## Beskrivelse af oplæring i Island

* **Navn og hold**

Sabrina Viuf, AO702-2

* **Hvor har du været?**

Jeg har været på Mörk Plejehjem, som ligger i hovedstaden Reykjavík, i perioden fra d. 31. marts – 1. maj 2023.

* **Beskrivelse af lærestedet:**

Plejehjemmet er fordelt på 5 etager. 1 etage er der, hvor hovedindgangen er, der ligger en lille butik lige inden for døren, et stort køkken lidt længere nede ad gangen samt et cafeområde og et aktivitetscenter. På 1 etage er der også en frisør, fysioterapeut, præst og swimmingpool. 2., 3. og 4. etage har hver især 31 beboere fordelt på de 3 afdelinger Nord, Midt og Syd.
Psykiatriafdelingen findes på 5. etage.

* **Personalebeskrivelse**På Mörk er de rigtig godt bemandet, der er 3 personale på hver afdeling. Mange af de ansatte er ufaglærte, men de fleste af det faste personale på afdelingerne er uddannet sygehjælper, hvilket svarer til en uddannelse mellem hjælperen og assistenten.

Der er mindst en sygehjælper på arbejde på etagen og ofte flere i hvert vagtlag.

Hver etage har sine egne sygeplejersker, de arbejder alle hverdage fra 8:30 – 15:45 og der er altid en af dem på arbejde. De tager sig af alle de sygeplejefaglige opgaver, og hjælper til på afdelingerne, hvis der ikke er en sygehjælper på arbejde på pågældende afdeling. De står også for at lave arbejdsplaner, har kontakten med lægen, bestiller og tjekker op på medicinen og har kontakt til pårørende.

Der er 2 rengøringspersonale til hele etagen.

* **Bruger-/beboerbeskrivelse**

Beboerne er alt fra 60 til 100 år, og de har alle forskellige diagnoser så som sklerose, Parkinson, alzheimers, stroke, og så er der nogle, som bare er blevet ældre og har brug for en lille smule mere hjælp.

Førhen var plejehjemmet mest af alt et alderdomshjem, hvor de ældre fik en plads, hvis de følte sig ensomme i eget hjem. Det betyder, at mange af de ældre, som stadig er på stedet, for det meste klarer sig selv.

* **Hvilke samarbejdspartnere er der i lokalsamfundet?**

 Fælles køkken, vaskeriet, Frisør og skønhedssalon og terapeut.

* **Hvordan har din arbejdsdag set ud?**

En dagvagt er fra 8:00 til 16:00.

Når man møder, starter med at gøre klar til morgenmad, derefter begynder man at hjælpe beboerne op. Beboerne har faste badedage, så der er 2 beboere, der skal bades alle hverdage. Når beboerne kommer op, bliver der serveret morgenmad til den enkelte beboer. De spiser ikke morgenmad sammen.

Når alle er kommet op, er der tid til at fylde, tænde og tømme vaskemaskinen.

Der er også tid til at fylde op på stuerne af handsker, bleer og klude.

Derefter gøres der klar til middagsmaden. Der dækkes bord, hentes madvogn, og beboerne bliver hentet ud til bordet. Middagsmad spiser de sammen.

Når middagsmaden er færdig, bliver beboerne hjulpet ind til middagshvil, hvis de ønsker dette.

Der fyldes op de steder, man ikke har nået, og der ryddes op i afdelingens køkken.

Kl. 14:30 er der eftermiddagskaffe, og beboerne skal vækkes og hentes ud til kaffe. De fleste kommer ud i køkkenet, men enkelte spiser eftermiddagskaffe på egen stue, og eller har gæster på besøg.

Efter eftermiddagskaffen er færdig, skal man ellers bare have tiden til at gå, til man har fri. Ofte er det at se lidt fjernsyn med beboerne eller lave andre aktiviteter med dem.

* **Hvor og hvordan har du boet?**

Vi har boet 2 sammen i en lille 1-værelses lejlighed på ca. 35 kvm i Kópavogur, som er en lille forstad til Reykjavík. Lejligheden var ikke billig på nogen måde, og man kunne godt have fundet noget billigere, hvis man havde været noget før ude. Vi gav ca. 20.000 kr. for de 35 dage, vi skulle bo på Island.
Lejligheden lå dog ikke særlig langt fra busstoppestederne, og dagligvarebutikkerne lå også lige rundt om hjørnet.

* **Hvordan har du transporteret dig rundt?**

Jeg har taget bussen til og fra arbejde, det tog ca. 15-20 min.
Jeg har også taget bussen ind til Reykjavík midtby. Det var meget nemt og billigt, eftersom man kan downloade en app, der hedder klappið. På appen kan man både købe busbilletter til en enkelt tur, en periode eller en 30 dags billet. Vi valgte 30 dage, og det kostede 450 kr. pr person. Billetten gælder i alle bybusserne. I appen kan man også skrive en start lokation, og hvor man skal hen, så finder den ruten til dig og viser, hvilken eller hvilke busser du skal med.

* **Hvad er prisniveauet på dagligvarer?**

Almindelige dagligvare er dyrere end i Danmark. De fleste af tingene er dobbelt pris, og man skal derfor tænke over, hvad man køber eller vide, at det kommer til at blive dyrt.

De har dog lavere sukkerafgifter, så slik, chokolade og andre søde sager er ikke så dyre.

* **Er der specielle ting man skal være opmærksom på, hvis man kommer som elev, der hvor du har været?**Man skal selv opsøge at få lov til at lave noget og følges med nogen rundt, da du eller kommer til at få de nemme opgaver, som at lave morgenmad til beboerne.
Man kan godt komme til at føle, at man ikke laver særlig meget, eftersom plejehjemmet er rigtig godt bemandet. Hvis der er sygdom, kommer personalet til at føle, at de har meget travlt, og kan godt glemme, at du også godt kan hjælpe til. Fordi de er så godt bemandet, som de er, foregår alting også i et lavere gear end i Danmark, og man kan derfor godt komme til at føle at alting går lidt langsomt, også selvom de mener man har travlt.
* **Andet du har lyst til at videregive…**

Det kan godt være, at de på Island lærer dansk i skolen, men der er stadig mange af de ældre, der ikke kan tale eller forstå dansk. Man skal derfor være opmærksom på den mulige sprogbarriere.

Meget af personalet kan tale engelsk og gøre sig forståelige på den måde, men hvis man selv kan snakke eller forstå lidt islandsk, er man bedre stillet, eftersom det er det sprog, de fleste samtaler foregår på.