Vilniaus universitetas Erasmus+

Veronika Navrátilová
Zubní lékařství
01/2019 – 06/2019

Proč Litva?

- Poznáte málo známou a opomíjenou evropskou zemi
- Vilniuská univerzita má lepší umístění v seznamu univerzit než ta naše
  - VU: 458.místo, UP: 601.-650. místo
- Kromě angličtiny máte možnost si procvičit ruštinu či ve Vilniusu polštinu, na severu i němčinu
- Skvěle se odtud cestuje - levné jízdenky či letenky do Skandinávie, Finska, Islandu, Ruska, Běloruska, Estonska, Lotyšska, Polska
- Vyjdete i jen se stipendiem
- Humana
  - Řetězec seconhandů s kvalitním zbožím za nízké ceny
  - Často tam bývají akce vše za jedno, dvě eura

Proč Erasmus?

- Stoupne vám jazyková úroveň
- Naposloucháte si velké množství různých přízvuků
- Osamostatníte se (zvláště doporučuji sólo cestování)
- Pocítíte vděčnost za to, co máme, a inspirujete se novými poznatky
- Získáte další praxi v oboru
- Získáte spoustu nových kontaktů a přátel
  - Na studiích byli studenti nejen z evropských zemí, ale i z USA, Kanady, Turecka, Jižní Koreje, Japonska, Singapuru, Izraele, Indie, Pákistánu, Dominikánské republiky, Namibie, Ruska, Číny,...
- Poznáte jinou kulturu, zvyky, aktivity, jídlo, přírodu
- Lépe poznáte sami sebe

Před odjezdem

- Podívat se na stránky LF UP
- Kontaktovat paní inženýrku Nakládalovou
- Porovnat předměty na domácí a zahraniční univerzitě, projít si sylaby, hodinové dotace i počty kreditů za předměty
- Kontaktovat paní proděkanku o výjezdu za účelem schválení výjezdu
- Na Zahraničním oddělení UP vyřídit a podepsat veškerou potřebnou dokumentaci
- Vyřídit si cestovní pojištění přes univerzitu

Jak se dostat do Vilniusu?

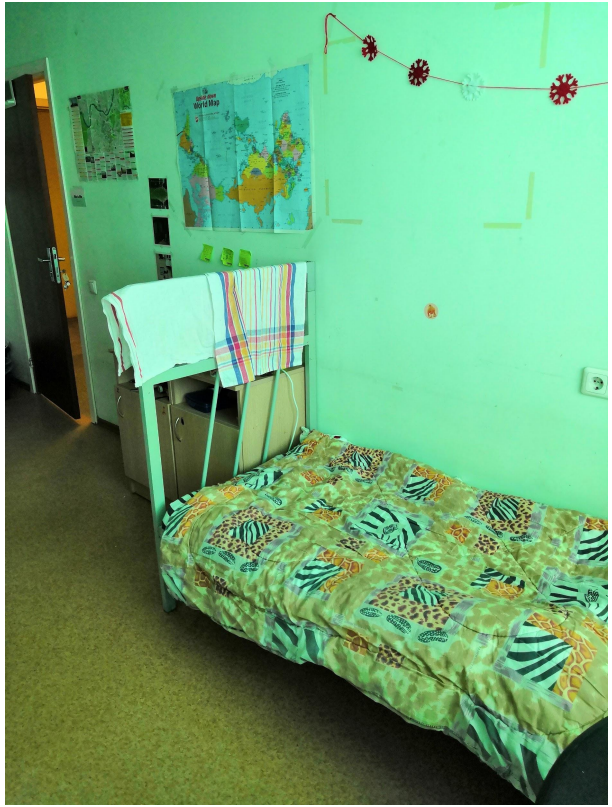
- Letecky
  - Přímé lety z Berlína, Vídně, Katovic, Krakova, Vratislavi
  - Výjimečně přímé lety z ČR
- Busem
  - Přímý autobus z Prahy do Vilniusu
- Vlakem
  - Přímým vlakem z Prahy/Břeclavi/Otrokovic/Olomouce/Ostravy do Varšavy, odtud pak busem (bez přestupů) nebo vlakem (s přestupy) do Vilniusu
- Autem
  - V Polsku se na dálnicích platí mýtné, v Litvě jsou dálnice zdarma

Ubytování

- Nájemné: 87,50 € za dvoulůžkový pokoj, 58 € za třílůžkový + na začátku vratná záloha ve výši jednoho nájmu
- Kampus Saulėtekio
  - K dispozici velká moderní knihovna se studovnami, supermarkety, bistra, restaurace, bankomaty, fitka, les
  - Je zde nejvíce studentů
  - Kvalita kolísavá, někde záchody i sprchy společné a staré kuchyně, v jiných budovách je to lepší
- Koleje Olandų
  - Nejmenší, hned u umělecké čtvrti Užupis, nejblíže centru města
  - Zrekonstruované, bydlení na buňkách s vlastní koupelnou a záchodem; jako jediné mají zdarma wifi eduroam
  - U vstupu recepce se strážným (studenti na jiných kolejích mají čipy)
- Koleje Didlaukio
  - Nejdále od centra, asi v nejhorším stavu
  - Buňky s vlastní koupelnou a oddělenou toaletou

Koleje Olandų

Koleje Olandų



Ubytování

- Byty
  - Pro zahraniční studenty obecně dražší, pokud chcete ušetřit, tak hledat přes litevské skupiny
  - Cena za pokoj od 200 € výše
  - Pozor na placení energií, zimy tam můžou být tuhé

Po příjezdu do Vilniusu

- Ubytujte se na kolejích, pokud je máte zařízené
  - Zaplatit můžete převodem, ale i na poště, na benzince nebo v supermarketech (v Maximě i kartou)
- Běžte na Welcome Week
  - Zde dostanete i potvrzení o příjezdu
- Sejděte se s fakultním koordinátorem
- Přihlašte se do místního portálu
- Nastavte si přeposílání emailů
- Vyzvědněte si LSP kartu

LSP karta

- Litevská varianta karty ISIC
- Nutná pro vstup do knihovny, k placení tisku na univerzitě
- Při kontrolách v MHD či při placení lístků do vlaku či busu nemusí zahraniční ISIC přijmout
- Cena 4,50 €
- Pravděpodobně vám nepůjde zaplatit poplatek přes vaši banku, neboť přijímají hlavně litevské banky → nutné poprosit buddyho nebo jiného Litevce, jestli by to nezaplatil → kartu dostanete až později, než při nástupu na školu

Doprava po městě

- MHD
  - Trolejbusy, autobusy
  - Cena pro studenty na tři měsíce 16,20 €, na měsíc 5,80 € + 1,50 € za kartu samotnou
  - 0,50 € za jednorázový studentský lístek při nákupu u řidiče
  - Noční spoje pouze o víkendech, neplatí v nich předplacená karta, platí se zvláštní lístek u řidiče
- Taxi
  - Uber, Bolt, eTAKSI
  - Levné, když cestujete ve více lidech, tak může vyjít i levněji než noční spoje

Stravování

- Menzy jako takové v Litvě nejsou
- Možnost stravování v kantýnách, které jsou jen o trochu levnější než restaurace (ty o něco dražší než v ČR)
- V některých fast foodech možnost slevy na studentskou kartu
- Jídlo obecně o něco málo dražší než v ČR
  - Naopak levnější: avokádo, brambory, řepa, ryby, kuřecí maso, sushi
  - Dražší: mléčné výrobky včetně mléka, zelenina
  - Nedá se sehnat: nesladký světlý chléb
  - Sladkosti, sušenky, ořechy, luštěniny apod. se dají koupit na váhu
  - Alkohol
    - Dražší, dá se koupit až od 20 let a pouze v určité hodiny

- Litevská kuchyně je těžká, postavená na houbách, mase, bramborách, kopru, zakysané smetaně, kefíru, pohance a řepě
  - Zkuste šaltibarščiai, cepelinai, litevské bramboráky, tvarohové tyčinky, šakotis, kvas, uzené ryby, bliny, tinginys, fritované chlebové hranolky se sýrem a česnekem, kibinai, vodu Vytautas

Ostatní výdaje

- Velmi levná data
  - Signál funguje i ve vlacích
  - Na začátku Welcome Week můžete dostat jednu SIM zdarma
- Levná doprava vlakem, autobusem i trajektem
- Dražší drogerie, zvláště u západních značek
- Dražší knihy
- Za věrnostní karty v supermarketech se platí (cena kolem 1,50 €)
- Největší výdaje hlavně na začátku pobytu!
  - Nájem, záloha, nákup základních potravin, nádobí a drogerie, MHD karta, LSP karta, socializace 😊
- Příjmy z vratných PET a skleněných lahví a plechovek 😊

Studium

- Více praktické než teoretické
- Sami si sháníte pacienty
  - Doporučuji si zapsat ruštinu nebo litevštinu
- Sami se staráte o křeslo, dezinfikujete, chystáte nástroje, umýváte použité nástroje a chystáte na sterilizaci, většinou i sami mícháte materiály
- Asistence jen podle počtu studentů - na endo, u broušení, pulpotomie apod. u vás většinou někdo bude, ostatní si děláte sami
- Sami děláte zápis do karet, vyučující to pak kontroluje, podepisuje a dává razítko
- Sami dáváte připravený účet pacientům

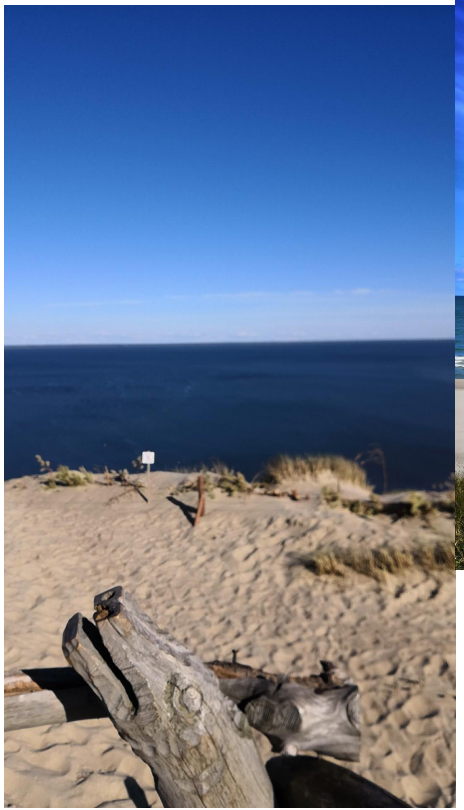
- RTG – jak senzor, tak fólie; opět si vše děláte sami
- Protetika – sami píšete žádost do laboratoře, vyučující to pak kontroluje
- Cvičení trvají od 1,5 do 3 hodin
- Na přednáškách se někdy píší testy
- Výuka ráno i odpoledne, někdy až do večera – klinika “jede” celý den
- Budete mít k dispozici uzamykatelnou skříňku 😊
- Měla jsem předměty Conservative Odontology and Periodontology V/VI p., Oral Surgery IV/IV p., Pediatric Odontology I/II p., Prosthetic Dentistry V/VI p., Russian Language A1

- Ke splnění předmětu je nutné splnit minimální kritéria, udělat prezentaci na základě aktuálních výzkumů a vědeckých článků, tu odprezentovat, napsat testy a udělat případnou zkoušku
- Zkoušky písemné, pouze někde povolená kombinace písemné a ústní; nikdy ne jen ústní
- Známka z předmětu se skládá z hodnocení práce na pacientech, z prezentace, z testů a ze zkoušky
- Indexy nemají, vše se zapisuje elektronicky

Co v Litvě navštívit

- Kurskou kosu
- Kaunas
- Trakai
- Fanoušci seriálu Černobyl - čtvrť Fabijoniškės a elektrárnu Ignalina
- Basketbalový zápas
- Ve Vilniusu
  - Horu tří křížů
  - Gediminasovu věž
  - Katedrální náměstí
  - Užupis
  - Prezidentský palác
  - Muzeum obětí genocidy + Panerai
  - Českou ambasádu (budete tam pozvaní)

Kurská kosa



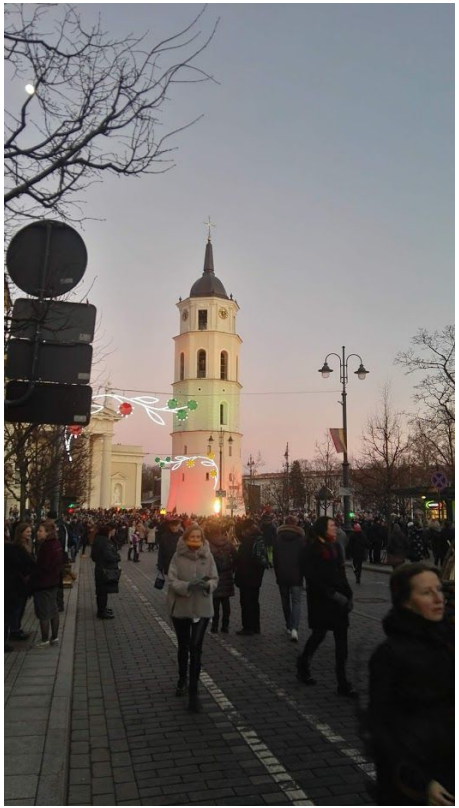
Kaunas

Trakai

Basket

- Pro Litevce je to druhé náboženství

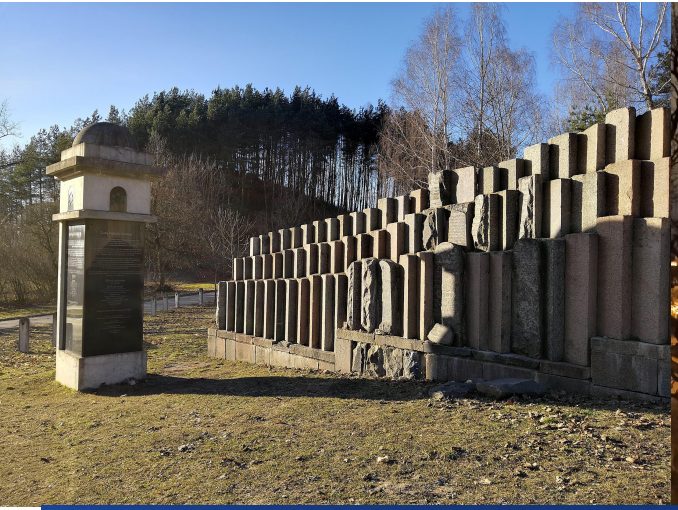
Vilnius



HUE 398

UŽUPIO
RES PUBLIKA
20
ЗАРАЧАНСКАЯ РЭСПУБЛІКА
רעפּובליק פון זאַרעטשע
РЕСПУБЛИКА ЗАРЕЧЬЕ
REPUBLIKA ZARZECZA

Let's R
Not Build
pepsi



ŽK
KONSULTACIJŲ
POLIKLINIKA
PRIĖMIMO SKYRIUS
BŪTINOJI
ODONTOLOGINĖ PAGALBA

K závěru pobytu

- Zkontrolovat si zapsání všech známek do systému
- Vyplnit absolvované předměty do STAGu včetně hodnocení
- Napsat kontrolní jazykový test
- Odevzdat Transcript of Records (výpis známek), Confirmation of Study Period (potvrzení délky pobytu) a konečnou verzi Learning Agreement
- Vyplnit závěrečný dotazník s hodnocením pobytu
- Domluvit se ohledně zápisu rozvrhu na příští rok (budete mít dřívější zápis než ostatní)

Na závěr pár motivačních fotografií 😊

olandu family