

My, studenti z Neředína ve světě: Klára Čechovičová a Barbora Potužáková

30.1.2024 - | Univerzita Palackého v Olomouci

Na jaké univerzitě a v jakém semestru jste absolvovaly studijní pobyt?

Studijní pobyt jsme absolvovaly na KU Leuven v Belgii, kde Barbora absolvovala letní semestr a Klára zimní i letní. Jelikož máme spoustu zkušeností a zážitků stejných či podobných, rozhodly jsme se o ně s Vámi podělit společně.

Proč jste zvolily právě tuto univerzitu?

Klára:

Univerzita v Belgii nebyla mojí první volbou. Zdaleka ne, vždyť tam nic není. První volbou bylo Portugalsko, země, kterou jsem si oblíbila při cestování. Jenže pobyt tam nevyšel, což teď můžu zhodnotit jako nejlepší věc, co se mohla stát.

Univerzitu v Leuven mi sice doporučovala kamarádka, která tam byla na Erasmu několik let zpátky, ale já pořád váhala, protože mě Belgie jako země ničím neupoutala.

Pak jsem si vyslechla ještě pár recenzí od různých lidí, a nakonec se rozhodla tam vyjet.

Univerzita je velmi dobře hodnocená a lokalita kousek od bruselského letiště hrála moji cestovatelskou duši. Nepřeháním, když Vám sdělím, že to bylo nejlepší rozhodnutí, co jsem mohla udělat!!!

Barbora:

Ze všech možných univerzit mě právě KU Leuven zaujala nejvíce z důvodu nabízených specializovaných magisterských programů. Ráda bych se věnovala dětským a neurologickým pacientům, a proto si mě myšlenka specializované výuky (a to např. v oboru Children, Neurological Disorders, Mental Health Care, Internal Disorders, Musculoskeletal Disorders - Sports Physical Therapy, Manual Therapy) a ohlasy na vysokou úroveň fyzioterapie v Belgii získaly. Zároveň je na KU Leuven magisterský program v angličtině, což jsem považovala za další plus.

Po zadání „Leuven“ do vyhledávače Google mi město bylo velmi sympatické a stalo se tak po zvážení mou první volbou. Na studijní pobyt jsem se chystala až v letním semestru. Poté, co mi Klárka vyjíždějící již v zimním semestru potvrdila, že život v Leuven je zkrátka super, jsem s rozhodováním neváhala.

Měly jste v průběhu studijního pobytu podporu ze strany českých a zahraničních koordinátorů? V čem vám pomohli?

Podporu jsme měly dobrou, koordinátoři z Česka i Belgie byli vždy nápomocní a když bylo potřeba cokoli řešit, komunikovali velmi rychle. Řešily jsme především úpravy v Learning Agreement a nutno říci, že za celý pobyt jsme nemusely řešit nic komplikovaného. Na dotvoření LA je vždy na začátku každého semestru ještě pár týdnů čas, což jsme obě velmi ocenily. Při příjezdu do Belgie jsme si nechaly poradit od místních studentů a udělaly patřičné změny. Rovněž nám byly zodpovězeny dotazy během informační schůzky před začátkem semestru, kde byli přítomní i belgičtí koordinátoři a setkali jsme se zde s dalšími erasmáky.

Jaká byla náročnost studia, průběh předmětů, docházka, plnění úkolů a zkoušek?

Univerzita v Leuven je opravdu na vysoké úrovni a pro studenty magisterského studia fyzioterapie

velmi obohacující. Nabízí možnost profilovat se určitým směrem, protože magisterské studium v KU Leuven je specializované.

V praxi to vypadá tak, že 1. ročník magisterského studia mají všichni dost podobný a je více obecný a ve 2. ročníku probíhá specializace (především v zimním semestru) a praxe (v letním). V zimním semestru je tedy dost z čeho vybírat, ale v letním není nabídka předmětů z 2. ročníku téměř žádná a na praxe nás, jakožto erasmáky, pustit nechtěli. Také je potřeba počítat s tím, že některé předměty ze zimního semestru mají zkoušku až v červnu nebo jsou předměty i na celý rok.

Výhodou letního semestru je však to, že začíná nový „Preparatory programme“. Tento program je určen pro mezinárodní studenty, kteří na KU Leuven budou studovat celý magisterský program společně se studenty belgickými. Preparatory programme je na jeden semestr a slouží k tomu, aby se studenti z celého světa seznámili se stylem výuky fyzioterapie v Belgii. Je to takový rychlokurz bakalářského programu, aby při nástupu na magisterské studium měli všichni alespoň podobný základ. Zároveň mají studenti čas naučit se holandsky a připravit se tak na budoucí praxe. Výhodou tohoto programu bylo i to, že jsme začínali od začátku s novou třídou, kde se všichni teprve seznamovali a my měli šanci se s nimi od začátku rozvíjet.

Pro inspiraci a přehled, toto jsou předměty, které jsme absolvovaly:

Předměty 2. ročníku Mgr.:

Advanced Practical Skills in Musculoskeletal Rehabilitation (Sports Physical Therapy)

Selected Topics in Sports Physical Therapy

Předměty 1. ročníku Mgr.:

International Perspectives in Physiotherapy

Biomechanics of Sport Movements in a Sports Physiotherapy Context

Advanced Methods: Spine

Rehabilitation of Degenerative Neurological Disorders

Medical Imaging for Physiotherapists

Předměty Preparatory programme:

Adult Neurorehabilitation

Neurorehabilitation in Children

Rehabilitation in Mental Health Care

Předměty z jiných fakult:

Psychology of Social Media

Sexuality in Perspective

Dutch for Non-Native Speakers: Level 1 (předmět výhradně pro erasmáky)

Doporučujeme zapsat si více kreditů, než potřebujete, a mít tak trochu rezervu. V průběhu zkouškového jsme se rozhodly některé z předmětů nedokončit z důvodu časové náročnosti.

Většina předmětů je nahrávána a uložena ve školním systému Toledo. Když se nám některé předměty kryly, bylo možné se později podívat na nahrávku toho druhého předmětu, samozřejmě po domluvě s vyučujícím (nejde to takto řešit u všech předmětů). Ke každému předmětu se v tomto systému dostanete, jsou v něm uloženy webináře k samostudiu a spousta dalších materiálů. Samostudium je velmi podstatná součást studia na KU Leuven. Od studentů se vyžaduje vlastní aktivita a plnění úkolů, což se se všemi studentskými akcemi nedalo vždy stíhat, ale vždycky se to nějak zvládlo :), není se čeho bát.

Zkouškové bylo náročné, jelikož většina zkoušek měla více částí (minimálně teoretickou a praktickou) a zkoušky v Leuven můžou trvat i čtyři hodiny. U některých zkoušek jsme se pěkně zapotily, to nebudeme lhát. Považujeme to však za výhodu Erasmu v Belgii, kdy nám celý pobyt dal

mnoho jak z pohledu životního rozvoje, tak fyzioterapeutického.

Můžete popsat své zkušenosti s ubytováním a stravováním? Mohly jste využít studentské koleje?

Klára:

Erasmus mi začínal v září, ale už v BŘEZNU jsem sháněla ubytování!! Docela mě vyděsilo, že je to s ubytováním náročné. Kamarádka mi však dala tip na koleje (Loyola International Nachbahr Huis – moc doporučuji!) a tam mě nakonec vzali. Vstoupila jsem do nejkrásnějšího života na kolejích plných mezinárodních studentů. Mixovaly se všechny možné kultury a vzájemně jsme se obohacovali v životech nuceni vystoupit ze svých sociálních bublin. Nekonečné konverzace ve sdílené kuchyni a na pokoji se Španělkou a Číňankou byly k nezaplacení.

Tyto koleje nabízí pokoje pro 1, 2 nebo 3 osoby. Pokoje pro 1 jsou většinou obsazené Belgičany, jelikož jsou rozmazlení a jinak by na mezinárodních kolejích spíše nebydli :). Reálný je tedy pokoj pro 2 nebo 3. Pokoj pro 3 je mnohem větší, takže vlastně život s dalšími dvěma lidmi je pak poněkud méně intenzivní. Christel, která koleje řídí, se snaží „matchnout“ na pokoj lidi tak, aby spolu dobře vycházeli a měli podobný spací režim. Pokoj pro 3 mě stál 234 euro/měsíc (cena už se trochu zvedla). Mimo tyto koleje se cena pohybuje kolem 350-650 euro/měsíc za pokoj pro jednoho, podle toho, jak šťastně narazíte na nabídku a jestli chcete bydlet blíže centru nebo na okraji města. (Odkaz na koleje: <https://www.kuleuven.be/residenties/loyola>)

Co se týče stravování, chvíli mi trvalo, než jsem zjistila, jak nakupovat co nejlevněji. Když si s tím člověk dá tu práci, tak se dá nakoupit za 150-200 euro/měsíc. Já jsem si vařila všechno sama, ale je možné chodit do univerzitních jídelen (Alma), kde je jídlo nejméně za 6-8 euro. Nejvýhodnější supermarkety jsou Colruyt a Aldi, ve městě je i Lidl. Největší změnu oproti ČR jsem zaznamenala v ceně vegetariánských produktů, které byly v Belgii (hlavně v Aldi) velmi levné a zároveň kvalitní. Carrefour a Delhaize jsou naopak ty dražší obchody. Člověk rozhodně nesmí vynechat belgické hranolky s joppie sauce a čerstvé wafle!

Barbora:

Měla jsem to štěstí, že mi Klárka dala spoustu tipů a velmi mi tím pomohla. Ubytování na stejné koleji (Loyola International Nachbar Huis) jsem řešila již v září (Erasmus začínal v únoru) a povedlo se! Žila jsem v pokoji pro tři s jednou studentkou z Japonska a druhou z Číny. Spolubydlení a míšení kultur může mít i své nevýhody, jelikož některé kultury jsou velmi odlišné. Párkrát jsme si musely sednout a domluvit se na určitých „pravidlech“, aby nám všem bylo spolubydlení příjemné. Nikdy bych však neměnila, a právě naše odlišnosti nás spoustu naučily. Na Loyole jsem se cítila jako doma, našla si přátele z celého světa a mám zážitky, na které budu vzpomínat celý život. Ohledně stravování jsem to měla více méně stejně jako Klárka. Rozhodně bych ráda zmínila nekonečně druhů piva, které je kromě wafelí a hranolek dalším velkým belgickým lákadlem!

Jak jste trávily volný čas? Měly jste možnost cestovat?

V prvním semestru si Klárka navolila rozvrh tak, že prostoru pro volný čas moc nebylo. Nicméně KU Leuven nabízí spoustu sportů, které jsou pro erasmáky zdarma!

Podařilo se nám hrát basket, beach volejbal ve vnitřní hale i venku a chodit do univerzitního fitka. Všechno šlo skoro neomezeně, takže jsme si užily spoustu sportu, což bylo skvělé!

Nabízí se i jiné aktivity jako je padel, zumba, kondiční trénink, kruhový trénink, joga, plavání a další. Studenti si mohou pořídit levnější permanentku do moderně vybaveného univerzitního gymu nebo do posilovny v Indoor Atletiekhal (více pro funkční trénink). Ve městě je i lezecká stěna a kousek mimo město i boulder (toto si člověk platí sám).

Belgická vlaková společnost SNCB nabízí studentům do 26 let výhodné cestování po Belgii s výraznou slevou. Nejvíc se vyplatí předplatit si 10 jízd s tím, že tyto jízdenky můžete čerpat i ve více lidech. Toto můžete zakoupit v aplikaci. Takto jsme procestovaly nejhezčí města v Belgii (Gent, Bruggy, Brusel, Knokke) a podívaly se dokonce k moři (Oostende).

Klárce se podařilo v zimním semestru odletět na Tenerife s kamarádkou ze Švýcarska. V letním semestru mají Belgičané 2 týdny Velikonoční prázdniny, což jsme s Barčou vyhodnotily jako perfektní možnost vycestovat za dobrodružstvím na Madeiru.

Z Belgie jsou pak další oblíbené možnosti k cestování Londýn, Amsterdam, Paříž a blízká německá města, což jsme už využít nezvládly.

Mimo sport a cestování se nabízí živé město samo, které jsme si velmi rychle zamilovaly. Oblíbené setkávací místo pro studenty Oude Markt, zmrzlinárna a waflárna Pinocchio, hranolkárna na Oude Markt (Friet Barro) a kousek od sportovní fakulty, rozsáhlý park od sportovky k Arenbergu, fakultní bary nazývané „fakbary“ a také spousta živé hudby. Studentské spolky i město samo o sobě pořádá spoustu akcí, že jsme ani nestihly vše sledovat a občas se někde objevily čistě náhodou. Nuda rozhodně nebyla a pořád se něco dělo.

Jak jste vyšly se stipendiem? Musely jste mít našetřeno?

Díky „levnému“ ubytování by bylo reálné se stipendiem vyjít, ale vzhledem k tomu, že jsme chtěly i cestovat a neomezovat se v životě, tak jsme potřebovaly i peníze navíc. Ale kdybychom se hodně snažily, myslíme si, že by to šlo. Doporučujeme však mít našetřeno, ať se neochuzujete o studentský život a zážitky, které podle nás k Erasmu patří.

Cítily jste se v zemi bezpečně?

Ano, cítily jsme se bezpečně. V Leuven rozhodně, tam si nevybavujeme žádnou situaci, kdy bychom se cítily ohroženě. V některých částech Bruselu to bude asi trochu jiné.

Na co by studenti chystající se do této destinace měli být připraveni nebo si dát pozor?

Určitě počítat s tím, že zkouškové bude náročné, ale nenechat se tím odradit, protože studentský život je v Leuven úžasný.

Liší se nějak zobrazení země, které známe z médií, od reality? Co vás nejvíce překvapilo?

Přijde nám, že z médií, kromě evropského parlamentu, Belgie moc známá není, takže bylo hodně co objevovat. Z hor tam toho člověk moc nenajde, je to opravdu úplná placka. Leuven je však plný parků a jde utéct alespoň do lesů a skal. Země je politicky dost rozdělená, což nás docela překvapilo. Sever tvoří nizozemsky mluvící Flandry a jih francouzsky mluvící Valonsko (malá část ještě hovoří i německy). Brusel nepatří ani do jedné části a mluví se tam převážně francouzsky. Každá část je autonomní a má svůj vlastní parlament, takže aby se tam na něčem domluvili jako celek je docela náročný proces. Příjemné je, že se člověk všude dorozumí krásně anglicky.

Co považujete za největší přínos vašeho studijního pobytu?

Za největší přínos považujeme především nové kamarády z celého světa a spoustu nezapomenutelných zážitků. Tímto pobytem jsme nepoznaly jen novou zemi a přátele, ale zase trochu více samy sebe. Poznáváním jiných kultur jsme pochopily, čeho si vážíme na té naší, a na čem by naopak chtělo zapracovat.

Co se týče posunu ve fyzioterapii, musíme říct, že nám to neuvěřitelně otevřelo oči. To, že jsme se

dostaly z české fyzioterapeutické bubliny, nám umožnilo kouknout se na svět fyzioterapie novým pohledem. S dalšími studenty jsme rozebírali fyzioterapii v různých zemích a dostávali se do střetů názorů a zajímavých debat.

Doporučily byste studium na této univerzitě i ostatním studentům? Pokud ano proč?

Rozhodně ano! Kdybychom nežily v české bublině fyzioterapie a neusilovaly o studium na českých univerzitách a někdo nám řekl, že jsou přece možnosti i v zahraničí, šly bychom do Leuven nejradši studovat celý magisterský program. Pro mezinárodní studenty mají studium krásně přizpůsobené a celé město úžasně funguje napříč všem kulturám.

Je ještě něco, co byste chtěly dodat a zdůraznit?

Jestli vás to táhne do zahraničí, moc nad tím nepřemýšlejte a jedte. Svět je otevřenější, než si myslíte a přátelé na vás čekají v různých koutech světa.

Jestli bude vaše volba právě KU Leuven, jedte tam nejlépe na celý rok.

A nebojte se vyjet sami!

<https://www.ftk.upol.cz/nc/zprava/clanek/my-studenti-z-neredina-ve-svete-klara-cechovicova-a-barbora-potuzakova>