

Ikäihmisten hoitotyötä oppimassa Tukholman Suomikodissa 3.9. - 2.11.2018



Valokuva: Taina Andreev

”Puhelinlangat laulaa ja taivaalla loistaa kuu...” laulaa Katri Helena, keittiöstä kantautuu hernekeiton tuoksu ja Marimekko-kangasta löytyy niin verhoista kuin työntekijöiden essuistakin. Aloittaessani vanhustyön ensimmäisen työssäkouluttautumisjaksoni Suomikodissa, en aluksi juurikaan tuntenut saapuneeni ulkomaille. Yhteinen kieli työntekijöiden ja suurimmaksi osaksi myös asukkaiden kanssa, suomalaiset perinteet ja vieläpä suomenkielinen vuokraemäntä tekivät ulkomaanharjoittelusta kotoisan. Oli helppo päästä työyhteisöön mukaan ja tutustua asukkaisiin. Kuitenkin ajan myötä eroavaisuuksiakin

löytyi (mikä oli positiivinen asia), ja vapaa-ajalla pääsin tutustumaan enemmän myös ruotsalaiseen elämänmenoon. Ja olihan se hernekeittokin erilaista, ruotsalaiset tekevät sen nimittäin keltaisista herneistä vihreiden sijaan :).

Palveluasumista yhdelle Ruotsin vähemmistöistä

Suomikoti tarjoaa ympärivuorokautista hoivaa ja hoitoa ikäihmisille suomen kielellä noin kahdeksan kilometrin päässä Tukholman ydinkeskustasta, kätevästi metrolinjan varrella. Ympäristö on rauhallista ja luonnonkaunista. Asukkaita Suomikodissa on reilu viisikymmentä, kolmessa kerroksessa ja kuudella eri osastolla, joista neljä on ns. dementia- ja kaksi sairaanosastoa. Lähihoitajien lisäksi Suomikodissa työskentelee hoito- ja



Valokuva: Taina Andreev

kuntoutustyössä sairaanhoitajia, geriatri, fysioterapeutti, toimintaterapeutti ja jalkaterapeutti.

Myös muu henkilökunta, kuten vahtimestari ja siistijä, puhuu suomea.

Ihana Kahvila Nostalgia



Sosionomiopiskelija Julia Vornanen ja lähihoitajaopiskelija Riitta Karppinen tarjoiluvuorossa Kahvila Nostalgiaassa.
Valokuva: Taina Andreev

Suomikodin yksi erikoisuus on kerran viikossa toimiva Nostalgia-kahvila, johon ovat tervetulleita asukkaiden, heidän omaistensa ja henkilökunnan lisäksi myös talon ulkopuoliset ihmiset. Vierailija kahvilassa kerran eräs lähialueen äitikin pienine lapsineen. Kahvilan tarjoiluvuorossa ovat työntekijät ja vapaaehtoiset pukeutuvat tarjoilijan asuihin mustine hameineen ja valkoisine

paitoineen sekä pistävät päälleen Marimekko-kankaisen essun. Tarjottavat leivonnaiset on usein leivottu osastoilla ja ne tarjoillaan hopeatarjottimin pöytiin kauniista astioista. Tunnelma on rento, miljöö positiivisesti hienostunut ja taustalla saattaa soida hiljaa vaikkapa suomalainen tango.

Monenlaista tekemistä ja yhdessäoloa

Aktiviteetteja Suomikodissa tarjotaan paljon. On peliryhmää, jumppaa, tansseja, karjalanpiirakoiden leipomistalkoita, kuorovierailuja, bingoa jne. Vuodenkiertoa hyödynnetään myös: syksyisin on rapujuhlat, ruskanvärisiä lehtiä tuodaan sisälle, keitetään puolukkapuuroa ja omasta puutarhasta voi poimia asukkaiden kanssa yrtejä, kukkia ja perunoita. Kesällä pihalla toimii kioskki, jossa tarjoillaan itsetehtyä jäätelöä. Ja tietysti juhlietaan myös suomalaisia merkkipäiviä, kuten itsenäisyyspäivää ja Kalevalan päivää.



Valokuva: Taina Andreev

Muistikuntoutujien kohtaamista



Inspiraatiota ja silmänruokaa –hankkeen tavoitteena on ollut nostaa esille kauniin kattauksen ja ruoan tarjoilemisen merkitystä. Valokuva: Taina Andreev.

Koska tein harjoitteluni dementiaosastolla, opin paljon uutta erityisesti muistikuntoutujien kohtaamisesta. Musiikki oli osastolla merkittävässä roolissa ja sen käyttöä helpotti valmiiksi koottu CD-kansio, johon musiikki oli lajiteltu tilanteen mukaan sopivaksi, esimerkiksi rauhallista ruokailumusiikkia, aktiviteettimusiikkia jne. Oli hienoa huomata, miten musiikki vaikutti asukkaisiin mieltä piristävästi ja rauhoittavasti. Perinteisten suomalaisten kansanlaulujen, virsien ja iskelmämusiikin

tuntemisesta on hoitajan työssä paljon hyötyä. Samoin värien käytön merkityksen oivalsin kokemuksen kautta: mieleen jäi erityisesti, miten yhden asukkaan kohdalla punainen väri herätti positiivista mieltä. Ohjaajani korosti myös kosketuksen merkitystä, ja huomasinkin, kuinka asukas saattoi tunnistaa hoitajan juuri kosketuksen perusteella. Kontakti olikin usein hyvin hienovaraista ja jokaisen kohdalla yksilöllistä. Muistankin erityisesti, kun alun hankaluuksien jälkeen sain kontaktin erääseen asukkaaseen silittäessäni hänen kättään. Hän vastasi kontaktin ottooni silittämällä peukalollaan minun kättäni.

Esteettisyys huomioidaan monella tavalla Suomikodissa. Astiat ovat kauniita ja värikkäitä. Kahvi tarjoillaan kultareunuksisista ruusukupeista, lautaset ovat syvänsinisiä, joista ruoka on helpompi erottaa, ja juomat tarjoillaan muovisista viinilaseista. Seiniltä löytyy tauluja ja ryijyjä, huonekalut ovat kauniita ja kodikkaita.



Suomalaista tunnelmaa aulatiloiissa, ryijyssä Väinämöinen ja Aino. Huonekalut Martelalta. Valokuva: Taina Andreev.

Osaamisen hyödyntämistä

Suomikodissa myös pyritään hyödyntämään työntekijöiden osaamista, jota on voinut kertyä harrastusten tai aiemman työuran kautta. Käsityötaitoinen työntekijä ompeli essut kahvilaan, tarjoilijana ennen toimineen työntekijän osaamista hyödynnettiin tarjoilukulttuurissa jne. Itse sain tehtäväkseni järjestellä lahjoituksina saadut kirjat aiemman kirjastotaustani takia.

Vaikka Suomikodissa on paljon sellaista, mitä haluan tuoda omaan tulevaan työhöni lähihoitajana, sain kuulla myös kehuja suomalaisesta lähihoitajakoulutuksesta. Sen monipuolisuutta keuhuttiin kovasti. Voimme siis olla ylpeitä myös omasta osaamisestamme.



Suomikodin sauna on vastikään remontoitu. Valokuva: Taina Andreev.



Suomalainen Harjun laulukuoro käy säännöllisesti esiintymässä Suomikodissa. Valokuva: Taina Andreev.

Och samma på svenska

Pääosin Suomikodissa pärjää suomen kielellä, mutta myös ruotsia tarvitaan. Kirjaukset tehdään ruotsiksi, osa asukkaista puhuu myös ruotsia ja esimerkiksi hammaslääkärin kanssa kommunikointi tapahtuu ruotsin kielellä. Koen, että Suomikoti on matalan kynnyksen paikka harjoitella ja parantaa kielitaitoaan. Kollegat auttavat, jos sanat ovat hukassa ja elekieli auttoi, kun hammaslääkäri kertoi minulle, mistä kohtaa asukkaan hampaat tulisi jatkossa harjata entistä huolellisemmin. Haluan kiittää Svenska kulturfonden ja SuPeria, jotka avustivat ulkomaanvaihtoani, ja sain näin positiivisen kokemuksen myös ruotsin kielen käyttämisestä.

Elämää suurkaupungissa

Vapaa-aikaakin jäi, ja siihen Tukholma tarjosi valtavasti erilaisia vaihtoehtoja. Itselleni tärkeiksi tulivat Djurgårdenin kauniit luontopolut, Södermalmin pikkupuotiikit, monet ilmaiset museot ja Mälaren-järven rantapolut. Myös lähellä sijaitsevat Uppsala ja Ruotsin vanhin kaupunki Sigtuna olivat vierailemisen arvoisia paikkoja. Ystävystyimme vuokraemäntäni ja hänen perheensä kanssa, mikä avasi minulle näköalan paikallisten elämään. Niin kuin usein sanotaan, ulkomaanvaihdosta voi todella saada työkokemuksen lisäksi jopa elinikäisiä ystäviä ja majapaikan tulevia reissuja varten.



Rosendalsin puutarhassa pystyi syyskuussa poimi maan kukkia pientä maksua vastaan.

Riitta Karppinen

lähihoitajaopiskelija