

Erasmus + Portsmouth 2019



Spinnaker
Tower

Jmenuji se Adéla Moravcová a jsem studentkou 2. ročníku VOŠZ v Hradci Králové. Minulý školní rok bylo studentům mého oboru nabídnuto, účastnit se 3měsíční stáže v domovech pro seniory v Portsmouth ve Spojeném království. Nabídka byla velmi lákavá především kvůli veliké finanční podpoře, místu stáže a také ochotě školy přizpůsobit zkuškové období našim potřebám. A jelikož ráda cestuji, dlouho jsem o nabídce nepřemýšlela a přihlásila se.

Do programu byly vybrány 3 studentky. Během října 2018 nám byly poskytnuty přístupové údaje k online kurzům angličtiny, které byly orientované na odbornou stránku jazyka a měly nám tedy pomoci s přípravou a usnadnit pobyt.

Jelikož se stáž uskutečnila mezi 11. červnem a 9. zářím, bylo za potřebí, abychom veškeré zkoušky absolvovaly v předtermínech. Všichni kantoři nám vyšli vstříc, a přestože to bylo náročné, odjžděly jsme se všemi zkouškami splněnými.

Na stáž jsme odjžděly 9. června. Vzhledem k ceně jsme zvolily autobusovou dopravu. Cesta sice trvala přes 18 hodin, rozhodně to ale nebylo nic, co by se nedalo vydržet.

10. června jsme tedy dorazily do Londýna na Victoria Station. Následně jsme vlakem přejezly do Portsmouth, kde na nás čekala naše koordinátorka Gayani. Předala nám potřebné informace a poslala nás taxíky do host rodin.



Portsmouth
Historic Dockyard



Isle of Wight

První týden pobytu jsme absolvovaly letmou prohlídku města, lekce anglického jazyka a dostaly jsme informace, na jakých pracovištích budeme následujících 12 týdnů působit.

Já jsem byla umístěna do St. Vincent Care Home. Je to domov převážně pro seniory s demencí. První den jsem byla provedena po pracovišti a seznámena s BOZP. Celý domov pro seniory má čtyři patra. Nebylo pro mě tedy snadné rychle se zorientovat.

Má pracovní doba byla prvních několik týdnů od 8 do 16 hodin a po následné domluvě byla zkrácena a pracovala jsem jen do 14 hodin. Každé ráno se v tzv. garden lounge sešel veškerý personál, který ten den sloužil ranní nebo denní službu a jeden z noční služby, který nám předal službu. Každé službě velel tzv. senior carier, který určil, kdo bude mít na starost které rezidenty a zároveň podával léky. Já jsem bývala nejčastěji umisťována na první patro, kde jsem se starala o 3-5 rezidentů. Pokud jsem byla s prací hotová brzy, pomohla jsem na jiných patrech.

Ráno jsme u rezidentů provedli tzv. personal care, tedy ranní hygienu. Rezidenti byli sprchováni obvykle jednou týdně a ve zbytku týdne pouze omyti žínkou u umyvadla. Rezidenti byli také rozděleni na tzv. singles a doubles, což značilo minimální počet ošetřovatelů během personal care.

Po ranní hygieně jsme rezidenty přivedli do suterénu na snídani. Snídaně nebyla společná, ale ve chvíli, když byl rezident připraven, dostal jeho obvyklou snídani. Po snídani rezidenti trávili čas v tzv. TV lounge až do oběda. Bylo zde jen několik rezidentů, kteří nechtěli být společně s ostatními, tudíž trávili čas ve svých pokojích, a to i během snídane, oběda atd.

Ve chvíli, kdy jsme dokončili hygienické péče u všech pacientů, jsme začali připravovat jídelny na oběd. Jídelny jsou v domově dvě. Jedna pro rezidenty, kteří jsou schopni se najíst sami a v druhé je nutné pacienty krmit. Za mé přítomnosti bylo v domově 4-5 rezidentů, které bylo nutno krmit, nebo museli mít zvýšený dohled.

Po obědě se opět všichni rezidenti sešli v TV lounge, kde měli možnost odpočívat. St. Vincent care Home má svou pracovníci, která se seniorům stará o zábavu a aktivity. Do domova tedy pravidelně docházejí lidé, kteří zpívají, dělají kvízy, hrají na klavír, minimálně jednou měsíčně seniory navštěvují děti ze školky. Dokonce seniory pravidelně navštěvuje starosta města.

Musím zmínit, že prvních několik týdnů pro mě práce v domově nebyla snadná. Nevěděla jsem, co a jak dělat, najednou se vše dělalo jinak, než jsem byla zvyklá z praxí v nemocnici, nepamatovala jsem si jména rezidentů, spoustu věcí, které jsem běžně během praxí vykonávala, jsem najednou dělat nemohla, protože nikdo nevěděl, jestli můžu nebo jestli jsem dostatečně proškolená. Ve Spojeném království je nutno mít na spoustu věcí školení a praxi, aby je mohl člověk vykonávat.



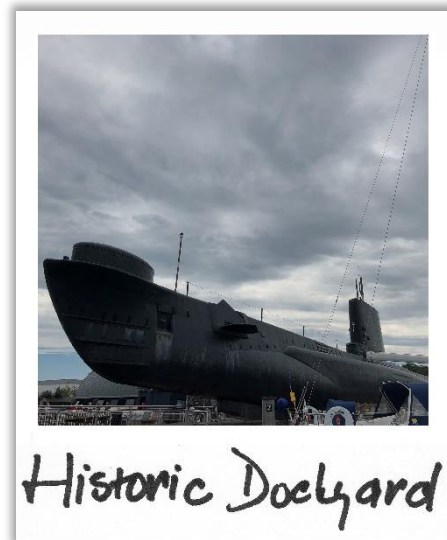
London



Oxford

V podstatě téměř všechno jsem musela nějakým způsobem okoukat od ostatních, nebo si najít svůj způsob, jak na to. Čím déle jsem ale v domově pracovala, tím více jsem toho uměla a už jsem se stávala členem týmu.

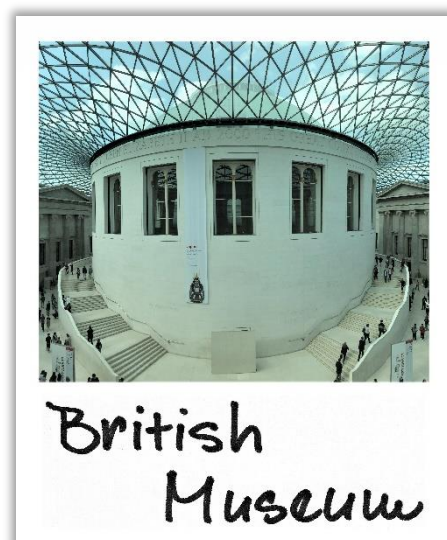
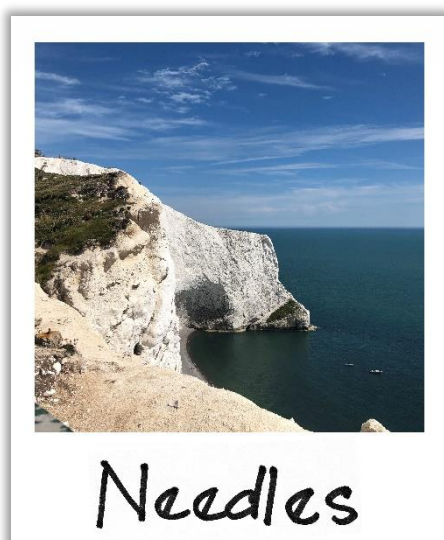
Vzhledem k tomu, že i v tomto domově pro seniory se potýkali s nedostatkem personálu, bylo často využíváno pracovníků z agentur. Fungovalo to tak, že domov požádal agenturu o určitý počet pracovníků na určitý den a ti poté přicházeli do domova vypomáhat. Jelikož jsem se s něčím takovým nikdy nesetkala, bylo to pro mě opravdu zajímavé.



Po pracovní době a o víkendech jsme měly volný čas čistě jen pro sebe. Snažily jsme se ho tedy využít efektivně. Navštěvovaly jsme místní muzea, podnikaly výlety, chodily jsme na různé akce, které se v Portsmouth děly – jako například Foodfestivaly nebo třeba Kitefestival.

Výletů jsme podnikly hned několik, a to na Isle of Weight, Winchester, Oxford, Salisbury, Brighton, Seven Sisters a Londýn, kde jsme strávily celý víkend.

Na některá místa jsme jely přes naši koordinátorku Gayani a některé výlety jsme si organizovaly samy. Například v Londýně jsme toho chtěly vidět opravdu hodně, a proto jsme se rozhodly zvolit výlet na vlastní pěst. To pro nás ostatně bylo i jednodušší. Gayani je sice schopna zařídit naprosto vše, na co si člověk vzpomene, ale zase na druhou stranu je velmi nedochvilná a poměrně často mění plány, z čehož plynula určitá nespolehlivost. Nikdy se ale nejednalo o nic, s čím bychom si nedokázaly poradit samy. Výlety organizované přes Gayani jsme tedy absolvovaly jen dva, a to Isle of Weight a Winchester. Musím ale uznat, že rozhodně stály za to!



Stáž bych shrnula jako veliké množství zkušeností a zážitků. Vzhledem k odlišnosti zařízení, ve kterých plníme odbornou praxi doma v Česku a domově pro seniory v Portsmouth, a především odlišnosti jejich systémů fungování, nemohu říct, že by mi to vyloženě pomohlo v budoucí praxi v nemocnici. To ale v žádném případě neznamena, že bych litovala. Právě naopak! Jsem za tuto příležitost velice ráda. Byla to pro mě šance zjistit, jaké by to bylo v takovém prostředí pracovat a ujasnit si, jestli to je, nebo není něco, co bych po dokončení školy chtěla dělat. Zároveň jsem poznala veliký kus Anglie a také spoustu nových lidí.

Jinými slovy, pokud budete mít příležitost zúčastnit se takové stáže, mohu jen a jen doporučit. Jelikož to nebyl první pobyt v zahraničí, vždy si říkám, že i kdyby to měla být špatná zkušenost, k něčemu mi bude.

