

Työssäoppimisjakso Toronton Suomi-Kodissa 1.5.-30.5.2015

Perustiedot

Opiskelen lähihoitajan tutkintoa oppisopimuksella Luksiassa. Suoritin Vanhusten kotihoidon ja huolenpidon työssäoppimisjaksoni Suomi-Kodissa Kanadassa, Torontossa 1.5.-30.5.2015 välisenä aikana.

Työpaikan yhteystiedot:

*Suomi-Koti, Toronto
795 Eglinton Avenue East,
Toronto, Ontario, M4G 4E4*

<http://www.suomikoti.ca/>

Tietoa työpaikasta, työtehtävistäni ja perehdytyksestä

Työpaikkani Torontossa oli ikäihmisille tarkoitettu Suomi-Koti, jossa oli pitkäaikaishoivaosasto 7 kerroksessa sekä kerrokset 1-6, jossa asui itsenäisiä tai tuettua asumista tarvitsevia ikäihmisiä. Kotihoito toimi näissä kerroksissa, ja toimisto oli ensimmäisessä kerroksessa. 7 kerroksessa taas oli ympärivuorokautinen henkilökunta ja siellä asui kolmisenkymmentä paljon tai erityisen paljon tukea tarvitsevaa asukasta. Kaksi kellarikerrosta olivat yleisiä tiloja, joissa oli mm. lääkärin vastaanotto, pankki, apteekki, parturi, ruokasali ja laitoskeittiö, kirjasto, sauna ja uima-allas, kuntosali sekä pesula.

Työskentelin itse sekä kotihoidon että hoivaosaston puolella, työtehtäviini kuului asukkaiden perushoito ja seuranpito, vapaa-ajan toiminta, ruokailussa avustaminen, syöttäminen ja lääkkeiden antaminen vastaavan sairaanhoitajan (RN) valvonnassa.

Vein myös kerran yhden asukkaan "Rehab-Centeriin", olin siis saattajana mukana taksissa, vein mukani tarvittavia papereita ym. ja palasin takaisin pyörätuolin kanssa julkisilla. Taksirahat menivät asukkaan omasta pussista, joten tuli asukkaalle halvemmaksi kun tulin julkisilla takaisin.

Kotihoidon työntekijät tulevat töihin klo 7:30 ja aloittavat kierroksensa alakerran toimistolta. Asuntoja on yhteensä kerroksissa 88 mutta vain pieni osa asukkaista tarvitsee kotihoidon palveluita, kuten lääkkeiden antoa, aamu- ja iltatoimissa auttamista, siivoamista tai ateriapalvelua.

Tutustuin Suomi-Kodissa ensimmäisenä hoivaosaston ylihoitajaan, Leila Carnegien. Ensimmäisenä päivänä hän piti meille muiden samoihin aikoihin tulleiden kanssa orientaatiopäivän, jossa käsiteltiin mm. aseptiikkaa, turvallisuus- ja palokoulutusta, asukkaan kohtaamista ja kohtelua, paikallisia lakia ja sääddöksiä sekä muistisairauksia ja sitä miten ne vaikuttavat ihmisiin.

Hänen lisäksi tapasin työssäoloajanani mm. Suomi-Kodin johtajan Juha Mynttisen, vapaaehtoistyöstä ja viriketoiminnasta vastaavan henkilön, ravitsemuksesta vastaavan henkilön, toimistotyöntekijöitä, kirjanpitäjiä, yövuorolaisia ja erityisen paljon eri vapaaehtoistyöntekijöitä.

Perehdytyksen sanoisin olevan työpaikallani melko heikossa asemassa, kukaan ei tuntunut aluksi haluavansa opiskelijoita "taakakseen", tai sitten oli epävarmaa että ketä meidän nyt pitäisi seurata. Kuitenkin työntekijät huomasivat nopeasti että meistä onkin enemmän hyötyä kuin haittaa ja pääsimme paremmin auttamaan heitä. Toki opiskelijoita on aina kaikenlaisia, toisilla enemmän työkokemusta ja toisilla vähemmän, joka heijastuu sitten työpaikalla siihen kuinka paljon opiskelija tarvitsee ohjausta. Itseäni ei tämä kuitenkaan juuri haitannut, sillä oma työkokemus kompensoi perehdytyksen laatua.

Sopeutuminen työpaikkaan ja kohdemaan kulttuuriin

Työpaikallani käytettiin virallisesti joko englannin tai suomen kieltä. Henkilökunnalle oli ohjeistuksena että Suomi-Kodissa saa kuulua vain suomen tai englannin kieltä, taukotilassa sitten kukin saa puhua mitä kieltä haluaa. Henkilökunta oli hyvin monikulttuurista joten kieliäkin riitti.

Itse puhuin asukkaille pääasiassa suomea, ainakin kaikille jotka sitä parhaiten ymmärsivät, ja kyllä he tykkäsivätkin kovasti kun oli joku jonka kanssa kommunikoida suomen kielellä. Henkilökunnan kanssa pitikin suurimmaksi osaksi käyttää englantia, sillä moni Aasiasta kotoisin oleva työntekijä ei montaa sanaa suomea osannut.

Tästä johtuen huomasin ajoittain kielimuuria ja väärinymmärryksiäkin asukkaiden ja työntekijöiden välillä, kun työntekijät puhuivat asukkaille hieman huonoa englantia ja useat asukkaat puhuivat suomeksi takaisin. Asukkaat ja työntekijät eivät välttämättä ymmärtäneet toisiaan ja heikentynyt kuulo sekä erilaiset puheentuoton vaikeudet tekivät tilanteista entistä haastavampia, ja saattoi aiheuttaa aggressiivisuutta siihen taipuvaisissa ikäihmisissä.

Itse osaan englantia niin hyvin että koin pärjääväni kaikissa tilanteissa hyvin, isoja väärinkäsityksiä ei tullut ja viestini sain aina perille.

Suomalaisen ja Kanadalaisen työkulttuurin välillä huomasin useita pieniä ja vähän suurempiakin eroja varsinkin muutaman ensimmäisen päivän aikana. Positiivista oli se kuinka lähes kaikki työntekijät, asukkaat ja alempien kerrostenkin tuntemattomimmat asukkaat hymyilivät, tervehtivät ja kyselivät vointia. Tämä kun ei Suomessa ole aivan tavallista, ainakaan samalla volyyymilla kuin Kanadassa. Välillä tuntui että poskilihakset puutuvat siitä kaikesta hymyilemisestä!

Myös eroa oli työajoissa, tai oikeastaan niiden asettelussa. Aamuvuoro alkoi klo 6:30 ja kesti 15:30 asti, eli 8 tunnin työpäivä kuten Suomessa. Mutta iltavuoro alkoi vasta 15:30 ja kesti 22:30 asti, joka on aika myöhään. Lisäksi ihmettelimme että aamu- ja iltavuoro ei ole ns. päällekkäin ollenkaan, miten he pystyvät kertomaan vuoron tärkeät asiat seuraaville vuorolaisille? Yövuoro oli klo 22:30-6:40, tässä varattu 10 minuuttia yön raportointiin. Suomessa olen tottunut että päivällä ollaan aamu- ja iltavuoron välillä 2 tuntia päällekkäin, sekä yövuoro on puoli tuntia aamuin illoin toisten vuorojen kanssa päällekkäin. Taukoja työntekijöillä oli yksi 30 minuutin ruokatauko ja yksi 15 minuutin kahvitauko.

Aikataulut olivat Torontossa, ainakin omien kokemusten perusteella, hieman "venyvämmät" kuin Suomessa olen tottunut. Montaa tapaamista Suomi-Kodin eri tahojen ja työntekijöiden kanssa saimme odotella sovittua aikaa kauemmin, tai henkilöä ei löytynyt ollenkaan. Joskus ei tieto esim. ylihoitajan ja toisen työntekijän välillä kulkenut hyvin. Kuitenkin saimme lopulta tavattua kaikki henkilöt joita meidän olikin määrä tavata.

Pieniä eroja huomasin ihan käytännön toimintatavoissa, kuten miten siellä hoidettiin sängyssä pesut vedellä reilulla kädellä kauhoen ja jokaiselle laitettiin joka vaipanvaihdon jälkeen perusvoidetta takapuoleen ennen uutta vaippaa. Muuten se perus hoitotyö oli hyvin saman kaltaista kuin mihin olen itse tottunut, samanlaisia ihmisiä me kaikki olemme perustarpeinemme missä päin maailmaa tahansa.

Eroja näkyi myös työntekijöiden työtehtävissä ja ns. nokkimisjärjestyksessä. Kun Suomessa olen tottunut siihen että vuorossa olevat muutama lähihoitaja tekee asukkaiden kanssa perushoitotyötä sekä lääkkeiden antamista. Yksi sairaanhoitaja on vuorossa, ja tekee mm. tarvikelauksia ja muuta toimistotyötä sekä sairaanhoidollisia toimenpiteitä. Lisäksi vuorossa voi olla pari hoiva-avustajaa, jotka lähinnä siivoavat ja auttavat esim. ruuan jakamisessa.

Suomi-Kodilla taas oli aamuvuorossa neljä "personal support workeria" (PSW=vastaa Suomen hoiva-avustajaa), jotka hoitivat kaiken perushoidon, mutta lääkkeisiin he eivät saaneet koskea. Lisäksi vuorossa oli yksi "registered nurse" (RN=vastaa Suomen sairaanhoitajaa) sekä yksi "registered practical nurse" (RPN=vastaa Suomen lähihoitajaa), jotka vastasivat lääkehoidosta ja kaikki työntekijät vastasivat vuorossa olevalle RN:lle, joka tuntui olevan hyvin arvostettu vuorossa. Eli sairaanhoitaja eikä lähihoitaja eivät juuri ollenkaan osallistuneet potilaiden perushoittoon, kuten vaipanvaihtoon, syöttämiseen tai muuhun vastaavaan.

Käytännön järjestelyt asunnon ja työmatkojen suhteen

Asuimme niin sanotussa "Host familyssä" eli isäntäperheessä. Perheen isä Heikki Ylänkö oli Suomi-Kodin lääkäri, hän piti vastaanottoaan "Leaside Health Center" Suomi-Kodin alakerrassa. Perheen äiti Tarja Ylänkö taas toimi paikallisen Suomi-Koulun johtajana. Heillä oli neljä lasta, kaksi poikaa ja kaksoistyttäret, Suvi ja Satu. Yksi poika perheineen asuu Torontossa ja toinen perheineen Suomessa. Satu perheineen asuu Kanadan Victoriassa ja toinen kaksosista, Suvi, asuu vielä kotonaan. Perhe on hyvin musikaalinen ja perheen tytär Suvi toimii Suomi-kodillakin musiikkiterapeutina.

Sain oman viihtyisän huoneen aivan Suvin huoneen vierestä neljännessä kerroksesta, maasta toisella tasolla. Vuokraa perhe perii 150 euroa viikolta eli maksoin kuukaudelta 600 euroa, vuokra maksetaan käteisellä. Vuokraan kuuluu sähkö, vesi, internetyhteys (wifi) sekä ruoka! Ja siitä perhe piti huolta että aina oli ruokaa saatavilla, he halusivat todella pitää asukeistaan huolta. Asunnossa oli kaksi suihkua vessoineen ja sauna kaikkien käyttöön. Pesukonetta ja kuivausrumpua sai käyttää tarpeensa mukaan. Samoin koko keittiötä tykötarpeineen. Takaovesta pääsi takapihalle, josta perhe on tehnyt hyvin viihtyisän. Sääntöjä ei meille varsinaisesti lueteltu, muuta kuin että saamme olla kuin kotonamme. Ja kun vieraassa paikassa ollaan näin hyvässä hoidossa, on varmasti syytä muistaa ihan yleiset kohteliaisuussäännöt, kuten että ei metelöidä yöllä tai lukittauduta wc:hen tunniksi kylpemään.

Perhe oli varmasti paras mitä toivoa saattaa, ja voin suositella sitä kaikille opiskelijoille tulevaisuudessakin! Perheen isää ei paljoa näkynyt arkena kotona sillä hän teki pitkää päivää Suomi-Kodin lääkärinä. Perheen äiti ja tytär olivat kotona, mutta heillä oli jos jonkinmoista menoakin, johon he usein kutsuivat meitäkin mukaan. Perhe oli todella avulias ja pääsin heidän kanssaan sellaisiinkin paikkoihin joihin en turistina tai muuten olisi tullut menneeksi, kuten paikalliset polttarit eli "bridal shower" ja sinfoniaorkesterin konsertti alennuslipuilla Roy Thomson Hallilla. Näitä ihmisiä jäi ikävä!

Työmatkoja (sekä vapaa-ajalla liikkumista) varten ostimme kuukausilipun julkisiin. Lippu oli voimassa koko toukokuun ajan, eli lippu kannattaa aina hankkia kuun alussa jotta siitä saa koko hinnan edestä

irti, ja se maksoi 141 Kanadan dollaria joka on noin 100 euroa (Kurssi 1.6.2015). Sillä saa liikkua rajoittamattomasti koko kuukauden ajan TTC:n liikennevälineissä, metrolla, busseilla. Työmatkaan sai varata reilusti aikaa, sillä bussia joutui kerran vaihtamaan ja aikataulut pitivät harvoin paikkansa. Aamulla täytyi lähteä kodilta klo 5:40 bussipysäkille jotta ehti aamun ensimmäiseen bussiin joka vei seuraavalle pysäkille. Näin olimme työpaikalla noin 6:20 ja ehdimme valmistautumaan vuoroomme. Paluumatkat kestivät jopa pidempään, kerrankin 2 tuntia, vaikka etäisyyttä työpaikan ja kodin välillä oli noin 15 km! Iso kaupunki, usein ruuhkia, ehkä liikenneonnettomuuksia sattunut tai tiettyö hidastaa.

Vapaa-aika

Vapaa-ajalle riitti tekemistä, kokemista ja nähtävää enemmän kuin tarpeeksi! Isossa kaupungissa olisi niin paljon nähtävää että täytyy vain valita mitkä asiat ovat itselle tärkeimpiä ja on tärkeää kuitenkin sallia itselleen lepoaikaa ja latautumista riittävästi! Jo aikaero, uusi ympäristö, kulttuurierot, kaupunkielämä ja uuden prosessointi vievät itsessään paljon energiaa.

Luonnollisesti tavoitteenamme oli nähdä suurimmat nähtävyydet Torontossa, kuten CN-Tower ja Niagaran putoukset, ja niiden lisäksi kävimme erilaissa museoissa, konserteissa, tapahtumissa, eläintarhassa ja monessa muussa paikassa. (ks. kuvia liitteessä)

Tutustuin luokkakaverini kanssa moneen uuteen sekä suomalaisen että paikalliseen ihmiseen, sekä perheen kautta että työpaikan kautta. Pidimme erityisesti yhtä työpaikalla tutustumiimme pääosin suomalaisiin lähihoitaja ja sosionomi opiskelijoihin. Heidän kanssaan vietimme myös vapaa-aikaa mm. huvipuisto Canada's Wonderlandin ja illanvieton merkeissä. Pidämme yhä yhteyttä heihin facebookin kautta ja suunnittelemme kesällä tapaavamme vielä Suomessa. On aina mukavaa tutustua uusiin ihmisiin ja Torontossa olimme kaikki samassa veneessä, kuitenkin jokainen omalla matkallaan.

Työpaikka ei itsessään järjestänyt vapaa-ajan toimintaa työntekijöille ainakaan sinä aikana kun olin paikalla, mutta toiseksi viimeisellä viikolla juhlistettiin hoitajien viikkoa "Nurse's week". Silloin oli joka päivä jos jonkinlaista herkkua tarjolla työntekijöiden taukokuoneessa, suklaasta tacoihin.

Paikallinen Suomi-Kanada yhdistys järjestää Spring Finn festivaalin joka kesä ja siihen liittyviä tilaisuuksia pitkin kevättä ja kesää. Pääsimmekin perheen kanssa osallistumaan yhteen tapahtumaan, joka avasi tämän vuoden festivaalit.

Miten kuvani muuttui kohdemaasta ja mitä opin?

Kuvani Kanadasta ja Torontosta oli aikalailla sellainen kuin kokemuksenikin, vaikka en Kanadassa ole ennen ollutkaan. Olen ollut USAssa ja sen pohjalta minulla oli omia ennakkokäsityksiä siitä millainen ympäristö tulisi olemaan, ja kyllä Kanada näin suomalaisen näkökulmasta muistutti paljon Yhdysvaltoja ja heidän kulttuuriaan.

Pääsimme lähinnä nyt näin lyhyessä ajassa näkemään vain Kanadan yhden puolen: pääkaupungin vilinän ja kiireisen kaupunkielämän. Tiedämme kuitenkin että Kanadalla olisi vielä monet kasvat näytettävänä, rauhallisesta luonnosta jylhiin vuoristomaisemiin, järviin ja syksyn vaahteraruskaan.

Kuitenkin olen erittäin tyytyväinen kokemukseeni ja siihen että sain elää ja kokea Torontolaista arkea. Vaikka vielä ennen matkaani ajattelin että olisi hienoa asua jossain suurkaupungissa vuosi

pari, niin tämän kokemuksen kautta opin kuinka kuluttavaa elämä on suuressa kaupungissa kaiken hulinan, metelin ja aistiärsykkeiden kanssa. Kaipasin eniten matkan jälkeen omaa rauhaa, metsää ja koskematonta luontoa. Todella hieno ja opettavainen kokemus.

Luonnollisesti opin myös miten Kanadassa tehdään hoitotyötä, ainakin pintaraapaisun verran. Koko ajan oppii lisää. Opin myös arvostamaan asioita jotka ovat hyvin Suomessa, kuitenkin vanhustenhoito on Suomessa melko hyvällä tolalla verrattuna moniin muihin maihin. Ja vaikka sekä Suomi-Kodilla ja Kanadassa sekä Suomessa on kehittämisen varaa, niin juuri tällaisella kansainvälisellä tutustumisella voimme viedä ja tuoda uusia ideoita sekä muualle että tänne Suomeen.

Lisäksi ulkomaanjakso toi lisää valmiuksia kaikin tavoin toimia ammatillisemmin työssään, antoi lisää itsevarmuutta ja uutta näkökulmaa moniin asioihin, sekä laajensi omaa maailmankatsomusta.

Miten tulevaisuuden opiskelijoiden on hyvä valmistautua lähtöön?

Voin ehdottomasti suositella ulkomaan työssäoppimista jokaiselle avaran mielen omaavalle itsenäiselle ja rohkealle opiskelijalle hienona kokemuksena. Kuitenkin kannattaa Suomi-Kodillekin työharjoitteluun mennessä pitää pilke silmäkulmassa, ja ottaa rennosti, kokemuksen kannalta. Neljässä viikossa ei kuitenkaan paikan toimintatapoihin saa aikaiseksi suurta muutosta ja tarkoitus olisikin lähinnä vertailla Suomen ja Kanadan eroja sekä työssä että muutenkin kulttuurillisesti.

Koulu on avustanut mielestäni hienosti kaikissa tarvittavissa paperiasioissa ja kyselyt onko lennot ja asumiset hoidettu hyvissä ajoin. Paljon täytyy toki nähdä vaivaa ja matkaa onkin hyvä alkaa suunnittelemaan ajoissa, itse tiesin matkasta noin vuoden etukäteen. Täytyy saada hyvissä ajoin mm. lennot, asunto, anoa apurahoja sekä koulun kanssa järjestää teoriaopinnot sujumaan niin että matkallelähtö on mahdollista. Itse säästin vuoden ajan sekä matkaa varten että kuukauden menoja varten Suomessa, sillä työnantajallani tällaiset ulkomaanjaksot ovat palkattomia. Sain onneksi tukea Luksian oppisopimustoimistolta, koululta ja Konkordia-liitolta opintososiaalisten etuuksien, stipendin ja apurahan myötä. Kaikkien naispuolisten opiskelijoiden kannattaa ehdottomasti hakea ajoissa Konkordia-liitolta apurahaa, vaikka työtä riittikin. He vastaanottavat hakemuksia joka vuoden alussa ja liitteitä tarvitaan mukaan vino pino. (www.konkordia-liitto.com)

En kaiken sujuvuuden kannalta suosittelisi opiskelijoita tekemään minkäänlaisia tutkintotilaisuuksia ulkomailla, Suomi-kodillakaan ei varmasti olisi resursseja ottaa vastaan näyttöjä. Paras on mennä vain työssäoppimaan, näin ei tule turhia paineita mistään mitä pitäisi suorittaa jos kaikki asiat eivät ole itsestä kiinni. Kaikki ei aina mennyt Suomi-Kodilla kuten ehkä oli sovittu.

Ajankohtana toukokuu oli täydellinen kuukausi, riittävän lämmintä ja jopa kesäistä. Kesäaikaan kaupungista saa eniten irti kaikin tavoin. Talvella voisi olla rankempaa kun on kylmä ja pimeä kun menee töihin aamuarhaisella ja pääsee pois iltapäivällä. Nyt oli puut vihreitä, lämmintä ja vapaa-ajallakin mukava olla ulkona.

Englannin kieltä on hyvä osata vaikka Suomi-Kodissa voi suomeakin puhua. Englantia tarvitsee paljon toisten työntekijöiden kanssa ja tietenkin vapaa-ajalla. Mutta kynnys on ehdottomasti pienempi hieman epävarmemmallekin kun asuu suomenkielisessä perheessä ja työskentelee Suomi-Kodilla.

On myös hyvä muistaa, erityisesti jos ei ole ennen matkustellut, että arki ja ihmiset ovat loppujen lopuksi hyvin samanlaisia missä tahansa maailman kolkassa, eli työ tai arki ei ole sen enempää "glamouria" Kanadassa kuin täällä kotisuomessa tai omalla työpaikalla.

Kaiken kaikkiaan todella opettavainen kokemus, ja voin sanoa että tämän matkan jälkeen olen väsynyt mutta onnellinen ja takataskussa paljon uusia kokemuksia, muistoja, opetuksia ja ystäviä:)

Näkymä Islannin yltä, jossa oli meidän välilaskeutuminen:





Vihdoin selvitty Toronton lentokentälle:

Host-perheemme tytär Suvi tuli ystävällisesti noutamaan meidät lentokentältä:



Kuvia Host-perheen kodista ja huoneestani:





Emilia Oja
HOIKK00194

Kuvia työpaikaltani Suomi-Kodista:



Ensimmäinen päivä, orientaatiopäivä:



Emilia Oja
HOIKK00194

Toiminta- ja vapaaehtoistyön toimistokin oli Suomi-Kodilla (vapaaehtoisia kirjoilla toista sataa Suomi-Kodilla!)



Asukkaiden kansiot sairaanhoitajan/lähihoitajan toimistossa:



Sisustuksessa paljon suomalaisia maisemia, karttoja ja muuta:



Emilia Oja
HOIKK00194

Tiedotusväline asukkaille ja omaisille: tv-ruutu jossa ajankohtaisia kuvia, uutisia, tapahtumia, päivän ruoka, nimipäiväsankarit jne:



Asukkaiden huone hoiva-osastolla. Yhdessä huoneessa asui 1-4 asukasta ja jokaisessa huoneessa oli oma wc, mutta suihkuja oli vain yksi, joka oli yhteisessä käytössä.





Nurse's station, eli hoitajien tiski: hälytyslaitteiden taulu, lääkkeidenjakopiste, tietokoneet ja kopiokoneet ym:



Lääkkeidenjakopisteen lokerikko:



Sosionomiopiskelijat tekevät asukkaista heitä ja läheisiä haastatellen muistokirjoja joista voi lukea asukkaan historiasta ja elämänkerrasta:



Näkymiä 7 kerroksen hoivaosaston yhteiseltä parvekkeelta:



Nurse's weekin kunniaksi tarjoiluja taukokuoneen pöydällä:



Pieni pala vapaa-ajasta:

CN-Tower:







Minä ja muut opiskelijat Suomi-Kodilta:

