

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA STUDENTA Z ERASMUS PRAKTICKÉ STÁŽE

Základní údaje o studentovi:

Jméno, příjmení: Budišová Tina

Studijní obor: Transkulturní komunikace

Studijní cyklus, ročník studia: II. Ročník zimní semestr/ III. Ročník letní semestr

Údaje o praktické stáži:

Země pobytu: Portugalsko, Aveiro

Název zahraniční organizace: Casa Vera Cruz, CLAIM

Pracovní náplň/pracovní pozice na stáži v zahraničí:

Akademický rok a semestr pobytu: 2025/2026, : II. Ročník zimní semestr/ III. Ročník letní semestr

Termín pobytu (od-do): 01.09.2025 - 28.02.2026

Obecné informace:

Jak jste se dozvěděl/a o programu Erasmus?

-Na univerzitě

Co Vás motivovalo vyjet do zahraničí na stáž?

-předchozí účast na programu Erasmus+

Informace o zahraniční organizaci, kde probíhala stáž:

Jak/kde jste hledal/a zahraniční organizaci?

- Selekce institucí nacházejících se v zamýšleném místě výjezdu
- Stránky univerzity
- Stránky zahraničních institucí a projektů

Jakým způsobem jste stáž zajišťoval/a?

- e-mailová komunikace a video hovory
- Velké množství zaslaných zpráv a motivačních dopisů

Jaké náležitosti zahraniční organizace po Vás před a po příjezdu vyžadovala?

-Abychom si sami zajistili bydlení a pojištění + dokumentaci pro praxi

Co Vám zahraniční organizace na začátku pobytu zařídila, resp., bylo nutné platit nějaký poplatek?

-ne žádné poplatky

V jakém jazyce jste pracoval/a v zahraniční organizaci?

-anglicky, postupně nutnost základů portugalštiny

Měl/a jste svého „mentora“ po celou dobu stáže?

- Ano, koordinátorku (ale všichni členové týmu organizace dali najevo, že kdykoliv bude cokoliv potřeba, mohu se na ně obrátit)

Jaké činnosti jste v rámci stáže vykonával/a?

Stáž byla koncipována jako rotace mezi jednotlivými týmy podle aktuálních potřeb organizace.

Hlavní náplň stáže zahrnovala:

- asistenci při vzdělávání (včetně workshopů pro dospělé i děti),
- administrativní podporu klientů (plánování schůzek, odkazování na vhodné orgány...)
- práci na recepci – poskytování první pomoci a podpory lidem, kteří přicházejí do centra s žádostí o asistenci
- zapojení do komunitních aktivit zaměřených na integraci lidí
- pomoc s organizací akcí a každodenním chodem centra (příprava prostor, vyřizování úkolů ...kreativní projekty)

Byl/a jste začleněn/a mezi ostatními pracovníky?

Velmi, cítila jsem se nadměru přijata

Byl na Vás jako na zahraničního stážistu brán zvláštní ohled ze strany vedoucího, kolegů?

- Ne (byla nám poskytnutá však velká až nadstandartní podpora ze strany pracovníků organizace)

Obdržel/a jste od zahraniční organizace nějakou odměnu/mzdu? Pokud ano, kolik?

-ne

Praktické otázky:

Kde (v jakém typu zařízení) jste během praktické stáže bydlel/a?

V domě, ve kterém bydleli i dobrovolníci, kteří pracovali ve stejné organizaci

Jak jste zařizoval/a ubytování? (asistence zahraniční instituce, sociální síť apod.)

Nejdříve jsme bydleli v domě, který jsme si sami zařídili před příjezdem (tam jsme však nemohli zůstat, jelikož docházelo ke komplikacím s majitelem. Dokonce nám při stěhování odmítl vrátit zálohu)

Poté se nám přes naši organizaci povedlo najít místo v domě, kde bydleli i dobrovolníci, co pracovali pro organizaci

Jaké jsou možnosti stravování v místě pobytu?

- Restaurace, jídelna organizace, obchody

Nabízí organizace stravování, např. v podnikové/školní kantýně? Pokud ano, jaká je průměrná cena za jídlo?

- Ano, cenu si nepamatuji

Jak jste se dopravoval/a do místa konání praktické stáže?

- Pěšky

Máte nějaký tip na výhodnou jízdenku/letenku?

- Letenky zařizovat s velkým předstihem

Jaké jsou možnosti dopravy v místě konání stáže?

- Autobus (FlixBus, místní MHD linky, kolo)

Měl/a jste zkušenost s lékařským ošetřením v zahraničí?

-ano, podstoupila jsem extrakci zubu

Byly nějaké formality, které jste musel/a splnit po příjezdu do zahraničí? (př. hlášení na místním úřadu, apod.)

- Ne

Jaké byly možnosti aktivit mimo pracovní činnost v rámci stáže?

- Lokalita 10 minut od pláže
- Běh
- Kulturní akce v centru města (koncerty...tradiční slavnosti)

Finance:

Jaká byla cena ubytování za měsíc, resp. celkem za pobyt? (vč. kauce, apod.)

Kauce okolo 250-300EUR nájem taktéž 250-300EUR, + elektřina a voda (velmi nákladné!! V zimním období až 200+EUR za člověka/měsíc, kvůli využívání přímotopů v zimním období)

Kolik Vás stála doprava do/z místa pobytu?

Letenky kolem 5 000,- +- (tam i zpět)

Kolik Vás stálo stravování (průměrně za měsíc, za pobyt)?

Ceny se v době pobytu pohybovaly jako ceny české

Kolik Vás stály další aktivity?

Čas jsem trávila převážně cestováním, doprava do okolních měst je vcelku levná

Do jaké míry Vám stačilo přidělené stipendium Erasmus? (v %)

90%

Jaké další zdroje jste využil/a na financování pobytu?

Našetřené peníze

Byly nějaké aktivity hrazeny zahraniční organizací?

ne

Uznání:

Jakou formou probíhá uznání stáže?

Vyplnění potřebných dokumentů pro univerzitu, doložení dokumentace, stáž užitá ve formě terénního deníku jako výstup pro absolvování předmětu "stáž v neziskové organizaci"

Celkové hodnocení:

Ohodnoťte přínos pobytu po odborné i osobní stránce?

Nepřeháním, když řeknu, že tato zkušenost mě extrémním způsobem formovala jako člověka, hodně mě toho naučila o sobě i lidech kolem a způsobu, jak s nimi jednat. Stáž vyjasnila moje vize o budoucím povolání. Považuji ji za klíčový impuls ujasnění si cesty po dokončení studia.

Prosím, uveďte klady pobytu?

Samotná organizace, kde stáž probíhala byla bezpečným prostorem podporující individuální růst (softskills), také jsem se naučila, jak takový organizace funguje a co jí nesmí chybět. Samotné prostředí se pro mě stalo "domovem" s lidmi, které chci znovu navštívit. Byla to i často neskutečná výzva pronásledovaná steskem po tom českém domově. Nic bych neměnila a myslím si, že z této zkušenosti budu dlouhodobě čerpat.

Prosím, uveďte zápory pobytu?

Shánění ubytování "na vlastní pěst"

Setkal/a jste se během pobytu s nějakými problémy?

- Občasná "ponorka" z důvodu dlouhodobého sdílení prostoru

Doporučil/a byste pobyt ostatním studentům?

-ano

Uvažujete o dalším pobytu v zahraničí, studijním či další praktické stáži?

-ano

Máte nějaký tip pro ty, co ještě váhají vyjet na praktickou stáž?

Neváhejte. Čas strávený mimo komfortní zónu domova otevírá oči a srdce. Nebojte se změn a nebojte se chyb, přešlapů. Erasmus vás posune jak po akademické, tak osobní stránce.

Uveďte své připomínky, návrhy na zlepšení programu Erasmus?

Nic.

Stručně zhodnoťte pobyt, jeho přednosti, co Vás nejvíc zaujalo, co Vám to přineslo, doporučení pro následovníky?

Díky této zkušenosti momentálně absolvuji i hodiny portugalštiny. Na stáži jsem si ujasnila, že se doopravdy v tomto sektoru chci pohybovat v budoucím zaměstnání.

Zde můžete uvést odkaz na blog/vlog/fotogalerii, apod.

