



# ERASMUS+ STÁŽ ÚSTŘEDNÍ VOJENSKÁ NEMOCNICE PRAHA

OLIVIA MOVCHAN

# ČO JE ERASMUS + ?

- Z programu Erasmus+ sa podporujú zahraničné stáže pre študentov bakalárskeho, magisterského a doktorandského štúdia
- Vďaka stáži môžeš zlepšiť svoje znalosti, zručnosti, kompetencie a tiež zlepšiť znalostí cudzích jazykov, interpersonálnych a medzikultúrnych tímových zručností
- Svoju Erasmus+ stáž som absolvovala v Ústrednej vojenskej nemocnici v Prahe, ktorá trvala 2 mesiace



# DOPRAVA

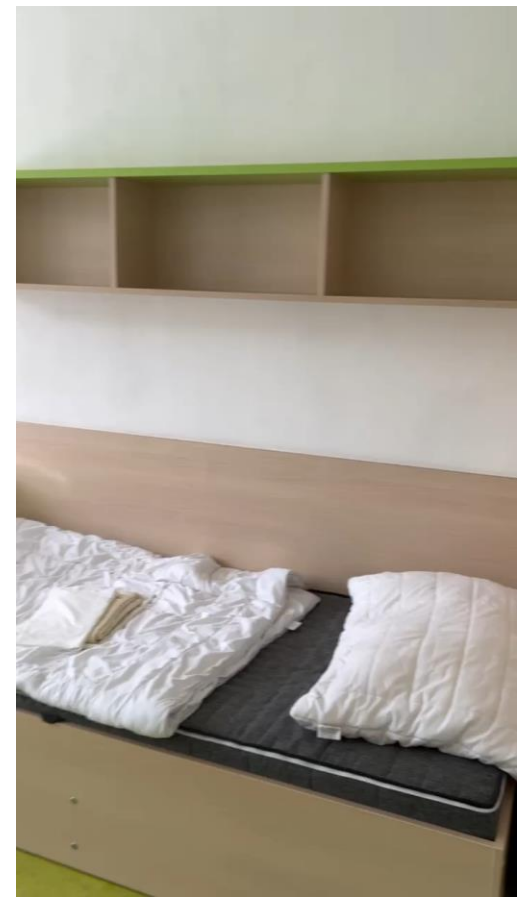
- Do/z Prahy som šla Regiojetom ( cena jedného lístka cca 20 EUR)
- Autobusy, električky, metro :
  - PID Lítačka mesačný – 550 Kč/23 EUR
  - papierový lístok/PID Lítačka na 30 minút – 30 Kč/1,25 EUR
  - papierový lístok/PID Lítačka na 90 minút – 40 Kč/1,66 EUR
- Cestovanie vlakmi – aplikácia Můj vlak alebo Regiojet



# UBYTOVANIE



- Odporúčam ubytovanie na internáte Hvězda
- Celková cena za ubytovanie vyšla – 15 642 Kč/652 EUR (237 Kč/10 EUR – jedna noc). Sú aj lacnejšie izby (dvoj-/trojlôžkové, so sociálnym zariadením aj bez).
- Pozri video ako vyzerala moja izba →
- Webová stránka - <https://kam.cuni.cz/KAM-306.html>
- Cca 20 minút – do nemocnice
- Cca 3 minúty – ku zastávke Nad Marketou
- Cca 10 minút – ku zastávke metra Petřiny a do zastávky električiek



# STRAVA

- Obedovala som v jedálni UVN, raňajky večeru som si robila na internáte
- Dá sa vybrať z ponuky 3 jedál na každý deň
- Cena je 70Kč / 3 EUR
- V areáli nemocnici je aj kaviareň, kde robia chutnú kávu, chlebíčky a torty



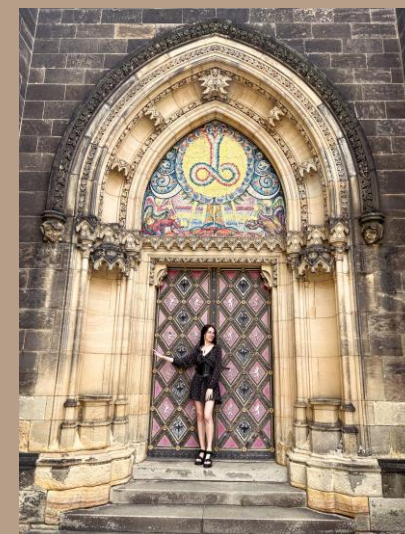
# ODDELENIA NEMOCNICE, NA KTORÝCH SOM PRACOVALA:

- Chirurgia
- Ortopédia
- Neurológia
- Neurochirurgia
- Oddelenie akútnej rehabilitácie
- Oddelenie následnej rehabilitácie
- Na každom oddelení som pracovala 2 týždne
- Tiež je možnosť byť prítomným na operáciách a pri canistroterapii
- Veľmi milý a priateľský kolektív, fyzioterapeuti vždy mohli pomôcť, poradiť a ukázať nové veci z ich dlhoročnej praxe



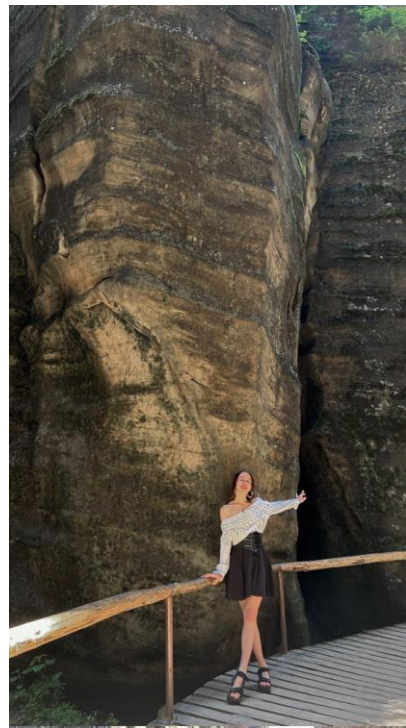
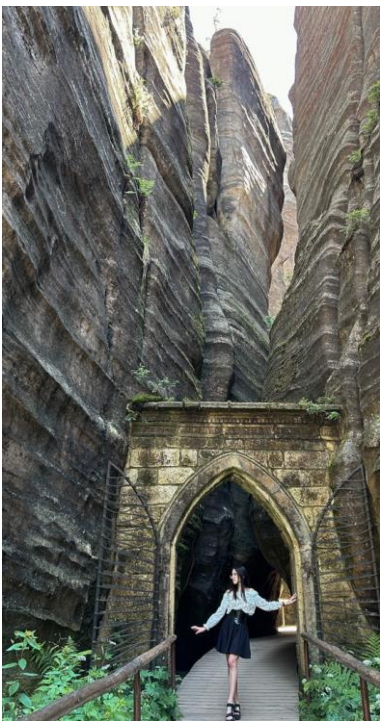
# VOĽNOČASOVÉ AKTIVITY V PRAHE

- Václavské náměstí
- Staroměstské náměstí
- Slovanský ostrov
- Dětský ostrov
- Pražský hrad
- Vyšehrad
- Lumia Gallery
- Klementinum
- Kunsthalle Praha
- Valdštejnská zahrada
- Clam-Gallasův palác
- Kasárna Karlín



# VOĽNOČASOVÉ AKTIVITY MIMO PRAHY

- Odporúčam navštíviť Adršpašské skaly – je potrebné si zarezervovať termín online
- Mumlavské vodopady
- Bílé Labe, Krkonoše
- Národný park Šumava



# VÝLET DO BRNA



# ĎAKUJEM ZA POZORNOSŤ

Odporúčam každému študentovi, ktorý chce zlepšiť svoje znalosti, zručnosti, kompetencie vo svojom odbore a tiež chce spoznať kultúru a život inej krajiny

