

# UNIVERSITET - Universidad Catolica de Valencia

Utvexling høst 2021 / Bachelor i sykepleie

*Student som har skrevet denne rapporten ble berørt av COVID-19.*

## ANKOMST

Ble du hentet på flyplassen?

*Nei*

Ble det arrangert et velkomstprogram for nye studenter?

*Ja*

Kan du fortelle litt om velkomstprogrammet?

*Det er noe spesielt for oss som kun skal ha praksis i utlandet, da vi ikke følger vertslandets skoleprogram. Vi valgte å reise ned to uker tidligere for å bli kjent med andre studenter, selvom vi skulle bo et stykke unna. Hadde vi ikke gjort dette ville vi ikke hatt et nettverk.*

*Da vi søkte utveksling fikk vi tilbud om å være med i et program de kaller "buddy-groups". Der får du faddere og blir satt sammen med andre studenter. Dette hadde vi lite utbytte av, da ingen i gruppen tok initiativ til å finne på noe. I stedet klarte vi tilslutt å få tilgang på en stor whatsapp-gruppe med studenter på UCV (fort 200 stk i denne gruppen), hvor terskelen er lav for å sende melding om noen vil finne på noe og slik danner man seg et nettverk etterhvert. Erasmus er også veldig stort i Valencia, så svært mange aktører arrangerer ulike turer, bar til bar, surfing, poolparty etc som man kan delta på og bli kjent med andre studenter.*

Deltok du på språkkurs i forkant av undervisningsperioden?

*Nei*

## AKADEMISK

Var det behov for å gjøre mange endringer etter ankomst?

*Nei*

Hvor tilfreds er du med det faglige utbytte? (1 = ikke tilfreds, 5= svært tilfreds)

*4*

I hvilken grad var det faglige innholdet relevant for ditt studieprogram ved UiS? (1= liten grad, 5= svært stor grad)

*4*

Engasjerte du deg i foreninger og/eller idrettslag?

*Ettersom vi kun har praksis og praksisstedet lå 80km unna Valencia ble det vanskelig å engasjere seg i foreninger / idrettslag. Det vi heller gjorde var å holde kontakt med dem vi ble kjent med de to første ukene før vi flyttet til praksisstedet.*

## **BOLIG**

Hvordan skaffet du deg bolig?

*Privat*

Hvor mye betalte du per måned? (cirka)

*4500*

## **PRAKTISK**

Var støtten fra Lånekassen tilstrekkelig?

*I Spania er støtten fra Lånekassen absolutt tilstrekkelig da det er billigere å leve der!*

Hvilke forsikringer tegnet du i forkant?

*Jeg husker ikke alle forsikringene i hodet, men jeg ringte til Gjensidige og sa jeg skulle ta et semester i utlandet - og de har en pakke kalt "student i utlandet" hvor alle forsikringene jeg trenger er dekket.*

Hvordan ordnet du:

Mobil/nett?

*Jeg brukte min norske mobil og telefonnummer. Internett var inkludert i leien.*

## **PERONLIG UTBYTTE**

Hvordan vil du oppsummere oppholdet med minimum tre ord?

*Opplevelse - erfaring - gøy*

Hva opplevde du som mest utfordrende?

*Språket, så absolutt! Der vi var snakker få engelsk, dette gjelder både personal og pasienter. I tillegg er det to ulike språk; katalansk og valensiansk. Det gjør det ekstra utfordrende mtp kommunikasjon, men man lærer seg fort at mye er situasjonsbetinget og at man kan komme langt med kroppsspråk! I tillegg lærte vi litt ord underveis og google translate ble i starten aktivt brukt!*

Vil du anbefale andre studenter å reise på utveksling?

*JA!*

*Du får en helt annerledes praksisperiode, vokser mye ifht selvstendighet og du møter utrolig mange flotte mennesker på veien. Det å dra ned tidligere gjorde at vi nå har fått venner fra hele verden, som vi fortsatt har litt kontakt med! Det er gøy til senere hvor man kanskje kan dra på besøk til hverandre.*

## PRAKSIS SYKEPLEIE

Beskriv hva har du lært som fagperson gjennom utveksling?

*Kultur - i Spania feks er det vanlig at pårørende nærmest "bor" på sykehuset til enhver tid - dette er en stor forskjell fra Norge.*

*- Prosedyrer kan bli gjort på forskjellige måter og man ender opp med "samme "resultat"!*

*- Kommunikasjon: DET er viktig! Det er gjerne det jeg tar med meg mest hjem igjen til Norge. Nå har jeg fått oppleve hvordan det er å være på den "andre siden" ifht å ikke forstå og det er en fin erfaring i møte med utenlandske pasienter i den norske helsetjenesten.*

*- Selvstendighet!*

*- Helsevesenet generelt. I Spania er det veldig konkret hva en sykepleier, en helsefagarbeider og en renholder skal gjøre. Er det blodsøl/urinsøl etc på gulvet skal renhold kontaktes. Trenger en pasient stell skal helsefagarbeider kontaktes. Medisinske prosedyrer gjør sykepleiere.*

Hvordan var praksis organisert? Beskriv kort det faglige opplegget (sykehus/praksissted, veiledning, emner, evaluering, etc)

*Vi var på MarinaSalud de Denia, i Denia. Ikke det største sykehuset, men det er også godt når man er ny fra et annet land og ikke kan språket. Du blir lett kjent med folk og ser de samme i gangene hver dag. Sykehuset er relativt moderne og måten det er organisert på var noe jeg trivdes med.*

*Vi hadde ikke direkte veiledning, men hadde regelmessig kontakt med "link-nursene" på sykehuset. Der snakker vi litt om hvordan det går, hva vi har opplevd og om det er noe vi ønsker å ta opp.*

Beskriv positive og utfordrende sider av oppholdet

*Positive;*

*- Selvstendighet*

*- Ny kultur*

*- Billigere å bo / leve enn i Norge*

*- Nye erfaringer, du får se mye*

*- Varmt og godt i været helt frem til midten av oktober*

*- Kort vei til andre byer som Calpe, Altea, Benidorm, Alicante, Valencia etc.*

*Utfordrende:*

*- Du drar ned kun for praksis, så du har ingenting med universitetet å gjøre, som gjør at du mister litt av det sosiale. Det anbefales derfor på det sterkeste å reise ned to uker før praksisstart og få med seg semesteråpning og skaffe seg et nettverk før man flytter!*

*- Denia ligger 80km unna Valencia, det var litt kjipt - da det er der man får venner. Men: Denia er også en fin liten by, men mest lokale. Kan være vanskelig å bli kjent med folk der som student, da det ikke er en typisk studentby og de fleste snakker kun spansk (mange kan ikke engelsk). Det kan derfor bli noe ensomt til tider og man kan gå lei, men da kan det være lurt å legge opp en turnus som gjør at du har noen dager fri og kan dra til Valencia.*

*- Språket! Lær deg litt spansk før du drar.*

- Å få tak på alt du skal ha klart før du reiser. Noe utfordrende å finne bolig for kun 3 mnd, da de fleste stedene krever minimum 6mnd leie. Men vi klarte det - bruk Turistika (eiendomsmeglerfirma) - de kan hjelpe med å finne boliger.