

## Erfahrungsbericht Mobilitätswoche Ergotherapie in Stockholm

1 Woche im Mai 2015

Karolinska Institutet, Stockholm, Schweden

Studierende Bachelor Ergotherapie, 2. Studienjahr

---

### Community and Home Based Rehabilitation course

#### Das Abenteuer kann beginnen

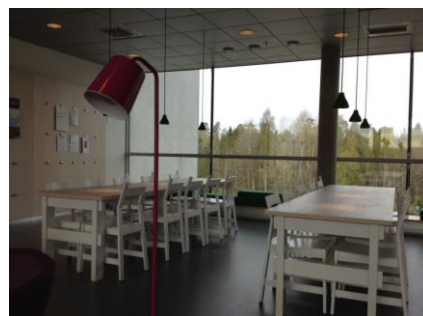
Unsere Reise nach Stockholm starteten wir am Freitag den 1. Mai. Wir hatten Glück, dass der Feiertag auf den Freitag fiel, so konnten wir ein verlängertes Wochenende in Schweden verbringen. Ab Zürich Flughafen flogen wir früh morgens nach Stockholm. Die Nervosität, was uns in Stockholm und am Karolinska Institutet erwartet und eine Riesenpackung Freude flogen ebenfalls mit. Nach ca. 2h 20 min erreichten wir unser Flugziel. Mit dem Arlanda-Express Zug kamen wir nach 20 Minuten am Hauptbahnhof inmitten von Stockholm an. Wir lösten ein Wochenticket (SL ACCESS Card) für die öffentlichen Verkehrsmittel und waren bereit für unsere Entdeckungsreise in Stockholm.

#### Karolinska Institutet Campus

In Stockholm gibt es mehrere Karolinska Universitäten. Das Institut für Occupational Therapy befindet sich im Süden der Stadt (Huddinge). Neben der Universität befinden sich das Spital und weitere



Bildungsstätten. Unsere Kurse starteten jeweils um 9.00 Uhr morgens und dauerten bis ca. 16.30 Uhr. Über den Mittag verpflegten wir uns in der Kantine der Schule, in der es für jeden Geschmack etwas zu essen gab. An der Schule gibt es ein Fitnesscenter, Ruheräume, eine Küche und Mikrowellen für die Studierenden.



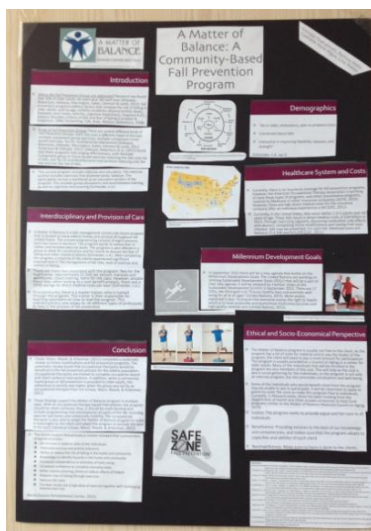
### Community and Home Based Rehabilitation

Die "Mobility Week" in Stockholm stand unter dem Thema „Community and Home Based Rehabilitation“, kurz CHBR. Darunter versteht man die Möglichkeit, Menschen zu Hause in ihrem gewohnten Umfeld sowie auch integriert in der Gesellschaft zu unterstützen. Während der ganzen Woche beleuchteten wir dieses Thema von verschiedenen Seiten und wie es in verschiedenen Ländern umgesetzt wird. Durch diesen Austausch konnten wir viel voneinander lernen. Wir besprachen Themen wie zum Beispiels unsere berufliche Identität, Möglichkeiten nach CHBR zu arbeiten und verschiedene kulturelle Kommunikationsmöglichkeiten. Zudem erhielten wir eine Einsicht in die verschiedenen Forschungsprojekte des Karolinska Institutes.



### Internationaler und -kultureller Austausch

Während dieser Woche waren nebst den schwedischen Dozierenden auch sechs Dozierende aus Afrika, Indien und Finnland mit dabei, welche über ihr Gesundheitssystem und über ihre CHBR Projekte berichteten. Sehr spannend war zu sehen, wie unterschiedlich in den verschiedenen Kulturen gearbeitet wird und wo sie an ähnliche Probleme stossen. Um nicht nur alles theoretisch zu hören, konnten wir uns im indischen Rangoli Painting und einer Yoga Lektion versuchen. Am Abend hatten wir die Möglichkeit, uns an den sogenannten „Mingle-Partys“ auszutauschen. Am Ende dieser Woche, welches zu schnell da war, hatten wir noch unsere eigene Gruppe-Posterpräsentation, welche ein CHBR Projekt in einem der teilnehmenden Länder vorstellte.



### Die Schönheit von Stockholm

Die Schweden lieben nebst dem Studieren noch viel mehr ihre „Fikas“. Das heisst sie machen, wenn immer möglich, eine Pause mit Kaffee und Kuchen. Diese Mentalität ist auch ganz gut in der Hauptstadt Schwedens zu spüren. Es gibt wohl nirgends so viele Cafés wie in Stockholm, die zum Verweilen einladen mit köstlichen Zimtschnecken und

Schokoladenkugeln. Stockholm ist definitiv eine Stadt zum Geniessen, nicht nur kulinarisch. Sei es wenn man um 11 Uhr abends immer noch den Sonnenuntergang bestaunt oder weil man gerade mit einer Fähre übers Wasser fährt und nebst alten Stadtgebäuden nach 5 Minuten bereits Fjorde mit kleinen rot weissen Häuschen zählen kann. Wer nun denkt Stockholm schläft, täuscht sich gewaltig. Stockholm lebt noch mehr in der Nacht als am Tag. So verschieden wie die Bewohner Stockholms sind, so verschieden sind auch die Bars am Abend. Von Live Musik in den Pubs über die hippe Bar im angesagten Stadtteil ist alles dabei. Auch kulturell wird einiges geboten, beispielsweise mit diversen Museen wie dem Fotografiska Fotomuseum oder dem Skansen, dem Freilichtmuseum auf der Halbinsel Djurgården. Von dort aus genießt man einen wunderschönen Ausblick über die Stadt.

### **Dazu braucht es...**

Wir empfehlen die „Mobility-Week“ allen, die interessiert sind zu wissen, wie die Ergotherapie in anderen Kulturen integriert ist. Neue Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen sollte dir Freude bereiten.

