

Závěrečná zpráva ze zahraniční stáže ve Finsku – Kemi

Stáže jsme se zúčastnily 2 studentky z oboru Všeobecná sestra, 1 studentka z oboru Sociální práce ve veřejné správě a 1 studentka z oboru Speciální pedagogika – vychovatelství. Stáž jsme absolvovaly během letního semestru v termínu od 8. 2. 2018 – 14. 4. 2018.

Cesta

Odlétaly jsme z Letiště Václava Havla přes Helsinky, kde jsme přestoupily na letadlo, které směřovalo do naší cílové zastávky - Kemi. Cestovat se dá z Helsinek i vlakem, nicméně my jsme se rozhodly pro let, jelikož nám ihned navazoval a let trval zhruba hodinu a půl. Na letišti v Kemi na nás čekali studenti místní Lapland Univerzity, kteří nás odvezli do našeho nového domova.

Ubytování

Bydlely jsme ve vybaveném bytě, který se nacházel přímo v centru Kemi. V bytě byly 4 pokoje, z toho 2 dvoulůžkové, kde jsme bydlely my. Na začátku března se k nám nastěhovali studenti z Ugandy, kteří s námi ubytování sdíleli až do konce našeho pobytu. Na bytě byly k dispozici ručníky, ložní prádlo, základní potraviny, prostředky pro úklid a pračka (která byla společná pro všechny nájemce v domě). Doporučujeme si vzít teplé spodní prádlo :-D, bohužel to není vtip. Na naše poměry bylo na bytě dosti chladno a bylo některé noci nutné spát ve svetru.



Odborná praxe

Praxe trvala 8 týdnů a navštívily jsme tato oddělení: Health Care Center (centrum prevence pro seniory), ortopedie/traumatologie, chirurgie/gastroenterologie, interna/neurologie a ICU (nejakutnější jednotka zdejší nemocnice). Praxi jsme absolvovaly v místní nemocnici Länsi-Pohja Central Hospital. Praxe se nám velmi líbila, na každém oddělení nám byla přidělena mentorka, která se nám po celou dobu praxe věnovala. Komunikace probíhala bez problému s většinou personálu. Byly jsme připuštěny téměř ke všem odborným výkonům, které jsme mohly jako studentky vykonávat. Velkou podporou a pomocí nám byla naše vedoucí praxí – Kirsi Heikkinen. Je zbytečné si s sebou brát uniformu, tu vám půjčí v nemocnici. Každý den si

můžete vzít čistou. V nemocnici máte k dispozici šatnu, ke které vám univerzita půjčí klíčky. Nezapomeňte si ovšem vzít přezůvky do nemocnice, ty vám nezapůjčí.

Jako nejlepší praxi, kterou jsme po celou dobu studia zažily, hodnotíme ICU, ze kterého přikládáme i foto.



Počasí

Jak jsme již naznačily v kapitole *Ubytování*, tak ve Finsku panuje opravdová zima. Zažily jsme i teplotu -29 °C. Takže vám doporučujeme velmi teplé oblečení a kvalitní obuv, jelikož se budete prodírat sněhem, který je vám až do pasu. Každopádně jsme si zimní radovánky užily po svém, jelikož všechny zimu milujeme a mráz nás neodradil. Ke konci pobytu začínalo být celkem teplo (0 °C) – což je pro Finsko teplý začátek jara.



Volný čas

Navštívily jsme Rovaniemi, kde se konaly Sobí závody. Ten samý den jsme stihly navštívit i Santa Claus Village, kde oficiálně sídlí sám Santa Claus. Mezi největší zážitky patří návštěva Husky parku, kde jsme se mohly svést na spřežení až za polární kruh. Tento zážitek nám zaplatila místní univerzita jako dárek pro Erasmus studenty (jen pro zajímavost, jízda, kterou jsme absolvovaly, normálně stojí kolem 40 Euro na osobu). Další výlet jsme podnikly rychlovlakem do Helsinek, kde jsme si prohlédly centrum města a dále jsme pokračovaly přes noc trajektem do Stockholmu (velmi doporučujeme, jelikož nás palubní lístky stály pouze 20 Euro na osobu za cestu tam i zpět). Navštívily jsme i město Tornio, kde jsme se zúčastnily slavné rybářské soutěže Ice Fishing Competition. Dále jsme překročily hranice do Švédska a podívaly jsme se do města Haparanda, tam jsme navštívily jeden z největších Candy shopů na světě (též doporučujeme - nakoupily jsme zásoby, které nám vydržely až do konce pobytu). Podnikly jsme i celodenní výlet do Oulu, doporučujeme navštívit ve všední den, aby byly otevřeny všechny atrakce a obchody. Krásným zážitkem je samozřejmě polární záře, která byla v tomto období krásně vidět. V Kemi je každý rok postaven Snow Castle, který stojí za to navštívit, jelikož je každý rok jiný a postavený celý z ledu a sněhu. Univerzita vám propůjčí lístky, které vám zajistí prohlídku hradu zdarma. V rámci aktivit v Kemi jsme zkusily Ice Swimming, při kterém jsme za teploty $-15\text{ }^{\circ}\text{C}$ plavaly ve vodě, která měla $0\text{ }^{\circ}\text{C}$. Procházky po okolí Kemi patřily k denní rutině, jelikož jsme byly neustále ohromovány přírodou Finska. Navštívily jsme i Kulturní centrum naproti nemocnici, kde jsme se dozvěděly více informací ohledně historie Kemi. Jako sportovní aktivitu jsme zvolily 2x týdně volejbal, který jsme hrály společně s ostatními studenty z Erasmusu.



Závěr

Stáž hodnotíme velmi kladně, rády na ni vzpomínáme a doufáme, že se do Finska jednou znovu podíváme. Tato země a hlavně lidé, které jsme tu potkali, nám budou chybět. Nicméně tuto stáž bereme jako velkou zkušenost, která nás obohatila. Bohužel ne z pohledu financí (:-D). Stipendium nám vystačilo na letenku a ubytování. Ostatní jsme si musely hradit ze svého vlastního kapesného. Rozhodně však stojí za to tuto zemi navštívit. Osobně nám přirostlo Finsko k srdci a těžko se nám s ním loučilo.

Pokud máte nějaké dotazy, neváhejte se nám ozvat.

MOI MOI!

Natálie Průšová – natalieprusova@seznam.cz

Inka Kratochvílová – inkakrat2@gmail.com

