



LOTYŠSKO OČIMA ČESKÉ HOLKY

aneb moje zkušenosti s programem ERASMUS+

LAURA DAŇOVÁ

podzim 2021



AHOJ!

Jmenuji se Laura, studuju 3. ročník Radiologické asistence na FZV UP v Olomouci a cestování mám v oblibě už nějaký pátek. Nebudu lhát, jeden z hlavních důvodů je, že jsem studentka, a to mi přináší hrozně moc výhod. Zejména těch finančních. Proto jsem neváhala, když jsem se dozvěděla o možnosti zúčastnit se programu ERASMUS+ a vyjela jsem do lotyšského hlavního města, Rigy.

Než tě však seznámím se svými zkušenostmi, musím ti ujasnit pár věcí:

- Prošla jsem výběrovým řízením jako studentka z malé fakulty, kde jsou možnosti v něčem výrazně lepší (menší konkurence a vyšší šance na úspěch), stejně tak v něčem omezenější (můj program má pouze 3 země, se kterými má bilaterální smlouvy)
- Vycestovávala jsem v období celosvětové pandemie Covid-19
- Po dohodě se studijní referentkou jsem měla dovoleno vycestovat jen na 3 měsíce a ne déle

I přes tyto faktory ti dokážu vysvětlit, proč to za to stálo a proč bych nejpravděpodobněji jela znovu! Vezměme to však pěkně popořadě...





KROKY PŘED ODJEZDEM

Před odjezdem

Prohlédla jsem si seznam zemí, se kterými měla moje fakulta bilaterální smlouvy a z nich si vybrala pro mě nejatraktivnější destinaci, pro kterou jsem zároveň splňovala jazyková kritéria.

- <https://www.fzv.upol.cz/studenti/studiumv-zahranici/erasmus/#c5677> – sekce „Přehled bilaterálních smluv“

Zjistila jsem si termíny výběrového řízení a vyplnila přihlášku, abych se mohla programu zúčastnit.

- <https://erasmusplus.upol.cz/>
- Ústní pohovor, většinou bývají v prosinci, lednu nebo v únoru
- Pokud byste s hledáním měli problémy, napište studijnímu koordinátorovi pro zahraniční vztahy, což je pro FZV irena.jedlickova@upol.cz

Kontaktovala jsem zahraniční fakultu, kde potřebovali nominaci od mého koordinátora, aby můj příjezd schválili. Dále jsem vyplnila online přihlášku pro studium na univerzitě a pobavila se se svou studijní referentkou.

- Nominace se získává od koordinátora pro zahraniční vztahy

<https://www.lu.lv/en/gribustudet/arzemju-studentiem-eng/exchange/>

LEARNING AGREEMENT

Name _____

Signature _____

Date _____

Learning Agreement

Learning Agreement je hlavní dokument sloužící **pro domluvu mezi vaší domácí a zahraniční univerzitou.**

Vypisují se tam předměty, které student absolvuje v zahraničí a které mu po návratu budou uznány na domácí fakultě.

Pro oficiální odevzdání musíte

- projít nabídku kurzů/předmětů na zahraniční fakultě shodující se s předměty vyučovanými v semestru, ve kterém vyjíždíte pryč
- projednat tyto předměty se studijní referentkou a případně i s vyučujícími vámi navolených předmětů, jestli jsou ochotni předměty v zahraničí uznat
- projednat zvolené předměty s přijímací fakultou
- a navíc si během celého procesu musíte uhlídat, abyste získali minimální počet ECTS (něco jako kredity, ale nemají plně stejnou hodnotu jako naše kredity!), což je pro FZV 20 ECTS

Celý LA vypadá mnohem komplikovaněji, než jak to doopravdy je. Doporučuji před vyplňováním hluboký nádech a dobré kafe, abyste si vybrali vhodné předměty, které nebudou moc náročné! 😊

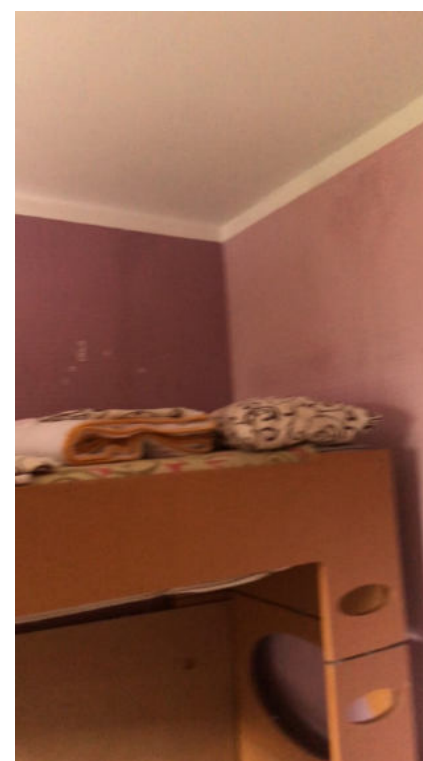
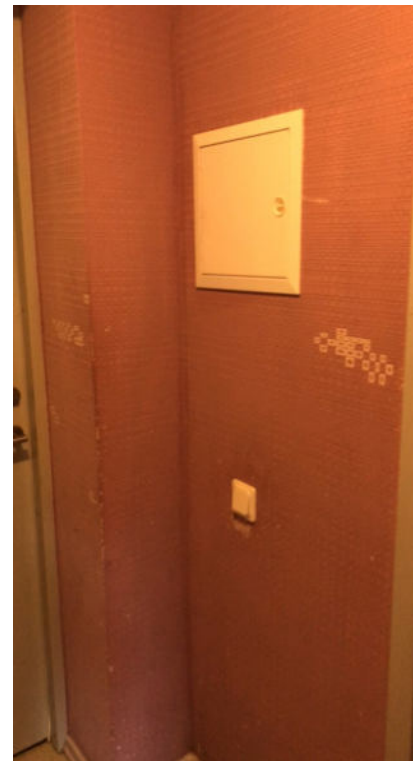
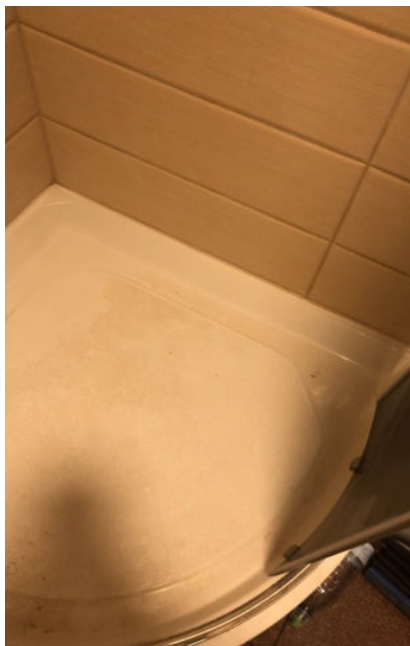
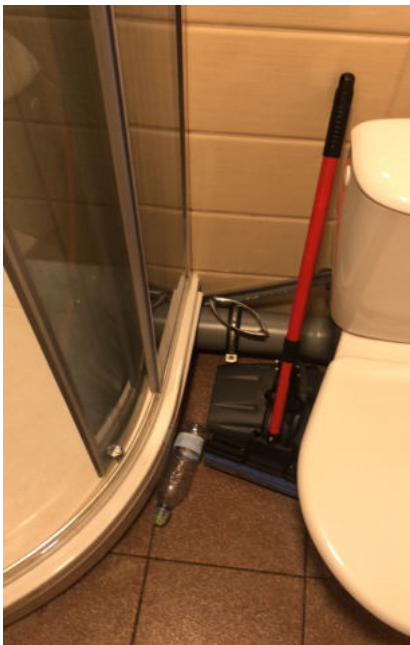
První dny v Rize

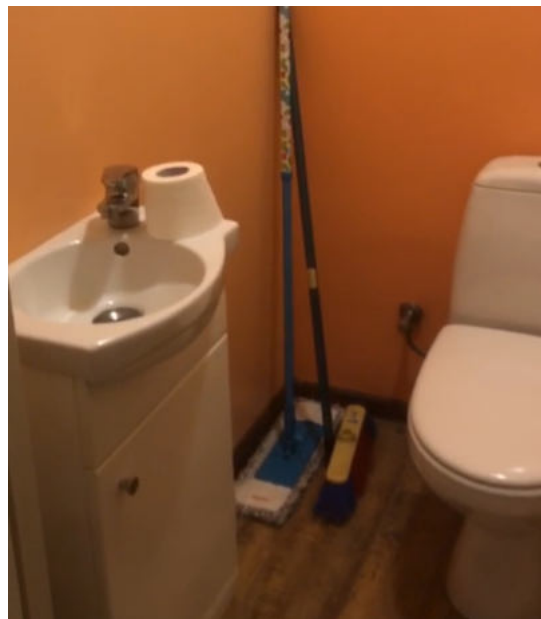
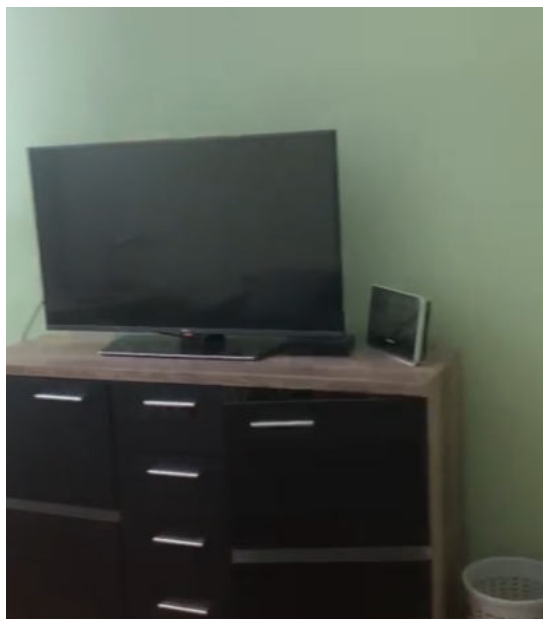
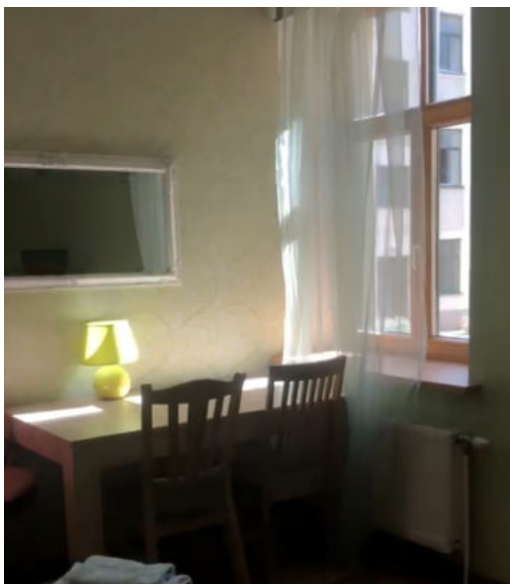
Přijela jsem 26.8., čtyři dny před registračním týdnem, s vědomím, že mám ubytování zařízené a zůstanu 3 měsíce na standartních kolejích univerzity...když jsem však viděla podmínky, které na koleji panovaly, rychle jsem se ujala ubytování změnit a i když nejsem člověk, který se cítí v pohodě v nejistotě ohledně bydlení, během hodinky jsem utekla do cenově přijatelného Airbnb

Naštěstí se mi povedlo zkontaktovat univerzitního realitního agenta, kterému jsem podala informace o své představě a budgetu a během dvou - tří dnů jsem bydlela konečně ve svém, bohužel však za mnohem více peněz, než jsem měla v plánu a moje finanční vize trošku zakolísala. Dala jsem však přednost pohodlnějšímu ubytování před množstvím cestování, což se později vyplatilo, když udeřil tvrdý lockdown.

V mezičase jsem se procházela městem, seznamovala se s ostatními studenty díky Buddy Programu a zařizovala si jízdenku na městskou dopravu.

První dny v Rize – koleje





První dny v Rize – nový byt



Iekarska fakulta, sank you



RĪGAS
VESTURISKAJĀ
CENTRĀ IR
IEKĻAUTS PĀRĀRSTĀ
KULTURĀS UN VĒSTURISKAJĀ
MANTOĻĪMA SVĒTĀS
TĀS LIECĪMAI PAI SĪC
VIETĀS ANĶĶĀRĒĻĀ
UN UNIVERSĀLĀ
KULTURĀS VĒRTĪBĀ
KEĶĒPIESĪM
VISĀS
LĀDA.
HUMANITY.





A pair of black-rimmed glasses is resting on a stack of books. A red bookmark is visible on the left side of the books. The scene is softly lit, creating a calm and studious atmosphere.

Škola a výuka

Škola a výuka

Vzhledem k “tragédii“ s ubytováním mi bylo jedno, jak daleko od školy mé ubytování bude, hlavně aby bylo

- *Na tohle jsem doplatila – dlouhé dojíždění do školy a později i do nemocnice na praxe mě bohužel neminulo*

Vybrala jsem si 4 předměty, celkově za 30 ECTS

- **Onkologie a Radioterapie – 4 ECTS**
- **Ruština pro zahraniční studenty A1 – 4 ECTS**
- **Lotyšština pro Mediky – 2 ECTS**
- **Klinické praxe – 14 ECTS**

Onkologii jsem absolvovala jen párkrát, jednak jsme probírali věci, které už jsem znala z předchozích ročníků a navíc byla v lotyšštině, kterou jsem doopravdy nezvládala na takové úrovni. Po domluvě s vedoucím jsem si mohla napsat krátký test, abych dokázala své znalosti, a tak jsem byla zproštěna dalších hodin.

Škola a výuka 2

Lotyšština byla oříšek – naše vedoucí neuměla skoro nic anglicky, navíc jsem docházela se zahraničními studenty, kteří v Rize studovali natrvalo medicínu. A aby toho nebylo málo, nedalo se mi připojit na MS Teams normální cestou, ale až přes individuální odkazy.

- *Tento předmět nejspíše nedokončím, protože jsem se nemohla účastnit zkoušky v prezenční formě a vyučující mi neodpovídá. Kredity mi naštěstí vychází tak, že předmět dokončit nemusím. Informovala jsem o tom však studijní oddělení.*

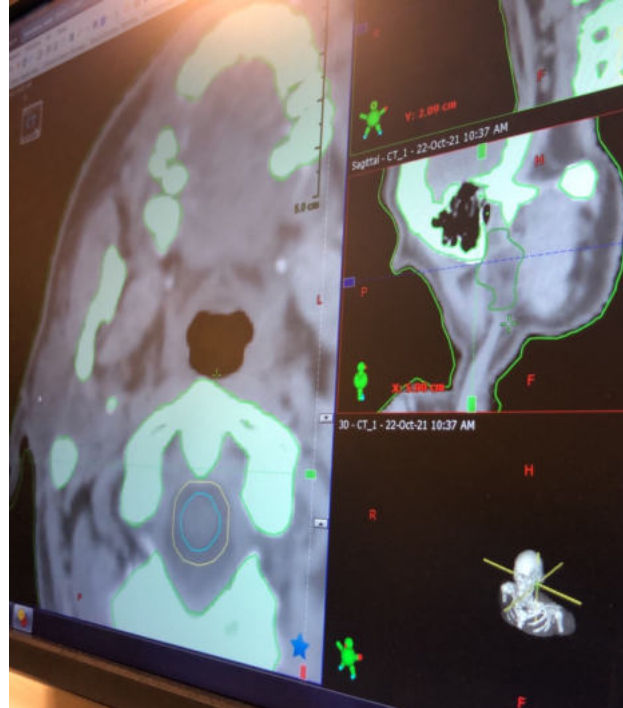
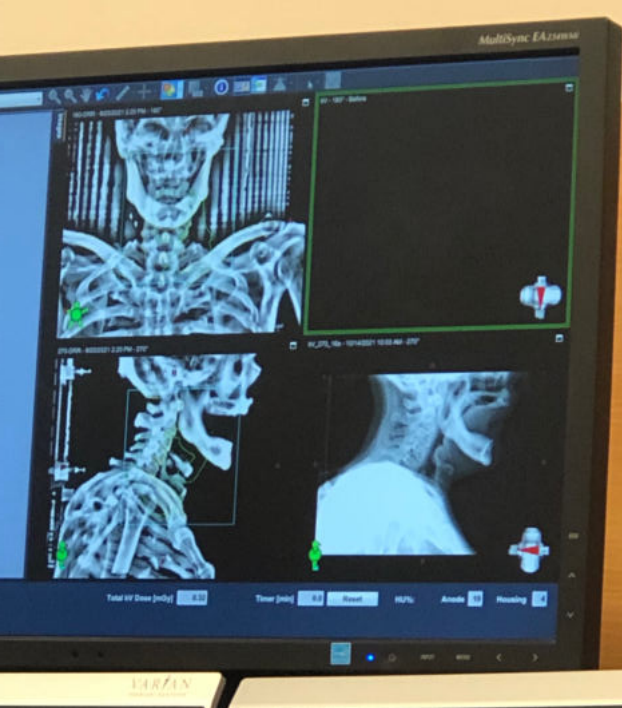
Ruština byla nejlepším předmětem, se kterým jsem se setkala za celou dobu svých studií. Učitelka vysvětlovala slovanskou mluvu i pro studenty s ugrofinským rodným jazykem. Věděla přesně, kde byl pro nás problém, jaké mnemotechnické pomůcky vyzkoušet a v čem se zaměřit při psaní v azbuce. Dnes jsem absolvovala ústní část zkoušky a musím říct, že všichni studenti byli schopni v tomto předmětu uspět.

Praxe



Praxe

- Praxe probíhaly od října a pokračovaly až do konce mého pobytu
- Absolvovala jsem celkem 170 hodin v *Slimnīca Gaīļezers*, z toho měsíc na Radioterapii a měsíc na Nukleární medicíně
 - Zatímco Radioterapeutické podmínky jsou shodné s ČR, Nukleární medicína výrazně zaostává. Ještě donedávna byla NM placená pro všechny, i pro ty, kteří byli k vyšetření indikováni vzhledem k progresivnímu onkologickému či jinému závažnému problému
- Vzhledem k poměrně velké jazykové bariéře a špatné epidemiologické situaci byly mé možnosti omezené a stanoviště na praxích jsem se dozvěděla těsně předtím, než jsem tam šla
- Radiodiagnostiku jsem zahlédla pouze díky SPECT/CT přístroji, protože se toto oddělení nacházelo v hlavní budově, která byla uzavřena vzhledem k panující Covid situaci



RADIOTERAPIE

- Snímky z ovladovny
- Snímky z pohledu lékaře
- Fixační maska – slouží k fixaci pacienta, kterého ozařujeme v oblasti hlavy a krku



NUKLEÁRNÍ MEDICÍNA

1. KLASICKÝ SNÍMEK SPECT KOSTRY
2. PŘÍPRAVA RADIOJÓDU O AKTIVITĚ 12 GBq
3. SCHRÁNKY PRO RADIOFARMAKA VE VYMÍRACÍ MÍSTNOSTI

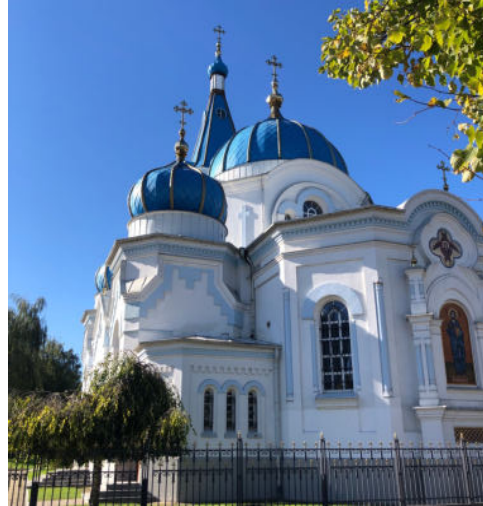
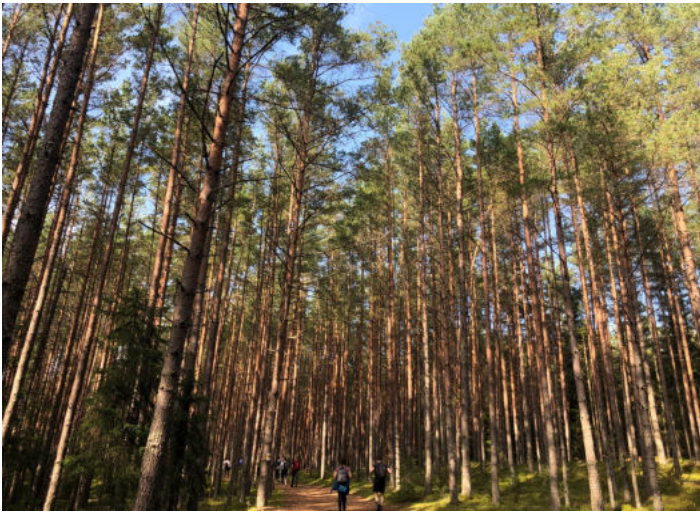
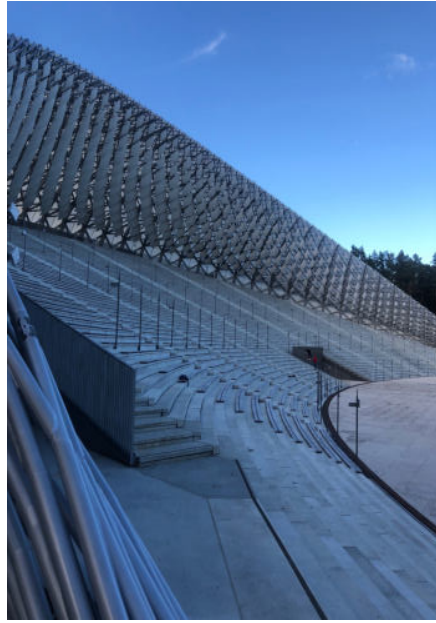
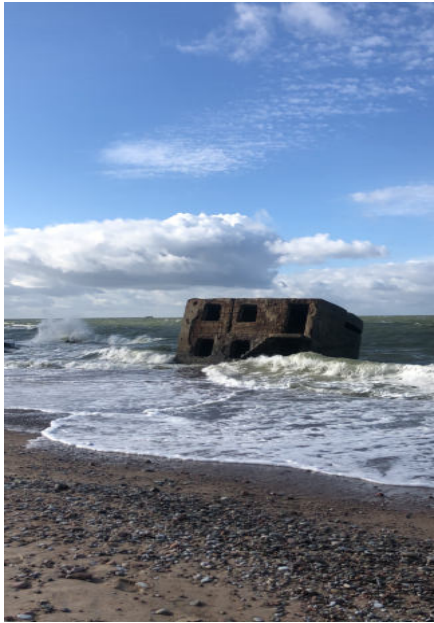


Cestování během pobytu

Jednou z výhod ERASMU je, že potkáte spoustu aktivních lidí, kteří chtějí svou vybranou destinaci poznat co nejlépe, a tak se nemusíte bát, že byste se o víkendech nudili.

Podařilo se mi procestovat pár větších měst v Lotyšsku a zajela jsem si i do Švédska.

Já bohužel byla limitovaná četností praxí, kdy jsem od pondělí do čtvrtka trávila celé dny v nemocnici. Ostatní účastníci si však cestování prožili mnohem častěji.



PO NÁVRATU DOMŮ



Úleva nebo komplikace?

S příjezdem domů se povinnosti z Lotyšska neuzavřely.

- Musela jsem docházet na online hodiny ruského jazyka a navíc splnit online test i ústní zkoušku

Protože jsem se zúčastnila online jazykového kurzu pořádaného OSL (<https://erasmusplusols.eu>), musela jsem splnit i online kurz tam. Vtipnou poznámkou je, že před odjezdem byla má úroveň A1 C1 a po příjezdu domů A2. Přičítám to za vinu většinovému užívání ruštiny před angličtinou.

Vzhledem k povaze předmětů se mi neuznaly krom praxí a onkologie žádné předměty, proto jsem během dvou týdnů v prosinci musela splnit 4 zkoušky/zápočty a zařídit si souvislou praxi.

Konečně je týden před svátky, já mám oddělanou polovinu praxí a splněné vše, co jsem mohla. Bohužel však pro předčasný odjezd musím čekat na dodatečné zaslání mého *Transcript of Records*, bez kterého mi nemohou být uznané předměty. O tom je však moje koordinátorka informovaná.

KLADY A ZÁPORY ERASMU

Myslím, že přínosy budou vždycky převažovat

- Minimálně jsem zjistila, že jsem dostatečně schopná se sama o sebe postarat i v cizí zemi
- Poznala jsem nové přátele z celé Evropy, jejich zvyky a tradice a nové pohledy na strašnou spoustu věcí
- Získala jsem vlastní zkušenost s jiným zdravotnickým systémem
- S radostí mohu oznámit, že jsem se naučila vařit nejen velmi chutné recepty, ale navíc i vegetariánské

Mezi **zápory** bych vypsala pouze zvýšené náklady spojené s problémem ubytování a komplikace navíc, co se zkoušek a školních povinností týče.

A I KDYŽ JSEM PRVNÍ TÝDEN ZVAŽOVALA, ŽE SE SBALÍM A VRÁTÍM SE DOMŮ, ROZHODLA JSEM SE ZŮSTAT. A BYLA TO JÍZDA!

DĚKUJI ZA POZORNOST.

