

# PROSTO POROČILO O ERASMUS IZMENJAVI

(praktično izobraževanje sem opravljal v Madridu)

## 1. Kaj je potrebno narediti pred odhodom?

Pred odhodom je treba oddati vlogo za študijsko izmenjavo pri koordinatorki za izmenjavo na matični fakulteti. Študentje Zdravstvene nege tako oddajo vlogo do 1. marca za naslednje študijsko leto asist. Manci Pajnič.

Koordinatorju je treba naknadno oddati tudi okvirno prošnjo, v kateri navedemo, na katere vaje vaje bi bili radi razporejeni. Nekateri kolegi, ki so šli na izmenjavo, so s profesorji pred odhodom izdelali individualno pogodbo glede priznanja vaj na matični fakulteti, jaz pa sem z nekaterimi od njih navedel stike iz Španije preko elektronske pošte.

Kdor še nima, si mora pred odhodom zagotoviti kartico evropskega zdravstvenega zavarovanja. Meni je prišla prav, saj sem se po nesreči zbedel z iglo, s katero sem pred tem zbedel pacienta. To smo prijavili kot nesrečo pri delu, tako da so mi takoj odvzeli kri. Če kartice ne bi imel, bi moral za izvedene postopke plačati sam.

Poleg bančne kartice je dobro imeti tudi kreditno kartico. Jaz tega sicer nisem imel. Tako mi je po večkratnem dvigovanju denarja bančno kartico iz neznanega razloga pogoltnil bankomat. Če se to zgodi v tujini, jo bankomat sam od sebe uniči, naslednji delovni dan pa jo pošljejo na matično banko, ne da bi te karkoli vprašali. Če nimaš rezerve, lahko tako ostaneš brez denarja.

Za nujna nakazila in izplačila je tu Western Union. Kdor denar nakazuje, mora izpolniti poseben obrazec ter naslovniku sporočiti vsoto in šifro, katero potem prejemnik prav tako vpiše na obrazec. Provizija za 100€ znaša okoli 9€.

Kdor bo vzel s sabo prenosni računalnik, naj vzame tudi certifikat za NLB Klik oz. za enega od ekvivalentov elektronskega poslovanja. Tako lahko v vsakem trenutku poznaš stanje na bančnem računu, veš, ali so ti štipendijo že nakazali oz. koliko denarja še imaš na razpolago.

Predlagam, da pred odhodom nekoga iz skupnega gospodinjstva, kateremu zaupate, pooblastite za odpiranje priporočene pošte.

Dobro je tudi skenirati osebni dokument pred odhodom in si to poslati po elektronski pošti.

## 2. Kaj je pametno vzeti s seboj ali raje pustiti doma (predvsem glede teže prtljage)

Jaz sem od prtljage vzel s sabo 65L nahrbtnik, namenjen pohodništvu, namesto dodatnega nahrbtnika pa bi drugič raje vzel potovalko na kolesih. Vsekakor pa je treba preveriti, da jo lahko spravimo v predpisane dimenzije letalskega prevoznika, s katerim bomo potovali.

Največ prostora gotovo zasedejo oblačila. Seveda morate vzeti s seboj oblačila za vse letne čase, ki jih boste v državi gostiteljici preživeli. Če pa imamo nekaj denarja odveč, je Španija za tovrstne nakupe zaradi pestrosti izbire celo malenkost ugodnejša od Slovenije. To pa, seveda, pomeni, da boste nekaj starih oblačil zaradi omejenega prostora v prtljagi pred povratkom morali zavreči.

Ovisno od tega, kje boste bivali, se morate odločiti tudi, ali boste vzeli s seboj tudi rjuho in odejo oz. spalno vrečo, kar pa gotovo zelo oteži prtljago in zasede precej prostora. Nekaterim lastnikom stanovanj se namreč ne zdi samoumevno, da je posteljnina všteta v najemnino.

Predlagam, da si vzamete tudi opremo za svoj najljubši šport, če le ne zasede preveč prostora.

Upoštevajte, koliko časa boste preživeli na poti do cilja. Temu primerno se založite s hrano in pijačo, saj so cene hrane na letališču še posebej zasoljene.

Vsekakor pa pustite doma kozmetiko in drug potrošni material, cene v trgovinah v Španiji so namreč zelo podobne našim.

3. Kako je potekal transfer od doma do izbrane lokacije? Kaj priporočate oziroma kaj bi spremenili? Na kaj naj bodo študentje pozorni?

Slovenija se zaenkrat zaradi slabe dostopnosti z nizkocenovnimi letalskimi prevozniki žal še zmeraj zdi daleč od Evrope. Vseeno pa so ti za mladega, povprečnega uporabnika še zmeraj cenovno najugodnejša rešitev, kar ponavadi pretehta napornost potovanja. Jaz sem šel najprej z vlakom do Benetk, tam pa sem prestopil na vlak do Milana. Od glavne železniške postaje je najpreprostejša povezava z letališčem Milano Malpensa – Malpensa Shuttle, avtobus, za katerega v eno smer odšteješ 7,5€. Od tam sem letel do madridskega letališča Barajas, ki je, na srečo, povezan s podzemno železnico. Ob izstopu in vstopu na letališče z metrojem je treba plačati 1€ letališkega dodatka.

Glede na to, da so skupna ležišča v hostlih po Madridu relativno ugodna, ne priporočam preživljanja noči na letališču. Če boste imeli prtljago ves čas na očeh, je manjša možnost, da vas okradejo, brez dvoma pa boste z letališča odšli v nov dan zaspani, utrujeni. Poleg tega se boste presedali od lokala do lokala, porabili celo premoženje za hrano in pijačo, vedno pa s sabo tovorili prtljago. Ker od terminala T1 do postaje metroja potrebuješ peš vsaj 10min, vam za lažji transport prtljage priporočam uporabo vozičkov.

Naslednjič bi raje letel do Londona, od tam pa v Madrid, tako je naredila moja mama, ko me je obiskala.

4. Kaj pa potovanje nazaj domov? Preveč prtljage 😊

Tudi to je bil eden od razlogov, da nisem pretiraval z nakupi v Madridu. Kar mi je ostalo živil, sem jih pustil ostalim sostanovalcem. Stran pa sem vrgel nekaj odsluženih oblačil oz. obutve. Tako se nisem soočil s pribitkom prtljage ob povratku.

5. Kje ste bili v tujini nastanjeni in ali ste imeli pri iskanju težave? Kako ste bili zadovoljni z nastanitvijo (čistoča, oprema, lokacija, oddaljenost, cena)?

Prve štiri dni sem prenočil v hostlu, katerega sem bil pred tem preko svetovnega spleta rezerviral od doma. V hostlu sem lahko kuhal in tudi dostopal do oglasov za stanovanje preko spleta. Spal sem v sobi še s kakimi desetimi ostalimi, od tega je bilo precej študentov na izmenjavi iz drugih držav. Najbolj me je motilo, da sem moral vsakič, ko sem želel karkoli vzeti iz nahrbtnika, po kartico, ki je odpirala vrata posebne sobe, v kateri smo imeli vso prtljago. Tudi iz tega razloga sem se odločil čimprej najeti sobo v stanovanju.

Za prvo stanovanje sem s stroški vred plačeval 315€. Z opremo, majhnostjo in čistočo sobe nikakor nisem bil zadovoljen. Soba je bila obrnjena na notranje dvorišče, tako da sem moral tudi čez dan prižgati luč, da sem sploh kaj videl. Prednost pa je bila, da je bilo stanovanje blizu bolnišnice, s tem pa sem prihranil na času, nekoliko pa tudi pri prevozu. Poleg tega je imelo dokaj centrično lego.

Vedite, da je treba poleg najemnine v Španiji vnaprej plačati tudi neke vrste varščino - »fianza«, od katere ti trgajo denar, če stanovanje ali inventar poškodujete, v nasprotnem primeru pa vam denar pred odhodom vrnejo. Znaša približno polovico mesečne najemnine.

Drugo stanovanje, v katerem sem preživel zadnji mesec, pa je bilo dobro opremljeno, ampak v južnem delu Madrida. Tam sem plačal 300€ najemnine, namesto televizije je bila tukaj v ceno všteta uporaba interneta.

6. Kje ste opravljali prakso?

Prva dva meseca sem opravljal prakso na Kirurškem oddelku bolnišnice Gregorio Marañón (Hospital General Universitario de Gregorio Marañón), zadnji mesec pa v nekem približku našim zdravstvenim domovom (Centro de Salud Federica Montseny).

7. Ali ste na praksi videli, spoznali kaj novega?

Glede na to, da še nimam nobene zaključene zdravstvene izobrazbe, poleg tega do konca drugega letnika Zdravstvene nege skorajda nismo imeli prakse na kliniki, je bilo zame novo skoraj vse.

Ker pa se kompetence medicinskih sester v Sloveniji razlikujejo od kompetenc v Španiji, sem vseeno opravil nekaj postopkov, katerih doma najbrž nikoli ne bom. Tako sem zadnji dan prakse v bolnišnici moškemu vstavil urinski kateter. V zdravstvenem domu sem zažil dve površinski ureznini, neki gospe pa sem po lažjem zvinu gležnja s posebno tehniko namestil povoj, ki preprečuje neželene gibe sklepa, vseeno pa omogoča hojo. V bolnišnici sem npr. tudi oskrbel razjedo zaradi pritiska v velikosti približno 3x4dm, omogočili pa so mi tudi ogled operacije tankega črevesja. V zdravstvenem domu sem se udeležil tudi šestih srečanj Delavnice za spomin.

8. Kako ste delali – urnik prakse?

V španskem zdravstvu vsi delajo vedno v istem turnusu. Ker sta obe moji mentorici delali v popoldanskem turnusu, je moja praksa v bolnišnici trajala od 15h-22h, v zdravstvenem domu pa od 14h-21h. Dovolili so mi, da na prakso zamudim dvakrat na teden, kadar sem imel tečaj španščine.

9. Kako ste bili na praksi vodeni?

Imel sem svojo mentorico, ki je bila za prenos znanja zelo motivirana. Dobro je vedela, kaj že znam in na katerem področju se moram še razvijati. Kadar je imela prost dan, je predhodno te informacije predala sodelavcem. Ti so me tisti dan popolnoma vzeli v svoje okrilje, tako da sem bil stalno zaposlen. Zaradi tega mi je čas hitro minil. Vseeno sem si lahko vzel pavzo, kadarkoli sem jo potreboval, česar pa nisem izkoriščal. Kadar je kdorkoli imel iz zdravstvenonegovalnega tima imel kak zanimiv primer, so me povabili, naj si grem pogledat.

10. Se vam zdi, da ste se veliko naučili?

Menim, da sem se naučil ogromno.

11. Sporazumevanje z osebjem in pacienti?

Španci so na splošno po značaju veliko bolj odprti od slovencev. Poleg tega sem se jim zdel pogumen, da sem se odločil priti sam v tujo državo. Ker se nisem mogel povsem enakovredno vklopiti v množični pogovor, so se »sodelavci« meni posebej posvetili, nekoliko pa so jih zanimale tudi razmere v moji domovini. Tudi večina pacientov, ki so bili hospitalizirani, in njihovi svojci, so me sprejeli za svojega in me že kmalu klicali po imenu. Sporazumevali smo se izključno v španskem jeziku.

12. Kaj ste počeli za vikende?

Za vikende sem opravljal nujna gospodinjska opravila (pranje...), šel v knjižnico, se sprehajal po parku Retiro, se dobil s kolegom ali šel na izlet v bližnje hribe. V knjižnico se lahko brezplačno včlani vsakdo, ki ima (vsaj) začasen naslov v Madridu. Nekateri so odprte tudi ob nedeljah in praznikih. V njih imaš vsak dan eno uro pravico dostopa do spleta preko njihovih računalnikov.

13. Ste imeli možnost obiskovati tečaj jezika države gostiteljice in ali ste to izkoristili? Je tečaj potrebno plačati?

Tečaj španščine sem obiskoval dvakrat na teden, poteka na območju univerze Universidad Autónoma de Madrid, v kraju Cantoblanco, ki leži severno od Madrida. V skupini nas je bilo okoli dvajset študentov, največ je nemcev in italijanov, nekaj avstrijcev in nekaj študentov ostalih narodnosti. Ni ga potrebno plačati. Traja en semester oz. približno štiri mesece. Na podlagi preliminarnega testa se uvrstiš na določeno stopnjo. Zaradi omejenega števila mest se ga je dobro udeležiti na prvem roku.

14. Priporočila za možne izlete, krajša potovanja, ogleda

Samo mesto se mi ne zdi nič posebnega, ima pa vseeno kar nekaj znamenitosti, ki so odraz bogate zgodovine in tradicije. Tako si je vredno ogledati kraljevo palačo, katedralo Sv. Almedene, Cibeles, stadion Santiago Bernabeu, strogi center mesta, kot sta Plaza Mayor, Puerta de Sol, se sprehoditi po obsežnem parku Retiro... Na ogled so številni muzeji, najbolj znana sta verjetno El Prado in Reina Sofía. Na severozahodu, kakih 50km iz Madrida se nahajata kraj Escorial z ogromnim samostanom in Cercedilla, ki je izhodišče za lažje oblike hribolazenja, v bližini so tudi smučišča. Zanimiva se mi je zdela vožnja z vlakom iz Cercedille na Cotos, saj del poti vozi po gozdu in te pripelje na višino okoli 1800m, od tam so možni izleti. Omenjeni izleti v okolico Madrida so dostopni z vlaki, označenimi z znakom »Cercanías« (cerca – šp. blizu), povratna vozovnica znaša do približno 8€, odvisno od tega, v kateri coni se nahaja naš cilj.

15. Kakšni so bili povprečno stroški na mesec?

Ocenjujem jih na 700-800€. Sem je vključenih 300€ najemnine, 50€ za mesečno vozovnico za metro, okoli 300€ za hrano, ostalo za predplačniške kartice za telefon in morebitne priboljške, občasne izlete za vikend.

16. Kako je glede prehrane? Je pametno kupovati in kuhati, je možnost študentske prehrane? Kaj je ceneje? Kako pa malica na praksi - ješ tam, neseš s sabo?

Začel sem s kupovanjem instant hrane, pripravljene za gretje v mikrovalovni pečici. Na območju Univerze je na vsaki fakulteti jedilnica (comedor), kjer lahko za 4,5€ ješ kosilo, sestavljeno iz dveh glavnih jedi in sladice. V podobno jedilnico, namenjeno osebju, sem hodil jest, dokler sem imel prakso v bolnišnici Gregorio Marañón. Za večerje sem prosil kolegice, ki so delile hrano, da mi prihranijo pladenj z bolnišnično hrano. Tu večinoma nisem malical. Kadar sem hodil na tečaj, sem bil prisiljen uživati hitro hrano ali pa sem kupil fabado (enolončnico iz Asturije) in jo pogrel v mikrovalovni pečici v sobi za med. sestre.

Zadnji mesec sem imel razmere za kuhanje ugodnejše, tako da sem si pretežno kupal sam. Kosilo v gostilnah pa stane od 10€ naprej.

17. Predvsem za mesta – mestni prevozi in cena? Pešačenje, najem/nakup kolesa?

Posamičen prevoz z metrojem znaša 1€. V okviru te cene lahko poljubno menjaš proge, dokler ne prideš na površje. Podzemna železnica je dobro označena in opremljena s shemami linij. Zdi se mi najprimernejša oblika transporta po mestu. Postaje so povprečno kakih 5min hoda narazen. Razen nekaterih vlakov ob koncu tedna pa vsi nehajo voziti ob 1.30 zjutraj. Za vozovnico za 10 voženj plačaš 9€. Mesečna vozovnica za dve coni (A in B1) znaša za starejše od 22 let 55,50€, za mlajše pa 34,60€. Potovanje z metrojem ima to prednost, da ni odvisno od ostalega prometa in vremenskih razmer. Vozovnica za metro velja tudi za avtobus. Prednost je ta, da si lahko tukaj med vožnjo ogleduješ okolico, kadarkoli prestopiš, pa ponovno plačaš. Slabost je ta, da ne obstaja

nobena koristna vozna shema avtobusov, tako se lahko o smereh avtobusov pozanimaš samo na avtobusnih postajah.

Če si najdeš sobo blizu kraja, kjer opravljaš prakso, javnega prevoza načeloma sploh ne rabiš, če ne iščeš česa specifičnega, saj je vse na dosegu nog. Trgovine z živili za večje nakupe, trgovine za nakupe v nedeljo in med prazniki, kjer prodajajo kitajci, tel. govorilnice z dostopom do interneta (locutorios), kavarne, kino, zdravstveni domovi, športni objekti, fitnes sobice – to in še precej več se nahaja v radiju do 20min stran od vašega doma.

Za kolesarje pa Madrid res ni prijazno mesto, saj razen tu in tam sploh ni kolesarskih prog. Ceste pa so prenevarne za vožnjo s kolesi. Vseeno pa se občasno najde kdo, ki tvega.

18. Ali ste šli v tem času izmenjave kaj domov? Ali vas je prišel kdo obiskat in kakšne so možnosti za obisk?

V času izmenjave nisem šel domov. Zadnji vikend pred mojim odhodom je prišla na obisk mama. Zaradi prostih koncev tedna se takrat lahko posvetiš obiskom.

19. Ste spoznali kaj novih ljudi/prijateljev? Kakšne so izkušnje?

Spoznal sem nekaj novih ljudi - na tečaju španščine, sodelavce in nekaj sostanovalcev. Stike s sošolci s tečaja bi lažje poglobil, če se mi ne bi vedno po njem mudilo na prakso. Večina jih je namreč ostala v kraju Cantoblanco, na Univerzi.

Španci, s katerimi sem imel izkušnje, se mi zdijo krasni ljudje – prijazni, ustrezljivi, v nesreči priskočijo na pomoč... Tako so npr. kolegice v zdr. domu, ko mi je bančni avtomat pogoltnil bančno kartico, same od sebe zbrale in mi posodile 100€, dokler mi čez 3 tedne niso domači nakazali dovolj denarja. Pa sprva niti niso hotele sprejeti denarja, ki sem ga vračal. Zadnji dan pa so meni na čast kupile tipične španske sladice. Jaz sem namreč tudi na sodelavce, ki so me uvajali, gledal kot na prijatelje.

Nekaj časa smo imeli za sostanovalca kuharja iz Maroka, ki je, poleg tega, da je bil kadarkoli pripravljen priskočiti na pomoč, vsak večer še kaj skuhal za vse navzoče.

Tako da so izkušnje in spomini na ljudi, ki sem jih spoznal, prijetni.

20. Ali ste imeli dovolj informacij o Sloveniji, če vas je kdo kaj spraševal? Bi bilo pametno imeti s seboj kakšne propagandne brošure/letake/zemljevide?

Odkrito rečeno se premalo spoznam na slovensko zgodovino, geografijo in na aktualna politična vprašanja, da bi znal zadovoljiti najbolj radovedne.

Brošure bi morale biti pisane v španskem jeziku. Zato pa sem na spletu našel fotografije Bleda, Ljubljane in Pirana. Pokazal sem jim tudi nekaj fotografij gora, katere sem imel shranjene v svojem elektronskem predalu.

Prav bi prišel npr. zemljevid Evrope, saj je bila Slovenija na zemljevidih formata A4, kjer sem jo kazal, izredno majhna. Pa naj to ne bo razlog za pomanjkanje našega ponosa in samozavesti!

Kontaktne podatki

email: [matijapadeznik@gmail.com](mailto:matijapadeznik@gmail.com)

tel.: 041/246-474

Matija Padežnik