

---

# Podpořené projekty výzvy 1/2021

---

## Standing Committee On Medical Education

**Žadatel:** Ema Neslušanová, IFMSA

IFMSA sekce SCOME (Standing Committee On Medical Education) se věnuje zkvalitňování medicckého vzdělávání na fakultě skrze projekty jako Medické doučování, Poznej Svoji Specializaci či StudySmart (a mnohé další). Finanční prostředky z grantu by byly využity na zlepšení těchto tří, výše jmenovaných projektů – konkrétně skrze finanční odměny pro lektory doučování a nákup mikrofonu do nahrávacího studia pro tvorbu podcastů.

Medické doučování bylo u nás na fakultě pilotně spuštěno ještě v akademickém roce 2019/2020, ale právě v době online výuky nabylo pro studenty, obzvláště prvního ročníku, mnohem většího významu. Projekt se skládá z doučovacích online workshopů probíhajících přes platformu MS Teams zaměřených na nejproblematictější témata z oborů biochemie, histologie, embryologie, fyziologie, anatomie, patologie a patofyziologie. Workshopy se konají vždy před průběžnými testy, zápočty nebo zkouškami a konkrétní datum závisí také na dostupnosti lektorů. Doučování je určeno pro studenty prvního až třetího ročníku jak českého, tak i anglického kurikula. V průměru se pro každé kurikulum a ročník uskuteční asi 2 – 5 doučování za semestr. Za tenhle akademický rok, se nám již podařilo zrealizovat celkem přes 35 workshopů, kterých se pravidelně zúčastňuje celkově více než 400 studentů.

Zásadní součástí projektu ovšem tvoří především velké množství (aktuálně 58) starších studentů – lektorů, kteří se svým mladším kolegům věnují zcela dobrovolně a ve svém volném čase. Jelikož jsou tyto lektory pro projekt naprosto klíčoví, rádi bychom ty, kteří s námi pravidelně spolupracují a jsou na ně pozitivní ohlasy, motivovali k dlouhodobé spolupráci finanční odměnou. Věříme, že díky této motivaci budeme moci naše workshopy zkvalitnit a také zabezpečit dostatek lektorů během časově vyčerpávějších období, jako je třeba zkouškové období.

## Postpandemic Mental Health

**Žadatel:** Hana Komárková

V rámci projektu Postpandemic Mental Health – pomoc pro ty, kteří pomáhají – bychom chtěli upozornit na duševní problémy, jejichž výskyt v populaci se v době pandemie zvýšil. Jednou ze skupin, která se setkávala s velice specifickým prostředím bez toho, aniž by jí byla poskytnuta náležitá podpora a supervize, byli studenti zdravotnických oborů.

## Medici PRO Očkování

**Žadatel:** Petra Lišková

Cílem tiskové konference je otevřít debatu o tom, jak probíhala v předešlém roce komunikace mezi médii a veřejností v tématech týkajících se vakcinace a přinést tipy, jak o tématu vakcín informovat v budoucnu. V poslední době se ukázalo, jakou obrovskou sílu má očkování ve vztahu k prevenci infekčních onemocnění, i přesto o jeho zásadní roli pro veřejné zdraví stále někteří lidé pochybují. Klesající proočkovanosť povinnými vakcínami a s tím spojené znovuobjevování se infekcí, které se již téměř nevyskytovaly, může do budoucna představovat závažný problém. Myslíme si, že je důležité toto téma otevřít a zkušenosti získané v době pandemie Covid-19 nám mohou pomoci najít efektivní způsob, jak toto téma přiblížit veřejnosti. Naším cílem je poskytnout médiím odborné a ověřené informace o tom, jak veřejnosti předávat fakta týkající se zdraví a očkování, a jak se vyvarovat škodlivým zavádějícím sdělením. Přínos našeho projektu nespočívá jen v informování o aktuálních tématech v rámci boje proti pandemii Covid-19, projekt má dlouhodobý potenciál a věnuje se očkování v širším kontextu. Již nyní navazujeme spolupráce s organizacemi a společnostmi - např. Odborná společnost praktických dětských lékařů a tím zvyšujeme kredibilitu projektu i šíří našeho působení. Naším cílem je v tom i nadále pokračovat, proto hledáme možnosti jak dostat naše sdělení k co největšímu počtu obyvatel. Uspořádáním tiskové konference bychom chtěli oslovit novináře a zapsat náš projekt do jejich povědomí. Navázání spolupráce s médii považujeme za klíčové, protože projekt má smysl pouze pokud se naše sdělení dostane k lidem, kteří informace z médií čerpají.

# Studentská Hybernská proti pandemii

**Žadatel:** Studentská Hybernská

Studentská Hybernská proti pandemii si vytyčila za cíl navrátit studentský život do Kampusu Hybernská.

S ohledem na probíhající pandemii se zaměříme na zmírnění následků pandemie Covid-19 mezi studenty.

Vytvoříme prostor Studovny pro sérii přednášek, které budou reflektovat uplynulé období, zaměříme se na psychické zdraví studentů a studentek, zorganizujeme vědecký panel ohledně očkování. Napomůžeme zájemcům z UK najít pracovní příležitosti nejen v neziskovém sektoru.

Dále studentům a studentkám poskytneme prostor a poradenství při pořádání kulturních akcí v návaznosti na probíhající pandemii formou festivalů, swapů, reusing workshopů, panelových diskuzí a vědeckých seminářů.

Ve spolupráci se studentskými spolky analyzujeme akutní potřeby studentů a studentek, které zakomponujeme do programu Studentské Hybernské.

## 8-týdenní kurz Snižování stresu pomocí všímavosti pro studenty oborů pomáhajících profesí na UK

**Žadatel:** Julie Motlová

Projekt spočívá v realizaci 8-týdenního kurzu Snižování stresu pomocí všímavosti (z anglického Mindfulness-Based Stress Reduction - MBSR) pro 10 studentů pomáhajících profesí studujících na Univerzitě Karlově.

Účastníci kurzu si osvojí praktické techniky zvládnání stresu použitelné v každodenním životě a naučí se klíčové principy meditace. Absolventi MBSR kurzů vykazují zvýšenou odolnost vůči stresu, lépe se soustředí i učí, efektivně regulují emoce a zvyšuje se u nich míra empatie. Zejména v pomáhajících profesích jsou tyto aspekty zásadní pro poskytování kvalitní péče klientům a pacientům, i pro zachování vlastní duševní integrity u studentů pomáhajících profesí. Pro mnohé z nich byla koronavirová pandemie, distanční výuka i povinné či nepovinné zapojení se do boje s pandemií značným náporům na psychiku. MBSR kurz může pomoci mírnit dopady této zátěže a naučí účastníky efektivní formu duševní hygieny.

Program sestává z 8 skupinových setkání trvajících 2.5 hodiny a 1 celodenního setkání. Setkání se skládá z tréninku jednotlivých meditací, společné diskuse a každé setkání je zaměřeno na konkrétní téma, např. „všímavá práce se stresem“ nebo „mezilidská všímavost“. V průběhu týdne pak probíhá každodenní samostatná meditační praxe (cca 45 min) dle audionahrávek.

Účastníci obdrží neomezený přístup k audionahrávkám jednotlivých meditací a pracovní sešit s informacemi ke každému setkání. Kurz bude probíhat na platformě ZOOM, kvůli případným podzimním epidemiologickým opatřením souvisejících s pandemií COVID-19 (např. povinnost nosit roušky v uzavřených prostorách). Program je v českém jazyce.

## Univerzitní zkušenost - univerzální řešení? Česko-vlámský dialog

**Žadatel:** Myriam Zápálová

Pandemie COVID-19 přinesla dalekosáhlé důsledky pro studenty vysokých škol jak v rovině individuální, tak i pro jejich postavení jako sociální skupiny. Projekt přináší platformu, která umožní otevření diskuse ohledně škod, rizik a příležitostí spojených s pandemií COVID-19 ve vysokoškolském prostředí přímo mezi studenty, a to napříč hranicemi národních systémů. Domníváme se totiž, že možnost studentů (včas a kvalitně) participovat na debatě o konkrétních opatřeních, ale i koncepčních rozhodnutích, je výrazně limitována právě tím, že vysokoškolské politiky se odehrávají v národních rámcích. Projekt si proto klade za cíl na vzorku studentů Univerzity Karlovy a Univerzity Antverpy etablovat a otestovat formát debaty, který by propojil studenty ze dvou systémů a umožnil jim vést koncepční, rešeršemi podloženou strukturovanou myšlenkovou výměnu o konkrétních aspektech vysokoškolského studia v době pandemie a po ní v nízkoprahovém formátu student2student. Kromě srovnání studentské zkušenosti by projekt umožnil recipovat v českém prostředí vlámské prostředí a příklady dobré praxe, které se při překonávání pandemie objevily.

Projekt pracuje se 4 tematickými okruhy (student jako partner do debaty – mobilita a internacionalizace – studentský život a jeho kvalita – mediální obraz studentů) a debatu strukturovanou do třítydenních etap ke každému z nich podkládá rešeršemi pramenné základny, odborné literatury, mediální debaty, kombinovanými s vyhodnocením zkušeností „přímých uživatelů“.

Projekt se snaží ukázat výhody zapojení filologicko-areálových studií při recepci zahraniční dobré (nebo špatné) praxe a rychlost takového řešení oproti čekání na recepci přes angličtinu nebo upožďování zkušeností z neanglickojazyčných univerzitních kultur.