

Zahraniční stáž v Zambii

3. 3. 2016 – 1. 6. 2016

Dana Polenová (RPB), Daniela Sopková (RPB), Kateřina Vyhliđková (RPN)



Před odjezdem

Je nutné vyřídít **očkování**, které doporučujeme u doktorky Šípové v očkovacím centru v nemocnici ČB na infekčním oddělení z boku budovy. Paní doktorka byla velice milá, vše nám vysvětlila a doporučila nutné očkování. Navíc je zde očkování levné. Doporučujeme se dojít naočkovat dříve, než znáte vůbec termín odjezdu, nám totiž už nevyšel čas a proto jsme nestihly očkování proti meningitidě (paní doktorka Šípová nám stejně řekla, že to pro nás není nutné). My jsme se stihly naočkovat na hepatitidu A (hepatitidu B jsme měly již z dětství naočkovanou), břišní tyfus, žlutou zimnici, vzteklinu (což ovšem není nutné, jelikož v Zambii není moc psů, a tudíž se s nimi nedostanete ani do bližšího kontaktu). Musíte počítat s určitým časovým rozmezím mezi očkovacími vakcínami. Doporučujeme se měsíc před odjezdem dostavit na konzultaci, přičemž objednání není nutné. V Lusace nás velmi otravovali komáři, je dobré si přivést repelent nebo spát pod moskytiérou. Lusaka ani Livingstone není malarická oblast, ale je dobré si na místě koupit antimalarika.

Další nutností je **letenka**. Ta je celkem jednoduchá k vyřízení, ale musíte počítat s tím, že stipendium Vám přijde na poslední chvíli, zejména ta větší částka.

Proto je dobré mít našetřené peníze ke koupi letenky. Od data letu se odvíjí pojištění a ubytování (koordinátorka Vendy ze Zambie to musí vědět co nejdříve – počítejte ovšem s tím, že odpověď hned nedostanete). V našem případě to bylo zvláště hektické, Vendy měla spoustu zařizování, a tak jsme odpověď dostaly den před odletem. Letěly jsme se společností Emirates z Vídně, kam jsme se dopravily autobusem od společnosti Student Agency. Let byl s jedním mezipřistáním v Dubaji, o zavazadla se při přestupu starat nemusíte. Letenka nás přišla na 17 962 Kč. Let byl opravdu příjemný a pohodlný.

Pojištění jsme si sjednaly přes školu u společnosti Uniqua, ta splňuje veškeré požadavky, které musí mít a z hlediska peněz není zase takový rozdíl v cenách od jiných společností. Pojištění vyšlo na 3 640 Kč.

V ČR neseženete místní měnu, což je **zambijská kwacha**. Je tedy nutné směnit koruny za americké dolary nebo eura (doporučujeme dolary, které ale nesmí být staršího roku než 2006). Po přiletu je směníte na kwachy. My jsme využily směnárnu přímo na letišti.



Co si vzít s sebou

Určitě si nezapomeňte přibalit ešus, nějakou misku, příbor, vařečku, plastový (nebo plechový) hrneček (tyto věci koupíte normálně v obchodech nebo na trhu, ale je lepší být připraven, v našem případě to byla dlouhá doba než jsme se dostaly do města a pořádně se tu rozkoukaly). Doporučujeme vzít si s sebou malou konvici a otvírák na konzervy. Také je dobré si vzít šňůru na prádlo s koly a prací prášek (my si praly převážně času v ruce spolu s ostatními studenty, ale je k dispozici i laundry room s pračkami, kde si za poplatek 15 ZMK můžete nechat své věci vyprat). Kuchyň kromě sporáku není vůbec vybavená. Určitě si ještě nezapomeňte vzít spacák

(nejsou k dispozici peřiny, deky ani polštáře), repelent a adaptér (ten se dá pořídit i na místě).



K jídlu bychom určitě doporučily vzít si sáčekové polévky, koření (majoránka, lahůdková paprika, kmín atd.), sušenky, spoustu čokolády (ta je tu opravdu drahá.. - studentskou čokoládu pro pracovníky:)), a vzhledem k tomu, že jsou tu mléčné výrobky typu sýru opravdu drahé a můžete je jíst jenom ojedinele, nám by přišly vhod i paštiky. Na žádné velké kuchařské

umění není jednak čas a jednak způsobilá kuchyně. Zambijci si však umí i v těchto podmínkách vyvařovat třeba o půlnoci. Určitě je dobré vzít nějaké suroviny na nějaké lehké, tradiční české jídlo, pracovníci Njovu jsou totiž nadšení, když jim dáte ochutnat něco jiného.

Přišlo nám slušné jim oplatit jejich pozvání na tradiční zambijské jídlo, a sice nshimu. Někdy jsme jim z vděku přinesly suroviny na vaření. Nshimu jsme z počátku s pracovníky z Njovu jedly málokdy, spíše jsme si v rámci naší obědové přestávky zašly do Choppies (místní supermarket), kde vaří celkem chutné a levné jídlo v tzv. "Take away".. Nejlevnější nám přišlo nakupování v Shoprite, který je ale docela daleko. Proto jsme nejčastěji chodily nakupovat do East Parku (nákupního centra) do Pick n Pay. Nejblíže se nachází Spar ve Foxdale, který je ovšem nejdražší. Když Vás někdo pozve na jídlo, není slušné pozvání odmítnout, zvláště u pracovníků z Njovu.

Místní ceny

- chleba (zambijci neznají jiný chléb, nežli toustový.. připravte se na to, že vám bude skutečně chybět) - 8 ZMK
- sáček těstovin - 6 ZMK
- vakuovaný salám - 15 ZMK
- sušenky - cca od 4 - 10 ZMK
- voda (5l) - 11 ZMK
- plechovka fazolí - 7 ZMK
- "pomazánkové" máslo - 18 ZMK
- plátkový sýr - 15 ZMK (nejlevnější)

= ovoce a zelenina se vyplatí nakupovat na marketu, protože je o poznání levnější a o cenách se dá v rámci smlouvání diskutovat



Doporučení a upozornění

Pokud si chcete vybírat peníze v bankomatech, pak nejlepší je vybírat u FNB – který bere ovšem jenom Visa kartu nebo v bankomatu Barcalay – který bere i kartu Mastercard, takže není nutné si zařizovat kvůli pobytu v Zambii Visa kartu. Poplatek za výběr kartou v FNB se pohybuje od 150 do 180 Kč. Nedoporučujeme vybírat peníze z bankomatu Stanbic Bank – po jedné zkušenosti, kdy nám bankomat sebral peníze z účtu a peníze nevydal! Vše se nakonec vyřešilo, ale bude lepší když budete vybírat u jiných společností.

Krátké kalhoty či sukně nosit nedoporučujeme, neboť tím zbytečně přivoláte nechtěnou pozornost, které máte už stejně dostatek. Není zde slušné také odhalovat záda.

Jelikož jsou tu lidé opravdu chudí a myslí si o vás, že jste bohatý turista ze "Západu", protože Američanů či Evropanů (zejména z Velké Británie, ale i z vyspělých skandinávských zemí jako např. ze Švédska) v Zambii skutečně pár můžete potkat, budou se od vás snažit dostat co nejvíce peněz. Nám se třeba stalo, že po nás chtěly peníze před Freedom statue, která stojí na veřejném prostranství. Nesmíte se ovšem dát. Je dobré upozornit, že jste studenti a nemáte peněz nazbyt.

Zvláštní upozornění je na focení! Dospělí lidé se opravdu neradi fotí, i když nefotíte vůbec je.. Vládní objekty nebo vojáky rozhodně nefotěte. Nám se dokonce stalo, že v nákupním centru Levy Junction nás donutili smazat veškeré fotky tohoto střediska z fotoaparátu. Ovšem na mobilní telefon fotit můžete. Opravdu logika.

Co vzít pro děti

Pro děti je asi nejlepší přivést bonbóny, které jim pak můžete sami rozdat. Určitě můžete přivést nějaké vzdělávací hry, pexeso, karty, Člověče, nezlob se, které si pak můžete zahrát s dětmi během odpoledních aktivit. Za nás bychom doporučily přivést plastelínu (není to tak rozšířený dárek jako pastelky nebo voskovky) a určitě s tím děti nějaké to odpoledne zabavíte. Je dobré mít nějaké nápady na hry a podle toho si přivést věci jako např. gumu na skákání, badminton atd.



Po příletu

Po příletu jsme si musely zaplatit vízum, koupily jsme si turistické, více vstupové vízum za 80 dolarů. Toto vízum však platí jenom měsíc a tudíž se předpokládá, že byste vyrazili do Livingstone, kde můžete vidět Victoria falls i ze Zimbabwské strany ihned ze začátku. Vzhledem k tomu než si na všechno zvyknete, nedoporučujeme tento zážitek první měsíc vašeho pobytu v Zambii. Je však možné ho po domluvě na imigračním úřadu prodloužit, nicméně záleží na úředníkovi, kterého tam zrovna potkáte. Dalším krokem byla návštěva směnárny, kde si směníte dolary za kwachy, připravte se ovšem, že se vás budou ptát na zbytečné otázky typu, kde bydlíte

a na co ty peníze potřebujete. Pak by na vás už měla čekat koordinátorka Vendy nebo Gideon z Njovu. Nestrachujte se pokud tam nebudou, zambijci opravdu neřeší čas.

Ubytování

Ubytování jsme byly v Liberty Living Boarding House. Bydlely jsme na pokoji pro 5 osob, kde jsme byly však jenom 3. Za pokoj jsme každá první 2 měsíce platily 1300 ZMK, ale potom jsme se od Vendy dozvěděly, že tato suma je zbytečně vysoká. Vendy se pak domluvila s majitelem, že doplatíme jenom 400 ZMK. Takže jsme měly platit od začátku 1000 ZMK za měsíc (kurz byl 2,2). Pokoj měl vlastní záchod i sprchu, bohužel s pouze studenou vodou, která tekla po celou dobu našeho pobytu. Společnost nám dělali také švábi a různí pavouci. Ze začátku bylo opravdu



těžké si zvyknout na hlučné prostředí, které neustávalo ani v opravdu pozdních hodinách.

Elektřina fungovala střídavě, někdy šla ráno a někdy až večer.

Takže bylo opravdu komplikované si vařit. Většinou byla možnost si něco uvařit až po 22 hodině večerní, a to byla ještě k tomu kuchyň plná lidí.

Internet a SIM karta

SIM kartu jsme si šly zařídit hned druhý den po příjezdu, protože volání z českých SIMek bylo opravdu drahé a navíc ani některé nefungují. Zařídily jsme si ji v nedalekém obchodním centru East Park v MTN. Karta nás vyšla na 5 ZMK, kde jsme si ji i hned dobily. Volání i sms nejsou drahé. Je nutné si při zařizování SIMky vzít s sebou také pas.

Internet jsme si zařizovaly až po 3 týdnech, kdy jsme zjistily, že místní WIFI není opravdu spolehlivé a připojení neustále vypadá a někdy vůbec nejde. Na konci našeho pobytu udělali místní WIFI dokonce placené (10 ZMK/hod), takže jsme to už vůbec nevyužívaly. Internet tu není tolik drahý a funguje docela rychle.

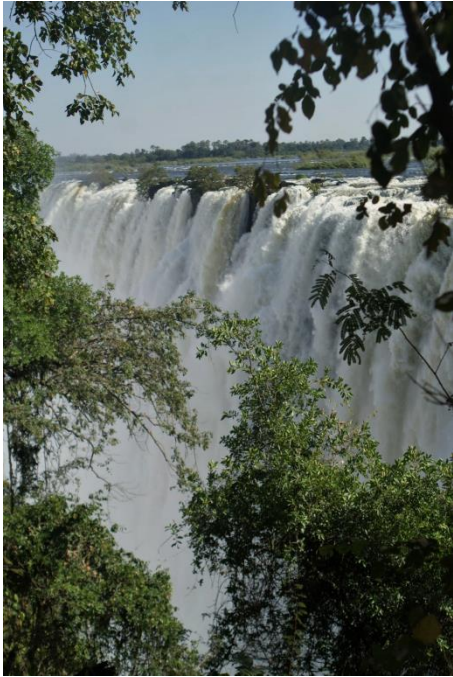
Doprava

Doprava v Zambii je opravdu „crazy“. Jezdí se tu na opačné straně jako ve Velké Británii. Jízda v protisměru není nic neobvyklého. Do práce jsme jezdily autobusem ze zastávky Shaka's grill do zastávky Lima Tower (doporučujeme však jít až na zastávku k Foxdale, protože někdy se nám i přes hodinu nepodařilo chytit autobus ze zmiňované zastávky Shaka's grill). Také se nám stalo, že nás vyhodili o zastávku dřív a dál už nejeli – správně by vám měli vrátit 1 ZMK, abyste mohly využít další autobus do Lima Tower). Párkrát jsme šly přes market k dalšímu autobusu, který nás zavezl na zastávku Chibolya corner. Odkud jsme šly pěšky k organizaci Njovu. Jedna cesta

z Shaka's grill do Lima Tower nás stála 5 ZMK někdy 5,5 ZMK hlavně tedy zpáteční cesta. Z Lima Tower do Chibolya corner stojí autobus 2 ZMK nebo 2,5 ZMK. Ale my jsme z Lima Tower většinou chodily pěšky z důvodu ušetření našich peněz. Nejedná se skutečně o velkou vzdálenost, akorát cesta byla vždycky velmi rušná, procházet musíte velkým marketem. Při cestě zpátky je dobré říkat "Nombreroma" nebo Foxdale, protože v Lusace jsou dvě Kalundu (městská čtvrť) a nám se stalo, že jsme jednou jely špatně.

Výlety

- **Livingstone** – náš výlet se konal až na přelomu 2. a 3. měsíce pobytu v Zambii. Byly jsme ubytovány v kempu Nyembe Kaoma back packers, kde jsme spaly ve stanu. Měly jsme možnost spát i v domě, ale vybraly jsme si více baťůžkářskou variantu, a sice stan. Ubytování nám vyšlo opravdu levně. Za noc za celý stan jsme daly jenom 80 ZMK. Měly jsme možnost využívat veškeré zařízení v domě (ledničku, mikrovlnnou troubu, koupelnu s teplou vodou). Vstupné na vodopády stálo 20 USD, ale je možné zařídit si slevu, když se předem o výletu zmíníte před Vendy. My jsme to však nevěděly. Na Zimbabwskou stranu jsme se nedostaly, protože vízum stálo dalších 30 USD bez vstupného na Viktoriiny vodopády. Na most se ale podívat bez placení můžete. Vodopády jsou nádherné i z ptáčích perspektivy, což vám nabídne firma Livingstone adventure při letu helikoptérou či microlightem. Let microlightem je dražší záležitostí, ale zkušenost k nezaplacení! Pozor na Baboony (opice), kradou jídlo!
- **Muzeum v Livingstone** – stojí rozhodně za návštěvu, přišlo nám daleko hezčí než v muzeu v Lusace, které jsme také navštívily.
- **Kafue National Park** – čtyři hodiny vzdálené místo od Lusaky, nejlevněji vám vyjde cesta autobusem a ubytování v kempu Mayukuyuku. Prostředí i personál bylo opravdu příjemné. Vzhledem k špatnému načasování, kdy sice ceny byly nízké, ale tráva v buši vysoká, jsme viděly opravdu málo zvířat. Nejlepší období pro návštěvu safari je summer season – srpen, září, říjen a listopad.
- **Chaminuka** – privátní safari park, kam jsme se vydaly po Kafue NP. Ovšem ani zde jsme neviděly o mnoho více zvířat. Navíc Chaminuka je opravdu spíše turistické místo a navíc kočkovité šelmy jsou zavřené v kleci. V případě, že chcete vidět opravdové safari, bude nejlepší právě Kafue NP. Nicméně Chaminuka vyjde nejlevněji, přičemž vzdálená od Lusaky je asi hodinu cesty autem a prostředí je opravdu nádherné.
- Za víkend v Kafue NP a Chaminuce společně se všim všudy jsme utratily asi 2000 ZMK.
- **Munda Vanga** – botanická zahrada společně s malou Zoo, krásné místo přímo v Lusace.
- **Siavonga – Kariba lake** – zde jsme strávily víkend v nádherném resortu, kde jsme se koupaly v jezeře a později navštívily i Kariba Dam.
- **Kalimba reptile park** – vhodné místo na grilování, kde jste obklopeni hady i krokodýly nevídaných rozměrů.
- Sky bar, Kalahari bar, G-Green Lodge grill bar, Irish pub – místa, kde si můžete jít poslechnout tradiční i moderní muziku.
- **Sunday market v Arcades** – místo, kde můžete nakoupit krásné dárky domů jako suvenýry z cest.
- **Nyangwena village** - místo se nachází přibližně necelou hodinku od Lusaky. Tip na výlet, pokud chcete vidět, jak vypadá život na vesnici.



Práce

Do práce jsme chodily na půl desátou, někdy později a někdy dříve s ohledem k nepředvídatelné dopravě. Dva měsíce byla do 12 hodin škola, kde jsme spíše pozorovaly výuku, vzhledem k tomu, že děti měly občas problém porozumět v angličtině. Po 14 hodině začínaly aktivity jako volejbal, karate, netball, judo, akrobacie, boxing, rugby a fotbal. Tyto aktivity byly rozvržené dle určeného harmonogramu až do 18 hodin. My jsme však odcházely po 16 hodině, kvůli brzké tmě. Zúčastňovaly jsme se různých kroužků, např. Drama club. Četly si s dětmi v knihovně, kreslily si s nimi nebo vyráběly nějaké jednodušší výtvary. Celý jeden měsíc nebyla škola (děti měly prázdniny), a tak už od samého rána probíhaly některé aktivity jako netball, fotbal atd. My jsme s dětmi hrály nohejbal, který se jim moc líbil, takže doufáme v zařazení do už tak nabitého programu. V centru se spíše očekává vaše iniciativita, že předvedete něco nového, budete mít nápady a nebudete se bát je zrealizovat:)





Zdvořilostní fráze v Nyanje

Jak se máš? - Muli bwanji?

Dobrou noc - Mugone che mushe

Jsem z České republiky - Ndine nina choka ku Czech

Můžu se zeptat? - Nifunseko

Mám tě rád(a) - Nikukonda

Jaké je Tvé jméno? - Ndiwe da?

Těší mě.. - Wachita bwino ta kumana

Užij si to - Venze vawama

Já jsem.. - Ndine

Dobrou chuť - Vawama

On je.. - Ni

Kolik je hodin? - Ni time bwanji?

Ona je.. - Ni Jone

Kde je.. ? - Chilikuti/Alikuti..?

Dej mi.. "Ni pase

Pojď sem! - Bwelakuno!

Kolik.. (How much) - Nizingati

Děkuji/prosím - Zikomo

Jdu domů - Najenda ku njumba

Běloch - Mzungu

Dobré ráno - Mwauka bwanji

Černoč - Muntu/Offipa

Místní lidé jsou opravdu hodní, se vším vám ochotně pomůžou. Krásné bylo vidět, že gentlemani ještě nevymřeli:) Pozornosti budete mít opravdu hodně. Přejít skrz market bylo ze začátku opravdu velké dobrodružství, na které si ale časem zvyknete. Lidé po vás budou chtít hned telefonní číslo a nemyslete si, že se vám neozvou. Budou vám volat pořád, takže je dobré dát číslo jenom známým lidem. Někdy už vám bude neustálá pozornost proti srsti.



Zambie pro nás znamená zemi neustále se střídajících pocitů. Na jedné straně vidíte v jakém prostředí zde lidé žijí a je Vám z toho smutno, ale když pocítíte jejich elán do života a uslyšíte jejich smích, vrací vám to radost. Zambie je zajímavá země plná protikladů. Země s nádhernou přírodou a se spoustou srdečných lidí. Ale také země s jasně viditelným propastným rozdílem mezi bohatou a chudou společností spolu se špinavým hlavním městem.

Přejeme vám spoustu krásných zážitků a veselých příhod :)

Danka, Danča a Kačí

