čech do Vídně na výlet, měl by navštívit kavárnu Havelka, která je nedaleko Stephansdomu. V restauracích je stravování také příjemné, avšak při srovnání s Českou republikou dražší. Dostaly jsme doporučení na skvělou studentskou restauraci Tunnel, kam jsme nejčastěji chodily na mezinárodní snídani nebo na palačinky se šunkou a sýrem ☺ Nejvíce se vyplatí nakupovat v supermarketech. Nejlevnější potraviny jsou v obchodních řetězcích Hofer.

Noční život je ve Vídni také rozmanitý. Mladí lidé se často chodí bavit do barů, které jsou pod tratí metra. My jsme měly veliké štěstí, protože jsme dostaly milé a zábavné „budíky“, kteří se nám moc věnovali a brali nás s sebou například do karaoke baru nebo jiných podniků, takže jsme také noční život poznaly.

Cestování

Škola nám dala vysoké stipendium. Ušetřily jsme si nějaké peníze a mohly jsme cestovat. Výlety jsme podnikaly s holkama z německého kurzu. Navštívily jsme Graz, Neustadt, Salzburg a jeden víkend jsme strávily v Maďarsku v Budapešti.



Závěr

Tříměsíční stáž pro nás byla nezapomenutelnou životní zkušeností. Fyzioterapie se dá dělat různými způsoby a ve Vídni nám byl představen velice atraktivní způsob. Našly jsme si přátele s různých koutů světa. Zvládly jsme se o sebe postarat a zařídit vše potřebné i přes veliký respekt k německému jazyku, který jsme si, ale na druhou stranu, nemohly jinou formou lépe procvičit a přiučit se novým frázím. Všem, kteří zvažují, zda se zúčastní zahraniční stáže nebo ne, radíme, ať neváhají a jedou. Je to příležitost, která se už nemusí nikdy opakovat. Máme mnoho krásných vzpomínek a zážitků. Jsme rády, že jsme nabídku pracovní stáže v Rakousku nepromarnily a prožily skvělé tři měsíce ve Vídni.

Gabriela Keharová: gabina.keharova@seznam.cz

a

Klára Červinská: cervinskak@seznam.cz