

Praktika kokkuvõte. Kokemäki, Henrikinhovi, 29.03-29.04.2016

Christine Selge

Meie praktikakohaks Soomes oli Kokemäki linnas asuv eakate hooldekodu, nimega Henrikinhovi.



Vanadekoduks ei saa seda ka päris nimetada kuna seal oli kahte sorti kliente. Osad olid püsielanikud ja teised olid intervall hooldusel. Intervall tähendas seal seda, et klient tuli sisse paariks nädalaks ja siis läks tagasi koju.

Maja koosnes viiest osakonnast. Kliente majas kokku oli 65 ja töötajaid 50.

Töö kui selline oli ju tegelikult sama mis meil siin, aga seal toimus kõik rahulikumalt.

Töötajatel oli klientide jaoks aega. Kliendid olid nagu ikka inimesed kes tahtsid lobiseda või siis kellele oli vaja sõbralikku õlale patsutust.

Meie igapäeva töö kokkuvõte:

- Kell 7.00 hommikuraport, kus öövahtuse hooldaja annab teada, mis öösel oli toimunud.



<= Ruum, kus toimusid hommikuraport, karaoke, Vappu juhla pidamine, muusikateraapia ja muud suuremad koosolekud.

- Umbes kaheksa paiku hakati siis kliente

„äratama“, oli ju vaja mähet vahetada või teha muid hügieeni toimetusi.

- Hommikusöök toimus siis umbes 8.00 ja 9.00 vahel. Vägisi kedagi voodist välja ei sikutatud, nii et ka pool tundi hiljem oli võimalus saada oma hommikupudru, koos kohvi ja võileivaga.

Mis minu jaoks oli üllatuseks, et siiski kõik inimesed toodi ühte suurde „elutuppa“ ja kedagi ei pandud nn kõrvale, et nagu meil, kui juba voodis oled, siis ole aga edasi. Seal (Soomes) toodi ka pilvedes hõljuvad inimesed ikka „rahvasekka“ ja kogu elu nagu käiski selles suures telekatoas.

- Olenes päevast, aga kuskil kella 10 paiku oli siis klientidel kas võimlemine või tants.
- 11.30 oli lõunasöök, peale mida siis kes tahtis puhkama minna, aidati voodisse.
- 14.00 oli klientidel päevakohvi, mille kõrvale pakuti võileiba ja/või mingit magusat küpsetist.



<= See siis nn suur elutuba, kus kõik on koos ja vaadatakse televiisorit, loetakse lehte, toimub söömine ja vahel mängitakse ka bingot.

- 16.00 oli õhtusöök. Peale mida sai pandud mõned väsinumad kliendid

voodisse.

- 18.00 oli siis õhtuode, mis minu üllatuseks, koosnes taas kohvist ja võileivast. Kes oli juba eelnevalt voodisse pandud aga veel üleval, siis nemad said nautida luksust süüa oode voodis ☺

Üldiselt praktikaga jäin väga rahule, kuna nägin teist kultuuri ja sain praktiseerida ka oma soome keele oskust, mis mind minu üllatuseks hätta ei jätnud.

Nende töö koosnes kolmest vahetusest, hommikune, õhtune ja öine. Imestati, kui ma ütlesin, et meil eestis on 12 h vahetus, nendel on 8 h ja öine siis 10,5 h. Mis minule veel

uus asi oli, et igas toas on telefon seinä peal, kliendil on turvavõru käe ümber ja kui kliendil peaks tekkima probleem siis sellele randmel olevale nupukesele vajutades hakkab töötaja taskus olev telefon helisema, ekraanil on näha kust toast tuleb kõne ja ilma et klient peaks mingit toru kõrva äärde toppima saavad nad omavahel suhelda. Kui töötajatel on ette nähtud kohvipaus ja samal ajal peaks klient helistama siis öeldaksegi, et läheb veidi aega, joon kohvi ära ja siis tulen, mitte nii nagu meil, et tõmba või kohvi kopsudesse aga pead kohe jooksuma.

Klientidel olid ühesed toad ja duširuum ning wc igas toas. Intervall klientide toad olid ka kahesed.

Minu jaoks oli katsumus see, et töötajad ei tohtinud see aeg kui tööol olid, suitsetada. Hoolealused aga võisid.

Öövähetus oli omamoodi huvitav. Terve maja peale oli kaks hooldajat. Tööks oli siis valvamine, et kui kellelgi miski mure tekkis siis taas helistati töötaja telefonile. Minu jaoks oli uus asi vaibamoodi matt, mis andis häiret kui klient liikvele läks.

Uudis oli veel see, et majas oli ka „külm tuba“, kuhu siis sai paigutada „lahkunud“ kliendi. Meil on nii, et kui klient sureb siis tegeletakse vastavalt omakstega kokkulepitule, nt kas omaksed ise tulevad ja tegelevad surnukehaga või siis kutsume meie matusebüroo. Soomes aga kui inimene ära sureb siis on vaja perearsti kinnitust. Ehk siis kui hooldekodus sureb vanur siis tuleb surnukeha transportida arsti juurde, kes kinnitab surma. Kui juhtub, et surm toimub reedesel õhtupoolikul, siis surnukeha seisab majas esmaspäeva hommikuni, kuni perearst tööle hakkab.

Ohutuse pool oli praktiliselt ikka see nr 1, desinfitseerimisvahendid olid paigutatud majas igale võimalikule poole, meil eestis on ainult wc's ja vajadusel ka kuskil spets ruumis. Mis minu jaoks oli üllatuseks, siis minu arvates see ravimise pool oli natuke jama. Nt kui kliendile tekkis lamatis, siis valuvaigistit ei antud kui polnud arsti poolset märget, et vajadusel võib anda.

Meile korraldati ka üks eriti huvitav päev. Meid viidi Nakkilasse, kus olid kohal ka mujalt maailmast selle sama Sataedu kooli kaudu soomes praktiliselt olevad õpilased, ja meile tutvustati seal uudiste tegemise telgitaguseid.

Minu jaoks oli see praktika super kogemus ja soovitan soojalt ka teistele.

Taimi Akker

Meie praktikakohaks sai Kokemäki. See asus 205 km Helsingist ja bussisõit sinna kestis 3 tundi. Kui me pärast seda pikka ja väsitavat sõitu oma kahe megasuure kohvriga Peipohja peatusesse jõudsime oli meil vastas üks kena meesterahvas kes naeris .et kas me tulime siia aastaks või ?.Meie ööbimiskoht asus bussipeatusest 5 minuti sõidu kaugusel. Korter oli mugav ja kõik hädavajalik oli meil olemas- söögitegemisvõimalus ,nõud ,pesumasin jne. Järgmine hommik kl.8 oli meil oma praktikakohta start ja vastu tuli Jaanika-supertore ja lahke inimene kes oli oma nõu ja jõuga meile toeks kogu soome praktika aja.

Henrichinovi vanadekodu oli väga mõnus ja turvaline ja enamik kliente olid seal dementsed. Kohe esimene päev rakendati meid tööle ja päev läks väga ruttu. Peale tööd tuli Jaanika meile vastu ja näitas meile selle väikelinna vaatamisväärsusi –kirik, kesklinn ja poed kust me hakkasime oma igapäevaseid toidukraame ostma. Tööl käimiseks ja muidu liikumiseks anti meile tunturi jalgrattad ja praktika võis alata.

Osakonnas oli 9-15 inimest nendest osad olid intervall teenusel. Kokku oli elanikke seal asutuses 60 ringis ja töötajaid oli 30. Maja oli ka ehitatud klientide turvalisust ja mugavust silmas pidades .Maja keskel oli sisehoov kus soojade ilmadega oli klientidel mõnus värske õhu käes istuda ja osad käisid ka seal suitsu tegemas. Iga ukse liigutusega hakkas helisema telefon ,et teatada ,et keegi on välja läinud ja ka sisse tulnud. Inimeste käe peal olid kellad mida vajadusel sai kasutada ja töötajat kutsuda. Mis minu jaoks oli väga positiivne asi ,et töö ajal oli töötajatel suitsetamine keelatud see eest aga kohvipause oli minu jaoks mega palju ja selle jaoks oli ka eraldi ruum väga mõnusate ja pehmete toolidega. Ka oli töötajatel keelatud pikad küüned ehted ja muud vidinad.

Üleüldse tehti seal tööd mõõdukalt ,mitte mingit kiirustamist ega rabelemist tehti nii palju kui vajalik ja nii palju kui võimalik suheldi klientidega. Peaaegu igal päeval toimus kl.10 klientidel mingi tegevus – muusikateraapia jele jumpa ja jele tants (ratastoolitants-mis oli minu jaoks esmane kogemus), karaoke, bingo jne. Kaks korda nädalas oli avatud kohvik kus kliendid saavad seal maiustamas ja kohvitamas käia (soomlastel on ju see ka võimalik sest neile peab reaalselt kätte jääma 650 euri )

Ergonoomika on seal 5 pluss ,enne ei lastud ühtegi liigutust tehagi kui oli voodi paigas ja pea õigel kõrgusel ja loomulikult tõstukid ,millest ühte ma polnud näinudki. Kui naisklient oli

eelmine päev dušši all käinud siis keerati talle pähe rullid - soeng pidi alati peas olema ja küüned hooldatud ja ka lakitud. Muide kõige vanem klient oli Henrikinhovis 106 a. Kes töötajate sõnul tahtis veel mehele minna ja oli täiesti adekvaatne.

Tööpäev algab kõikidel 7.00 hommikuraportiga ja lõpeb 15.00, hooldajate vahetused on vähe kõikuvamad aga üle 8 tunni päevas ja 38 tunni nädalas tööd ei tehta. Hommik algab klientide voodist välja võtmisega. sinna juurde mähkmevahetus (neli mähet päevas on kliendile tasuta ja kui rohkem vaja tuleb kliendil endal kinni maksta) alakeha pesu, kreemitamised, silmapesu –tilgad, riidesse panek tõstukiga voodist välja ja sööma. Kõigepealt antakse klientidele mahla millesse on segatud kõhtu korras hoidev pulber, siis on piim koos pudruga ja kõige lõpuks kohv koos võileivaga-rohud ja vajadusel insuliini süst. paljudel antakse valuvaigistav imemistablett valude ärahoidmiseks selja peale pannakse plaaster mälu parandamiseks. Kes on hommikul pikema unega jäätakse voodisse ja võetakse hiljem ülesse. Siis tuleb endal kohvipaus ja söömine ja kl. 10 algab mingi tegevus kuhu viiakse enamvähem kogu klientuur (enamus oli seal ratastooli kliendid). Kell 11.30 hakkab ettevalmistus lõunasöögiks ja toit tuuakse sinna käruga kus ta on ka ühtlasi soojas. Kellele läheb purustatud toit ja kellele tavaline – osad kliendid on töötajate toita. Ka pidasime seal maha 90 a. juubeli, kus hommikul läksime juubilarilauluga üles äratama (soome hooldaja soome keeles ja mina eesti keeles ☺). Lilli ja torte oli sel päeval küllaga. Peale lõunasööki pannakse kliendid päevalebole kuni kella kaheni kui tuleb jälle kohvi ja koogi aeg. Peale lõunasööki on ka töötajate lõunapaus ja kohvijoomine. Peale seda vaatavad kliendid televiisorit ja osadel on pesupäev. Klientide jaoks on ka eraldi saun ja saunanaine kus nad saavad soovi korral korra nädalas käia. Kella neljast on õhtusöök ja peale seda lähevad mõned kliendid voodisse, kuhu ka viiakse neile poole seitsmene õhtukohvi koos võileivaga. Töötajatel on jälle kohvipaus kl. pool neli ja söömine koos kohvitamisega ja pool kuus kohvi koos väikese einega. Koristamise, pesupesemise, küüntelõikusega hooldajad ei tegele vaid selle jaoks on eraldi inimesed.

Veel viidi meil läbi päästeõppused ja tuleohutuskoolitus, kus me saime ka praktiliselt inimest koos madratsiga voodist välja lohistada. Mina ise öövahetustel ei olnud, aga kuulsin et ühel kliendil pidi voodi ees matt olema, et kui öösel sellele astub tuleb kohe telefonile kõll tema liikumise kohta. Edaspidi pidi ka kogu hoonesse liikumisandurid paigaldatama-ikka klientide turvalisuse tagamiseks.

Praktikaraames saime veel viibida ühel rahvusvahelisel meediakooli üritusel kus tegime uudiseid. Seal oli paljude rahvuste esindajad ja noored õpilased ja õpetajad. Minu jaoks oli

see väga põnev kogemus ja ka loomulikult vaatan ma nüüd uudiseid hoopis teise pilguga. Ühel nädalavahetusel avanes meil võimalus ka Poris käia ja sealset suurt kaubanduskeskust külastada. Külastasime ka naabruses olevat vanadekodu -Kuusamokoti, kus asub ka pagulaskeskus.

Lähimad ja soodsamad poed asusid meist 10 min. jalgrattasõidu kaugusel –Lidl oli väga soodne toidupood ja Tokman oli ka meie lemmik.

Mina isiklikult jäin selle praktikaga väga rahule, sest nägin ka põhjanaabrite töökultuuri ja tegemisi, kuigi minul jäi midagi saamata oma soome keele vähesele oskusele, aga see aeg läks ruttu ja sai tutvuda uute toredate inimestega.