

Zahraníční stáž v Lusace – Zambii

25.10 - 27.12.2015

Renata Kadrnožková, Tereza Máchová

Před odletem

Před odletem je důležité nechat se naočkovat, domluvit se se všemi vyučujícími na podmínkách získání zápočtů a zkoušek, zakoupit si letenku a být včas na letišti. Také je dobré vyměnit si české koruny za americké dolary a ty si po přeletu směnit za zambijské kwacha. Směnárnou najdete například v nákupním centru East Park, pokud si směníte větší částku najednou, dostanete lepší kurz.

Očkování

Očkování je na uvážení každého, také záleží na tom, co vám poradí váš lékař. My jsme se před cestou nechaly naočkovat proti: břišnímu tyfu, žloutence typu A, černému kašli, choleře a meningitidě. Určitě si ve svém očkovacím průkazu zkontrolujte, zda máte platné očkování na žloutenku typu B a proti tetanu. Očkování proti žluté zimnici, pro nás jako pro Evropany není povinné. Povinné je pouze pro turisty cestující ze zemí, kde se žlutá zimnice vyskytuje. V Zambii se vyskytuje malárie. Rozhodně ale nedoporučuji užívat dopředu antimalarika, která jsou pro organizmus velkou zátěží. Pokud přesto chcete antimalarika užívat, zakupte si je až v Zambii. Jsou tam výrazně levnější.

Letenka

Letenky se dají zařídit mnoha způsoby. Můžete je zakoupit přes zprostředkovatelskou společnost, což bývá někdy levnější a pohodlnější, protože jsou jejich stránky často v češtině. My ale doporučujeme nakupovat letenky výhradně přes leteckou společnost, se kterou poletíte. Zprostředkovatelské společnosti vám totiž nabídnou letenku, ale pojištění storna nebo možnost změny data letu už ne, anebo za velký poplatek. Pokud by se vám tedy před cestou něco stalo, propadne vám celá letenka a nemáte nárok na získání jakékoliv částky zpět. Letenka do Zambie se super společností Emirates, zakoupená přímo přes jejich stránky, teď stojí kolem 19 tisíc, což není ani o moc víc, než byste dali třeba přes Student Agency a fakt se to vyplatí ☺.



Vízum

Vízum do Zambie je velmi lehkou záležitostí ☺. Nemusí se zařizovat dopředu přes ambasádu, stačí, když přiletíte na Letiště do Lusaky s platným cestovním pasem, který má platnost ještě tři měsíce po vašem plánovaném odletu a na letišti dostanete vízum. Na letišti v Lusace nabízí více druhů víz. Vy se ujistěte, že vám dají univisa s multiply entry pro Zambii i Zimbabwe. Stojí stejně jako běžná jednovstupová víza do Zambie, ale jsou lepší kvůli vašemu výletu na Viktoriiny vodopády, který jistě budete chtít podniknout ☺. Bez tohoto víza byste museli platit dalších 50 dolarů na hranici se Zimbabwe. Ale pozor, každý měsíc si musíte vízum obnovit na imigračním úřadu v centru Lusaky. Toto obnovení ale neprodlouží celé vízum, pouze s ním můžete pobývat další měsíc v Zambii. Výlet na vodopády pro vás tedy bude lepší první měsíc, dokud vám nevyprší vaše univisa. Anebo můžete zkusit domluvit se na imigračním na prodloužení univisa, v Zambii je strašná byrokracie a všechno záleží na tom, koho na úřadu zrovna chytne ☺.

Pojištění

Výhodné je, zjistit si nabídku cestovního pojištění u více pojišťoven. Pokud ale máte účet u České spořitelny, je nejlepší zařídit si cestovní pojištění tam. V pojištění od České Spořitelny je zahrnuto i pojištění odpovědnosti, které po vás škola bude rozhodně chtít. Varianta s nejlepším plněním stojí 80 Kč na měsíc. Musíte si sice zřídit smlouvu na pojištění na rok, ale i tak se to vyplatí a je to levnější než ostatní pojištění jenom na dva měsíce. Navíc ho pak využijete ještě na další vaše cesty ☺. Pozor ale, pojištění je platné, pokud v zemi nestrávíte více než 3 měsíce pobytu. Pokud byste si v Zambii tedy chtěli pobyt prodloužit, zaříd'te si pojištění jinde. Pokud nechcete pojištění od své banky, nejlépe asi vychází pojištění, které nabízí naše škola.

Ubytování

Ubytování je podobné koleji. Měli jsme pokoj pro pět lidí, který jsme obývali spolu s dvěma dalšími studentkami ZSF a s jednou zambijskou spolubydlící. K pokoji patřila také koupelna a záchod. Dalo by se to považovat za luxus, až na pár detailů jako bylo například chybějící záchodové prkýnko. Kuchyňku jsme využívali ve společných prostorách v přízemí budovy.



Co s sebou

Doporučujeme sbalit si sebou nějaké koření, kávu, čaj, instantní polévky atd. Také je dobré přivést si vlastní spacák a čelovku, tu využijete díky častým výpadkům elektriky. Jelikož jsou v Lusace velká nákupní centra, tak jak je znáte, můžete si vše pořídit na místě, nemusíte se bát, že byste něco nesehnaly ☺.

Praxe

Naše praxe probíhala v komunitním centru Njovu v chudinské čtvrti Chibolia v Lusace. V dopoledních hodinách v centru fungují dvě třídy, ve kterých jsou děti rozděleny podle schopností. Nejprve jsme se účastnili výuky jako asistenti a později jsme vedli hodiny sami. Výuka osahuje hlavně předměty: anglický jazyk, matematika, psaní a další. Odpoledne centrum funguje jako nízkoprahový klub – děti se mohou zapojit do Art clubu, drama, Reading Clubu. Na výběr mají i ze široké nabídky sportovních aktivit jako je volejbal, netbal, box, karate.

V centru funguje také skupina nazvaná Young Mothers, která slouží jako podpůrná skupina pro ženy. Ženy zde mají možnost vyrábět náušnice, náramky nebo ušít například šaty a při práci se vzdělávat a diskutovat o nemocech, hygieně nebo o jiných problémech. Při sběru informací o dětech nás sociální pracovník vzal i do rodin, k dětem domů.





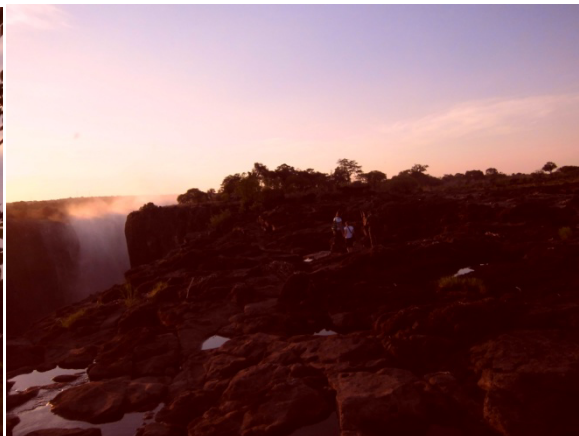
Cestování

Během našeho dvouměsíčního pobytu v Lusace jsme navštívily několik zajímavých míst přímo v Lusace:

- Cultural village v Lusace – zde nakoupíte nejrůznější suvenýry
- Sunday market
- Lodge Parays – na místo se dostanete zhruba za půl hodiny autobusem. K vidění jsou zde bílí lvi a poté můžete zamířit k bazénu, nebo si něco ugrilovat ☺
- Muzeum – dozvíte se zde více o historii Zambie

Mimo Lusaku jsme navštívili město Livingstone, Viktoriiny vodopády a lake Kariba.

- Livingstone – toto město je vyhledávaným turistickým centrem, kdo tam nebyl, jako by nebyl. Ve městě je i muzeum, kde se dozvíte více o Davidu Livingstonovi i o historii.
- Mukuni Village – typická vesnice, kde se dozvíte více o tradicích a zvycích.



Kontakty:

Tereza Máchová – teresa.mach@seznam.cz

Renata Kadrnožková – r.kadrnozкова@seznam.cz