

Erfahrungsbericht Intensive Program (IP) Groningen 2013 "Healthy Ageing" Frank Spichiger & Jasmin Gyr

Einleitung

Nach langer und intensiver Vorbereitungszeit war es endlich soweit, die Reise nach Groningen stand vor der Tür. Die Erwartungen und Vorstellungen unsererseits waren gross. So hofften wir auf einen anregenden Austausch und spannende Diskussionen mit Studierenden aus verschiedenen Ländern, auf wissenserweiternde Vorlesungen und natürlich darauf, lustige und coole Momente mit anderen Studierenden zu teilen. Mit viel Schokolade, Käse, Basler-Läckerli, einigen Victorinox-Sackmessern und natürlich persönlichen Utensilien begann am Sonntag 27. Januar 2013 unsere Reise nach Groningen am Flughafen Zürich beim Check-In 1. Zusammen mit Johanna Niederberger unserem "Teacher" bildeten wir die Delegation der ZHAW wie auch die der Schweiz, da neben uns keine andere Fachhochschule am Seminar vertreten war. Schon bald verabschiedeten wir uns von unseren Liebsten und begaben uns via Sicherheits- und Passkontrolle zu unserem Gate. Dort hob unsere A319 der Swiss pünktlich nach Amsterdam Schiphol ab.



Unsere Maschine am Gate
in Zürich-Kloten

Dort angekommen mussten wir schon das erste Mal bangen – da unser Gepäck zunächst etwas auf sich warten liess und die Umsteigezeit auf den Zug etwas knapp berechnet war, mussten wir uns sehr beeilen. Etwas gestresst und verschwitzt erreichten wir dann doch unseren geplanten Zug nach Groningen. Das nächste Malheur liess nicht lange auf sich warten. Als der Schaffner kam, machte er uns darauf aufmerksam, dass wir im Ruheabteil Platz genommen hatten und doch bitte leise sein sollten. Da es zum Glück noch andere im Zug gab, die sich etwas lauter miteinander unterhielten, mussten wir die rund 2-stündige Zugfahrt auch nicht stillschweigend vorbeigehen lassen. In Groningen angekommen, wurden wir schon von Studierenden mit einem Schild "IP 2013" sehr herzlich begrüsst und willkommen geheissen. Dort trennten sich unsere Wege, Johanna wurde in ihr Universitäts-Hotel gefahren, Frank wurde von seinen Gasteltern abgeholt und Jasmin wurde von einer Studentin zu Fuss in ihre vorübergehende Bleibe begleitet. Alle Studierenden aus dem Intensive Program wohnten bei anderen Studierenden oder Mitarbeitenden der Hanze-Universität für angewandte Wissenschaften, wie es bei Frank der Fall war. Eine Kollegin aus Slowenien war in einer aussergewöhnlichen und doch modernen Wohnung untergebracht – einem umfunktionierten Schiffscontainer. Diese Art Siedlungen ist kein seltener Anblick in Groningen und bietet beliebte Studierendenunterkünfte (siehe Foto unten).



Umfunkionierte Schiffscontainer nahe bei der Hanze UAS. Als Studierendenunterkünfte bieten sie ca. 20 Quadratmeter Wohnfläche.

Teil des Programms um die akademischen Inhalte herum wurde von der Schülerorganisation geplant und betreut. Auf dem Foto sieht man die Vorstellung unter uns Studierenden am Montagnachmittag in der schuleigenen Turnhalle.

So waren wir sehr nah am Leben der Niederländer dran und die Meisten konnten unter Gleichgesinnten wohnen. Dies hat die ganze Sache noch spannender gemacht. Ein grosser



Vorstellung der Studierenden in der Turnhalle



Viele Teilnehmende hatten sogar das Vergnügen, in der Fahrrad-Stadt Groningen mit dem Zweirad unterwegs zu sein. Auch Jasmins Gastgeberin verlieh ein Klapprad. Dies war noch ein spezielles Erlebnis.

Klapprad auf dem sich Jasmin 2 Wochen durch Groningen bewegte

Das IP "Healthy Ageing" (Hauptteil)

Den Hauptteil des Programms erlebten wir in einem Gebäude der Hanzehogeschool, welches 15 Gehminuten von der Innenstadt entfernt war. Das Seminar war jeweils jeden Tag ähnlich aufgebaut. Am Morgen fanden meistens fünf verschiedene Referate á ca. 45 Minuten statt. Darunter war jeweils mindestens eine "Country presentation" von Studierenden eines teilnehmenden Landes. Darin enthalten waren einige Angaben zum Land wie Eckdaten, kulturelle Aspekte und Sehenswürdigkeiten, Informationen zum Gesundheitssystem und zum Schluss der Aufbau und Ablauf der Ausbildung Bachelor of Science in Nursing oder je nach Land auch dem Bachelor of Science in Social Work. Auch wir hielten einen solchen Vortrag über die Schweiz und unsere Ausbildung an der ZHAW. Eine solche Präsentation zu erstellen hat einiges an Zeit gebraucht, dennoch machte es uns sehr stolz, das eigene Land und die eigene Fachhochschule in solch einem Rahmen zu präsentieren.



Seiteneingang des Lehrgebäudes für IMRT-Fachleute, Physio- und Ernährungstherapie, Pflege der Hanzehogeschool

Das Thema des Seminars war "Healthy Ageing", weshalb sich alle Referate in irgendeiner Weise damit beschäftigten. Dabei wurden verschiedene Studien und Projekte vorgestellt, Präventionsmassnahmen für gesundes Altern erklärt, es wurden uns Tipps gegeben wie wir mit älteren Menschen umgehen können und welche Bedürfnisse sie haben, und es wurde uns auch immer wieder klar gemacht, warum es wichtig ist, für die Pflege solcher Menschen eine gute Ausbildung zu haben. Nicht zuletzt wurde uns auch auf den Weg gegeben, wie spannend die Arbeit mit älteren Menschen sein kann.

Um noch vertiefter ins Thema einzutauchen und den Austausch zwischen den Studierenden zu fördern, bekamen wir auch ein Fallbeispiel, das wir dann in diesen zwei Wochen zu bearbeiten hatten. Zeit dafür erhielten wir jeweils an festgelegten Nachmittagen in der



Gruppenraum während des "Student assignments"

Schule. Wir bekamen dazu auch Gruppenräume zur Verfügung gestellt. In der Fallstudie mussten wir die Problemstellung beschreiben, Interventionen herausfinden und beschreiben, um danach einen Interventionsplan aufzustellen. Die erarbeiteten Ergebnisse wurden von jeder Gruppe (insgesamt sechs Gruppen) am Ende der zwei Wochen durch eine Präsentation vorgestellt. Die Arbeit in den Gruppen war sehr spannend und durch die Diskussionen mit den Lehrenden und den Studierenden sehr bereichernd. Trotzdem war es nicht immer einfach, da man gemerkt hat, wie unterschiedlich

das Niveau der einzelnen Gruppenmitglieder war. Die gemeinsame Sprache fanden wir dann aber in den Pflegediagnosen, die die meisten aus der Gruppe kannten.

Ausflüge

Neben den eher kopflastigen Vorlesungen gab es auch eine Menge anderer Aktivitäten. So unternahmen wir auch zwei Exkursionen. An einem Nachmittag ging die Gruppe von Frank in ein Pflegeheim mit einem speziellen "Alzheimer Garden", welcher Busstationen zum Verschnaufen bietet. Andere Gruppen besuchten eine Basis eines Traumahelikopters oder eine Forschungsstation des grossen niederländischen Forschungsprojektes "Lifelines".



Traumahelikopter des University Medical Center in Groningen

An einem zweiten Tag besuchten wir ein Alters- und Pflegeheim, das ein Experiment durchführt mit einer Pflege ohne Regeln.



Alzheimer Garden in DeZinn, hinten im Bild: Busstation. Ebenfalls bemerkenswert: Handläufe und ein Tartanboden, um Sturzverletzungen vorzubeugen.

Freizeitaktivitäten

Neben dem Programm des Seminars gab es auch ein Programm niederländischer Studierender für uns externe Studierende. So konnte man beinahe täglich an Aktivitäten ausserhalb der Schule teilnehmen, alles auf freiwilliger Basis. Doch nach einiger Zeit waren wir so eine tolle Gruppe, dass es fast ein "muss" war mitzugehen. So erkundeten wir die vielen Bars und Pubs in Groningen, sahen den neuen Film "Life of Pi" auf Grossleinwand in



der Schule, hatten viel Spass beim Spieleabend und auch kulinarisch hatten die beiden Wochen einiges zu bieten. So durften wir an einem Abend typisch niederländische Kost probieren. Zum Frühstück oder Tee gibt es bei den Niederländern oft Hagelslach. Hagelslach, das sind süsse Dekostreusel auf Buttertoast oder Zwieback.

Ein Hagelslach Toast, weitere Geschmacksrichtungen neben Schokolade: Anis, Vanille, Erdbeere, Früchtemix.

International Dinner

Am International Dinner gab es noch viel mehr kulinarische Höhenflüge. Alle teilnehmenden Länder hatten einen Stand, an dem wir verschiedene Spezialitäten kosten konnten. Die Schweiz wurde mit drei Käsesorten, Fondue sowie Toblerone repräsentiert. Es war grossartig und auch die anschliessenden Aktivitäten der einzelnen Ländern waren sehr amüsant und wir hatten wirklich sehr viel Spass zusammen. Am Ende der beiden Wochen waren wir beinahe eine grosse Familie.



v.l.n.r. Jasmin Gyr, Johanna Niederberger, Frank Spichiger am Stand der Schweiz beim "International Dinner".

Fazit

Ganz einfach gesagt, die zwei Wochen in Groningen waren super! Der Austausch zwischen den Studierenden und den Dozierenden war echt sehr spannend und es hat einen guten Einblick in die Ausbildungen der verschiedenen Länder gegeben. Das Seminar hat uns sensibilisiert, wie wichtig und spannend die Arbeit mit älteren Menschen sein kann und auch wie wichtig wir mit unserer Ausbildung dabei sind. Durch den Vergleich unseres Studiums mit dem Studium in anderen Ländern haben wir gemerkt, wie hoch unser Niveau ist und dass wir schon etwas stolz darauf sein können. Aus akademischer Sicht hätten wir uns ein höheres Niveau vorgestellt und uns deshalb auch einen höheren Lernwert erhofft. Wir würden es auf jeden Fall begrüssen, ein ähnliches Programm an der ZHAW durchzuführen. Ganz sicher müsste man das ganze sehr gut planen und organisieren, so wie es in den Niederlanden der Fall war. Für jedes Anliegen und Problem hatte man eine Lösung und alle waren total freundlich und hilfsbereit. Auf jeden Fall müsste man auch eine solche Studierendengruppe haben, die für das soziale Programm und die Aktivitäten ausserhalb der Schule zuständig ist. Da wir doch einiges zu bieten haben und unserer Meinung nach die Ausbildung an der ZHAW sehr gut ist, wäre es sicher eine Überlegung wert, ein solches Programm an unserer Schule durchzuführen.

Zum Schluss: Wir können das IP Programm in Groningen nur weiterempfehlen – wenn ihr die Chance dazu habt, nehmt diese unbedingt wahr! Wir hatten eine geniale und unvergessliche Zeit!