

ERASMUS LITVA 2022

Ahoj! Jmenujeme se Eva a Julča a svůj zimní semestr třetího ročníku jsme strávily na Erasmu v zahraničí – konkrétně v Litevském městě Kaunas. Pokud tě také láká představa toho, že poznáš cizí zemi a okoukneš, jaké rozdíly jsou ať už ve zdravotnické péči, či v normálním životě, doufáme, že ti tenhle dokument alespoň trochu pomůže. ☺

S Julčou jsme se původně pravidelně hlásily od prvního ročníku na odbornou stáž do Finského Kemi. V prvních dvou ročnících nám to bohužel překazil Covid, ale ve třetím už vše vypadalo nadějně. Prošly jsme konkurzem (vše ohledně konkurzu jsme popsaly níže, neboj) a byly jsme přijaty. Jelikož nám ale Finsko nejspíše nebylo souzeno, nastaly pro změnu komplikace skrze umístění a naše představy o Erasmu se už definitivně rozplynuly. Poté však přišla paní Ing. Jana Ředinová s nabídkou stáže v Litvě. Narovinu se přiznáme, že o Litvě, jako takové, jsme skoro nic nevěděly. Možná jsme tušily, že mají moře, a že leží spíše na sever, než na jih. Vzhledem k tomu, že jsme ale obě chtěly vyjet do zahraničí, nabídku jsme využily.

PŘED ODJEZDEM:

Pokud se přeci jen rozhodneš, že bys nějakou dobu svých studií strávil/a v zahraničí, čeká tě před konkurzem i samotným odjezdem trocha vyřizování.

Prvním krokem je vyřízení záležitostí jako jsou CV v anglickém jazyce (nebo v jazyce, ve kterém tvůj Erasmový program bude) a motivační dopis.

K vytvoření CV dobře poslouží tato stránka: <https://europa.eu/europass/en>, která tě sama navede, co a kam máš napsat a dobře poslouží i k vytvoření motivačního dopisu. V samotném dopisu se poté rozepíšeš o tématech jako jsou: ty samotná/ý, tvá studia, tvé zájmy, co očekáváš od stáže a důvody, proč bys vlastně vůbec rád/a vyrazil/a a měl/a jet.

WORK EXPERIENCE

- 04/2019 - 06/2019** - **Leader of a leisure time course for children "Little Rescuer"**
Děti děl a mladší organizování a provádění a leisure time course for children (60 minutes per week, age group 6 to 11)
- 04/2019 - 06/2019** - **Barista (part-time job)**
Café Dobrá nálada
serving guests, ordering goods
- 07/2017 - 08/2020** - **Health care worker at summer camps (regular participation)**
Summer camp Dobruška
treating minor injuries, preparing summer camp menus, supervising the program and sport activities
- 01/02/2019 - 31/08/2019** - **Voluntary internship in Austria**
Red Cross
carrying out activities of a humanitarian unit in a refugee centre, providing overall care for refugees, coordinating volunteers, providing child care
- 09/2018 - 06/2019** - **Child care worker**
Day care centre

EDUCATION AND TRAINING

- 09/2020** - **Red Cross course - Nurse Assistant for Health Recovery Activities**
Czech Red Cross
- 01/06/2018 - 06/06/2018** - **Bachelor study programme Health Care Rescuer Worker**
Vysoká škola zdravotnická
- 01/04/2018 - 23/01/2019** - **Post-secondary language course leading to the First Certificate in English**
Jazyková škola
- 01/09/2018 - 30/06/2019** - **Master's examination in the field of study Nursing Assistant**
Škola zdravotnická škola

CONTACT

Karolína Mrázková
date of birth: 01/04/1998

No. 861006 234
122 00 Praha, Czechia
karolina.mrazkova@email.cz
(+420) 714884666

<https://europass.cz/rady-a-tipy/jak-napsat-zivotopis/jak-se-vyhnot-nejcastejsim-chybam-v-anglickem-zivotopisu>

Po odeslání těchto věcí tě čeká samotný konkurz. U nás probíhal online formou pomocí Teams. Přesněji to probíhá tak, že ti bude zaslán na email datum a čas konkurzu a poté budeš přidán/a do skupiny na Teamsech. V danou dobu se poté přihlásíš a po vyzvání se připojíš k hovoru. Tam tě čeká několik pedagogů a zaměstnanců naší fakulty. Víme, že představa toho, že tě někdo cizí zkouší v jiném jazyce je trochu strašidelná, ale věř nám, že se není čeho bát. Vesměs je bude zajímat to, co jsi zmínil/a v motivačním dopise a v CV a budou po tobě

chtít to krátce rozvést. Opravdu to není nic těžkého, jen chtějí slyšet, jak mluvíš. Ani nemrkeš a budeš to mít za sebou. ☺

Pokud jsi šikula (což věříme, že jsi!), přijde ti do pár dní email o tom, že tě přijímají na stáž (Gratulace!) a teď už tě vlastně jen čeká plánování, papíry, papíry, papíry a následný odjezd. S veškerými papíry ti ochotně pomůže paní Ředinová, samy jsme v tom plavaly. Tvým úkolem bude sehnat si potvrzení o zdravotním stavu od tvého praktického lékaře, zařídit si pojištění a následně ubytování v Kaunasu – s tímhle vším ti ale opět pomůže paní inženýrka, takže se nemusíš bát. Pojištění ti pošle na výběr několik tarifů a ty si jen zvolíš a přes STAG zaplatíš (nebo je samozřejmě možnost se pojistit mimo univerzitní nasmlouvané tarify, ale vychází to ve většině případech lépe přes školu). Také ti přijde kontaktní email na koleje v Kaunasu a na tobě už jen bude napsat krátký email s prosbičkou o co nejhezčí pokoj.

Během všeho toho papírování jsou ještě potřeba tyto věci:

1. Zařídiš si účet v eurech, aby ti škola mohla vyplatit peníze!!! (není nezbytné, pokud chceš, a v rámci EU máš dobré podmínky u svého stávajícího účtu, není to problém)
2. Zajdeš na rektorát (naproti knihovně) za paní Ing. Hanou Vaškovou podepsat účastnickou smlouvu.
3. Splníš test od EU, který ti paní Ing. Vašková zašle na email. (Vůbec se neboj, že by se ti nepovedl. Nám oběma několikrát spadl, a i tak jsme mohly pokračovat/ začít znovu).

DOPRAVA:

Jakou si zvolíš cestu je samozřejmě na jen na tobě, ale jak jsi možná četl/a i v předchozích dokumentech, většina z nás volila autobus. Kaunas má sice vlastní letiště, ale žádné přímé spoje zde nejsou a levně to také zrovna nevychází. Úplně nejlevnější variantou (nás každá jízdenka stála pouze 1700 Kč) je přímý spoj Praha Florenc – Kaunas autobusové nádraží od ECOLINES. Celá cesta sice trvá 17-18 hodin, ale autobus je pohodlný a uteče to vcelku rychle. S sebou si vezmi nějaká eura, ať si můžeš koupit pití nebo jídlo u stewardky a drátová sluchátka, abys mohl/a koukat na filmy (velký vykřičník, proklínala jsem se za to solidně celou cestu). Zároveň si myslíme, že je dobré zmínit, že pokud si vybereš cestu autobusem a ne letadlem, máš po návratu nárok na tzv. Green Erasmus => univerzita ti zaplatí za využití ekologické dopravy. Po příjezdu doporučujeme stáhnout aplikaci ŽIOGAS, do které si nahraješ peníze a můžeš jezdit kam se ti zamane (plus oproti plastové kartičce máš stálý přehled o zůstatku na kuponu, což je výhodou). Kaunas má velkou autobusovou infrastrukturu, takže se ti aplikace určitě bude hodit. Zaplatíš vždy za půl hodiny naskenováním QR kódu na dveřích autobusu. Navíc v rámci studentských tarifů po dosažení určité částky za projetí jízdenky už zbytek měsíce jezdíte zadarmo ☺. K Vyhledávání spojů je potom super aplikace TRAFI - další aplikace na dopravu, kterou jsem často využívala byl BOLT.

UBYTOVÁNÍ:

Jak už jsme zmiňovaly, ubytování je potřeba si zařídit již před odjezdem. Kauno Kolegija má několik kolejí. Na kolejích máš na výběr z několika druhů pokojů s rozdílnými cenami. Platbu poté provádíš přes stránky <https://www.kaunokolegija.lt/en/dormitories-2/>, na kterých máš více možností platby. My využívaly možnost, kdy vygenerovaný kód ukážeš na pokladně v jednom z blízkých obchodů MAXIMA. Přes tuto stránku můžeš také platit internet. My jsme bydlely na koleji číslo 2. Pokoj byl vybavený a vcelku čistý. Jediným bubákem byla koupelna, ale s tou jsme se pomocí Sava a instalatéra popraly. :D

Na celém patře byli zahraniční studenti, převážně z Maroka, Indie a Turecka, takže jsme denně mluvily anglicky. Pokud jsme potřebovaly něco řešit s kolejnou, odchyly jsme si litevské studenty a ti nám vždy rádi pomohli překládat (kolejné nerozumí anglicky) nebo jsme využily překladače DEEPL(doporučujeme všema 10) a nějak se vždy domluvily. Na začátku jsme do péče dostaly základní příbory, nádobí, hrnce atd. byly k dispozici v kuchyni, doporučujeme s sebou krabičku na jídlo na praxe 😊.



PRAXE:

Praxe jsme absolvovaly v místní nemocnici Kauno Klinikos (Od kolejí tam jede autobus číslo 7 a 54). Konkrétně jsme šly tato oddělení: dětská onkologie, dětská JIP, neonatologická JIP, neonatologie.

Na každém oddělení bys měl/a dostat mentorku, která s tebou bude mít směnu. Ne vždy tam tomu tak ale bylo a stávalo se nám, že byly dny, kdy tam nebyla jediná sestra, se kterou bychom se domluvily. Počítej s tím, že ačkoli je tam většina personálu neskutečně milá, dost z nich neumí anglicky. Většina se s tebou snaží dorozumět rukama/nohama nebo rusky, ale jazyková bariéra se na činnostech při praxích holt odrazí. Některé ze sester nás k výkonům nebraly, jelikož neuměly popsat, co jdou zrovna dělat. Samozřejmě jsou tam ale také oddělení, kde rozumí perfektně. © Na směnách se vždy dohodneš s mentorkou, ale většinou jsme chodily od 8 do 16 hodin.

Kauno Klinikos je největší nemocnicí v Litvě a pokud budeš absolvovat praxe na některé z JIP, určitě uvidíš velmi zajímavé případy.

Poznámka ke stravování v nemocnici – doporučujeme si dělat krabičky s obědem, nebo si zkrátka zařídit jídlo po svém. Na klinice totiž není možné si objednat obědy, ani odcházet z oddělení někam po areálu nemocnice (alespoň u nás tomu tak bylo).





VOLNÝ ČAS:

Pokud bychom měly vybrat nejkrásnější část naší stáže, bylo by to určitě cestování. Kaunas má vlastní letiště, ze kterého nejčastěji lítá RYANAIR (= levné letenky ☺). Po celé Litvě jezdí autobusové linky do Vilnius, či zahraničí nebo si dokonce můžete půjčit auto. Poslední možnost jsme využily hned první víkend našeho pobytu a vyrazili jsme společně až do Lotyšska. Po cestě zpět jsme to poté vzali přes Liepaju, Klaipedu, Papes Azers a hlavně Olando Kepure (určitě nevynechejte <3). Co se letenek týče, dají se sehnat opravdu velmi levně a díky tomu cestovala většina studentů do Švédska, Rigy, Norska nebo jako my do Helsinek.

Co se shánění ubytování týká, koukejte po levných AirBnB – jdou sehnat krásně.

Mimo cestování přes hory a doly, Litva (byť je to země celkem placatá), stejně tak i samotný Kaunas mají co nabídnout. První měsíc, kdy jsem byla na koleji osamocena a vyčkávala začátku Eviina turnusu a jejího příjezdu, trávila jsem většinu možného času poznávacími vycházkami po okolí. Kaunas má dokonce i pro nás, zhýčkané Budějicemi či Prahou, hezké historické centrum, několik kostelů, živá náměstí, historické budovy, bulvár plný kaváren a světélek, nechybí malebné uličky a zákoutí zarostlá břechťanem. Kaunas castle – historická budova z červených cihel, ležící na travnatém cípu, jenž je svírán z obou stran dvěma velkými řekami (celé město leží na soutoku dvou hlavních litevských řek – Neris a Neumanas).

Stejně tak lze si dojet autobusem prakticky kamkoliv v rámci základního tarifu na Žiogasu, navštívit během jednoho odpoledne některý z velikých parků, pobýt u vodní masy přehrady Kauno marios, nebo si popojet na kraj města a projít se v lese. Příroda je v Litvě, zejména dále od pobřeží, hodně podobná té naší, což je vlastně v cizí zemi tisíc kilometrů od domova příjemná skutečnost. Zároveň, jak jsme již zmiňovaly, dá se autobusem dostat až na pobřeží, nahlédnout alespoň přes moře na břehy Královce (Kaliningradu).

Eva Blažková a Julie Steinbauerová, 2PEO





