



Vydaj sa s nami na cestu a pod' na ERASMUS+ stáž.

Pod' sa s nami pozriet', ako sa páčilo študentom, ktorí už na stáži boli a čo všetko s nami môžeš zažiť.

Či sa pozrieš do Ríma, či Barcelony, necháme úplne na tebe. Papierov sa vôbec nemusíš báť, sme tu pre tebe a so všetkým ti vieme pomôcť.

Kontakt na nás nájdeš tu [Erasmus Team](#) alebo [Fakultní koordinátori](#)



Veronika Šotterová – „**Počas pobytu sa zrodilo výnimočné priateľstvo dvoch mladých dievčat, ktoré sa rozhodli vycestovať. Neľutujem túto skúsenosť. Zo stáže neprichádzam ochudobnená, ale obohatená.**“

Pedagogická fakulta - Portugalsko

Portugalsko je jedna výnimočná krajina. Som rada, že vďaka Univerzite Komenského som ju mohla bližšie spoznať. Stáž v Lisabone ma obohatila nie len o unikátne zručnosti v oblasti edukácie, ktoré som získala počas vyučovania v slovenskej škole priamo v hlavnom meste. Odbúrala som bariéry pri komunikácii v anglickom jazyku. Spoznala inú kultúru, ale aj množstvo zaujímavých, jedinečných ľudí. Nezabudnuteľné zážitky ma budú sprevádzať celým životom. Navštívili sme pútavé turistické miesta, ochutnali tradičný Pastel de nata, vypočuli hudobníkov v rozmanitých podnikoch, poprechádzali sa po nádherných plážach a „napili“ trochu slanej oceánskej vody. Píšem v množnom čísle, pretože som tam nebola sama. Počas pobytu sa zrodilo výnimočné priateľstvo dvoch mladých dievčat, ktoré sa rozhodli vycestovať. Neľutujem túto skúsenosť. Zo stáže neprichádzam ochudobnená, ale obohatená. Ak by som dostala túto ponuku opäť, nezaváhala by som. Každému, kto má možnosť vycestovať to len odporúčam, pár mesiacov nie je veľa, no pre teba to môže byť možnosť spoznať bližšie seba.

Filip Skala – „**Život je o objavovaní a prekonávaní strachu z neznámeho. Každá skúsenosť nás posunie vpred, či už je dobrá alebo zlá. Každá zahraničná skúsenosť je pre študentov obrovským krokom vpred v jeho živote.**“

Fakulta telesnej výchovy a športu - Česká republika

Stáž mi priniesla nový pohľad na výchovu a rozvoj mladých športovcov. Obohatila ma o vedomosti a skúsenosti, ktoré mi vo svojom doterajšom vysokoškolskom štúdiu neboli poskytnuté. Nadviazal som množstvo kontaktov s trénermi a zamestnancami klubu. S niektorými som v kontakte do dnes. Ďakujem hlavne koordinátorovi mládeže p.Fišarovi, ktorý ma na stáž prijal a uviedol ma do filozofie a štruktúry celého klubu. Taktiež trénerovi Žipajovi a Kulvajtovy, s ktorými som bol v blízkom kontakte. V klube pôsobil aj Brazílsky odborník Renato, so skúsenosťami z Brazílie, Španielska či Litvi. Popri jeho boku som mal možnosť komunikovať v cudzom jazyku a získavať informácie zo "zákulisia" profesionálneho futbalu. Nesmiem zabudnúť na množstvo mladých futbalistov z kategórie do 14 rokov, ktorým som sa primárne venoval. Život je o objavovaní a prekonávaní strachu z neznámeho. Každá skúsenosť nás posunie vpred, či už je dobrá alebo zlá. Každá zahraničná skúsenosť je pre študentov obrovským krokom vpred v jeho živote.

Slávka Tkáčová – „**Keď si premietam, čo krásne mi rok 2020 dal, ako prvá z vecí na zozname svieti stáž v Lisabone. Je úžasné, čo všetko nám študentom ponúka Univerzita, na ktorej študujeme.**“

Pedagogická fakulta - Portugalsko

Keď si premietam, čo krásne mi rok 2020 dal, ako prvá z vecí na zozname svieti stáž v Lisabone. Portugalsko bude pre mňa navždy akýmsi symbolom krásnych ľudí, ktorých som mohla spoznať, ale aj nezabudnuteľných spomienok, či už v slovenskej škole alebo mimo nej. Je úžasné, čo všetko nám študentom ponúka Univerzita, na ktorej študujeme. Aj vďaka tej našej som sa mohla opäť vzdelávať vo svojom obore, spoznávať novú kultúru, ale hlavne samú seba. Do konca života budem vďačná zato, že som mala vďaka Univerzite Komenského možnosť vzdelávať sa aj za hranicami Slovenska.

Tatiana Králová – „**Nenapadá ma jediná nevýhoda tejto skúsenosti. Napríklad v piatok sme zvyčajne končili skôr a chodili sme si zahrať na pláž volleyball :) Keby som mohla, išla by som znova, takže ak ešte váhaš, neváhaj!**“

Fakulta manažmentu - Španielsko

Počas štúdia na fakulte som sa snažila čo najviac využiť možnosti silného Erasmus programu, ktorý naša fakulta ponúka. Na oboch stupňoch štúdia som sa zúčastnila Erasmus + štúdia (Grécko, UK), avšak po dokončení 4. ročníka mi prišlo zbytočné ísť na ďalšiu študijnú výmenu. Preto som sa rozhodla pre Erasmus stáž a bolo to najlepšie rozhodnutie a završenie štúdia aké som si mohla dopriať. Ja konkrétne som bola na stáži v Barcelone a to na 7 mesiacov. Barcelona sama o sebe je úplná výhra a mať možnosť tam žiť a pracovať bolo doslova splneným snom. Nenapadá ma jediná nevýhoda tejto skúsenosti. Okrem toho že som získala naozaj relevantnú a veľmi dobre vyzrajucú pracovnú skúsenosť do životopisu, čo je myslím po ukončení oboru aký študujeme veľmi dôležité, aj mnoho pracovných či osobných kontaktov, veľa zážitkov, cestovania... Po návrate zo Španielska som si okamžite našla full time zamestnanie tu na Slovensku aj v čase pandémie. Moja stáž bola full time, ako klasické zamestnanie od pondelka do piatku a bola platená. V spoločnosti sa veľmi starali o môj development a aby mala stáž pre mňa naozaj prínos. Zároveň som však bola braná ako súčasť teamu a teda aj účastná všetkých team buildingov alebo iných akcií. Napríklad v piatok sme zvyčajne končili skôr a chodili sme si zahrať na pláž volleyball :) Keby som mohla, išla by som znova, takže ak ešte váhaš, neváhaj! Daj si záležať na výbere spoločnosti ale určite choď do toho. Nie je čo stratiť :)

Linda Zummerová – „**Je to najväčšia škola samostatnosti, zodpovednosti a priestor na osobný rast. Na mojom pracovisku som bola privítaná veľmi priateľsky, no navyše som spoznala množstvo ľudí aj mimo neho, ocitla som sa na rodinných oslavách či zaujímavých pracovných cestách.**“

Fakulta manažmentu - Francúzsko

Aktuálne som študentkou doktorandského stupňa na Fakulte managementu UK a Erasmus+ stáž som mala možnosť absolvovať v druhom ročníku magisterského štúdia. Keďže som už predtým počas štúdia absolvovala dve Erasmus + mobility, vedela som do čoho idem a že nebudem ľutovať. Tak ako študijné mobility, tak aj pracovnú stáž som absolvovala vo Francúzsku, konkrétne mi bolo umožnené pracovať na oddelení medzinárodných vzťahov Univerzity Julesa Verna v Amiens. Rozhodne odporúčam každému študentovi vycestovať na mobilitu do zahraničia. Je to najväčšia škola samostatnosti, zodpovednosti a priestor na osobný rast. Zároveň spoznávate pracovné prostredie inej kultúry zvnútra a aj samotnú kultúru, tak ako to v domácej krajine jednoducho nie je možné. Zdokonalíte sa v jazykoch a ak natrafíte na skvelý kolektív, ako sa to podarilo mne, tak si za extrémne krátku dobu dokážete vybudovať zázemie v úplne cudzom meste. 😊 Mne osobne Erasmus+ stáž pomohla v nasmerovaní vlastnej kariéry. Skúsenosť pracovať v zahraničí so zahraničnými pracovníkmi a študentmi a komunikovať tak denne s desiatkami národností bola pre mňa na nezaplatenie. Na mojom pracovisku som bola privítaná veľmi priateľsky, no navyše som spoznala množstvo ľudí aj mimo neho, ocitla som sa na rodinných oslavách či zaujímavých pracovných cestách. Túto skúsenosť by som rozhodne dopriala každému a jednému študentovi! 😊

Laura Adamkovičová – „**Svoje rozhodnutie prihlásiť sa na stáž neľutujem a odporúčam ju všetkými desiatimi.**“

Farmaceutická fakulta - Česká republika

V rámci stáže Erasmus+ som absolvovala časť svojej praxi v lekárni, ktorú máme u nás na fakulte povinnú. Na stáž do Českej republiky sme sa prihlásili viacerí spolužiaci, takže po štyroch rokoch štúdia to bol pre nás aj zaujímavý teambuilding. Bolo naozaj osviežujúce na pár týždňov vymeniť stereotyp za niečo nové a vyskúšať si lekárstvo v praxi aj v zahraničí. Síce si mnohí z vás určite povedia, že Česko je takmer ako doma, počas praxe sme prišli na to, že rovnaké sa nám to iba zdá. Byť blízko domova samozrejme malo svoje výhody, z ktorých najväčšou je asi perfektná znalosť jazyka a teda to bola prax určená aj pre študentov, ktorí si nie sú v inom cudzom jazyku istí. Keďže som sa na stáž vybrala v auguste, počas voľných víkendov sme všetci spolu cestovali a spoznávali kúty Česka, ktoré si len tak počas víkendu v Prahe nepozriete. Svoje rozhodnutie prihlásiť sa na stáž neľutujem a odporúčam ju všetkými desiatimi.

Bianka Suchá – „**Určite by som študentom odporučila, aby sa stáže zúčastnili. Počas vysokoškolského štúdia je to jednoznačne super príležitosť na to, aby sme toho zažili čo najviac.**“

Filozofická fakulta – Česká republika

Erasmus+ stáž mi predovšetkým priniesla množstvo skúseností, ktoré určite využijem vo svojej budúcej praxi. Nakoľko študujem psychológiu a zaujímam sa konkrétne o klinickú psychológiu, tak mi stáž so zameraním na neuropsychológiu veľmi pomohla. Nadviazala som nové kontakty predovšetkým v oblasti neuropsychológie. Taktiež, v spolupráci s inštitúciou, kde som bola na stáži, robím výskum ku svojej diplomovej práci. Myslím si, že takáto skúsenosť z praxe je nadovšetko. Taktiež, Praha je krásne mesto, kde sa vždy rada vraciam. Táto skúsenosť ma jednoznačne posunula vpred, nakoľko mi to pomohlo získať perspektívu. Erasmus+ stáže by som sa určite opäť rada zúčastnila. Po druhýkrát možno ešte radšej, keďže už mám skúsenosť s celým administratívnym systémom a s vybavovaním stáže. Týmto by to bolo jednoduchšie ako to bolo po prvýkrát. Čo sa týka administratívy, tak stáž môže pôsobiť jemne odstrašujúco, ale toho sa netreba báť. Ak som mala akékoľvek otázky, tak vždy som sa mohla obrátiť na fakultnú koordinátorku, ktorá mi veľmi pomohla. To, že inštitúciu si máme vybrať a osloviť samostatne môže tiež spôsobiť menšie obavy, no netreba sa toho báť. Ja som si tiež myslela, že nie je šanca, aby ma zobrali na stáž. Bola som veľmi milo prekvapená, keď sa potvrdil opak. Začalo to jedným mailom, tých som však v procese napísala hrozne veľa. Myslím si, že je pochopiteľné, keď má niekto obavy pustiť sa do celého administratívneho procesu. Výsledok však jednoznačne stojí za to. Najväčším plusom bola jednoznačne skúsenosť. Moje zručnosti v odbore sa jednoznačne zlepšili. Počas celej stáže som bola v kontakte s reálnymi ľuďmi, s ktorými je v kontakte aj psychológ. Počas stáže som sa tiež naučila, v čom sa môžem ďalej zdokonaľovať, čo ma pripravilo na výkon v mojej budúcej profesii. Určite by som študentom odporučila, aby sa stáže zúčastnili. Počas vysokoškolského štúdia je to jednoznačne super príležitosť na to, aby sme toho zažili čo najviac.

Veronika Marková, Anton Mihál- „Zúčastnili sme sa už troch Erasmus+ stáží a z každej sme si odniesli najkrajší suvenír – nové priateľstvo.“

Lekárska fakulta - Nemecko

Obaja sme sa veľmi zlepšili v nemeckom jazyku. Zúčastnili sme sa už troch Erasmus+ stáží a z každej sme si odniesli najkrajší suvenír – nové priateľstvo. Napríklad náš prvý pobyt bol Linz, zostali nám dvaja veľmi dobrí kamaráti – talian Edo a rakúšanka Marie. Tento rok sme získali ďalších troch priateľov z Nemecka, s nimi sme strávili každú voľnú chvíľu. Jedným z našich snov bolo navštíviť zámok Neuschwanstein, snívali sme o tom niekoľko rokov. Od Ambergu, kde sme absolvovali letnú stáž, bol vzdialený 3 hodiny autom ale neváhali sme a kúpili sme si lístky. Zámok bol ešte krajší, ako sme si ho predstavovali, určite sa tam chceme niekedy vrátiť. Akákoľvek skúsenosť v zahraničí posunie človeka vpred, pretože je sám vystavený cudziemu prostrediu a musí sa naučiť pohybovať sa v tomto prostredí, pochopiť kultúru a miestne zvyky, ak sa vyskytne problém, tak ho musí vyriešiť. Zároveň sme na oddeleniach mali väčšiu zodpovednosť a viac práce, nakoľko v relatívne menších mestách nie je toľko študentov a tak sme mali viacej priestoru na osobný rozvoj. Na kardiochirurgii sme robili pravidelne asistentov pri operáciách, na neurológii ma nechali pracovať ako lekára – sama som prijímala pacientov na urgentnom príjme (pravdaže potom prišiel lekár a skontroloval ma 😊) a ja (Anton) som na anesteziológii intuboval 3 pacientov, absolvoval som stáž na neurochirurgii, kardiológii – ktorú chcem robiť, kde som robil príjmy, vyšetrenia a iné náležitosti lekára. Samozrejme je na stáži voľný čas, to ako ho absolvujete je na vás. My sme pravidelne chodievali na cyklovýlety v okolí, pozrieť si pamiatky, prírodu, zaujímavosti v regióne alebo pamiatky okolitých miest, či len tak do susedného miesta na kávu, spojiť užitočné s príjemným. Namiesto párty osobne uprednostňujeme stretnutie v užšom kruhu, s kamarátmi s ktorými sme sa spoznali alebo s ostatnými študentami zašli na pivo a podobné. Ako pár sme absolvovali všetky zahraničné stáže, vo dvojici nám bolo vždy veselšie, aj keď práve niektorý kamarát nemal čas, tak program sme si spravili aj sami. Výhodné to bolo predovšetkým teraz, keď sa počas korony sprísňovali pravidlá aj tu v Nemecku a sú obmedzené všetky spoločenské aktivity. Preto ak je nejaký pár, ktorý by váhal nad takýmto pobytom, určite odporúčame zúčastniť sa ho. Okrem všetkých ostatných výhod spoznáte toho druhého ešte bližšie 😊