

Opinnäytetyö AMK

Röntgenhoitajakoulutus

2022

Erika Ahola-Luttila & Ida Helin

# VAIHTOON LÄHTIJÄN OPAS

– toiminnallinen opinnäytetyö



Opinnäytetyö AMK | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Röntgenhoitajakoulutus

2022 | 29 sivua

Erika Ahola-Luttilla & Ida Helin

## Vaihtoon lähtijän opas

- toiminnallinen opinnäytetyö

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa opas kansainväliseen vaihtoon lähteville Turun ammattikorkeakoulun röntgenhoitajaopiskelijoille.

Opinnäytetyön ja tuotoksena syntyvän oppaan tavoitteena on kehittää vaihtoon lähtevien opiskelijoiden osaamista sekä tietoa Erasmus -vaihdosta, sen vaiheista ja vaatimuksista. Työ on suunnattu erityisesti Erasmus- ja Erasmus Radiography Group -vaihtoon lähteville opiskelijoille. Opinnäytetyöllä ei ole toimeksiantajaa, mutta aihe on koettu hyvin tarpeelliseksi niin tekijöiden kuin Turun ammattikorkeakoulun röntgenhoitajakoulutuksen lehtorienkin puolesta.

Opinnäytetyössä käydään läpi vaihtoprosessi alusta loppuun ja käsitellään yhtä vaihtokohdetta, Portugalia, esimerkkinä. Työ perustuu teoria- sekä suullisiin lähteisiin. Työssä on hyödynnetty myös tekijöiden omia kokemuksia vaihtoprosessista. Opinnäytetyön tuotoksena syntyvä opas on tarkoitus jakaa tuleville Turun ammattikorkeakoulun röntgenhoitajaopiskelijoille, jotka suunnittelevat vaihtoon lähtöä. Opas tuotetaan sähköisessä muodossa sen jakamisen helpottamiseksi.

Asiasanat:

Röntgenhoitaja, Erasmus, kansainvälinen opiskelijavaihto, opas, vaihtoprosessi

Bachelor's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Degree programme in Radiography and Radiotherapy

2022 | 29 pages

Erika Ahola-Luttila & Ida Helin

## GUIDEBOOK FOR EXCHANGE STUDENTS

- functional thesis

This functional thesis' purpose is to develop a guide for radiography students of Turku University of Applied Sciences, who are going on an international exchange. The aim of the thesis and the resulting guide is to develop the skills of exchange students as well as information about Erasmus exchange, its stages and requirements. The work is aimed especially at students leaving for Erasmus and Erasmus Radiography Group exchanges. There is no client for the thesis, but the topic has been felt to be very necessary both by the authors and by the lecturers of the Turku University of Applied Sciences' radiography program.

The thesis reviews the exchange process from start to finish and treats one exchange destinations, Portugal, as an example. The work is based on theoretical and oral sources. The authors' own experiences of the exchange process have also been utilized in the work. The guide, which is the result of the thesis, is intended to be distributed to future radiography students at Turku University of Applied Sciences who are planning to go on an exchange. The guide is produced electronically to facilitate its distribution.

Keywords:

X-ray nurse, Erasmus, international student exchange, guide, exchange process.

# Sisältö

<b>1 Johdanto</b>	<b>5</b>
<b>2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite</b>	<b>7</b>
<b>3 Teoreettiset lähtökohdat</b>	<b>8</b>
3.1 Röntgenhoitaja	8
3.2 Kansainvälinen opiskelijavaihto	9
3.3 Erasmus	10
3.4 Erasmus Radiography Group	11
<b>4 Vaihtoprosessi</b>	<b>12</b>
4.1 Ennen vaihtoa	12
4.2 Vaihdoissa	13
4.3 Vaihdon jälkeen	14
4.4 Portugali	15
<b>5 Vaihtotietoja</b>	<b>17</b>
5.1 Erasmus-apuraha	17
5.2 Kela	17
5.3 Eurooppalainen sairaanhoitokortti	18
5.4 Vakuutukset	18
5.5 Asuminen	19
5.6 Terveydelliset asiat	19
5.7 Mitä mukaan	20
<b>6 Opinnäytetyön toteutus ja tuotos</b>	<b>21</b>
<b>7 Eettisyys ja luotettavuus sekä pohdinta</b>	<b>23</b>
7.1 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus	23
7.2 Opinnäytetyöprosessin pohdinta	24
<b>Lähteet</b>	<b>25</b>

# 1 Johdanto

Tutkinto-opiskelijana on mahdollisuus lähteä kansainväliseen opiskelijavaihtoon ja suorittaa osan opinnoista ulkomaalaisessa korkeakoulussa.

Opiskelijavaihdossa opiskelija osallistuu vastaanottavan korkeakoulun opetukseen samalla tavalla kuin paikalliset opiskelijat. (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.) Turun ammattikorkeakoulussa röntgenhoitajaopiskelijat voivat lähteä vaihtoon Erasmus Radiography Groupin kautta. Erasmus Radiography Groupilla oli vuonna 2021 Suomen lisäksi 12 kohdemaata. (Erasmus Radiography Group 2019.)

Erasmus on EU:n koulutus-, nuoriso- ja urheiluohjelma, josta rahoitetaan alojen yhteistyötä Euroopassa. Erasmus tukee myös korkeakoulujen eurooppalaista yhteistyötä ja opiskelijoiden kansainvälistä liikkuvuutta. 3-12 kuukauden pituinen ohjelma antaa eurooppalaisille opiskelijoille mahdollisuuksia opiskella, tehdä työharjoitteluja, hankkia työkokemusta sekä tehdä vapaaehtoistyötä ulkomailla. (Opiskeleulkomaila.fi.) Ulkomailla suoritettulla opiskelujaksolla on pitkäaikaisia vaikutuksia ammatilliseen kehitykseen sekä itsetietoisuuteen. Myös erilaisten tilanteiden ja ihmisten kohtaaminen vieraassa kulttuurissa vahvistaa kansainvälistä osaamista, joka on tärkeää nykyisessä monikulttuurisessa yhteiskunnassa. (Hovland & Johannessen 2021, 12.)

Tässä opinnäytetyössä kehitetään Turun ammattikorkeakoulun röntgenhoitajakoulutuksen Erasmus -vaihdon prosessille yhtenäinen ja selkeä sähköinen opasvihkonen opiskelijoiden vaihtoprosessin tueksi. Raportissa käsitellään eri vaiheita ja vaatimuksia, jotka vaihtoon lähtevän opiskelijan tulee tietää. Raportissa käydään läpi taloudellisia sekä käytännön asioita. Raportissa kuvataan opinnäytetyön tavoitteet ja tarkoitus sekä tietoperustaa vaihtoorganisaatiosta ja opiskelijan kansainvälistymisestä. Raportin lopulla arvioidaan työn luotettavuutta sekä eettisyyttä, ja annetaan jatkokehityskohteita. Tuotoksena syntyvä opas toimii opiskelijoille hyvänä muistilistana, mitä asioita tulee hoitaa vaihtoon liittyen sekä neuvona, miten vaihtoprosessi etenee

esimerkiksi kaikkien eri asiakirjojen osalta. Liitteenä olevaa tuotosta ei julkaista Theseuksessa.

## 2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa opas kansainväliseen vaihtoon lähteville Turun ammattikorkeakoulun röntgenhoitajaopiskelijoille. Valmis tuotos eli opas toimii yhtenäisenä ja selkeänä ohjeistuksena röntgenhoitajien vaihtopintoja ajatellen. Opas julkaistaan suomenkielisenä ja sähköisenä. Opas on saatavilla röntgenhoitajaopiskelijoiden kansainvälisten asioiden koordinaattorilta.

Opinnäytetyön ja tuotoksena syntyvän oppaan tavoitteena on kehittää vaihtoon lähtevien opiskelijoiden osaamista sekä tietoa Erasmus -vaihdosta, sen vaiheista ja vaatimuksista. Oppaassa annetaan tietoa myös muun muassa rahoituksesta ja matkajärjestelyistä. Opas toimii röntgenhoitajaopiskelijoille hyvänä tiedon lähteenä ja muistilistana vaihtoon lähtiessä.

## 3 Teorettiset lähtökohdat

### 3.1 Röntgenhoitaja

Röntgenhoitaja on Valviran laillistama terveydenhuollon ammattilainen. Röntgenhoitaja toimii säteilyn lääketieteellisen käytön asiantuntijana, joka vastaa myös säteilyn optimoinnista sekä ympäristöön liittyvistä säteilyturvallisuusasioista. Röntgenhoitaja voi toimia röntgen-, magneetti-, ultraääni-, isotooppi- sekä sädehoito-osastoilla niin julkisilla kuin yksityisillä puolilla. Röntgenhoitaja voi työllistyä myös alan yrityksiin myynti- ja tuotekehitystehtäviin, eläinlääketieteeseen tai teollisuuteen. Röntgenhoitaja saa itsenäisesti suorittaa lähetteen mukaisen säteilylle altistavan tutkimuksen tai suunnitelman mukaisen sädehoidon. Röntgenhoitajan työtä ohjaa lainsäädännön ohella eettiset periaatteet. Röntgenhoitaja kohtaa työssään erilaisia potilaita ja potilaskontaktit ovat tyypillisesti lyhyitä, joten kyky luoda luottamuksellinen suhde potilaaseen lyhyessä ajassa vaatii joustavuutta ja kykyä asettua potilaan asemaan. Röntgenhoitaja toimii moniammatillisessa työyhteisössä monien eri terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. (opetusministeriö 2006, 59; opintopolku 2022; Suomen röntgenhoitajaliitto 2022.)

Röntgenhoitajaksi voi opiskella Suomessa kuudessa eri ammattikorkeakoulussa, joista yksi on ruotsinkielinen toteutus (vuonna 2022). Koulutus kestää keskimäärin 3,5 vuotta ja on 210 opintopisteen koulutus. Röntgenhoitajan ammatti kuitenkin vaatii jatkuvaa kouluttautumista pysyäkseen ajan tasalla niin laite- kuin tutkimus- ja hoitokäytäntöjen kehittyessä. Ammatillinen kehittyminen jatkuu koko uran ajan ja röntgenhoitajan työ onkin vaihtelevaa ja mielenkiintoista. (Suomen Röntgenhoitajaliitto 2022.)

### 3.2 Kansainvälinen opiskelijavaihto

Tutkinto-opiskelijana on mahdollisuus lähteä kansainväliseen opiskelijavaihtoon ja suorittaa osan opinnoista ulkomaalaisessa korkeakoulussa.

Opiskelijavaihdossa opiskelija osallistuu vastaanottavan korkeakoulun opetukseen samalla tavalla kuin paikalliset opiskelijat. Ulkomailla suoritettavat opintopisteet hyväksiluetetaan kotiorganisaatiossa opiskelijan omaan tutkintoon.

Opiskelijavaihtoon voi hakea ympäri maailmaa, mutta pääosa Turun ammattikorkeakoulun yhteistyökorkeakouluista sijaitsee Euroopassa.

Opiskelijan on myös mahdollista hakea itse vaihto-opiskelupaikkansa Turun ammattikorkeakoulun yhteistyökorkeakoulujen ulkopuolelta, mutta tämä vaatii enemmän opiskelijan omaa työpanosta järjestelyihin. (Turun ammattikorkeakoulu 2022b.)

Vaihto-opiskelun tarjoama kansainvälinen kokemus on hyödyksi opiskelijalle.

Opiskelijavaihto antaa osaamista ja kykyjä, jotka auttavat myöhemmin työelämässä. Vieraassa maassa työskentely kehittää kielitaitoa, ongelmanratkaisukykyä, sosiaalisia taitoja sekä opiskelijan joustavuutta ja sitkeyttä. (Toivonen 2018.) Verrattuna kotimaahan jääneisiin opiskelijoihin, vaihto-ohjelmaan osallistuvat opiskelijat osoittivat omaavansa paremmat kielitaidot ja vähemmän ahdistuneisuutta vieraskieltä käytettäessä, kun kaikki opiskelijat laitettiin suorittamaan sama kielitesti. (Roy, Newman, Ellenberger & Pyman 2019.)

Ulkomailla suoritetulla opiskelujaksolla on pitkäaikaisia vaikutuksia ammatilliseen kehitykseen sekä itsetietoisuuteen, ja kokemus kartuttaa myös ammatillista osaamista. Myös erilaisten tilanteiden ja ihmisten kohtaaminen vieraassa kulttuurissa vahvistaa monikulttuurillista sekä kansainvälistä osaamista, joka on tärkeää nykyisessä monikulttuurisessa yhteiskunnassa. (Hovland & Johannessen 2021, 12.)

### 3.3 Erasmus

Erasmus on EU:n koulutus-, nuoriso- ja urheiluohjelma, josta rahoitetaan alojen yhteistyötä Euroopassa. Erasmus tukee myös korkeakoulujen eurooppalaista yhteistyötä ja opiskelijoiden kansainvälistä liikkuvuutta. Ohjelma antaa eurooppalaisille opiskelijoille mahdollisuuksia opiskella, tehdä työharjoitteluja, hankkia työkokemusta sekä tehdä vapaaehtoistyötä ulkomailla. Ohjelmaan osallistumisen ja kansainvälisten opiskelijavaihtojen on todettu kehittävän kielitaitoa, oman alan osaamista ja valmiuksia toimia kansainvälistyvässä työelämässä. Erasmus -opiskelijavaihtoon voi lähteä 3–12 kuukaudeksi ja opintojen aikana Erasmus -vaihtoon voi osallistua yhden kerran. Opiskelijoilla on kuitenkin mahdollisuus osallistua myös yhden kerran Erasmus -harjoitteluun vaihdon lisäksi. (Opiskeleulkomailla.fi.)

Suomessa yli puolet kansainvälisistä vaihdoista on Erasmus -vaihtoja. Vuodesta 1992 lähtien yli 90 000 korkeakouluopiskelijaa on lähtenyt vaihtoon ja yli 13 000 korkeakouluopiskelijaa on lähtenyt harjoitteluun Erasmus -ohjelman kautta. Suomeen on vastaanotettu lähes 120 000 korkeakouluopiskelijaa (vuonna 2019). Erasmus -ohjelma tarjoaa myös korkeakoulujen henkilökunnalle mahdollisuuksia lähteä opetusvaihtoihin tai yhteistyöhön ulkomaalaisten korkeakoulujen kanssa. (Opetushallitus 2A/2019.)

Erasmus -vaihto on suunniteltu niin, ettei se pidennä opiskeluaikaa. Vaihdoissa käytetään ulkomailla suoritettujen opintojen tunnustamisen varmistamiseksi yhteisiä eurooppalaisia dokumentteja, kuten Learning Agreementia (LA). LA lomakkeeseen tulee kirjata kaikki oppimistulokset, jotka opiskelijan olisi tarkoitus hankkia vaihdon aikana. Lomakkeen allekirjoittaa opiskelija itse, Turun Ammattikorkeakoulun kv-koordinaattori sekä vastaanottavan koulun kv-koordinaattori. Kaikki kolme allekirjoittanutta osapuolta sitoutuvat noudattamaan sovittuja järjestelyjä ja opiskelija saa ulkomailla suoritettujen opintojen tai harjoittelun opintopisteet ilman muita tunnustusvaatimuksia. (European Commission 2022.)

### 3.4 Erasmus Radiography Group

Erasmus Radiography Group on röntgenhoitajaopiskelijoiden oma vaihtoyhteisö. Vuonna 1994 ensimmäiset 21 röntgenhoitajaopiskelijaa tekivät vaihto-opintonsa Erasmus Radiography Groupin kautta. Jokainen yhteisöön kuuluva koulu valitsee vaihto-oppilaille tietyn aiheen, joka toimii ikään kuin vaihdon teemana. Vaihtoon kuuluu myös harjoittelu radiologian tai sädehoidon yksiköissä. Yhteisön johtoryhmä koostuu jokaisen jäsenmaan edustajasta, joista puheenjohtaja ja varapuheenjohtaja valitaan kahden vuoden välein. (Erasmus Radiography Group 2019.)

Erasmus Radiography Groupilla oli vuonna 2021 Suomen lisäksi 12 kohdemaata. Suomessa, Hollannissa, Portugalissa ja Ruotsissa oli kaksi vastaanottavaa koulua eri kaupungeissa. Yhteisön omilla nettisivuilla on listattuna jokaisen kohteen koulut ja teemat linkkeineen. Jokainen koulu saa tehdä oman infopakettin nettisivuille, joista suurimmasta osasta löytyy helposti tieto muun muassa vaadittavista terveystaustatiedoista tai kurssien aikatauluista. (Erasmus Radiography Group 2019.)

## 4 Vaihtoprosessi

### 4.1 Ennen vaihtoa

Turun ammattikorkeakoulussa ulkomaan vaihto tuodaan esille jo ensimmäisen vuoden syksyllä ensimmäisessä kansainvälistymisen infotilaisuudessa, jolloin haetaan kv-tutoreita ja herätellään ensimmäisen vuoden opiskelijoiden ajatusta vaihtoon lähtemisestä. Tämän jälkeen toisen vuoden syksyllä kerätään jo varmasti vaihtoon haluavat, ja nämä henkilöt kohdemaatoiveineen pitää Turun Ammattikorkeakoulun vahvistaa neljännen lukukauden eli toisen opiskeluvuoden maaliskuun loppuun mennessä. Röntgenhoitajaopiskelijat voivat päättää vaihtokohteensa Erasmus Radiography Groupin 13:sta maasta (vuonna 2021 13 maata). (Erasmus Radiography Group 2019.) Vaihtokohde vahvistuu viidennen lukukauden eli kolmannen vuoden syyskuun aikana ja viidennen lukukauden syyskuun loppuun mennessä tulee Turun Ammattikorkeakoululle toimittaa jo ensimmäisiä dokumentteja Mobility-Onlineen. (Huhtanen 2021.)

Turun ammattikorkeakoulussa vaihtoprosessissa on käytössä Mobility-Online -järjestelmä. Vaihtokohteen varmistuttua sähköpostiin tulee linkki, jota käyttämällä pääsee kirjautumaan Mobility-Onlineen täyttämään hakemuksen. Jatkoissa järjestelmään pääsee kirjautumaan omilla HAKA-tunnuksilla. Hakemukseen täytetään henkilötiedot sekä vaihtoa koskevat tiedot. Hakulomakkeen lähetyksen jälkeen järjestelmään lisätään osoite- ja tilitiedot apurahaa varten. (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.)

Vaihtokohteeseen kannattaa olla yhteydessä heti kohteen varmistuttua, sillä tarkat vaihtopäivämäärät tulee kirjata Mobility-Onlineen apurahaa varten. Vaihtokohteesta tulee myös kysyä opiskeltavat kurssit ja niiden opintopisteet. Nämä tiedot tulee täyttää LA-lomakkeeseen, jonka saa ladattua järjestelmästä. LA tulee aina liittää mukaan hakemukseen. (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.) LA tulee myös aina päivittää, jos muutoksia ilmenee.

LA tulee ladata Mobility-Onlineen, jonka jälkeen pääsee tekemään Online Linguistic Support (OLS) -kielitestin. OLS-verkkopalvelu on Euroopan komission tarjoama mahdollisuus opiskella verkossa mm. englannin, saksan, ranskan, espanjan, italian, hollannin, tanskan, kreikan, portugalin ja ruotsin kieliä. Opiskelu on mahdollista Erasmus -vaihto ja harjoittelujaksoon osallistuvilla. Kielikurssit perustuvat vapaaehtoisuuteen, mutta kielitestit ovat pakollisia kaikille Erasmus -vaihtoon lähteville opiskelijoille ennen ja jälkeen vaihdon. (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.)

Mobility-Onlineessa tulee avata kaikki kohdat, jotta apurahan haku kirjautuu järjestelmään. Apurahan kirjautumisessa menee noin kolme viikkoa, joten apurahahakemus kannattaa tehdä hyvissä ajoin ennen vaihtoon lähtöä. Ennen vaihdon alkua on hyvä osallistua lähtöorientaatioon, jossa kerrotaan hyödyllisiä tietoja ja hyviä vinkkejä vaihtoa ajatellen. Lähtöorientaation järjestää Turun Ammattikorkeakoulu ja se on yhteinen jokaiselle alalle. (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.)

Jokaisella Euroopan Unionin kansalaisella on oikeus oleskella EU-maissa tilapäisesti. Jos oleskelu toisessa EU-maassa kestää yli kolme kuukautta, tulee oleskelulupaa anoa. Kansainvälinen vaihto kestää Turun Ammattikorkeakoulun röntgenhoitajakoulutuksessa yleensä noin kolme kuukautta, joten oleskelulupaa ei tarvitse anoa, mutta ulkoministeriöön on hyvä tehdä matkustusilmoitus vaihdon ajaksi. (Turun ammattikorkeakoulu 2022b.)

## 4.2 Vaihdoissa

Lähes kaikista muutoksista tai mahdollisista ongelmista vaihtoon liittyen on hyvä ilmoittaa omalle kv-koordinaattorille Turun ammattikorkeakouluun. Jos vaihdon aikana kurssisuorituksiin tulee muutoksia, tulee ne ensin varmistaa omalta kv-koordinaattorilta. Muutokset merkitään LA-lomakkeeseen ja se ladataan uudelleen allekirjoituksin varustettuna Mobility-Onlineen. Vaihdon alettua on hyvä muistaa antaa itselle aikaa tottua uuteen ympäristöön ja kulttuuriin. Uuteen arkeen on hyvä ottaa mukaan tuttuja harrastuksia tai muita mielekkäitä asioita,

joita tekisi kotona Suomessakin. Todennäköisesti kohteessa on muitakin vaihto-opiskelijoita, joiden kanssa kannattaa viettää aikaa ja esimerkiksi aktiivisesti osallistua paikallisiin tapahtumiin. On hyvä muistaa, että vaihdossa edustaa Turun ammattikorkeakoulua ja Suomea yleensäkin. (Kupri-Karenmaa & Piiparinen 2021.)

#### 4.3 Vaihdon jälkeen

Vaihdon loputtua vaihtokoululta pyydetään opintosuoritusote ja allekirjoitus Letter of Confirmation -lomakkeeseen, jonka löytää Mobility-Onlinestä. Lomake toimii todistuksena vaihdossa olost. Lomakkeesta tulee siis tarkistaa oikeat päivämäärät ja henkilötiedot. (Turun ammattikorkeakoulu 2022b.) Sähköpostiin tulee Erasmus -vaihdon palautelomake, joka kuuluu täyttää omien kokemusten perusteella. Opintosuoritusote ja Letter of Confirmation -lomake ladataan Mobility-Onlineen. Vaihtokoulu voi lähettää opintosuoritusotteen myös jälkikäteen, jos sitä ei saa mukaansa lähtiessä. (Kupri-Karenmaa & Piiparinen 2021.)

Vaihtojaksosta tulee tehdä raportti ja palaute, jotka kirjoitetaan ja julkaistaan anonymisti Mobility-Onlinessä. Nämä tulee tehdä kuukauden sisällä Suomeen palaamisesta. Kolmen kuukauden opiskelijavaihdosta saa hyväksiluettua 20 opintopistettä, jotka on jo ennaltaan määritetty ennen vaihtoon lähtöä ja merkitty LA -lomakkeeseen. Vaihdon jälkeen suoritetaan samanlainen OLS-kielitesti, joka suoritettiin myös ennen vaihtoon lähtöä. (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.) Myös Kelaan tulee ilmoittaa Suomeen paluusta, jotta on oikeutettu Kelan etuuksiin (Elämässä 2020). Vaihdon jälkeen omasta vaihtokohteesta tehdään lyhyt esitys, joka esitetään nuoremmille Turun ammattikorkeakoulun röntgenhoitajaryhmille. Esityksessä voi kertoa koulusta, vapaa-ajasta sekä harjoittelusta sairaalassa, kannustaen nuorempia opiskelijoita lähtemään vaihtoon. (Huhtanen 2022.)

#### 4.4 Portugali

Tässä opinnäytetyössä tuodaan esille esimerkkinä Portugali vaihtokohteena. Portugalissa on kaksi Erasmus Radiography Groupin kohdetta; Porto ja Coimbra (vuonna 2021). (Erasmus Radiography Group 2019.) Tässä opinnäytetyössä keskitytään Portoon vaihtokohteena. Opinnäytetyön tekijät viettivät oman opiskelijavaihtonsa vuoden 2022 alussa Portugalin Portossa. Porto on yksi Unescon maailmanperintökaupungeista ja Portugalin toiseksi suurin kaupunki. Porto on tunnettu Port-viinistä, vanhoista kirkoista ja nähtävyyksistä sekä monista silloistaan. (Visit portugal.)

Porto sijaitsee Portugalin pohjoisosassa ja Porton ilmastoa voidaan pitää atlanttisena meri-ilmastona. Kesäisin lämpötila nousee 25 asteeseen ja sateisia päiviä on muutamia. Talvisin lämpötila pysyy normaalisti alle 15 asteen ja sateita esiintyy paljon. Kevätkausi kestää maaliskuusta toukokuuhun, jolloin sää vaihtelee sateisesta aurinkoiseen, mutta lämpötila on jo korkeampi kuin talvikuukausina. Syyskausi kestää lokakuusta marraskuuhun ja ilmasto on hieman lämpimämpi kuin kevätkaudella. (Suomi – Portugali -yhdistys r.y.; lomalista.fi 2022.)

Viimevuotiset sademäärät Portugalissa ovat olleet vähäisempiä, mikä on johtanut laajoihin metsäpaloihin. (Suomi – Portugali -yhdistys r.y.) Kirjoittajien vaihdon aikana sää oli mitä parhain ja sateita esiintyi vähän. Lämpötilat kohosivat päivisin parhaimmillaan 20 asteeseen jo tammikuussa, kuitenkin illat ja yöt olivat alle 10 asteen.

Portugalin pohjoisosa on vuoristoista ja lähestulkoon kaikki kadut ovat ylä- ja alamäkiä. Porton ja viereisen kaupungin Vila Nova de Gaian erottaa jokilaaksossa oleva Douro-joki. Douro-joki laskee Portossa Atlantin valtameren ja heti Douro-joen suulta alkaa Porton hiekkarannat. Rannat Portossa ovat pääasiassa aika kivikkoisia, mutta myös pitkiä hiekkarantoja löytyy. Atlanti pysyy viileänä läpi vuoden eikä merivesi yleensä nouse edes 20:neen asteeseen (Loma Euroopassa 2022). Surffaus on suuressa suosiossa Portossa

ja monia vuokrausfirmoja ja surffauskursseja löytyy varsinkin Matosinhosin alueelta.

Porton keskustassa asuntojen hinnat yksiöille tai kaksioille ovat suurin piirtein samaa hintaluokkaa kuin Suomessa (vuonna 2022). Hieman kaupungin ulkopuolelta asunnon voi saada halvemmalla. Myös jaettuja asuntoja on saatavilla. Ruoka ravintoloissa on halvempaa kuin Suomessa. Portossa erityisesti viini on suosittua ruokajuomana ja Porto onkin tunnettu Portviineistään. (Cave 2018.)

Portosta löytyy paljon ruokakauppoja niin pienistä putiikeista isompiin marketteihin. Lähes kaikki elintarvikkeet ovat Portossa halvempia kuin Suomessa. Ainoastaan kosmetiikka ja kodin tarvikkeet ovat usein kalliimpia kuin Suomessa. (Cave 2018.)

Portossa on hyvä julkinen liikennejärjestelmä. Kulkea voi bussilla, metrolla tai junalla. Kertalippu julkiseen liikenteeseen maksaa alle kaksi euroa. Opiskelijat voivat ostaa kuukausikortin, joka maksaa 30€ kuukaudessa (2022) ja pitää sisällään koko Porton alueen. Kortti on halvempi, jos haluaa ostaa vain jonkun tietyn alueen kortille. Myös Uber ja Free Now ovat käytössä Portossa ja ovatkin usein paljon halvempia kuin normaalit taksit. (Cave 2018.)

## 5 Vaihtotietoja

### 5.1 Erasmus-apuraha

Vaihtoon lähtijä on oikeutettu Erasmus-apurahaan, jonka määrä vaihtelee riippuen kohdemaasta. Kohdemat on jaettu kahteen kalleusryhmään, joista ensimmäisen ryhmän maahan lähtevä opiskelija saa apurahaa 540 euroa per kuukausi, ja toisen kalleusryhmän maahan lähtevä 490 euroa per kuukausi (vuonna 2022). (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.) Ensimmäiseen kalleusryhmään vuonna 2021 kuuluvat Erasmus Radiography Group- ryhmän maista Tanska, Irlanti, Norja ja Ruotsi (Iso-Britannia). Elinkustannukset ovat korkeammat näissä maissa, mikä on selitys korkeammalle apurahalle. Toiseen kalleusryhmään kuuluvat Itävalta, Belgia, Italia, Kreikka, Malta, Alankomaat, Portugali sekä Slovenia. Ohjelman edellytyksiin kuuluu, että opiskelija suorittaa hänelle Erasmus -ohjelman puitteissa määrätyt kielitestit ennen vaihtojaksoa sekä sen jälkeen. (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.)

### 5.2 Kela

Suomalaista opintotukea voi saada ulkomaille koko tutkinnon suorittamista varten sekä kotimaan tutkintoon liittyvään opiskelijavaihtoon tai harjoitteluun (Opiskeleulkomaille.fi). Vaihtoon lähtevät opiskelijat ovat oikeutettuja opintotukeen ulkomaille, jos opinnot, työssäoppimisjakso tai työharjoittelu hyväksytään Suomessa suoritettaviin opintoihin. Kelaan tulee myös ilmoittaa vaihdon päättymisestä ja kotimaahan paluusta. Opintotuki koostuu opintorahasta, asumislisästä sekä opintolainan valtiontakauksesta. (Kela 2022.)

Vaihtoon lähtevä opiskelija saa normaalin opintorahan, joka voi olla enimmillään 250 euroa kuukaudessa. Opiskelijalle maksetaan ulkomaille normaalin opintorahan lisäksi korotettua asumislisää, jonka määrä on enimmillään 210 euroa kuukaudessa. Tämän lisäksi ulkomaille opiskeleva voi saada valtion takaamaa opintolainaa 800 euroa niiltä kuukausilta, jotka hän viettää ulkomaille.

Jotkin Euroopan maat luokitellaan alhaisen vuokratason maiksi, ja näihin maihin maksetaan matalampaa asumislisää (Opiskeleulkomaila.fi). Erasmus Radiography Group- maista Slovenia luokitellaan alhaisen vuokratason maiksi.

### 5.3 Eurooppalainen sairaanhoitokortti

Jos opiskelija on sairausvakuutettu Suomessa tai Suomi vastaa terveydellisen hoidon kustannuksista, opiskelijalla on silloin oikeus eurooppalaiseen sairaanhoitokorttiin (European Health Insurance Card, EHIC). Kortti on ilmainen ja sen myöntää Kela. Esittämällä sairaanhoitokorttisi ulkomaila hoidon antajalle, tulisi kortin esittäjän olla oikeutettu saamaan lääketieteellisesti välttämätöntä sairaanhoitoa. Tällä tarkoitetaan hoitoa, joka ei voi odottaa kotiinpaluuseen. Eurooppalaista sairaanhoitokorttia voi käyttää, kun matkustaa tai oleskelee väliaikaisesti EU- tai Eta-maassa, Iso-Britanniassa, Pohjois-Irlannissa tai Sveitsissä. Sairaanhoidolle voi olla tarve, jos sattuu tapaturma tai äkillinen sairastuminen. Kortin avulla pääsee hoitoon myös, jos kyseessä on pitkäaikainen sairaus, raskauteen liittyvä hoito tai synnytys. Hoito tapahtuu oleskelumaan käytäntöjen mukaisesti ja hoitava lääkäri päättää hoidon luonteen. Eurooppalaista sairaanhoitokorttia voi käyttää edellä mainituissa maissa julkisessa terveydenhuollossa, sairausvakuutussopimuksen tehneiden yksityisten lääkäreiden vastaanotoilla sekä sairaaloissa, jotka ovat solmineet sopimuksen. (Kela 2021.)

### 5.4 Vakuutukset

Turun ammattikorkeakoulu on vakuuttanut opiskelijansa tapaturmavakuutuksella, joka on voimassa ulkomaalaisessa vaihtokoulussa sekä suorilla matkoilla kohdepaikkakunnan majoituksesta kouluun ja takaisin. Vakuutuksen ehtona on, että opiskelija on ennen vaihtoon lähtöä täyttänyt ja tallentanut LA- lomakkeen sekä vaihtonsa tiedot Mobility-Online -järjestelmään. Turun ammattikorkeakoulun ryhmätapaturmavakuutuksen hoitokorvausraja on 5000 euroa. On kuitenkin suositeltavaa, että jokainen vaihtoon lähtijä hankkii

itselleen myös matkavakuutuksen, joka korvaa esimerkiksi matkatavaroille aiheutuneet vahingot, vapaa-ajalla sattuneet tapaturmat tai sairaustapaukset sekä hoidon aiheuttamat kustannukset. Jos vaihtokohde sijaitsee EU:n alueella, kannattaa hankkia myös eurooppalainen sairaanhoitokortti. (Turun ammattikorkeakoulu 2022a.)

## 5.5 Asuminen

Jotkin yliopistot ja korkeakoulut tarjoavat vaihto-opiskelijoille asumismahdollisuuksia esimerkiksi asuntoloiden muodossa, mutta markkinoilla on myös paljon yksityisiä asuntoja sekä huoneita. Asunto tai huone kannattaa varata hyvissä ajoin ja perehtyä vuokranantajan luotettavuuteen. On kannattavaa tutustua kunkin maan omaan tarjontaan. Kohdemaan kv-vastaavilta voi myös tiedustella asiaa, monesti vastaanottavilla kouluilla on suositella luotettavia paikallisia sivustoja tai vuokranantajia. (Turun ammattikorkeakoulu 2022b.) Myös isot kansainväliset yritykset, kuten Airbnb, ovat tutustumisen arvoisia. Ne tarjoavat asuntoja ja huoneita myös pidempiaikaiseen asumiseen.

## 5.6 Terveydelliset asiat

Ennen vaihtoon lähtöä on hyvä huolehtia terveydelliset asiat kuntoon. Kohdemaan terveysvaatimuksista ja tarvittavista rokotuksista kannattaa ottaa selvää hyvissä ajoin. Perusrokotusten (Tetanus-difteria, Polio ja MPR) tulee olla aina voimassa ja useimmat maat edellyttävät myös voimassa olevan B-hepatiittirokotuksen. Useimmat maat vaativat myös täyden Covid19-rokotesuojan. On hyvä muistaa, että täydellisen rokotussuojan saaminen tietyn rokotteen annosta voi kestää jopa kuukausia. Jotkin maat voivat myös vaatia kansainvälistä rokotuskorttia maahan päästäkseen. (Turun ammattikorkeakoulu 2022b.)

Jotkin maat saattavat vaatia lääkärintodistuksia, laboratoriokokeita tai muita dokumentteja, joista tulee huolehtia itse. Nämä ovat omakustanteisia tutkimuksia. Tarvittaessa myös lääkeaine- tai muista allergioista on hyvä hankkia englanninkielinen käännös mukaan. Vaihto-opinnoista palatessa tulee antaa negatiiviset vankomysiiniresistentti enterokokki eli VRE- ja metisilliiniresistentti *Staphylococcus aureus* eli MRSA- näytteet ennen seuraavaa käytännön harjoittelua Suomessa. Näistä testeistä vastaa oma sairaanhoitopiiri. Jos vaihdon suorittaa korkean tuberkuloosiriskin maassa ja on siellä harjoittelussa yli kolme kuukautta, tulee Suomeen palattua ottaa yhteyttä Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiöön tuberkuloosiseulonnan vuoksi. (YTHS 2021.)

### 5.7 Mitä mukaan

Opiskelijalla tulee olla mukanaan passi, kopio passista sekä useampi passikuva. Tärkeistä korteista kannattaa myös ottaa kopiot. Matkalle on hyvä ottaa mukaan Eurooppalainen sairaanhoitokortti ja vakuutustodistus sekä omasta että koulun vakuutuksesta. (Turun ammattikorkeakoulu 2022b.) Vastaanottavalta koululta kannattaa myös selvittää, jos mukaan tarvitsee ottaa joitakin tiettyjä dokumentteja tai allekirjoituksia. On hyvä myös selvittää saako hoitovaatteet harjoittelua varten kohdemaan sairaaloista, vai ottaako omat Suomesta mukaan. Työkengissä voi myös olla tiettyjä edellytyksiä, joista kannattaa ottaa jo etukäteen selvää. Jotkin kohdemaat pyytävät vaihto-opiskelijoita ottamaan mukaan myös omat dosimetrit.

Matkaa varten kannattaa hyvissä ajoin alkaa pohtimaan tarvikelistaa. Varsinkin reseptilääkkeet kannattaa hankkia Suomesta, jotta niistä saa Kela-korvauksen. Kohdemaan ilmasto kannattaa selvittää etukäteen, jotta tietää pakata oikeanlaisia vaatteita mukaan. On hyvä ottaa huomioon ulkomaisten talojen huonot lämmöneristykset, joten villasukat ja muuta lämmintä vaatetta kannattaa pakata mukaan, vaikka kohdemaassa olisikin lämpimämpi kuin Suomessa. Hyvät kengät ovat myös tärkeä valinta mukaan, sillä kohdekaupunkia tulee varmasti tutkittua paljon kävellen. (Ahola-Luttila ja Helin 2022.)

## 6 Opinnäytetyön toteutus ja tuotos

Tämä opinnäytetyö on kehittämistyö, jonka tuotteena on opas Erasmus -vaihtoon lähteville Turun ammattikorkeakoulun röntgenhoitajaopiskelijoille. Opinnäytetyö muodostuu kirjallisuuteen sekä suullisiin lähteisiin perustuvasta teoriaosuudesta sekä tuotoksesta eli oppaasta. Opinnäytetyössä käydään läpi koko vaihtoon lähdön prosessi ja tarkastellaan esimerkkinä Portugalia vaihtokohteena.

Kehitystoiminnan kohdalla ensisijaisena tavoitteena on tyypillisesti jonkin konkreettisen asiantilan tai toiminnan muuttaminen. Kehittämistoiminta on ajassa ja paikassa tapahtuvaa, kontekstisidonnaista. Kehittämistoiminnalla on siis oma rajattu, suunniteltu, vaiheistettu ja tulosten hyödyntämiseen perustuva tehtävä tietyssä ympäristössä. (Salonen ym. 2017.)

Tässä opinnäytetyössä kehitetään Turun Ammattikorkeakoulun röntgenhoitajakoulutuksen Erasmus -vaihdon prosessille yhtenäinen ja selkeä sähköinen opasvihkonen opiskelijoiden vaihtoprosessin tueksi. Tuotoksena syntyvä opas toimii opiskelijoille hyvänä muistilistana, mitä asioita tulee hoitaa vaihtoon liittyen sekä neuvona, miten vaihtoprosessi etenee esimerkiksi kaikkien asiakirjojen osalta.

Opinnäytetyössä käytetään kehittämistyön lineaarista etenemismallia. Lineaarisen ajattelun mukaan kehittämistoiminta voidaan nähdä eheänä kokonaisuutena, jossa tehtävät suoritetaan rationaalisesti ja loogisessa järjestyksessä. Kehittämistoiminta koostuu seuraavista vaiheista: (1) nykykäytännön kehittämistarpeiden tunnistaminen, (2) ideointivaihe, (3) suunnitteluvaihe, (4) toteutusvaihe, (5) tulos ja tuotos, ja (6) arviointivaihe. Käytännössä kehittämistoiminta ei usein etene näin lineaarisesti, vaan vaiheet limittyvät toisiinsa ja voivat olla myös yhtäaikaista. (Salonen ym. 2017.)

Opinnäytetyö aloitettiin keräämällä tietoa opiskelijavaihdosta ja Erasmus -ohjelmasta Turun ammattikorkeakoulussa. Opinnäytetyöhön etsittiin teorian tietoa, jonka pohjalta oppaan työstäminen voi alkaa. Opinnäytetyöhön ja

kehittämistuotokseen haettiin tietoa kirjallisuudesta, erilaisilta viranomais-sivuilta, Turun Ammattikorkeakoulun intranetistä sekä Turun Ammattikorkeakoulun kansainvälisten suhteiden koordinaattoreilta.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyy vaihtoon lähtijän opas. Sähköisessä muodossa olevaan oppaaseen tiivistetään tärkeimmät ja tarpeelliset tiedot sekä vinkit vaihtoon lähtijöille. Opas sisältää tekstiä, koottuja luetteloita tärkeimmistä asioista sekä havainnollistavia kuvia. Opas on tarkoitus pitää mahdollisimman lyhyenä ja selkeänä, mutta kuitenkin tarpeeksi informatiivisena. Oppaassa käydään lyhyesti läpi Erasmus Radiography Groupin vaihtokohteet sekä näiden kohteiden mahdolliset erikoisvaatimukset.

Oppaassa käydään läpi vaihtopaikan valinta, vaihtoon valmistautuminen ja siihen liittyvien virallisten asioiden hoito. Näistä esimerkkejä ovat erilaisten dokumenttien täyttäminen ja lähettäminen eri tahoille, rahoituksen ja kotimaan tukien hakeminen sekä matkajärjestelyt kuten asuminen. Vaihtokohteittain käydään läpi maiden terveydelliset vaatimukset esimerkiksi rokotusten osalta. Oppaassa tulee siis selkeästi ilmi mitä asioita pitää hoitaa vaihtoon liittyen ja milloin. Työssä keskitytään esimerkkinä Portugaliin vaihtokohteena, mutta käsitellään lyhyesti myös muiden vaihtokohteiden erityispiirteitä ja huomioitavia asioita.

Opas on tarkoitus jakaa sähköisesti opiskelijoille, jotka suunnittelevat vaihtoon lähtöä. Röntgenhoitajaopiskelijoiden kv- koordinaattori voi jakaa oppaan vaihdosta kiinnostuneille opiskelijoille ensimmäisen vaihtoinfon yhteydessä, jolloin opiskelijat saisivat heti käsityksen vaihtoon lähdön prosessista ja siihen liittyvistä asioista. Opas olisi hyvä jakaa uudelleen vaihtopaikkojen varmistuttua, jolloin vaihtoon liittyviä asioita aletaan hoitamaan. Opas on kuitenkin saatavilla milloin tahansa röntgenhoitajien kv- koordinaattorilta pyydettyäessä.

## 7 Eettisyys ja luotettavuus sekä pohdinta

### 7.1 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Tämä opinnäytetyö on tehty noudattaen Tutkimuseettisen neuvottelukunnan hyvän tieteellisen käytänteen ohjeita. Ohjeissa on määritelty hyvät tieteelliset käytännöt, joita voidaan soveltaa tutkimuksien lisäksi toiminnallisissa opinnäytetyöissä. (TENK 2012.) Ammattikorkeakouluille on laadittu yhteiset eettiset suositukset. Opinnäytetyö on opiskelijalle oppimisprosessi, joka edistää opiskelijan asiantuntijuutta, ammatillista kehittymistä sekä työelämätaitoja. (ARENE 2020.) Tämä opinnäytetyö on tehty näihin suosituksiin ja ohjeisiin perustuen mahdollisimman eettisesti ja luotettavasti. Työ on tehty perehtyen aiheeseen, omin sanoin kirjoittaen sekä luotettaviin lähteisiin perustuen. Lähdeviittaukset on tehty asianmukaisesti ja alkuperäisiä lähteitä kunnioittaen. Opinnäytetyöstä on laadittu asianmukainen opinnäytetyösuunnitelma sekä opinnäytetyösopimus.

Opinnäytetyö on luotettava, kun työn teoriaisuus ja tuotos eli opas ovat yhteensopivia eivätkä epäolennaiset asiat ole vaikuttaneet teoriatietoon (Vilka 2015). Opinnäytetyön tekijöiden havainnot ja kokemukset kansainvälisestä vaihdosta vastaavat teoriaosuudessa olevaa tietoa, mikä lisää opinnäytetyön ja oppaan luotettavuutta. Työhön on haettu mahdollisimman ajantasaista tietoa, jotta opas vastaisi auttamaan mahdollisimman hyvin tulevien opiskelijoiden kansainvälistä vaihtoa ja sen hakuprosessia. Oppaassa käytetyt kuvat ovat opinnäytetyön tekijöiden ottamia. Opinnäytetyön aihe koettiin hyvin tarpeelliseksi ja mielenkiintoiseksi opinnäytetyön tekijöiden oman vaihtoprosessin perusteella. Myös Turun ammattikorkeakoulun röntgenhoitajakoulutuksen lehtorien puolesta opinnäytetyö on hyvin tarpeellinen.

## 7.2 Opinnäytetyöprosessin pohdinta

Opinnäytetyön työstäminen ja ideointi aloitettiin syyskuussa 2021, ja aiheen löytymisessä oli omat hankaluutensa. Korkeakoulun lehtorien ehdotuksesta opiskelijat tarttuivat marraskuussa 2021 ideaan vaihto-opiskelijoiden oppaasta, sillä aihe oli tekijöille ajankohtainen ja kaikki vaihtoon lähtevät luokkatoverit pähkäilivät samoja ongelmia. Opinnäytetyön aiheelle nähtiin selkeä tarve, sillä selkeitä ja yhteen paikkaan kasattuja ohjeita vaihtoon valmistautumiseen ei ollut saatavilla. Joulukuussa 2021 tekijät esittivät opinnäytetyösuunnitelman, ja sen hyväksymisen jälkeen lähdettiin varsinaista työtä työstämään alkuvuodesta 2022. Molemmat opinnäytetyön tekijät olivat Erasmus -opiskelijavaihdossa samassa paikassa Portugalissa keväällä 2022, joten opinnäytetyötä pystyttiin hyvin työstämään eteenpäin yhdessä. Työ valmistui toukokuussa 2022.

Tekijät kokivat haastavimmiksi asioiksi oman kokemattomuutensa kyseisten kaltaisten tekstien kirjoittamisessa, sekä siinä, että lähteemme rajoittuivat hyvin paljon suomalaisiin lähteisiin, eikä esimerkiksi ulkomaalaisiin artikkeleihin. Monet lähteet olivat koulun sisäisiä, ja haasteita oli löytää luotettavia hyväksyttäviä lähteitä tai viitteitä. Työ myös painottuu paljon vaiheisiin ennen vaihtoon lähtöä, sillä eri vaihtokohteilla on yksilölliset sisällöt vaihto-opinto-ohjelmassaan, joita tekijät eivät lähteneet avaamaan omassa työssään. Vaihdon aikaisia asioita on siis työssä avattu vain yleisesti sekä oman vaihtokohteen, Portugalin Porton osalta. Päänvaivaa aiheutti myös päätöksenteko siitä, mitkä asiat päätyvät vain oppaaseen ja mitkä asiat jäävät itse raporttiin.

Tekijät kokivat onnistuneensa opinnäytetyössään ja toivovat työn tavoittavan tulevia röntgenhoitajaopiskelijoita mahdollisimman hyvin. Opinnäytetyön tiedot voivat ajan saatossa muuttua, eikä työ ole silloin enää luotettava. Mahdollisena jatkokehittämissuunnitelmana voitaisiin silloin pitää opinnäytetyön päivittämistä.

## Lähteet

ARENE 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. 2020. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. Viitattu 13.4.2022. <https://www.arena.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>

Cave, J. 2018. Portugalist.com. 8/2018. Cost of Living in Porto: The Breakdown. Viitattu 12.3.2022. <https://www.portugalist.com/porto-cost-of-living/>

Elämässä, media Kelan asiakkaille. Oletko juuri palannut Suomeen? Kertaa nämä Kela-asiat. 2020. Viitattu 3.5.2022. <https://elamassa.fi/kela-palvelee/oletko-juuri-palannut-ulkomailta-suomeen/>

Erasmus Radiography Group. 2019. Members and themes. Viitattu 20.2.2022. [https://www.erasmus-rad-group.org/web/?page\\_id=65](https://www.erasmus-rad-group.org/web/?page_id=65)

European Commission. 2022. Erasmus+ Learning Agreement. Viitattu 7.3.2022. <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/resources-and-tools/learning-agreement>

Hovland, OJ & Johannessen, B. 2021. 'What impact did a student exchange have on participating nurses in the longer term?', Norwegian Journal of Clinical Nursing / Sykepleien Forskning, 1–15. Viitattu 12.3.2022. <https://web-s-ebscohost-com.ezproxy.turkuamk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=628a5c03-2496-46b3-91d6-3aafd1529088%40redis>

Huhtanen, J. 2021. Ohjeita opinnäytetyöhön. Sähköpostiviesti 2.12.2021. Vastaanottajat E. Ahola-Luttila ja I. Helin. Röntgenhoitajakoulutuksen lehtorin ohjeet opinnäytetyön kirjoittajille Turun ammattikorkeakoulussa. Viitattu 15.1.2022

Huhtanen, J. 2022. Lyhyt esitys P20 ja P21 ryhmille. Sähköpostiviesti 24.3.2022. Vastaanottajat E. Ahola-Luttila ja I. Helin. Röntgenhoitajakoulutuksen lehtorin ohjeet opinnäytetyön kirjoittajille Turun ammattikorkeakoulussa. Viitattu 10.5.2022

Kela. 2021. Eurooppalainen sairaanhoitokortti. Viitattu 15.1.2022.

<https://www.kela.fi/eurooppalainen-sairaanhoitokortti>

Kela. 2022. Opintotuki. Jos opiskelet ulkomailla. Viitattu 13.1.2022

<https://www.kela.fi/opintotuki-ulkomaille#vaihto>

Kupri-Karenmaa, A. & Piiparinen, J-P. 2021. Turun Ammattikorkeakoulu

lähtöorientaatio. Viitattu 14.4.2022. <https://tuas365.sharepoint.com/sites/Messi-Opiskelija/Shared%20Documents/Forms/AllItems.aspx?id=%2Fsites%2FMessi%2DOpiskelija%2FShared%20Documents%2FL%C3%A4ht%C3%B6orientaatioK2022%2Epdf&parent=%2Fsites%2FMessi%2DOpiskelija%2FShared%20Documents>

Loma Euroopassa, matkaopas Euroopan lomakohteisiin. 2022. Porto. Viitattu

21.2.2022 <https://www.lomaeuroopassa.fi/kohteet/portugali/porto/>

Lomalista. 2015-2021. Porto. 20.2.2022

<https://www.lomalista.fi/lomakohteet/eurooppa/portugali/porto/s%C3%A4%C3%A4>

Opetushallitus. 2019. Fakta Express. Tietoja, taitoja ja avarakatseisuutta.

Viitattu 7.3.2022. <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/oph-fakta-express-2a-2019-sivut.pdf>

Opetusministeriö. 2006. Ammattikorkeakoulusta terveydenhuoltoon. Viitattu

26.2.2022

[h.https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80112/tr24.pdf](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80112/tr24.pdf)

Opintopolku. 2022. Röntgenhoitaja (AMK). Viitattu 26.2.2022

<https://opintopolku.fi/konfo/fi/koulutus/1.2.246.562.13.0000000000000000202>

Opiskeleulkomaille.fi. Erasmus – Euroopan unionin vaihto- ja yhteistyöohjelma

korkeakouluille. Viitattu 15.1.2022. <https://www.opiskeleulkomaille.fi/erasmus-4518>

Opiskeleulkomaille.fi. Opintotuki ulkomaille. Viitattu 13.1.2022.

<https://www.opiskeleulkomaille.fi/opintotuki-ulkomaille-5864>

Roy, A., Newman, A., Ellenberger, T. & Pyman, A. 2019. Outcomes of international student mobility programs: A systematic review and agenda for future research. Studies in higher education (Dorchester-on-Thames), 44(9), 1634. <https://doi.org/10.1080/03075079.2018.1458222>

Röntgenhoitajaliitto. 2022. Koulutus. Viitattu 2.3.2022.

<https://www.sorf.fi/index.php?k=8366>

Salonen, K.; Eloranta, S.; Hautala, T.; Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. 34, 52. Viitattu 22.1.2022. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf>

Suomi – Portugali -yhdistys r.y. 2022. Maantiede ja ilmasto. Viitattu 20.2.2022. <http://www.suomi-portugali.org/maantiede-ja-ilmasto/>

TENK 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 11.4.2022. [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Toivonen, T. 2018. Miksi nuoren kannattaa lähteä ulkomaille vaihtoon tai opiskelemaan? Yle Uutiset 16.2.2018. Viitattu 8.3.2022. <https://yle.fi/uutiset/3-10161231>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022a. Apurahan määrä. Messi-intranet. Viitattu 21.2.2022. <https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Opiskelu%20ulkomailla.aspx>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022a. Kielitesti ja -kurssit. Messi-intranet. Viitattu 21.1.2022. <https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Opiskelu%20ulkomailla.aspx>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022a. Miten haet vaihtoon. Viitattu 8.3.2022. <https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Opiskelu%20ulkomailla.aspx>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022a. Muistilista. Viitattu 4.4.2022. <https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Opiskelu%20ulkomailla.aspx#opiskelijavaihdon-raportointi>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022a. Näin teet hakemuksen. Messi-intranet. Viitattu 15.1.2022. <https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Opiskelu%20ulkomailla.aspx>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022a. Näin teet hakemuksen. Messi-intranet. Viitattu 21.1.2022.

<https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Opiskelu%20ulkomaila.aspx>

Turun Ammattikorkeakoulu. 2022a. Opiskelijavaihdon raportointi. Viitattu 13.4.2022.

<https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Opiskelu%20ulkomaila.aspx#opiskelijavaihdon-raportointi>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022a. Vakuutus. Messi-intranetti. Viitattu 15.1.2022.

<https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/Opiskelu%20ulkomaila.aspx#apurahan-m%C3%A4%C3%A4r%C3%A4>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022b. Asuminen. Viitattu 12.3.2022.

<https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/L%C3%A4htij%C3%A4n-opas.aspx>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022b. Matkalle mukaan. Viitattu 1.2.2022.

<https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/L%C3%A4htij%C3%A4n-opas.aspx>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022b. Opiskelijan asiakirjat. Viitattu 1.2.2022.

<https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/L%C3%A4htij%C3%A4n-opas.aspx>

Turun ammattikorkeakoulu. 2022b. Terveys ja rokotukset. Viitattu 21.1.2022.

<https://tuas365.sharepoint.com/sites/Opiskelu/SitePages/L%C3%A4htij%C3%A4n-opas.aspx>

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uudistettu painos. PS-kustannus: Jyväskylä. 194-197. Viitattu 13.4.2022

Visit Portugal. 2013. Porto and the North. Viitattu 20.2.2022

<https://www.visitportugal.com/en/destinos/porto-e-norte>

Ylioppilaiden Terveystieteiden keskus YTHS. 2021. AMK opiskelijoiden vaihtoon tai harjoitteluun lähtevien info. Viitattu 12.3.2022.

[https://tuas365.sharepoint.com/:p:/r/sites/Messi-Opiskelija/\\_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7BEAAE454B-EFEB-4104-](https://tuas365.sharepoint.com/:p:/r/sites/Messi-Opiskelija/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7BEAAE454B-EFEB-4104-)

A78D-

[CE558C24214F%7D&file=AMK%20vaihtoon%20I%C3%A4htevien%20info%2010-2021%20YTHS.pptx&action=edit&mobileredirect=true&cid=6477d360-812b-4a56-90a0-21abf2085442](#)