



## Kocourková, Nazareth House, Irsko

Moje měsíční stáž probíhala v Irsku v menším městečku, které se jmenuje Sligo.

Jsem moc vděčná, že jsem díky naší Střední zdravotnické škole v Turnově, která se zapojuje do programu Erasmus+, dostala možnost jet na stáž do Irska.

Dostala jsem na výběr mezi staráním se seniory nebo děti ve školce a já si vybrala práci se seniory. Pracovala jsem tedy v Nazareth House. Jejich činnost spočívá v tom, že se starají o



seniory, kteří trpí například demencí nebo o celkově nemocné, kteří by to doma sami nezvládli. Snaží se o to, aby se senioři cítili jako doma. Nazareth House slouží i jako pomoc rodině, která se o seniora stará doma, a potřebuje někam odjet.

Lepší pracovní kolektiv jsem si nemohla přát, všichni, kdo tam pracují, jsou velmi milí a když jsem něco nevěděla, tak byli vždy ochotní mi se vším pomoci. Nazareth House je prostorově velmi velký a je rozdělený na dvě křídla. Každé to křídlo má dvě patra, takže jsou potřeba čtyři sestry nebo zdravotní bratři, kteří rozdávají léky, měří tlak a starají se o celkovou dokumentaci pacientů. Dále na každém oddělení jsou minimálně tři ošetřovatelé, kteří zastávají tu největší péči

o pacienty. Dělají celkové ranní hygieny, oblékají je, krmí je a chodí s nimi po oddělení. Vždy tam jsou minimálně dva kuchaři a jedna uklízečka. Je to náročná práce, proto je potřeba tolik zaměstnanců.

Moje pracovní úkoly byly takové, že každé ráno jsem dostala na starost pacienty, o které jsem se musela postarat, dávala jsem jim ranní léky, poté jsem jim udělala celkovou ranní hygienu, musela jsem je přebalit, pořádně umýt, namazat citlivá místa na pokožce a obléknout. Myslím si, že mi to pomohlo se v těchto věcech velmi zlepšit a je mi to přínosem. Dále jsem pomáhala těm méně soběstačným s krmením a chodila s nimi ven na procházky, aby změnili aspoň na chvíli prostředí. Musela jsem pro ně být i psychickou podporou, protože jak to tak bývá, každý den nemáme dobrou náladu a jsme jenom lidi. Takže jsem si s nimi hodně povídala, za což jsem byla ráda. Seniorům jsem zlepšila náladu a já si zlepšovala anglický jazyk.

Na pracovišti byla každý den pozitivní atmosféra.

Prostředí je to velmi hezké, po celém oddělení je to vyzdobené výrobky, které pacienti vyráběli. Komunikace jsem se moc bála, ale byla výborná, rozuměla jsem skoro všemu, co po mně chtěli a když se stalo, že jsem nerozuměla, nebála jsem se jim to říct a oni mi to zopakovali nebo to řekli jinak. Není se vůbec čeho bát.



Praxe v Irsku mi přinesla to, že už se nebojím komunikovat pořádně s pacienty, zlepšila se mi i péče o ně, jak v celkové ranní hygieně, tak i v psychické podpoře. Naučila jsem se pracovat se stroji, které pomáhají se zvedáním pacientů. Jsou velice přínosné, protože zaměstnancům šetří záda, nemusí se totiž s pacienty tahat vlastní silou.

Podle mě jsem se v anglickém jazyce velice zlepšila, už tak dlouho nepřemýšlím a neskládám větu v hlavě, prostě rovnou mluvím. To je pro mě veliký přínos.

Ubytovaná jsem byla u velmi milé rodiny, měly jsme s mojí spolubydlící společný útulný pokojík. Každý den jsme měly velkou snídani a dostaly místo obědu balíček, kde byly tousty, nějaké ovoce, buchta a sladká tyčinka. Večere byly každý den teplé a vynikající.

Ve volném čase jsme se scházeli dost často se spolužáky a chodili do centra města. Na výlety jsme jezdili o víkendu a navštívili jsme Slieve League, Strandill beach, Rosses Point beach, Devils chimney waterfall, Sligo Abbey, Donegal castle, Glancar Waterfall, Mullaghmore, Queen Mayve's resting place, Parke's castle a mnoho dalšího.

Z grantu jsem měla uhrazeno ubytování, stravování, MHD, kapesné i letenky.

Na stáž jsem se připravovala tak, že jsem chodila na přípravné kurzy, kdy jsme měli skoro každý týden dvouhodinovou lekci s paní učitelkou z naší školy. Užitečné byly tím, že mi doplnily slovní zásobu, kterou jsem v Irsku využila.



Stáž se velmi vydařila, přineslo mi to velké zlepšení v anglickém jazyce a už se nebudu bát někam vycestovat sama, protože vím, že to zvládnou. Jsem velmi spokojená, že se moje stáž odehrála právě v Irsku, protože jsou tu moc milí lidé. Příroda je tu také nádherná a jsem ráda, že jsme měli i volný čas to tady pořádně prozkoumat.

Pro mě je můj největší úspěch zlepšení v anglickém jazyce, a to že mě to podle mě hodně osamostatnilo.

Můj mimořádný zážitek byl s jednou pacientkou, která mi proklouzla dveřmi z oddělení a začala mi utíkat a já chtěla, aby šla se mnou zpátky, ale ona nechtěla a začala mi utíkat, málem nás zmlátila její holí a v té situaci byla hodně našťvaná. Takže já se jí snažila dohonit a ona na mě křičela sprostě, ať ji nechám být, naštěstí moje spolužačka doběhla pro mého spolupracovníka, který mně doběhnul pomoc.