

Hasselt Belgie

Aplikovaná fyzioterapie



Náležitosti před výjezdem na Erasmus



Vyřízení:

- learning agreement
- stipendia k výjezdu (600 eur/měsíc)
 - nutnost podat žádost ke schválení
- zajištění ubytování v zahraničí
 - neplatit nic předem (hrozí podvody)!
 - ideálně ověřit, že je ubytování platné
 - existuje databáze ověřených ubytování, které dané univerzity doporučují
 - čím dříve se zajistí ubytování, tím lépe a více možností
 - pokud nic neseženete, možnost bydlet na začátku v hostelu, ale je to o dost složitější

První týden po příjezdu



- administrativa (pokud si nevíte rady, řešit vše s koordinátory v Belgii)
- registrace na town hall (nutnost se objednat předem)
- dokončení registrace ve škole a získání studentské kartičky
- registrace v nemocnici
- možnost zapůjčení kola na dobu pobytu (řeší se na univerzitě)
- řešení ubytovací smlouvy (konzultovat s koordinátory)
 - většina smluv je v holandštině
 - důkladně ověřit, co vlastně podepisujete!
- možnost zakoupení jízdenek na dopravu (vlak/autobus)

Belgie



- Belgické království – federativní konstituční monarchie
- 11,5 milionu obyvatel
- 3 oficiální jazyky v Belgii:
 - **nizozemština** (Vlaamse Gemeenschap)
 - **francouzština** (Communauté flamande)
 - **němčina** (Flämische Gemeinschaft)
- 3 regiony:
 - Vlámský
 - Valónský
 - Region Brusel – hlavní město

Doprava v Belgii



Vlaky

- sncb aplikace
- webová stránka:
 - <https://www.belgiantrain.be/en/tickets-and-railcards/overview-products/young-child>
- **Youth multi (go pass)** - 10 jízd kdekoliv po Belgii
 - za každou jízdu € 5,30
 - pro studenty do 26 let
 - stáhnout appku SNCB
- **Youth ticket**
 - jednotlivé jízdy za studentskou cenu €6.60
 - obecně se v Belgii platí vždy za jízdu, cena stejná nezávisle na vzdálenosti

Doprava v Belgii



Autobusy

- **De lijn** (<https://www.delijn.be/nl/>)
- možnost koupit balíček jízd
- běžné časté stávky řidičů autobusů

Doprava na kole:

- vhodné si kolo zapůjčit za výhodnou cenu

Typické jídlo a pití

- Wafle
- Belgické pralinky
 - obchody s pralinkami:
 - Leonidas
 - Bonn
- Hranolky
- Pivo – hodně druhů
 - Krieg
- Belgičané jsou milovníci kávy



Místa, která stojí za to navštívit! 😊



- Maastricht
- Brussel
- Bruges
- Ghent
- Antwerpen
- Leuven

- Vyplatí se jet na všechna zmíněná místa vlakem!

Hasselt



- správním centrem provincie Limburk, Vlámský region
- vlámské společenství: oficiální jazyk vlámsština (dialekt nizozemštiny)
- počet obyvatel: 74 694
- je zde největší japonská zahrada v Evropě (Japanse Tuin)
- náměstí Grote Markt
- nejčastější způsob dopravy: jízda na kole







Hasselt University

- Hasselt University:
 - univerzita v Hasseltu patří mezi nejlepší 3% univerzit na světě



Kurz holandštiny – Dutch course

- 1. týden – intenzivní kurz holandštiny (5 dní od 9:00 do 14:00)
- poté – 2x týdně večerní hodiny (6 hodin holandštiny týdně)
 - pondělí a středa po praxi 18:30-21:30 (online + prezenčně)
- na závěr zkouška – čtení, psaní, poslech, mluvení
- obdržení diplomu ze základů holandštiny
- komunikace v holandštině je nutná i v nemocnici
 - starší lidé se někdy anglicky nedomluví
 - znát základní fráze pro praxi
 - pacienti velmi ocení snahu mluvit holandsky

JESSA
ZIEKENHUIS



Jessa Ziekenhuis Campus Virga Jesse

nemocnice v Hasseltu

Praxe v nemocnici

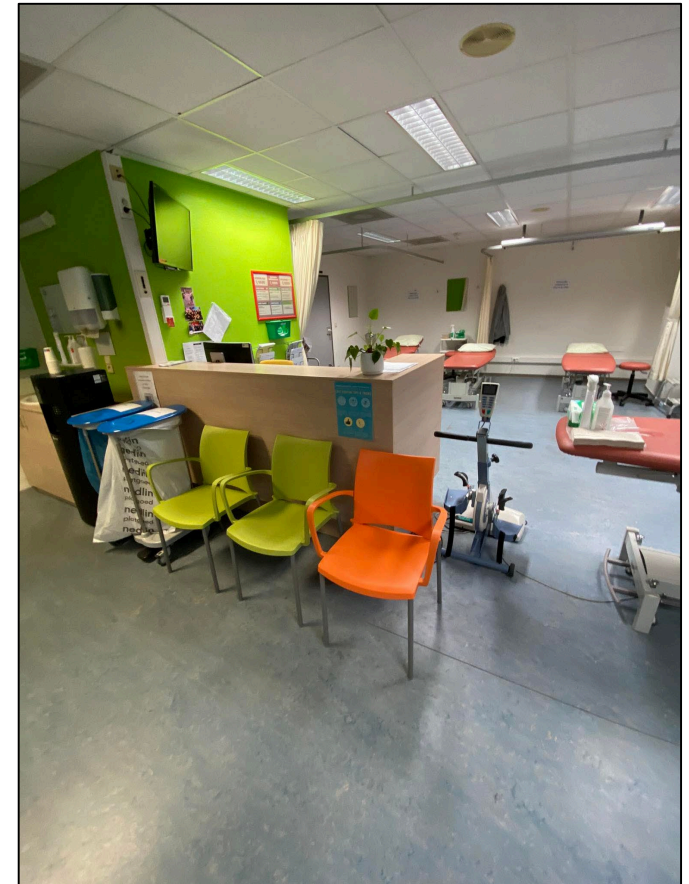


- praxe na více odděleních, možnost navštívit ta, která vás zajímají
- různorodé diagnózy i pacienti všech věkových skupin
- klade se důraz na EBM
- v Belgii je nutné studovat fyzioterapii 5 let, přičemž v posledním ročníku si volí specializaci (neurologie, pediatrie, kardiologie atd.)
- možnost proplacení fyziokurzů státem po celý profesní život
 - za každý rok je třeba získat určitý počet bodů (každý kurz má jiný počet bodů, volí si dle preference)
 - pokud je splněn potřebný počet bodů za rok, jsou kurzy proplaceny
 - tento systém usiluje o neustálé vzdělávání v oboru

Musculoskeletal department



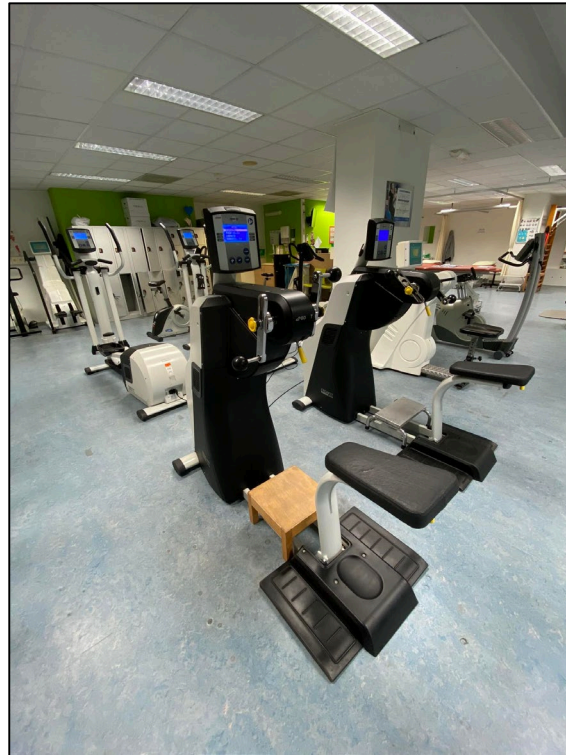
- stanovené cvičení na jednotlivých přístrojích
- pomoc s prováděním cviků, korigování
- mobilizace



Musculoskeletal department



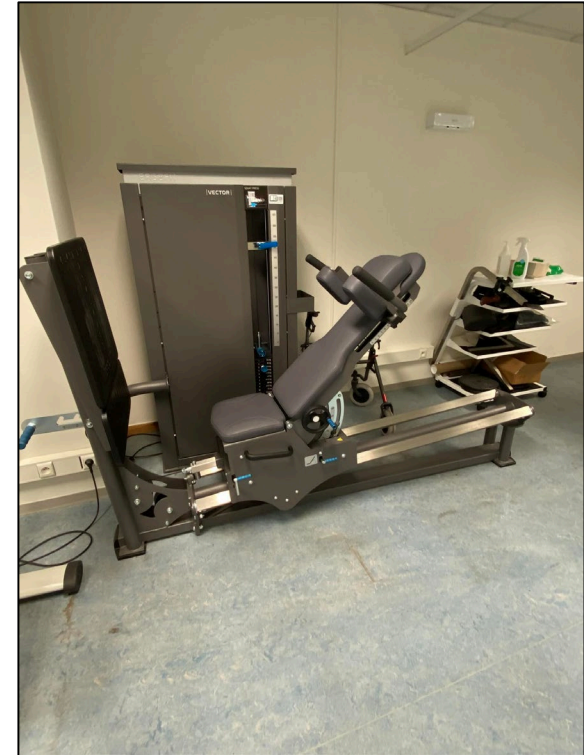
Rowing



Cross and cycle



Treadmill



Legpress

BlazePod Reaction Training




- trénink pro lepší, rychlejší, koordinovanější pohyb
- aplikace: připojení pomocí Bluetooth
- možnost výběru z přednastavených aktivit, nebo vytvoření vlastních aktivit
- možnost sledování svého pokroku
- využití: sportovci, senioři, neurologičtí pacienti atd.

- https://www.youtube.com/watch?v=nJLVNB4PXh0&ab_channel=BlazePod
- https://www.youtube.com/watch?v=tkRn9dOdulo&ab_channel=NeverTooOldtoLift
- <https://www.rehabilitacnipomucky.cz/user/documents/upload/BlazePod/BlazePod%20bro%C5%BEura%20v%20%C4%8De%C5%A1tin%C4%9B.pdf>





Neurology



Neurology



- různé diagnózy (Parkinson, CMP, kraniocerebrální traumata atd.)
- ambulantní i lůžková péče
- terapie většinou na 2 hodiny (1 hod fyzio, 1 hod ergo)
- více pacientů současně na jednoho terapeuta
- advanced therapy
 - balanční tréninky, kognitivní tréninky a jemná motorika současně
 - vhodné se zaměřit na aktivitu, která pacienta baví (vyšší motivace)
 - využít svou fantazii a vymyslet cvičení na míru danému pacientovi
- tip na stránku s různými cviky pro neurologické pacienty: [Rehab HQ - YouTube](#)

Neonatology



- péče o předčasně narozené děti
- Vojtova metoda (v této nemocnici se moc neprovádí)
 - není zvykem, aby s dětmi cvičili rodiče doma sami
 - pouze fyzioterapeuti



Oncology



- velmi nízká intenzita cvičení (1-2x denně)
- spíše chůze a kondiční trénink, protažení
- často jsou pacienti v izolaci kvůli obavám z nákazy, jelikož mají velmi oslabenou imunitu
- lůžkoví pacienti podstupující chemoterapie, imunoterapie, radioterapie atd.
- pomoc psychologa, psychiatra přímo v nemocnici
- později můžou onkologičtí pacienti navázat na ambulantní terapii (dříve zmíněné muskuloskeletální oddělení), kardio + cviky na základě předchozího vyšetření

Rozdíly ve fyzioterapii u nás a v Belgii



	Belgie	U nás
Studium fyzioterapie	<ul style="list-style-type: none">• Je nutné magisterské studium (5 let).	<ul style="list-style-type: none">• Možnost volby navazujícího studia.
	<ul style="list-style-type: none">• V posledním ročníku studia si volí fyzioterapeuti specializaci (neurologie, pediatrie, muskuloskeletální, kardio RHB atd.)	<ul style="list-style-type: none">• Není možnost volby specializace během studia fyzioterapie, jen následné kurzy po ukončení studia.
Muskuloskeletální oddělení	<ul style="list-style-type: none">• Pacienti cvičí na přístrojích, poté mají seznam cviků, terapeut koriguje.• Provádí se zde i mobilizace.	<ul style="list-style-type: none">• Pracuje se s pacienty více individuálně, na každého pacienta je vyhrazený čas.
Neonatologie	<ul style="list-style-type: none">• Polohuje se, neprovádí se v této nemocnici Vojtova metoda.• Není zvykem, aby s dětmi cvičili rodiče, jen fyzioterapeut.	<ul style="list-style-type: none">• Vojtova metoda se provádí v časně fázi.• Rodiče jsou zaškoleni a provádí terapii i v domácím prostředí, čímž se zvyšuje efektivita.
Neurologie	<ul style="list-style-type: none">• Více ambulantních pacientů na jednoho terapeuta v jeden čas, je obtížné se všem věnovat dostatečně.• Velmi pokročilý trénink i u seniorů (kombinace balančních tréninků, kognice i jemné motoriky atd.). Pacienti dochází pravidelně i několik let.	<ul style="list-style-type: none">• Na každého pacienta vyhrazený čas, možnost soustředit se pouze na jednu terapii.• Často není kladen dostatečný důraz na pravidelnou pohybovou aktivitu seniorů (zlepšení jejich kvality života).

Zdroje



- <https://www.amazon.com/BlazePod-Reaction-Training-Improve-Fitness/dp/B08J3QQ11H?th=1>
- <https://reisgenie.nl/doen-in-hasselt/>
- <https://www.jessazh.be/web/jessa-ziekenhuis>
- <https://cs.m.wikipedia.org/wiki/Soubor:Belgie-mapa.PNG>



Děkuji za pozornost!
Bedankt voor jullie interesse!