



Erasmus+



**Projekt „Študent dopravy v praxi“
v rámci projektu Erasmus+, Kľúčová akcia 1: Vzdelávacia mobilita
jednotlivcov**

DENNÍK ZAHRANIČNEJ STÁŽE

Česká republika – Olomouc

27. 03. 2022 – 09. 04. 2022

Meno a priezvisko účastníka: Nikola Gomolová

Študijný odbor: 3760 M Prevádzka a ekonomika dopravy

Stredná odborná škola dopravná, Rosinská cesta 2, 010 08 Žilina





Erasmus+



Identifikačné údaje o hostiteľskej organizácii

Obchodné meno	ČSAD LOGISTIK OSTRAVA
Sídlo	Rolsberská 1203/90 779 00 Olomouc
Mentor zahraničnej stáže	Bc. Jitka Vaníčková
Kontaktné údaje (tel., e-mail)	+420 585 108 356 csadlogistik@csadlogistik.cz

Pokyny pre prácu s denníkom:

1. Zaznamenávajúte údaje pravidelne každý deň.
2. Zápis je potrebné predložiť sprevádzajúcej osobe najneskôr v nasledujúci deň.



Erasmus+



1. deň

27. 03. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Z dôvodu dňa pokoja, neboli realizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe.

Voľnočasové aktivity:

Stretnutie na nástup do autobusu bol o 10:45, pri autobusovej stanici v Žiline. Odchádzali sme o 11:00. Celá cesta nám trvala približne 2 hodiny a 30 minút.

Po príchode na hotel sme sa ubytovali. Následne sme absolvovali pokyny ohľadom praxe v podnikoch a informácie ohľadom stravovania sa, voľnočasových aktivít a iné.

Po stretnutí sme sa išli prejsť do obchodného reťazca Tesco, kde sme si nakúpili jedlo. Na hoteli sme o 18:00 mali večeru. Večer sme sa všetci stretli na jednej z izieb, kde sme sa spoločne zabávali.



Obrázok 1 Naše ubytovanie - Hotel Hesperia

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Ako klady považujem veľmi dobrý kolektív, dobrú lokalitu hotela, super sprcha. Ako zápory by som dala málo úložného priestoru na izbách, plus mohli by označiť prechody pre chodcov. Moje dojmy z dnešného dňa boli príjemné až na nejaké chybičky, nemôžem povedať, že by sa mi tu nepáčilo.

.....
Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



2. deň

28. 03. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

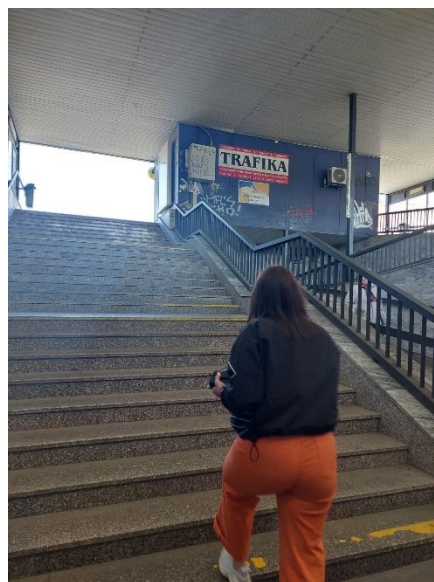
Raňajky sme mali o 06:30.

Následne sme sa pomocou mapy a dopravných prostriedkov dostali do podniku, kde budeme nasledujúce 2 týždne vykonávať odbornú prax.

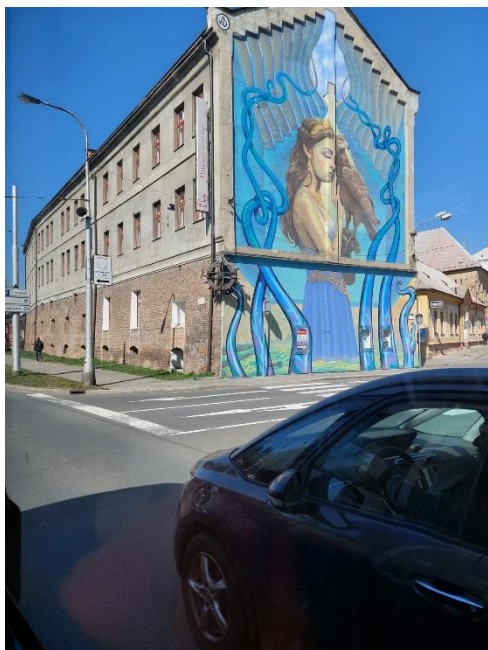
Boli sme oboznámení o BOZP a celkovo o činnostiach, ktoré podnik vykonáva.

Pani Vaníčková nás rozdelila na jednotlivé oddelenia. Chlapci išli do skladu, Ema do prevádzky a ja na dispečing.

S Emou sme v jednej kancelárii tak sme sa rozhodli, že budeme dnes pracovať spolu. Ema mala za úlohu triediť takzvané „Puťouky“ a ja som mala triediť rozpisy.



Obrázok 2 Cesta na obed



Obrázok 3 Cesta z praxe na ubytovanie

Obed sme mali o 11:45. Prešli sme sa do Hornbachu, ktorý je od podniku vzdialený asi do 10 minút.

Cesta na ubytovanie bola veľmi zaujímavá. Mohli sme vidieť budovy, na ktorých boli takéto obrázky.

Voľnočasové aktivity:

O 15:30 sme ja, Ema a Tomáš navštívili fitness centrum, ktoré je vzdialené asi 20 minút od hotela. Po tréningu sme sa vrátili na hotel, kde sme si dali večeru. Po večeri sme sa išli prejsť do Lidl, ktorý bol asi 30 minút od hotela. Keď sme sa vrátili z prechádzky sme sa pochystali na ďalší deň a išli spať.



Obrázok 4 Cesta do fitness centra

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Moje dnešné dojmy sú veľmi pozitívne, bolo pekné počasie, mali sme výborné raňajky, na praxi sa mi veľmi páčilo, úžasný obed sme si vybrali, jazda električkou bola veľmi zaujímavá, po príchode na hotel nás čakala super večera.

.....

Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



3. deň

29. 03. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Raňajky sme mali o 06:30.

Po príchode na prax som dostala za úlohu pracovať v programe, ktorý je zostavený priamo na daný podnik. Tento program sa volá HELIOS. Musela som do databázy nahadzovať súradnice miest, kde sa bude realizovať nakládka. Tieto informácie slúžia vodičovi na príchod vozidlom na danú nakládku.

Na obed sme išli o 11:30. Z praxe sme odišli všetci spolu.



Obrázok 6 Obed - cibuľová polievka



Obrázok 5 Obed - mexická tortilla s hranolkami

Voľnočasové aktivity:

O 15:00 sme mali ďalšie stretnutie ohľadom programu, ktorý budeme ďalšie dni absolvovať.

Po stretnutí sme mali čas na dokončenie si denníkov a individuálna voľnočasové aktivity. Následne sme mali večeru, ktorá nebola nejaká výhra.

Po večeri sme znova navštívili fitness centrum. Po tréningu sme sa zastavili do Alberta a išli sme na ubytovanie.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Dnešný deň bol veľmi pohodový. Medzi kladné veci zaraďujem raňajky, dnešnú prácu na praxi, obed a návšteva fitness centra. Medzi záporné veci zaraďujem dnešné zamračené počasie a večeru.

.....

Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



4. deň

30. 03. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Dnes sme išli znova o 06:30 na raňajky.

O 08:00 sme prišli na odbornú prax.

Mala som pokračovať v tom čo som robila včera (v programe HELIOS) ale chlapci potrebovali počítač, ktorý som používala. Tak sme sa dohodli, že pomôžem Eme s formulármi na odoslanie do Poľska kvôli mýtu Viatoll.

Po dokončení práce sme zobrali Matúša do reštaurácie, ktorú sme navštívili s Emi už včera.

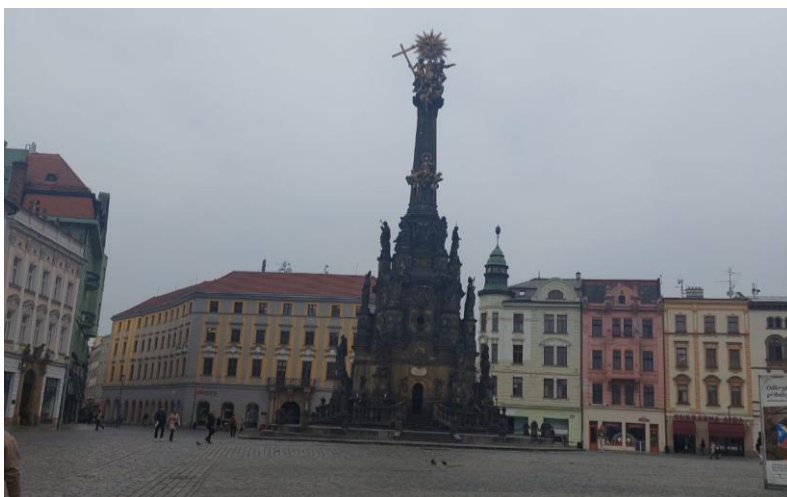


Obrázok 7 Obed -Kotlet na grilu, zeleninová zmes a hranolky

Voľnočasové aktivity:

Po príchode z praxe sme mali približne tak 2 hodiny voľného času. Ja som sa necítila moc dobre a tak som zostala na hoteli, zatiaľ čo Emi potrebovala ísť do obchodu.

O 15:30 sme išli skupinka s pani Rezníčkovou do mesta. Prešli sme sa po hornom námestí. Kde sme sa pozreli po pamiatkach a nakoniec sme náš výlet zakončili spoločným posedením v cukrárni. Pani Rezníčková bola taká zlatá, že nás pozvala na koláčik, čaj alebo kávičku, za čo jej veľmi pekne ďakujeme.



Po príchode z výletu sme išli na večeru, ktorá však moje chuťové poháriky moc nenadchla. Hneď po večeri sa Emi a Tomáš pobrali do fitness centra, zatiaľ čo ja som ostala na izbe a išla som popozerať ostatných a troška sa porozprávať.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Moje dnešné celkové zhrnutie je nasledovné: počasie dnes nebolo zrovna príjemné, pretože nesvietilo slnko. Raňajky boli úžasné, na praxi sme mali viac menej relaxačný deň, obed ako inak bol úžasný, výlet bol tiež veľmi príjemný. Ako mínus vnímam večeru.

.....

Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



5. deň

31. 03. 2020

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Na Raňajky sme prišli ako vždy o 06:30.

Po raňajkách sme išli na prax. Išli sme troška inou cestou, aby sme nemuseli prestupovať. Troška sme sa prešli okolo Hornbachu a prišli sme na prax.

Po príchode na odbornú prax som dostala za úlohu, aby som skontrolovala a upravila podľa programu HELIOS nejaké zmeny v prehľade vozidiel podľa typu k 28. 02. 2022 a zmeny motorových a prípojných vozidiel 2022. Po skontrolovaní sa to musí poslať na ministerstvo dopravy.

Skončila som o 09:45. Potom som dostala ešte prácu, ktorá sa týkala transakcii. Musela som zapisovať do Excelu sumy.

O 11:30 sme ja, Emi a Tomáš išli na obed do neďalekej reštaurácie MAČÁK.

TYP	NAZEV	k. skupina								CELKOVÝ LOK
		04	01	03	01	05	06	07	08	
2201	MAN TGL 180 L40									
2400	MAN TGL 260 L40									
2401	MAN TGL 260 L40									
2402	MAN TGL 260 L40									
2403	MAN TGL 260 L40									
2404	MAN TGL 260 L40									
2405	MAN TGL 260 L40									
2406	MAN TGL 260 L40									
2407	MAN TGL 260 L40									
2408	MAN TGL 260 L40									
2409	MAN TGL 260 L40									
2410	MAN TGL 260 L40									
2411	MAN TGL 260 L40									
2412	MAN TGL 260 L40									
2413	MAN TGL 260 L40									
2414	MAN TGL 260 L40									
2415	MAN TGL 260 L40									
2416	MAN TGL 260 L40									
2417	MAN TGL 260 L40									
2418	MAN TGL 260 L40									
2419	MAN TGL 260 L40									
2420	MAN TGL 260 L40									
2421	MAN TGL 260 L40									
2422	MAN TGL 260 L40									
2423	MAN TGL 260 L40									
2424	MAN TGL 260 L40									
2425	MAN TGL 260 L40									
2426	MAN TGL 260 L40									
2427	MAN TGL 260 L40									
2428	MAN TGL 260 L40									
2429	MAN TGL 260 L40									
2430	MAN TGL 260 L40									
2431	MAN TGL 260 L40									
2432	MAN TGL 260 L40									
2433	MAN TGL 260 L40									
2434	MAN TGL 260 L40									
2435	MAN TGL 260 L40									
2436	MAN TGL 260 L40									
2437	MAN TGL 260 L40									
2438	MAN TGL 260 L40									
2439	MAN TGL 260 L40									
2440	MAN TGL 260 L40									
2441	MAN TGL 260 L40									
2442	MAN TGL 260 L40									
2443	MAN TGL 260 L40									
2444	MAN TGL 260 L40									
2445	MAN TGL 260 L40									
2446	MAN TGL 260 L40									
2447	MAN TGL 260 L40									
2448	MAN TGL 260 L40									
2449	MAN TGL 260 L40									
2450	MAN TGL 260 L40									
2451	MAN TGL 260 L40									
2452	MAN TGL 260 L40									
2453	MAN TGL 260 L40									
2454	MAN TGL 260 L40									
2455	MAN TGL 260 L40									
2456	MAN TGL 260 L40									
2457	MAN TGL 260 L40									
2458	MAN TGL 260 L40									
2459	MAN TGL 260 L40									
2460	MAN TGL 260 L40									
2461	MAN TGL 260 L40									
2462	MAN TGL 260 L40									
2463	MAN TGL 260 L40									
2464	MAN TGL 260 L40									
2465	MAN TGL 260 L40									
2466	MAN TGL 260 L40									
2467	MAN TGL 260 L40									
2468	MAN TGL 260 L40									
2469	MAN TGL 260 L40									
2470	MAN TGL 260 L40									
2471	MAN TGL 260 L40									
2472	MAN TGL 260 L40									
2473	MAN TGL 260 L40									
2474	MAN TGL 260 L40									
2475	MAN TGL 260 L40									
2476	MAN TGL 260 L40									
2477	MAN TGL 260 L40									
2478	MAN TGL 260 L40									
2479	MAN TGL 260 L40									
2480	MAN TGL 260 L40									
2481	MAN TGL 260 L40									
2482	MAN TGL 260 L40									
2483	MAN TGL 260 L40									
2484	MAN TGL 260 L40									
2485	MAN TGL 260 L40									
2486	MAN TGL 260 L40									
2487	MAN TGL 260 L40									
2488	MAN TGL 260 L40									
2489	MAN TGL 260 L40									
2490	MAN TGL 260 L40									
2491	MAN TGL 260 L40									
2492	MAN TGL 260 L40									
2493	MAN TGL 260 L40									
2494	MAN TGL 260 L40									
2495	MAN TGL 260 L40									
2496	MAN TGL 260 L40									
2497	MAN TGL 260 L40									
2498	MAN TGL 260 L40									
2499	MAN TGL 260 L40									
2500	MAN TGL 260 L40									
2501	MAN TGL 260 L40									
2502	MAN TGL 260 L40									
2503	MAN TGL 260 L40									
2504	MAN TGL 260 L40									
2505	MAN TGL 260 L40									
2506	MAN TGL 260 L40									
2507	MAN TGL 260 L40									
2508	MAN TGL 260 L40									
2509	MAN TGL 260 L40									
2510	MAN TGL 260 L40									
2511	MAN TGL 260 L40									
2512	MAN TGL 260 L40									
2513	MAN TGL 260 L40									
2514	MAN TGL 260 L40									
2515	MAN TGL 260 L40									
2516	MAN TGL 260 L40									
2517	MAN TGL 260 L40									
2518	MAN TGL 260 L40									
2519	MAN TGL 260 L40									
2520	MAN TGL 260 L40									
2521	MAN TGL 260 L40									
2522	MAN TGL 260 L40									
2523	MAN TGL 260 L40									
2524	MAN TGL 260 L40									
2525	MAN TGL 260 L40									
2526	MAN TGL 260 L40									
2527	MAN TGL 260 L40									
2528	MAN TGL 260 L40									
2529	MAN TGL 260 L40									
2530	MAN TGL 260 L40									
2531	MAN TGL 260 L40									
2532	MAN TGL 260 L40									
2533	MAN TGL 260 L40									
2534	MAN TGL 260 L40									
2535	MAN TGL 260 L40									
2536	MAN TGL 260 L40									
2537	MAN TGL 260 L40									
2538	MAN TGL 260 L40									
2539	MAN TGL 260 L40									
2540	MAN TGL 260 L40									
2541	MAN TGL 260 L40									
2542	MAN TGL 260 L40									
2543	MAN TGL 260 L40									
2544	MAN TGL 260 L40									
2545	MAN TGL 260 L40									
2546	MAN TGL 260 L40									
2547	MAN TGL 260 L40									
2548	MAN TGL 260 L40									
2549	MAN TGL 260 L40									
2550	MAN TGL 260 L40									
2551	MAN TGL 260 L40									
2552	MAN TGL 260 L40									
2553	MAN TGL 260 L40									
2554	MAN TGL 260 L40									
2555	MAN TGL 260 L40									
2556	MAN TGL 260 L40									
2557	MAN TGL 260 L40									
2558	MAN TGL 260 L40									
2559	MAN TGL 260 L40									
2560	MAN TGL 260 L40									
2561	MAN TGL 260 L40									
2562	MAN TGL 260 L40									
2563	MAN TGL 260 L40									
2564	MAN TGL 260 L40									
2565	MAN TGL 260 L40									
2566	MAN TGL 260 L40									
2567	MAN TGL 260 L40									
2568	MAN TGL 260 L40									
2569	MAN TGL 260 L40									
2570	MAN TGL 260 L40									
2571	MAN TGL 260 L40									
2572	MAN TGL 260 L40									
2573	MAN TGL 260 L40									
2574	MAN TGL 260 L40									
2575	MAN TGL 260 L40									
2576	MAN TGL 260 L40									
2577	MAN TGL 260 L40									
2578	MAN TGL 260 L40									
2579	MAN TGL 260 L40									
2580	MAN TGL 260 L40									
2581	MAN TGL 260 L40									
2582	MAN TGL 260 L40									
2583	MAN TGL 260 L40									
2584	MAN TGL 260 L40									
2585	MAN TGL 260 L40									
2586	MAN TGL 260 L40									
2587	MAN TGL 260 L40									
2588	MAN TGL 260 L40									
2589	MAN TGL 260 L40									
2590	MAN TGL 260 L40									
2591	MAN TGL 260 L40									
2592	MAN TGL 260 L40									
2593	MAN TGL 260 L40									
2594	MAN TGL 260 L40									
2595	MAN TGL 260 L40									
2596	MAN TGL 260 L40									
2597	MAN TGL 260 L40									
2598	MAN TGL 260 L40									
2599	MAN TGL 260 L40									
2600	MAN TGL 260 L40									
2601	MAN TGL 260 L40									
2602	MAN TGL 260 L40									
2603	MAN TGL 260 L40									

Medzi zápory zahŕňam počasie, pretože fúkalo a nebolo zrovna najteplejšie. Ako ďalšie by som zahrnula moje dnešné ráno, troška narušené vzťahy, veľa roboty na praxi.

Ale môj celkový dojem z môjho dňa je pozitívny, pretože predsa len aj na nejaké chyby si musíme užiť tento spoločne strávený čas.

.....

Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



6. deň

01. 04. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Na raňajky sme prišli o 06:30.

Po raňajkách sme išli na odbornú prax, cestou ako sme išli včera. Na praxi som musela zoradiť dokumenty ohľadom poisťných zmlúv u SATUM CZECH. Po dokončení som pomohla ešte Emi so známymi Puťovkami.

O 11:30 sme išli na obed do našej už známej reštaurácii MAČÁK.

Voľnočasové aktivity:

Po praxi sme sa mali stretnúť na zastávke Wolkerova, odkiaľ sme išli do Pevnosti poznania. V tejto pevnosti poznania sme mohli vidieť veľa zaujímavých hier a atrakcií, ktoré sa týkali fyziky, chémie, dejepisu, vesmíru a biológie. Bolo to veľmi poučné.

O 18:00 sme prišli na večeru. Po večeri sa väčšina odobrala do mesta, zatiaľ čo ja, Ema a Tomáš sme išli do fitness centra.

Po príchode na ubytovanie sme ja a Emi rozhodli, že si pustíme film. Po filme sme už išli spať.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Medzi klady by som zaradila raňajky, obed, program po praxi, fitko.

Medzi zápory by som zaradila večeru a počasie.

.....
Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



7. deň

02. 04. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Z dôvodu dňa pokoja, neboli realizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe.



Obrázok 10 Javoříčské jaskyne

Voľnočasové aktivity:

Dnes som vstala o 08:00.

O 09:00 sme mali nástup už v autobuse, ktorý nás doviezol ku Javoříčským jaskýň. Prehliadka trvala cca 45 minút. Pán, ktorý nás sprevádzal nám ukazoval prírodné úkazy ako stalaktity, stalagmity a stalagnáty.

Po prehliadke sme sa odobrali do autobusu a premiestnili sme sa na hrad Bouzov. Tento hrad slúžil aj na natáčanie filmov ako napríklad Avengers, Fantaghiro a rozprávka O zakliatom kráľovi a odvážnom Martinovi. Mohli sme vidieť priestory, ktoré slúžili na zábavy, varenie, prespanie a iné v tých najrôznejších štýloch. Rôzne ornamenty, dekorácie, obrazy.

Po návrate do Olomouca sme sa išli s Emi naobedovať do Šantovky a troška popozerať obchody. Obed nebola žiadna sláva.

Po príchode na ubytovanie sme mali večeru.

Po večeri sme si ja, Emi a Radko urobili program u nás na izbe. Hrali sme karty a neskôr sa ku nám pridali aj Tomáš.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Za klady považujem náš celkový výlet do jaskyne a na hrad, ďalej obed, nákupy s Emi a spoločne



Obrázok 11 Hrad Bouzov

strávený čas na izbe s Tomášom, Emi a Radkom.

Za zápory považujem dnešné počasie, strašne fúkalo a bola zima, plus dnešné večera nebola zrovna zázrak.

.....

Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



8. deň

03. 04. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Z dôvodu dňa pokoja, neboli realizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe.

Voľnočasové aktivity:

Dnes som vstala o 09:00. Zobudila som sa na bolesť hrdla. Paní učiteľka Remetová povedala, že môžem zostať na hotely, keď sa necítim dobre.

Ema odchádzala o 10:30, ja som medzi tým išla do Tesca si kúpiť nejaké lieky a jedlo.

Po Eminom odchode som si išla ľahnúť, spala som asi do 15:00. Potom som pozerala seriál Peaky Blinders.

O 18:00 sme mali večeru, bola som hladná takže som ju veľmi rýchlo zjedla.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Dnešný deň bol veľmi neaktívny, tým že som spala a liečila sa. Počasie však bolo o moc lepšie než včera. Som troška smutná z toho, že zrovna dnes som musela zostať na ubytovni ale Ema vravela, že si to dnes užili, takže som rada.

.....

Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



9. deň

04. 04. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Príchod na prax o 7:45 hod.

Dnes som zadávala sviatky do systému Helios aby ČSAD vedelo kedy môžu vodiči jazdiť.

Putovky triedim do krabíc postupne podľa čísel každý deň.

Odchod na obed o 11:30 hod.

Voľnočasové aktivity:

Dnes sme mali raňajky ako vždy o 06:30.

Nakoľko som sa stále necítila úplne fit, väčšinu času som znova prespala a neskôr som začala písať slovník, ktorý máme do dnes ešte poslať. Chvíľu som aj pozerala seriál ale viac som spala než by som pozerala.

O 18:00 sme mali večeru. Dnešná večera bola zatiaľ najlepšia akú sme za celý čas na ubytovni vôbec mali.

Hneď po večeri išla Ema s Tomášom do fitness centra, takže som zas ostala sama na izbe. Medzi tým ako boli preč ja som si dokončila slovník a trocha poupratovala našu izbu.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Moje dnešné dojmy sa moc nelíšia od včerajších. Som rada, že mi je už lepšie, troška mi chýba pohyb a voľnočasové aktivity, ktoré sme mali na dnes prichystané.

Ako klady zaradujem raňajky, obed, večeru, lepší môj zdravotný stav.

Ako zápor by som zaradila troška dusna atmosféra u nás na izbe.

.....



Erasmus+



10. deň

05. 04. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Na raňajky sme išli o 06:30.

Na odbornú prax sme dorazili o 08:00.

Dnes som nahadzovala do programu HELIOS pracovné pomôcky, ktoré dostávajú zamestnanci (vodiči) ako napr. rukavice, bundy, boty atd. Podnik si tak potrebuje viesť evidenciu na základe, ktorej vedia čo, komu, kedy dali.

Bolo to trochu zdĺhavé, takže to budem zrejme ešte zajtra dohadzovať do programu. Najprv som to robila sama, no neskôr mi prišla Ema pomôcť.

O 11:45 sme išli na obed do obchodného centra Šantovka.



Obrázok 12 Gyros s nudlemi

Voľnočasové aktivity:

Po praxi sme zašli do hračkárstva, aby Emi kúpila sestre nejaký darček. Potom sme sa rozišli, pretože Emi išla s Tomášom do fitka a ja som sa išla popozerať ešte po obchodoch.

Na ubytovňu som sa vrátila aj s menším nákupom, dnes sme mali individuálny program, tak som sa pustila do písania denníka.

O 18:00 sme mali večeru. Žiaľ dnešná večera zas nebola moc podľa mojich chutí ale aspoň čosi som zjedla.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Moje dnešné dojmy sa vrátili do normálu, už mi bolo o dosť lepšie. Na praxi som mala veľa roboty ale vôbec mi to nevadilo.

Ako klady zahŕňam raňajky, prax, obed, nákupy.

Medzi zápory zahŕňam večeru a počasie, fúkalo a nebolo zrovna teplo ale inak nič hrozné.

.....



Erasmus+



11. deň

06. 04. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Príchod na prax o 08:00.

Na praxi sme spolu s Emi pokračovali v práci čo sme mali aj včera. Písanie v programe HELIOS pracovné pomôcky zamestnancov do evidencie. Moc nás to už nebavilo, pretože je toho strašne veľa. Aj tak sme to nestihli všetko takže aj zajtra budeme v tom pokračovať.

Na obed sme išli do Šantovky, kde som skúsila sépie – boli úžasné. Ešte sme mali chvíľu čas tak sme s Emi išli popozerať zas a znova nejaké tie obchody.



Obrázok 13 Obed - sépie a hranolky + šalát

Voľnočasové aktivity:

O 14:10 nám išiel autobus z autobusového nádražia do ZOO. Najprv však sme sa zastavili na Svatý Kopeček kde sme sa odfotili a išli do ZOO. Do 17:00 sme sa mohli flákať po zoo. Ja som chodila s Radkom, Šimim a pani učiteľkami. Bola to zábava. Urobili sme veľa fotiek a videí.



Obrázok 15 Zoo Olomouc



Obrázok 14 Sunkaty

Po odchode zo ZOO sme išli na ubytovanie, kde nás už čakala večera. Večera zas a znova nebola zázrak.

S Emi sme sa tak rozhodli, že zájdeme do Tesca si niečo kúpiť. Po príchode na izbu sme trocha poupratovali izbu a pomohla som sa jej ako-tak zbaliť. Neskôr sme už boli unavené a tak sme išli spať.



Obrázok 16 Plazy



Obrázok 18 Biely vlci



Obrázok 17 Čiči

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Moje pocity z dnešného dňa sú veľmi kladné, pretože tento výlet bol zábavný.

Ako klady zahŕňam super ľudia okolo mňa, dobrá nálada, počasie, raňajky, obed, dnešné nákupy.

Ako zápory zahŕňam asi dnešná práca na praxi a večeru.

.....
Podpis sprevádzajúcej osoby



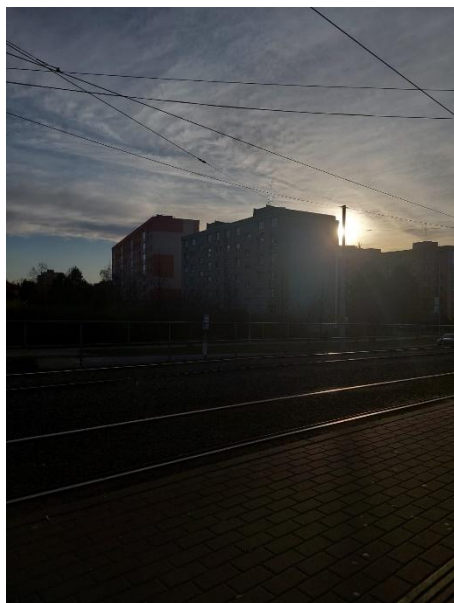
Erasmus+



13. deň

08. 04. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:



Obrázok 19 Čakanie na električku

Posledný deň na odbornej praxi.

Na raňajky som dnes išla sama, pretože Emi nebolo dobre – nachladla ako ja.

Po raňajkách som skočila do Tesca, aby som kúpila nejakú drobnosť pani Vaničkovej a Katke, ktorá ma mala na starosti počas týchto dvoch týždňoch.

Na prax som prišla o 08:00. Hneď, ako som prišla, zbehla som za pani Vaničkovú, aby som sa s ňou rozlúčila.

Na praxi ma zas čakalo nahadzovanie do programu HELIOS pracovné pomôcky zamestnancov.

Po dokončení som sa rozlúčila s Katkou a všetkými v kancelárii.

Na obed som išla do Šantovky. Môj posledný obed som zakončila gyrosom s hranolkami – bolo to výborné.

Voľnočasové aktivity:

Po obede som mala ešte čas tak som pochodila zas celú Šantovku.

Potom som sa vrátila na ubytovanie, kde som musela dokončiť dotazník. Okolo 15:00 sme sa mali stretnúť s pani z Agamosu, ktorá nám rozdala tričká a certifikáty.



Obrázok 20 Gyros s hranolkami + šalát



Obrázok 21 Vracanie sa na ubytovanie

O 17:00 sme mali večeru. Aj napriek tomu, že to bola naša posledná večera na hotely, tak nás nepolepšili a dostali sme pečenku so zemiakmi. Väčšina ani neprišla na večeru.

Po večeri sme sa s Miškou a Emi rozhodli, že zjždeme do Tesca, kde si kúpime niečo na pitie a jedenie.

Po príchode z Tesca na hotel sme strávili čas spolu a neskôr sme išli ku chalanom hrať karty.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Moje dnešné pocity sú veľmi kladné. Užili sme si dnes veľa zábavy.

Ako klady vnímam super náladu, ráno a poobede bolo krásne počasie, raňajky, obed, spoločne strávený čas.

Ako zápory vnímam večeru a počasie, ktoré nebolo po večeri veľmi pekné, začalo pršať a fúkať.

.....

Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



14. deň

09. 04. 2022

Zrealizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe:

Z dôvodu dňa pokoja, neboli realizované činnosti a aktivity v rámci odbornej praxe.

Voľnočasové aktivity:



Obrázok 22 Cesta domov

Vstala som o 07:00. Hneď ako som sa zobudila som sa pobalila. Medzi tým sa zobudila už aj Emi, ktorá ma poprosila či by som jej nepomohla s balením. Obidve sme sa obávali, že sa nezbalí, pretože mala toho naozaj veľa. Nakoniec sme horko-ťažko všetko zbalili.

Po balení a uprataní izby nám išli skontrolovať poriadok pani Rezníčková a pani Remetová, ktoré nás aj pochválili, že sme mali počas celého pobytu vzorný poriadok na izbe.

Začali sme sa už všetci zbierať dole s kuframi. Urobili sme si ešte jednu spoločnú fotku pred hotelom a vyrazili sme.

O 10:00 sme odchádzali z Olomouca.

Cesta bola pohodová. Domov som prišla asi okolo 13:00.

Celkové zhrnutie dňa (klady, zápory, dojmy.....)

Moje dojmy z dnešného dňa sú troška smutné, pretože ešte by som ostala v Olomouci.

Inak ako klady vnímam ešte dobrú náladu, pretože niektorým už bolo smutno ale dobrú náladu sme mali všetci.

Z dneška nemám žiadne zápory.

.....
Podpis sprevádzajúcej osoby



Erasmus+



Čo mi účasť na tejto mobilite priniesla, čo som sa naučila, spoznala

V rámci vykonávania odbornej praxe som sa veľa vecí naučila, či už do života tak aj v rámci vzdelávania v škole.

Naučila som sa napríklad pracovať s programom HELIOS, ktorý používali pracovníci na rôzne účely. Naučila som sa v ňom napríklad v rámci dispečingu, ako sa vedenie evidencie na pracovné pomôcky, zamestnancov, vodičov, vozidiel atď.

Taktiež som sa naučila pracovať s HELIOSOM ako zapisovať a nahadzovať do databázy súradnice miest, kde sa bude realizovať nakládka, vykládka prípadne prekládka. Zlepšila som sa v programe Excel, s ktorým som taktiež pracovala.

Videla som rôzne dokumenty, formuláre, zmluvy, listy, ktoré používajú a uschovávajú. Napríklad som mohla vidieť poisťné zmluvy, Puťovky, CMR, formuláre, ktoré sa týkali mýta a iné.

V rámci voľného času, ktorý sme mali, som mohla spoznať samotné mesto Olomouc, ktoré sa pýši svojimi pamiatkami. Zistila som, že je 5. najväčšie mesto v Českej Republike. Pri jazde električkou sme sa mohli kochať týmto krásnym mestom.

V rámci našich voľnočasových aktivít som sa taktiež niečo naučila. Pri návšteve Pevnosti poznania sme mohli vidieť veľa hier, ktoré nás mali niečo naučiť, alebo nabudiť náš mozog, aby rozmýšľal. Či už pri obyčajných krížovkách, tak pri hrách o dejepise a iné. Ako ďalšie sme mohli spoznať hrad Bouzov a dozvedieť sa niečo z histórie. Najviac ma však upútal interiér daného hradu a aj informácia, že sa tam natáčal aj známi film Avengers. Videli sme aj ZOO, kde sme sa mohli stretnúť s pandou, surikatami, hadmi, hrochom, kengurami a rôznymi šelmami.

Z tejto stáže si odnášam toho dosť veľa či už vedomostí do života tak aj nových kamarátov a najmä zážitkov, ktorých nie je nikdy dosť.

Dátum:

.....

Podpis účastníka mobility