



Buddy

GUIDE

2019/2020



UNIVERZITA
KARLOVA

Kdo je Buddy

„Buddík“, čili Buddy je v našem případě student českého studijního programu Univerzity Karlovy, který se dobrovolně rozhodne být pomocníkem, průvodcem a přítelem pro zahraničního studenta, kterého si sám vybere. Pomůže mu zorientovat se v novém prostředí, vyřídit nezbytné formality, provede ho celým systémem nástupu ke studiu, domovskou fakultou, doprovodí ho na úřady, seznámí ho s městem, studentským životem, českou kulturou atd. a poradí a podá pomocnou ruku, když bude potřeba.

NÁŠ „BUDDÍK“ BUDE MÍT NA OPLÁTKU MOŽNOST ZLEPŠIT SI SVÉ ZNALOSTI CIZÍHO JAZYKA, SEZNÁMIT SE S NOVÝMI LIDMI, POZNAT JINÉ KULTURY A ZÁROVEŇ ZÍSKAT I ZPĚTNOU VAZBU K ČESKÝM REÁLIÍM POHLEDEM NĚKOHU ZVENKU, COŽ JE MNOHDY TAKÉ NEDOCENITELNÁ ZKUŠENOST.



Jak začít



Registrací do webové aplikace Broaddy (<https://broaddy.com/>) získáte přístup do databáze zahraničních studentů. Z důvodu zachování soukromí zde nejsou uváděna jejich jména, ale je možné vybírat podle národnosti, pohlaví, koníčků a dalších dostupných informací.



Student, kterého si vyberete, bude prostřednictvím databáze automaticky informován, že jste jeho Buddy. V případě nutnosti můžete změny a úpravy rezervace řešit s koordinátorem Buddy Programu.



Vybrat si můžete i víc zahraničních studentů, pokud máte pocit, že to časově a fyzicky zvládnete, ale pokud se chystáte stát Buddym poprvé, je určitě lepší začít nejdřív s jedním či dvěma studenty.



Můžete se také zapojit do FB skupiny Buddy Program CUNI (<https://bit.ly/2PY66kt>). Budete tak v kontaktu s ostatními buddíky, se kterými si můžete vyměňovat zkušenosti, navzájem si pomáhat a také získávat aktuální informace o akcích studentských spolků včetně možnosti se na těchto akcích přímo podílet.



Před příjezdem



(na co dohlédnout)

Svého studenta co nejdříve kontaktujte e-mailem, napište mu něco víc o sobě a hlavně si zjistěte informace o jeho příjezdu (datum, čas atd.) a způsobu ubytování, které si zvolil (kolej nebo privat).

Ubytování

Před příjezdem je důležité především ověřit, zda má student zajištěné ubytování a v případě, že si zažádal o kolej UK, že dostal na e-mail accommodation voucher, bez kterého jej není možné na koleji ubytovat.

Doklady

A také se předem ujistěte, že bude mít s sebou platné zdravotní pojištění a další nezbytné doklady.

Den D

Pokud můžete přijít vašemu studentovi v den příjezdu naproti na letiště (nádraží apod.), jistě to ocení!

Jestliže máte z nějakých vážných důvodů problém postarat se o něj těsně po jeho příjezdu a na začátku pobytu, je třeba o tom včas informovat koordinátora Buddy Programu. Vypomocť vám případně mohou i ostatní buddíci v rámci FB skupiny.

TIP:

Základní praktické informace pro zahraniční studenty najdete v publikaci *Guide for International Students a Supplement to the Guide for International Students (mapy, plánky)*, jsou k dispozici na webu UK <https://cuni.cz/UKEN-633.html>. Jsou zde popsány všechny důležité kroky, které musí zahraniční student udělat, aby u nás mohl začít studovat.

TIP:

Zkuste dohlédnout na to, aby v den svého příjezdu měl váš student k dispozici menší finanční hotovost v českých korunách na drobné výdaje a týdenní/měsíční jízdenku na MHD (dá se vyřídít již na letišti). Je dobré mu také ukázat, jak se dostane ze svého ubytování na fakultu, místo zápisu ke studiu, kde a jak v okolí může nakoupit, jak trefit do menzy apod.





Po příjezdu (s čím je třeba pomoci)

Ubytování

- Pokud si váš student zažádal o ubytování na koleji, je třeba ho upozornit, že hned po příjezdu bude potřebovat 1) peníze na zaplacení koleje a záloh (platba za zbytek měsíce + depozit), 2) accommodation voucher + 3) několik pasových fotografií na kolejenku a další průkazy. Nejpozději do **20. dne kalendářního měsíce** pak musí student zaplatit další měsíc (cca 3500 Kč) – aktuální ceník kolejí najdete na stránkách Kolejů a menz UK <https://kam.cuni.cz/KAM-1.html>.
- Pokud student přijede až po 20. září, bude platit zároveň všechny tyto poplatky najednou.
- Pro letní semestr platí ty samé podmínky, platby se musí uskutečnit do **31. 1.**
- Recepce na kolejích fungují nonstop, takže je možné se ubytovat prakticky kdykoliv. Formality kolem ubytování je pak třeba vyřídit v Ubytovací kanceláři (v úředních hodinách – pouze ve všední dny) – <https://kam.cuni.cz/KAM-6.html>, <https://kam.cuni.cz/KAM-7.html>

TIP:

Zatím ještě stále není úplně standardem, že by zaměstnanci na kolejích (vrátní apod.) hovořili anglicky. Proto je lépe studenta na kolej doprovodit osobně a případně pomoci s překladem, aby ubytování proběhlo k všestranné spokojenosti.



Stravování

Studenti mohou využít možnost stravovat se přímo v menzách UK. Výhodou jsou jednak příznivé ceny a také se řada z nich nachází buď přímo v budovách fakult, nebo kolejí. Kromě menz, jejichž přehled najdete na <https://kam.cuni.cz/KAM-20.html>, slouží k občerstvení řada dalších stravovacích zařízení, jako jsou výdejny, bufety, nebo kavárny. Menzy nabízejí možnost objednávání jídel na internetu, nebo přes mobil. Vybírat je možné vždy z několika variant (včetně vegetariánské) hlavního jídla, minutky, salátu a dezertu. Studentské ceny za hlavní jídlo se v menzách UK v průměru pohybují kolem 65–75 Kč.

Zápis – registrace na fakultě

- V průběhu září (zimní semestr) a února (letní semestr) probíhají na všech fakultách UK zápisy ke studiu. Váš student se musí ve stanovených termínech registrovat, aby mohl začít na UK studovat. Je dobré předem ověřit, zda dostal e-mailem potřebné informace ze své fakulty s instrukcemi ohledně registrace a zda má s sebou všechny potřebné dokumenty. Ideální je, pokud s ním můžete k zápisu dojít osobně a ujistit se, že vše proběhlo bez problémů.

- Většina fakult UK pořádá během září / února pro své zahraniční studenty vlastní Orientation week (nebo alespoň Orientation Days), kde se noví studenti dozvědí základní informace o fungování fakulty, o organizaci a struktuře studia, událostech akademického roku a dalších důležitých a praktických věcech, které mohou během svého studijního pobytu potřebovat.
- Pro studenty – samoplátce (Bc., Mgr. NMgr., Ph.D.) je pak univerzitou organizován Welcome Day for International Degree Students.
- ESN CU (Erasmus Student Network) pořádá pro zahraniční studenty Welcome Week, kdy mají studenti možnost se vzájemně seznámit, vyjet společně na výlet mimo Prahu apod.
- Všechny tyto akce mají za cíl seznámit studenty s novým prostředím, pomoci jim zorientovat se ve studijních povinnostech, nabídnout jim tipy na volnočasové aktivity i možnost setkat se s dalšími zahraničními i českými studenty.
- Průkaz studenta slouží ke vstupu do univerzitních zařízení (jako koleje, menzy, knihovny apod.) po celou dobu, co je student zapsán ke studiu na UK.
- Student si může vždy vybrat buď klasický průkaz, který je zdarma, nebo kartu s licencí ISIC, která umožňuje řadu slev (na letenky, půjčovny aut, veřejnou dopravu, ubytování, restaurace, vybrané obchody, muzea apod.) Karta ISIC stojí 230,-Kč.
- K získání průkazu studenta je zapotřebí pas a potvrzení o studiu z fakulty, kde je student zapsán.

Průkaz studenta – ISIC

Průkaz je možné si zařídit na jednom z výdejních míst:

UK Point – Celetná 13
 Matfyz – Ke Karlovu 3
 Právnická fakulta – Nám. Curieových 7
 Studijní odd. LFP – Husova 3
 LF HK – Na Kotli 1147

Přehled výdejních míst:

<https://cuni.cz/UK-3249.html>



Cizinecká policie

- Všichni zahraniční studenti se musí po příjezdu do ČR registrovat na Cizinecké policii (Odbor azylové a migrační politiky Ministerstva vnitra – OAMP MV).
- Za studenty ze zemí EU (včetně Schengenu a EFTA), kteří se ubytují na koleji, provede registraci přímo kolej, což je její zákonná povinnost (je ovšem třeba ověřit, zda k nahlášení skutečně došlo).
- Studenti ze zemí EU (včetně Schengenu a EFTA), kteří nebydlí na koleji, se musí dostavit k registraci na OAMP do 30 dnů od příjezdu – **pracoviště Cizinecké policie Olšanská 2, 130 51, Praha 3.**
- Studenti ze třetích zemí se musí registrovat u cizinecké policie do 3 dnů od příjezdu. Pokud jsou ubytováni na koleji, pak by je kolej měla také automaticky nahlásit. Opět je však nutné ověřit, že k tomu došlo a v případě, že to kolej z nějakého důvodu odmítá zařídít, musíte se studentem dojít na OAMP osobně a to do uvedených 3 dnů od studentova příjezdu.
- Studenti ze třetích zemí, kteří nebydlí na koleji, se musí sami na Cizinecké policii registrovat do 3 dnů – **pracoviště Cizinecké policie Hládkov 682/9, Praha 6 – Střešovice.** Je třeba se zde předem objednat telefonicky na čísle **974 820 680** a vzhledem k tomu, že zde hovory probíhají pouze v češtině, bude Váš student rozhodně potřebovat Vaši pomoc.

TIP:

Před samotnou návštěvou Cizinecké policie je dobré se ujistit, že Váš student má všechny potřebné dokumenty a ideálně z nich pořídit kopie do zálohy. Zvláště důležité je zdravotní pojištění (viz samostatná kapitola).

- Je dobré vědět, že studenti ze zemí EU a EFTA nepotřebují ke svému studijnímu pobytu v ČR víza. Pokud plánují pobývat na území ČR déle, než 3 měsíce, mohou požádat o přechodné či stálé povolení k pobytu.
- Studenti ze zemí mimo EU a EFTA (tzv. třetí země) musejí mít ke studiu v ČR platné vízum nebo povolení k pobytu. Tyto dokumenty si musejí vyřídit včas ještě před příjezdem do ČR na zastupitelských úřadech ČR v jejich zemi / regionu. Doba vyřízení víz či povolení k pobytu se pohybuje kolem 90 dnů.

Víc informací na:

Ministerstvo zahraničních věcí: www.mzv.cz,
Ministerstvo vnitra: www.mvcr.cz

Zdravotní pojištění a zdravotnické služby

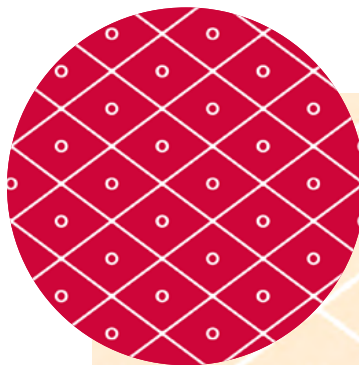
- Studenti ze zemí EU si musí ve své domovské zemi zajistit ještě před pobytem v ČR kartu Evropského zdravotního pojištění (EHIC).
- Cizinci ze zemí EU, pobývající přechodně v ČR, mají nárok na nezbytné urgentní zdravotní ošetření zdarma.
- Ke získání zdravotní péče pokryté Evropským pojištěním je třeba se obrátit na zdravotnickou instituci (lékař, nemocnice), která smluvně spolupracuje se systémem veřejného zdravotního pojištění. Bez předložení karty Evropského pojištění je lékař oprávněn požadovat za provedený výkon platbu v hotovosti.
- Pro odborné ošetření je vždy třeba doporučení od praktického lékaře.
- Hospitalizace v nemocnici je rovněž na doporučení praktického lékaře, nebo konkrétního specialisty. Akutní převoz do nemocnice je hrazen zdravotním pojištěním a je bezplatný. I v tomto případě je však nutné se prokázat pojištěnečnou kartou.
- Studenti ze zemí mimo EU musí doložit, že mají vlastní platné soukromé pojištění. Je proto důležité, aby se včas ujistili, že se jejich pojištění vztahuje na Českou republiku a je schopno pokrýt také speciální výdaje, jako je akutní ošetření, hospitalizace nebo např. repatriace apod.

- V Praze, Plzni i Hradci Králové je také řada soukromých klinik, které se specializují na zahraniční (anglicky hovořící) klienty. Je však třeba brát v potaz, že tato zařízení obvykle mají komerční, poměrně vysoké ceny.

Víc informací také na:

<https://cuni.cz/UKEN-366.html>

- Ve všech větších městech také funguje velká síť lékáren, z nichž řada z nich je otevřena 24/7. Je důležité vědět, že v lékárnách se nejen vydávají léky na předpis, ale prodávají se také léky a další zdravotnické doplňky, které lékařský předpis nevyžadují. Platnost lékařského předpisu je obvykle 14 dní, u specializovaných léčiv (opiáty, antibiotika) i kratší.



Důležité kontakty

Zdravotnická zařízení

Základní adresy, kde v Praze sehnat praktického lékaře, gynekologa nebo zubaře:

Městská poliklinika Praha

<https://www.prahamp.cz/>

tel.: +420 224 949 035

Spálená 12, 110 00 Praha I

Na Homolce Hospital (foreign pavilion)

<http://www.homolka.cz/en/>

tel.: +420 257 272 144, +420 257 272 146

Praha 5, Roentgenova 2

Mediconet

<http://www.mediconet.cz/>

tel.: +420 221 775 111

V Celnici 5, 110 00 Praha I

(druhý vchod Na Poříčí 1040/10)

DC Mediscan – Chodov

<http://www.mediscan.cz/?page=39&lang=eng>

tel.: +420 267 090 811 – 14

Šustova 1930, 148 00 Praha II – Chodov

(ve stejné budově jako Poliklinika Jižní Město II)

Podrobný přehled zdravotních zařízení pro cizince najdete v [Guide for International Students – useful information for international students](#) na webu UK Pointu: <https://cuni.cz/UKEN-633.html>

Lékařská pohotovost v Plzni

EUC Klinika Plzeň Denisovo nábřeží 4,
301 00 Plzeň tel.: 378 218 300

Lékařská pohotovost dospělí

Plzeň-Slovany Francouzská tř. 2 and 4, 326 00 Plzeň;

tel.: 377 243 000, 378 014 310

Zubní pohotovost EUC Klinika Plzeň

Denisovo nábřeží 4, 301 00 Plzeň; tel.: 378 218 171–174

Lékařská pohotovost v Hradci Králové

University Hospital / Emergency Service

<http://eng.fnhk.cz/emergency>

Sokolská 581,

Hradec Králové; tel.: 495 831 111

Zubní pohotovost: Sokolská 581,

Hradec Králové; tel.: 495 831 111

Důležitá čísla:**155****158****150****156****SOS****112****1230**

Telefonní předvolba pro Českou republiku 00420

00420**Kontaktní osoby
za rektorát UK**

UK POINT

Bc. Zuzana Haniková

zuzana.hanikova@ruk.cuni.cz



Odbor pro studium a záležitosti studentů

Mgr. Lukáš Nachtigal

lukas.nachtigal@ruk.cuni.cz

Studentské spolky a sdružení na UK

ESN CU – organizuje řadu společenských, kulturních a sportovních akcí jak pro české, tak pro zahraniční studenty a pomáhá zahraničním studentům během jejich pobytu v Praze.

Více na: <https://esnucprague.cz>

AIIESEC CUNI Praha – největší mezinárodní, nezisková a nevládní organizace řízená studenty, zaměřená na rozvoj mladých lidí.

Více na: <https://aiesec.org>

IFMSA – International Federation of Medical Students Associations, mezinárodní organizace studentů medicíny, v níž jsou zapojeny všechny lékařské fakulty UK.

Více na: <https://ifmsa.cz/>

Buddy kontakty na fakultní spolky najdete na:

<https://cuni.cz/UK-10226.html>

Aktuální přehled všech studentských spolků na UK:

<https://cuni.cz/UK-8518.html>

Poradny na UK

V případě, že by se váš student dostal do situace, kdy už jen přátelské popovídání u kávy nestačí a je potřeba odborná pomoc, lze se obrátit na specializovaná pracoviště podle typu daného problému. Na UK funguje řada poraden – psychologické, sociální, právní, z nichž řada nabízí konzultace také v anglickém jazyce.



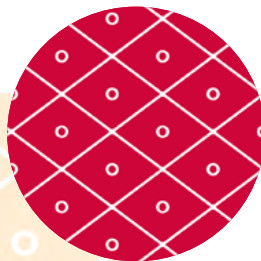
TIP:

Důležité vřdycy je obrátit se o pomoc včas a případné problémy nepodceňovat. Musíte mít na mysli, že váš student je přece jen v cizím prostředí, a tak může prožívat studijní náročnost nebo případné neúspěchy, odloučení od blízkých či kulturní rozdíly intenzivněji, než se může zdát.

Přehled poraden naleznete zde:

<https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-16.html>,

<https://centrumcarolina.cuni.cz/CEENG-38.html>



Duchovní a pastorační služby

Katolická teologická fakulta

Fakultní bohoslužby se konají pravidelně každý pracovní den ve 12.00 ve fakultní kapli.

Více informací lze získat od fakultního kaplana: kaplan@ktf.cuni.cz, případně na webu: <http://www.ktf.cuni.cz/KTFENG-33.html>

Evangelická teologická fakulta

Fakultní bohoslužby: <http://web.etf.cuni.cz/ETF-231.html>

Husitská teologická fakulta

Zastřešuje více náboženských skupin a uskupení – např. Českobratrská církev evangelická, Židovská obec apod. Všechny tyto skupiny si organizují svá vlastní setkání. Pro bližší informace kontaktujte Doc. ThDr. Jana Blahoslava Láška na: lasek@htf.cuni.cz.

Kostely provozující bohoslužby v angličtině:

St. Clement's Anglican Episcopal Church – každou neděli v 11.00 v Klimentské ul., Praha I (<http://anglican.cz/>)

Kostel Sv. Tomáše / St. Thomas Church – bohoslužby v angličtině každou sobotu v 18.00 a v neděli v 11.00, Josefská 8, Prague I (<http://www.augustiniani.cz/en>).

Židovská obec:

<https://www.kehilaprag.cz/en>

Muslimská obec:

<http://www.praha-muslim.cz/home.htm>



Co je dobré vědět o UK

Od historie...po současnost

- Založena 7. dubna 1348 králem českým a císařem římským Karlem IV. Je jednou z nejstarších univerzit ve střední Evropě. V době svého založení měla 4 fakulty, v dnešní době jich má 17. Nejmladší fakultou je Fakulta humanitních studií, založená v roce 2000. Univerzita Karlova je největší českou univerzitou a jednou z mála u nás, které se pravidelně umísťují v prestižních žebříčcích mezi 1–2 % procenty nejlepších světových univerzit. S Univerzitou Karlovou jsou spjata významná jména jako např. Jan Hus, Bernard Bolzano, Jan Jesenius, Jan Evangelista Purkyně, Albert Einstein, Franz Kafka, T. G. Masaryk, Jaroslav Heyrovský a mnoho dalších. Dnes má UK víc než 48.000 studentů, z toho kolem 8000 zahraničních. Má smlouvy a dohody s prestižními univerzitami z více než 50 zemí po celém světě. Nabízí kolem 190 studijních programů v angličtině (i v dalších jazycích).
- Univerzitu řídí **rektor**, který je volen Akademickým senátem univerzity a do funkce jmenován prezidentem republiky. Funkční období rektora trvá 4 roky, přičemž rektor může být zvolen maximálně na dvě po sobě jdoucí funkční období.
- K dalším orgánům univerzity patří **Akademický senát** (samosprávný orgán, který schvaluje rozpočet univerzity a důležité dokumenty a předpisy. Jeho členy jsou studenti a zástupci akademické obce univerzity).

- Mezi další důležité orgány patří **Vědecká a Správní rada univerzity a Rada pro vnitřní hodnocení univerzity**. Na rozpočet univerzity dohlíží **kvestor**.
- V čele každé fakulty stojí **děkan**, volený fakultním senátem a do funkce jmenovaný rektorem.

Více informací na: www.cuni.cz

Kalendář Akademického roku 2019/2020 na UK

Zimní semestr: 1. 10. 2019 – 16. 2. 2020

Vánoční prázdniny: 21. 12. 2019 – 3. 1. 2020

Zkouškové období zimního semestru:

13. 1. – 16. 2. 2020

Letní semestr: 17. 2. – 30. 9. 2020

Zkouškové období letního semestru:

25. 5. – 30. 6. 2020 (může být děkanem fakulty prodlouženo do 30. 9. 2020)

Letní prázdniny: 1. 7. – 31. 8. 2020

Knihovny

Univerzita Karlova má celkem 19 centrálních knihoven a přibližně 400 knihoven na jednotlivých ústavech, katedrách a dalších součástech.

Ústřední knihovna UK: <https://library.cuni.cz/>

Nakladatelství Karolinum

Univerzitní nakladatelství, které vydává odbornou literaturu, studijní materiály a skripta, odborné časopisy, vědecké sborníky i beletrii. Řada publikací je k dispozici také v elektronické podobě. Kamennou prodejnu najdete v Celetné ulici 18, on-line nabídku <https://www.karolinum.cz>

Studenti UK (držitelé karet ISIC) mohou získat zajímavé slevy.

UK Point

– informační, poradenské a sociální centrum

Informační, poradenské a sociální centrum UK, kontaktní místo pro studenty, zaměstnance, uchazeče o studium i absolventy. Mezi jeho hlavní aktivity patří zodpovídání dotazů, týkajících se především studia na UK, vydávání průkazů, správa klubu Alumni, pořádání vzdělávacích seminářů a řady akcí pro veřejnost (Dětský den, Informační den, Advent na UK atd.), provoz specializovaných poraden (psychologické, sociální, právní) a obchodu s univerzitními propagačními předměty.

www.ukpoint.cuni.cz



Kam na UK za sportem

Sportovní centrum Hostivař

Bruslařská 1132, Praha 15, Hostivař

V centru najdete 13 tenisových kurtů, krytý bazén, saunu, solárium, posilovnu, sportovní haly pro různé druhy sportů (judo, aerobic, míčové hry) atd. Platí zde studentské slevy.

Kontakt: <https://cuni.cz/UK-672.html>

Sportovní klub FTVS

José Martího 31, Praha 6, Veleslavín

Nabízí prostory a vybavení pro celou řadu sportů – od atletiky přes basketbal, floorbal, gymnastiku, hokej, judo, plavání, tenis, lezeckou stěnu atd.

Centrum sportovních aktivit zdravotně postižených studentů UK

Najdete ho v Loděnici Regata v Praze 4 – Podolí
Zajišťuje speciální pomůcky a asistenty a odborné doprovody pro vybrané sporty pro všechny studenty UK se speciálními potřebami. Nabízí kurzy a sportovní aktivity – například lyžování, jachting, kanoistiku, cyklistiku, stolní tenis, posilování, kondiční cvičení a jiné.

Loděnice FTVS

Na adrese **Vodácká 789/8, Praha 7 – Troja** je k dispozici slalomový kanál, tělocvična a horolezecká stěna. V nabídce jsou kurzy raftingu, kanoistiky, vodní záchrany atd.

Mimopražské fakulty nabízejí také řadu sportovních s možností kolektivních i individuálních sportů

Lékařská fakulta v Plzni:

Ústav tělesné výchovy <http://utv.lfp.cuni.cz/>

Lékařská fakulta v Hradci Králové a Farmaceutická fakulta v Hradci Králové:

společné pracoviště obou fakult – Katedra tělesné výchovy <https://portal.faf.cuni.cz/KTV/>

Sportovně-rekreační střediska UK

Studenti a zaměstnanci UK mohou využívat univerzitní sportovně-rekreační střediska, zkuste tedy vzít vašeho studenta na víkend na hory nebo na vodu! K dispozici jsou: Albeř, Dobronice, Horní Poříčí, Patejdlova bouda, Pec pod Sněžkou.

Více info na: <https://rekreace.cuni.cz/main>

Vysokoškolské sportovní kluby na UK

- VSK IURIDICA (Právnická fakulta)
- VSK Medik Praha (3. lékařská fakulta)
- TJ Slavia LF UK (Lékařská fakulta v Plzni)
- VSK Humanita Praha (Filozofická fakulta, Fakulta sociálních věd, Fakulta humanitních studií)
- VSK Přírodní vědy UK Praha (Přírodovědecká fakulta)
- VŠSK MFF UK (Matematicko-fyzikální fakulta)
- VŠSK UK PedF Praha (Pedagogická fakulta)
- Vysokoškolský sportovní klub FTVS UK (Fakulta tělesné výchovy a sportu)

Sportovní akce na UK

Sportovní akce, které pořádá univerzita: Rektorský sportovní den, Univerzitní maraton, Hokejová bitva, České akademické hry a další. Kromě toho každá fakulta pořádá své vlastní sportovní akce.

Více na: <https://cuni.cz/UKEN-92.html>

Kam na UK za zábavou

Studentský klub Celetná

Celetná 20, Praha I

Klub s kavárnou ve zrekonstruovaných prostorách gotických sklepení, která jsou součástí historického komplexu univerzitních budov přímo v centru Prahy. Můžete tu navštívit koncerty, přednášky, výstavy, divadelní vystoupení atd.

Více na: <http://studentskyklubceletna.cz/> + FB

Kampus Hyberská

společný projekt Magistrátu hlavního města Prahy a Univerzity Karlovy, zejména Filozofické fakulty. V domě č. 4 v ulici Hyberská najdete galerii, studentskou kavárnu Hlína, bar, kinosál, multifunkční sály. Knihovnu věcí a dvorek s komunitní zahrádkou. Pořádají se tu kulturní a společenské akce, jako např. literární festivaly, projekce, kurzy cizích jazyků, lekce tance, workshopy a konference atd.

Více na: <https://www.kampushyberska.cz/>

Partnerské ESN podniky (platí zde sleva pro držitele karty ESN, nikoli ISIC)

Locked in Prague: Uniková hra s tematikou 40.let a Anthropoidu. S ESN Kartou 15% sleva.

Více na: <https://www.lockedinprague.com/>

Café Kampus

příjemné místo, kde se dá v centru Prahy za rozumné peníze najíst, napít a navíc je tu k dispozici i salónek pro uzavřenou společnost.

Více na: <http://cafe kampus.cz/>

PM Klub

pořádají se zde např. Welcome party ESN, prostory vhodné např. i pro teambuildingové akce apod.

více na: <https://pmclub.net/>

Hradec Králové:

ATP Bar

Studentský bar přímo v budovách Kolejí na Kotli, který má otevřeno každý den od 18:00–00:00 (kromě soboty). Ideální místo k seznámení s lidmi z medicíny, farmacie, ale i se studenty z UHK nad skleničkou vína nebo vychlazeného piva.

Maty's Cocktail Bar

Asi nejbližší podnik pro studenty, kteří bydlí na Palachových kolejích.

AC klub

SČSF i Medické asociace zde velmi často organizují různé akce. Velmi přátelský podnik, kde si každý může zahrát klasické hospodské hry (šipky, kulečník, fotbalék), dát si pivo u stolu, nebo to roztočit na tanečním parketu.

V centru je pak hodně přátelských kaváren, stačí se projít po ulici Švehlova směrem k Masarykovu náměstí (tam je na rohu výborná **Palačinkárna**), nebo v blízkém okolí.

Hudební a tematické párty se konají např. v klubu **La Fabrique** nebo **DeNoche**.

Plzeň:**VŠ klub Ucho**

studentský klub přímo v objektu kolejí (Bolevecké koleje)

Více na: <https://sus.zcu.cz/vs-kluby/vs-klub-ucho>

VŠ klub Pivoňka

přímo v centru města, dobrá dostupnost, jedinečná atmosféra

Více na: <https://sus.zcu.cz/vs-kluby/vs-klub-pivonka>

Papírna Plzeň

nově zrekonstruovaný objekt papíren, konají se zde velké medické party jako např. „Půlení mediků“ (oslava studentů 4. ročníku na počest toho, že to dotáhli až do poloviny studia)

Více na: <https://www.papirnaplzen.cz/>

Tipy na kavárny:**Café Regner**

stylová kavárna v centru města, vhodná i pro malé akce typu autorského čtení, apod.

Více na: <https://www.facebook.com/Caf%C3%A9-Regner-614284021965760/>

Le Frenchie

kavárna ve francouzském stylu, výborná káva, slané i sladké zákusky

Více na: <https://lefrenchie.cz/>

Pappa coffee

útulná kavárna, kde vám připraví skvělou kávu, nabízí i veganské a vegetariánské občerstvení

Více na: <https://pappacoffee.cz/>



Další tipy a informace

Měna

Pro orientaci v aktuálních kurzech doporučujeme sledovat kurzovní lístek **České národní banky**: <https://www.cnb.cz/cs/platebni-styk/služby-pro-klienty/kurzovní-lístek-cnb/>

Upozorněte vašeho studenta, že řada směnárna (zvláště v centru Prahy) má buď vysoké poplatky, nebo nevýhodný kurz a proto je třeba porovnávat. K solidnějším patří např.

Safir Crystal, Celetná 19/594
Exchange, Kaprova 14/13

Doprava

Doprava v Praze – PID

Praha má velmi přehlednou a hustou síť veřejné dopravy. Proto určitě stojí za to vysvětlit vašim studentům, jak to funguje (autobusy, tramvaje, lanovka, trasy metra, přestupy, jak metro jezdí – 5:00–24:00 h, systém nočních linek apod.), jaké jsou typy jízdenek a ceny jízdného (základní jízdné 30 minut = 24 Kč, 90 minut = 32 Kč, 1 den = 110 Kč, 3 dny = 310 Kč, SMS jízdenky), jaké jsou slevy pro studenty (do 26 let : 1 měsíc = 130 Kč, 3 měsíce = 360 Kč, 365 dní = 1280 Kč), na co si dát pozor (přepravní kontroly) atd.

Víc informací: <https://dpp.cz>

Doprava v Plzni

Spojení Praha – Plzeň:

- Vlakem: Praha Hlavní nádraží – Plzeň Hlavní nádraží (několikrát za den, rychlíky, EC vlaky), cca 90 – 135 minut podle typu vlaku
- Autobusem: ze zastávek Praha Florenc (metro B, C), nebo Praha Zličín (metro B) – cca 90 minut
- Orientační cena jízdenek (30 min = 16 Kč, 60 min = 20 Kč, 180 min = 34 Kč, 1 den = 60 Kč), kde koupit jízdenky atd.

Víc informací: <https://pmdp.eu>

Doprava v HK

Spojení Praha – Hradec Králové:

- Vlakem: Praha Hlavní nádraží nebo Praha Holešovice – Hradec Králové (centrum města, naproti hotelu Amber), vlaky jedou několikrát za den
- Autobusem: Praha Florenc (metro B, C) nebo Praha Černý most (metro B) – Hradec Králové (centrum města, naproti hotelu Amber) – jízda trvá cca 90 minut

Veřejná doprava v Hradci Králové zahrnuje autobusy a trolejbusy, které pokrývají velkou část města. Základní jízdné 14–18 Kč, 7 dní – 90 Kč, 1 měsíc – 230 Kč, 3 měsíce – 600 Kč, 6 měsíců – 980 Kč, další alternativou je elektronická City Card.

Víc informací na: <https://dpmhk.cz>

Co je dobré vidět?

Co vidět v Praze

Tak toho je opravdu hodně. Můžete samozřejmě nejdřív vyrazit na Pražský hrad, Karlův most a jinou podobnou klasiku, ale obecně je dobré si turistické lokality dávkovat postupně. Ostatně, váš student tu bude pravděpodobně celý semestr, možná i déle, takže nemusí turistické minimum stihnout za víkend. Spíš je proto lepší začít tím, co ho zajímá – ať už je to historie, architektura, sport, výtvarné umění, příroda, hudba, jídlo, anebo mu naopak ukázat to, co máte na vašem městě rádi vy. Tak nejlépe vstřebá atmosféru a zorientuje se. Důležité je nezahltit ho hned na začátku informacemi a dát mu prostor, aby si město s vaší pomocí objevoval sám.

Pár tipů na procházky (s řadou příjemných hospůdek a kaváren po cestě):

Letná, Stromovka, Vyšehrad, Divoká Šárka, Petřín, Náplavka, obora Hvězda...

Pár tipů pro deštivé počasí:

Národní galerie (<https://www.ngprague.cz/>), Národní muzeum (<https://www.nm.cz/>), DOX (<https://www.dox.cz/cs/>), MeetFactory (<http://www.meetfactory.cz/cs/>), Galerie hl. m. Prahy (<http://www.ghmp.cz/>), Galerie Rudolfinum (<https://galerierudolfinum.cz/cs/>), Leica Gallery Prague (<https://www.lgp.cz/>), Kino Aero (<https://www.kinoaero.cz/>)

...



TIP:

Prague City Tourism organizuje procházky po Praze v angličtině, přičemž řada z nich se zaměřuje na turisticky méně známé čtvrti, jako je Karlín, Holešovice nebo Žižkov. V jejich pobočkách také můžete najít USE-IT mapu Prague for young travellers s tipy od „místních“ na kavárny a jiná zajímavá místa různých pražských čtvrtí.

Více inspirace na: <http://www.praha.eu/jnp/cz/index.html>, <https://www.praguecitytourism.cz/cs>

Hudba:

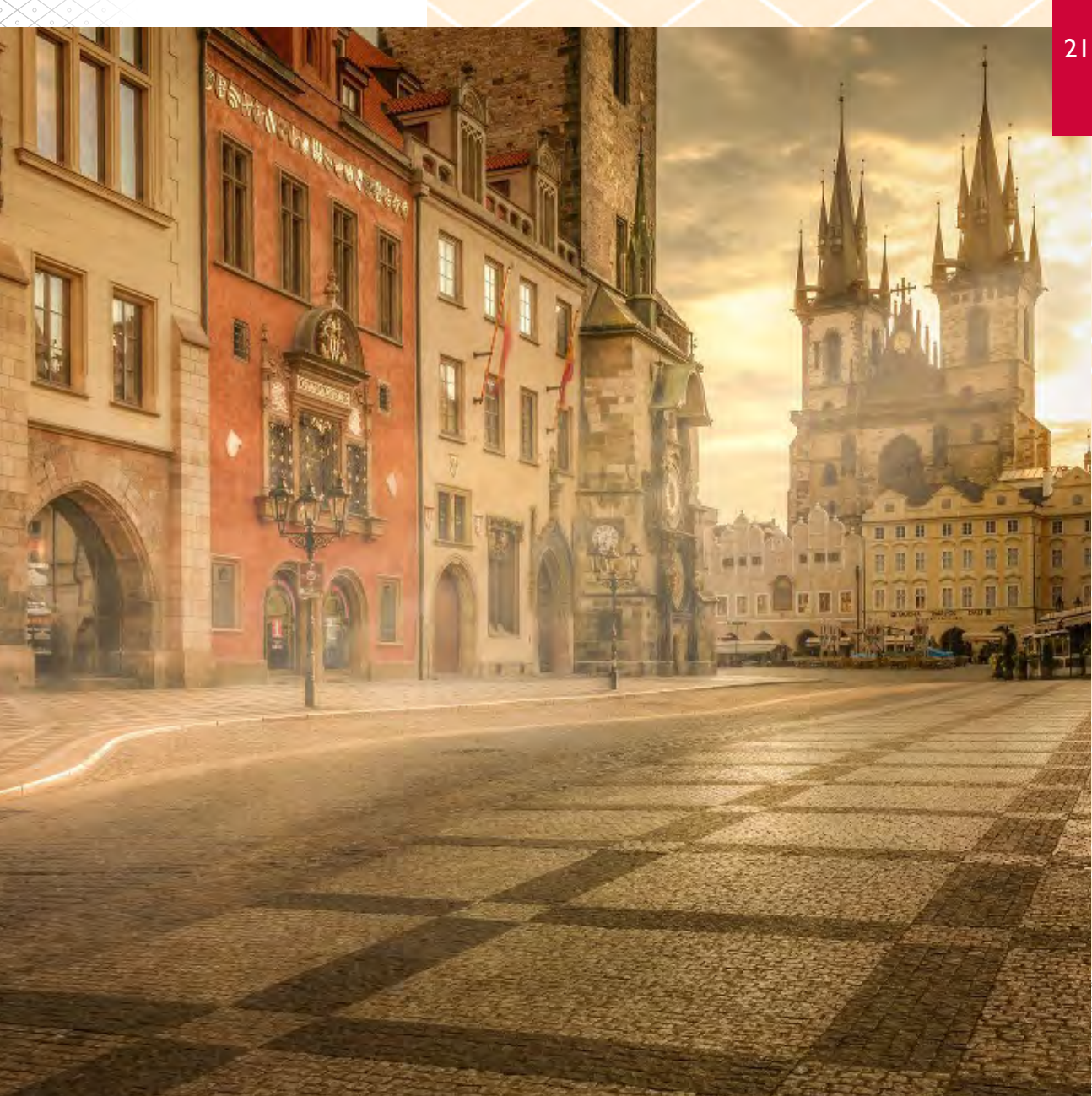
Symfonický orchestr FOK <https://www.fok.cz/>, Symfonický orchestr Českého rozhlasu <https://socr.rozhlas.cz/>, festival Pražské jaro <https://festival.cz/>, festival Struny podzimu <http://strunypodzimu.cz/cs/struny-podzimu-2/>, Rock Café <https://www.rockcafe.cz/>, Klub Roxy <https://www.roxy.cz/>

...

Divadlo:

Národní divadlo (má řadu představení s anglickými titulky) <https://www.narodni-divadlo.cz/cs>, Cross Club <https://www.crossclub.cz/cs/>, La Fabrika <https://www.lafabrika.cz/>, Divadlo Archa (English friendly programme) <https://www.divadloarcha.cz/cz/>, Divadlo Ponec <https://divadloponec.cz/>

...



Co vidět v Plzni


Samozřejmě zdejší vyhlášený pivovar. Ale nejenom! Což takhle Plzeňské historické podzemí, katedrálu Svatého Bartoloměje, Náměstí Republiky, Velkou Synagogu, Georg Patton Memorial Museum, Technomania Science Center, Západočeské muzeum apod.?

Více na: <https://www.plzen.eu/>

Co vidět v Hradci Králové

Kromě historických památek v centru města, jako je Bílá věž, nebo Velké náměstí atd. například také Galerii moderního umění, Hvězdárnu a planetárium, Obří akvárium a řadu dalších zajímavostí.

Více na: <https://www.hradeckralove.org/>

A photograph showing several hands holding beer glasses in a toast. The glasses are filled with golden beer and have a thick head of white foam. The background is blurred, showing a person in a red and black plaid shirt. A large red circle is overlaid on the right side of the image, containing white text.

**BÝT BUDDÍKEM NEZNAMENÁ
JEN ZODPOVĚDNOST, ALE
TAKÉ ROZŠÍŘENÍ OBZORŮ
A POZNÁNÍ SEBE SAMA.**

Cestování po Čechách

České dráhy (<http://cd.cz>; <https://www.cd.cz/typy-jizdenek/vnitrostatni-jizdenky/-26031/>) mají pro studenty velkou slevu – 75% z obvyčejného jízdného, nebo zvýhodněné Flexi jízdenky. Slevy nabízejí i firmy, provozující autobusovou dopravu – **Student Agency** (<https://www.studentagency.cz/>; <https://www.regiojet.cz/ceny-a-jizdenky/slevy-75-procent-pro-studenty-a-seniori/>), **Flixbus** (<https://www.flixbus.cz/dojizdeni/studenti-a-seniori-75-procent-sleva/>). Proč to tedy nevyužít a vytáhnout trochu paty z Prahy (Plzně, Hradce Králové)? V Čechách je kromě krásné přírody s národními parky (Krkonoše, Šumava), chráněných krajinných oblastí (např. Český ráj) k vidění spousta hradů a zámků, historických i architektonických památek, takže je jistě z čeho vybírat.

NABÍZÍME VÁM PROTO JEN PÁR OSVĚDČENÝCH TIPŮ DO ZAČÁTKU

V okolí Prahy se dá vyrazit buď na klasické turistické atrakce, jako např. **Karlštejn** (<https://www.hrad-karlstejn.cz/cs/>), **Konopiště** (<https://www.zamek-konopiste.cz/cs/>), do **Kutné hory** s pověstnou kostnicí v Sedlci (<https://www.kutnahora.cz/>, <https://www.sedlec.info/kostnice/>)

... a nebo pak na výlety do přírody – např. do parku u **Průhonického zámku** (zvlášt' na jaře a na podzim) <http://www.pruhonickypark.cz/cs/>, do **Sv. Jana pod Skalou** (<https://www.svatyjan.cz/>), **Iomu Amerika** (<https://www.hrad-karlstejn.cz/cs/typy-na-vylet/14245-lom-velka-amerika>), **Koněpruských jeskyní** (<http://jeskyne.cesky-kras.cz/>), na **hrady Točnick a Žebrák** (<https://www.hrad-tocnik.cz/cs>, <https://www.hrad-zebrak.cz/cs>) apod.

Z Plzně se můžete vydat třeba na **hrad Kozel** (<https://www.zamek-kozel.cz/cs/>), prozkoumat naučnou stezku **Po stopách slovanských bohů** (<https://www.infocesko.cz/content/plzensko-turistika-naucne-stezky-naucna-stezka-cesta-slovanskych-bohu.aspx>) nebo si udělat výlet na **hrad Rabí** (<https://www.hrad-rabi.eu/cs/>).

Trochu časově náročnější výlety po Čechách pak mohou být např. do **Českého Švýcarska** (<https://www.ceskesvycarsko.cz/cs/>), do **Českého Krumlova** (<http://www.ckrumlov.info/php/>), nebo **Karlových Varů** (třeba v létě na proslavený **filmový festival** <https://www.karlovyvary.cz/cs>, <https://www.kviff.com/cs/uvod>, což může být pro zahraničního studenta hodně zajímavý zážitek).

Z Hradce Králové si vyjed'te např. do **Babiččina údolí** (<https://www.ratiborice-babiccinoudoli.cz/babicino-udoli/>), na **Hrádek u Nechanic** (<https://www.zamek-hradekunehanic.cz/cs/>), nebo navštivte **Hospital Kuks** (<https://www.hospital-kuks.cz/cs/>), kde je mimo jiné také České farmaceutické muzeum.





**PŘEJEME VÁM HODNĚ
FAJN ZÁŽITKŮ A NOVÝCH
PŘÁTELSTVÍ NA CELÝ ŽIVOT!**

<https://cuni.cz/UK-10217.html>