



Oamk Journal

Oulun ammattikorkeakoulun julkaisu

Tämä on alkuperäisen julkaisun rinnakkaistallenne. Rinnakkaistallenne saattaa erota alkuperäisestä sivutukseltaan ja painoasultaan.

This is an electronic reprint of the original publication. This version may differ from the original in pagination and typographic detail.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä/Please cite the original version:

Oinonen, M., Koivuluoma, M., Karvonen, A-R., Malinen, P. & Slunga, S. 2023. Online-luennoilta keskiaikaiseen Gentiin – uudenlainen tapa opiskella terveyden edistämistä. Oamk Journal 73/2023. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2023050440863>

Online-luennoilta keskiaikaiseen Gentiin – uudenlainen tapa opiskella terveyden edistämistä

11.5.2023 - Oinonen Meeri, Koivuluoma Milla, Karvonen Anna-Riina, Malinen Pauliina, Slunga Satu

Terveyden edistäminen on olennainen osa tulevien sote-ammattilaisten työtä. Artevelde Hogeschoolin hallinnoima lyhyt, monimuotoinen opiskelijavaihto tarjosi neljälle Oulun ammattikorkeakoulun suuhygienistiopiskelijalle uudenlaisen mahdollisuuden opiskella aihetta monialaisesti. Tiivistä menoa, mutta hieno kokemus!

Artevelden ja Oulun ammattikorkeakoulun (Oamk) Suun terveydenhuollon tutkinto-ohjelmien välillä on tehty yhteistyötä vuodesta 2017 alkaen. Huhtikuussa 2021 Arteveldestä kysyttiin kiinnostustamme ryhtyä partneriksi suunnitteilla olleelle kolmen opintopisteen Interdisciplinary Health Promotion -opintojaksolle. Kyseessä on BLIP-toteutus (Blended Learning Intensive Program), jossa virtuaalisen osion lisäksi opiskelijoille kuuluu pakollinen fyysinen vaihtojakso. Tartuimme mielenkiintoiseen mahdollisuuteen, ja Artevelde saikin toteutukselle Erasmus+ rahoituksen saman vuoden lokakuussa. Ensimmäistä toteutusta kaavailtiin jo alkuvuodelle 2022 mutta aikataulusyistä se siirrettiin tammi-helmikuun vaihteeseen 2023.

Kansainvälistä ja monialaista terveyden edistämistä

Opintojakson suunnittelun taustalla oli ajatus terveyden edistämisen ja siihen liittyvien interventioiden osaamisen tarpeesta, mutta myös näkemys kansainvälistymisen merkityksestä jo opiskeluaikana. Tavoitteena oli samalla tarjota opiskelijoille uudenlainen mahdollisuus lyhytkestoiseen, intensiiviseen, monialaiseen ja -muotoiseen opiskeluun.

Artevelde hallinnoi opintojakson suunnittelua ja opetusjärjestelyjä. Oamkin lisäksi suunnitteluun osallistuivat Suomesta Metropolia Ammattikorkeakoulu, Unkarista Semmelweisin yliopisto ja Virossa terveystieteiden korkeakoulu. Helsingistä ja Oulusta mukana

olleet opiskelijat olivat suun terveydenhuollon, Budapestista fysioterapian ja Tallinnasta terveyden edistämisen tutkinto-ohjelman kolmannen lukuvuoden opiskelijoita.

Aivan suunnittelujen loppuvaiheessa Savonian terveydenhoitajaopiskelijat Kuopiosta liittyivät vielä mukaan ohjelmaan. Gentistä puolestaan opintojaksolle osallistui ehkä hieman yllättäenkin vain yksi Artevelden suuhygienistiopiskelija. Yhteensä opintojaksolle osallistui 24 eri alojen opiskelijaa neljästä maasta, kuudesta eri korkeakoulusta.

Opintojakson suunnittelutyössä oli mukana opettaja jokaisesta osallistuvasta korkeakoulusta. Sujuvan ryhmätyöskentelyn mahdollistamiseksi ajatuksena oli saada mukaan neljästä viiteen opiskelijaa jokaisesta korkeakoulusta. Pyrkimyksenä oli myös saada kaikista edustaja opintojakson online-luento-opetuksen toteutukseen ja fyysiselle vaihtojaksolle.

Online-teoriaopetukseen osallistui terveyden edistämisen asiantuntijoita muun muassa Maastrichtista, Budapestista, Tallinnasta ja Helsingistä. Oamkin terveyden edistämisen edustajana opintojakson tällä osuudella toimi TKI-tiimipäällikkö ja Oulun yliopiston osa-aikainen tutkijatohtori **Niko Männikkö**, joka luennoi sosiaalisesta mediasta ja pelaamisesta sekä niiden hyvinvointivaikutuksista yhdessä Oulun yliopiston väitöskirjatutkija **Krista Hylkilän** kanssa.

Alkuvuoden monimuotoinen toteutus

Opintojaksoon kuuluvat virtuaaliopinnot toteutuivat kahtena päivänä tammikuun lopussa. Monialainen live-osuus jatkui heti seuraavalla viikolla. Paikan päällä Gentissä opiskeltiin 30.1.–3.2.2023. Live-osuuden ohjaajat olivat Artevelden, Metropolian, Semmelweisin ja Tallinnan korkeakoulujen opettajia. Harmi, ettei Oulusta saatu edustajaa tähän osuuteen.

Oamkin suuhygienistikoulutuksen kolmannen lukuvuoden opetussuunnitelmaan uusi BLIP-opintojakso sopii loistavasti. Monimuotoiseen opiskelijavaihtoon osallistuminen korvaa samaan aikaan toteutuvan 4 opintopisteen laajuisen Health Promotion Project -opintojakson.

Seuraavaksi Oamkin suun terveydenhuollon tutkinto-ohjelman opiskelijat **Anna-Riina Karvonen**, **Milla Koivuluoma**, **Pauliina Malinen** ja **Satu Slunga** (kuvat 1 ja 2) kertovat

kokemuksistaan tästä lyhyestä, monimuotoisesta opiskelijavaihdosta, sen järjestelyistä ja toteutuksesta.



KUVAT 1 ja 2. Vasemmalla suuhygienistiopiskelijat Satu Slunga (vas.), Pauliina Malinen, Anna-Riina Karvonen ja Milla Koivuluoma. Oikealla Artevelden kampus. (Kuvat: Milla Koivuluoma.)

Online-osuuden jälkeen Belgiaan

Lyhyt vaihtomme alkoi virtuaaliosuudella, jossa pääsimme jo hieman tutustumaan toisiimme. Järjestäjät olivat jakaneet meidät pienryhmiin, joissa oli opiskelijoita jokaisesta maasta ja eri aloilta. Kurssin etäpäivät koostuivat pääsääntöisesti luennoista, jotka käsittelivät seuraavan viikon teoriaa ja herättelivät ajatuksia liittyen terveyden edistämiseen.

Matkustaminen Gentiin oli sujuvaa, ja saadut apurahat kattoivat kokonaisuudessaan junamatkan Helsinkiin, edestakaiset lennot sekä majoituksen Gentissä. Myös Belgiassa julkisilla liikkuminen oli erittäin helppoa. Majoituimme ihanassa Airbnb-asunnossa aivan koulua vastapäätä. Asunto löytyi helposti Airbnb-nettisivun kautta ja ajoissa varattuna oli myös edullinen. Asunnon vuokraajat olivat hyvin avuliaita ja antoivat neuvoja ja vinkkejä muun muassa Gentin julkisesta liikenteestä ja lähellä olevista ruokakaupoista ennen saapumistamme.

Tiivistähtistä opiskelua ja kulttuurisia kokemuksia

Viikon ensimmäiseksi haasteeksi osoittautui luokan löytämisen sijaan kunnollisen aamukahvin saaminen, joka tietenkin on oleellinen osa aamua näin suomalaisena kahvin ystävänä. Gentissä koulupäivät alkoivat aina yhdeksältä ja kestivät iltapäivään. Saimme päivittäin lounaskupongin, jolla saattoi valita täytetyn patongin sekä keiton tai lämpimän ruoan linjastolta. Koko viikko kului pääosin ryhmätyöskentelyn parissa. Jokainen ryhmä loi terveydenedistämissuunnitelman viisivaiheisen terveydenedistämisen mallin pohjalta valitsemastaan aiheesta. Viikon päätteeksi pääsimme esittelemään tuotoksemme muille ryhmille.

Vieraan kielen lisäksi opiskeluun toi haasteita täysin uudenlainen teoriasisältö. Paikan päällä työskentely oli erittäin intensiivistä, ja päivät olivat pitkiä. Viikon myötä teoria tuli kuitenkin tutuksi, ja perjantaina pääsimmekin kilistelemään kuohuvalla onnistuneen viikon päätteeksi.

Opiskelun lisäksi ihastelimme joka ilta Gentin upeaa ja tunnelmallista kaupunkia (kuva 3), jossa koristeelliset ja keskiaikaiset rakennukset reunustivat mukulakatuja. Maistelimme paikallisia herkkuja, joihin kuuluivat tietenkin ranskalaiset, suklaa sekä paikallinen vohveli (kuvat 4, 5 ja 6). Onneksemme löysimme majoituksen läheltä luottokahvilan, josta saimme täydellistä aamukahvia. Nautimme yhdessä joka hetkestä, söimme hyvää ruokaa ja saimme unohtumattomia kokemuksia. Etenkin mieleen jäi se, kuinka mukavia ja kohteliaita ihmiset Belgiassa olivat.



KUVA 3. Gent iltavalaistuksessa (kuva: Satu Slunga).



KUVAT 4, 5 ja 6. Belgiassa! Ranskalaisia, suklaata ja vohveleita (kuvat: Satu Slunga).

Vaihtoon lähteminen tietenkin jännitti, mutta tämä jännitys kuitenkin unohtui heti ensimmäisen päivän jälkeen. Loppuviikosta vieraan kielen käyttökin alkoi tuntua jo luontevalta. Opiskelun lisäksi viikon aikana pääsi tutustumaan uusiin ihmisiin, koulutusaloihin ja kielellisiin eroihin. Puolivälissä viikkoa järjestettiin myös yhteinen illallinen, jossa tarjolla oli paikallista perinneruokaa. Ruokailun jälkeen ohjelmassa oli vapaata tanssia ja musiikkia eri kulttuureista. Ilta kohotti ryhmän yhteishenkeä entisestään.

Lyhytkestoiseen opiskelijavaihtoon kannattaa lähteä

Belgian viikossa parasta oli kokemus kaikkienensa. Viikon aikana koetut hetket ovatkin ainutlaatuisia muistoja. Kaiken kaikkiaan Gent jätti meihin lähtemättömän vaikutuksen, ja voimme suositella lyhytvaihtoa kaikille sitä vähänkin miettiville.

Paluulennon olimme varanneet vasta sunnuntaille, joten ehdimme viikonlopun ajan nauttia vapaa-ajasta. Kävimme ihastelemassa Brysseliä, johon oli vain 20 minuutin junamatka Gentistä.

Siinä missä Gent oli pieni ja tunnelmallinen, tarjosi Bryssel suurkaupungin tunnetta (kuvat 7, 8 ja 9). Brysselissä ihastelimme kuuluisia suklaakauppoja sekä söimme mielettömän hyvää pitsaa. Sunnuntaina lähdimme kotiin haikein mielin takanamme unohtumaton reissu.



KUVAT 7, 8 ja 9. Bryssel (kuvat: Milla Koivuluoma ja Satu Slunga).

Lyhyet vaihdot tarjoavat uusia mahdollisuuksia monialaiseen opiskeluun

Artevelde Hogeschoolin hallinnoima lyhyt, monimuotoinen opiskelijavaihto toteutui ensimmäisen kerran tammi-helmikuun vaihteessa 2023. BLIP-toteutus tarjosi mahdollisuuden opiskella terveyden edistämistä kansainvälisesti ja monialaisesti.

Seuraavan kerran Interdisciplinary Health Promotion -opintojakso toteutuu tammikuussa 2024. Oamk on jo sitoutunut osallistumaan opetusjärjestelyihin ja lähettämään vähintään neljä opiskelijaa Gentiin. Alustavasti sovittu paikkamäärä on rajallinen, mutta osallistumista tullaan mahdollisuuksien mukaan tarjoamaan suuhygienistiopiskelijoiden lisäksi muillekin aiheesta kiinnostuneille sote-alan opiskelijoille.

Meeri Oinonen

lehtori

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Milla Koivuluoma

suuhygienistiopiskelija

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Anna-Riina Karvonen

suuhygienistiopiskelija

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Pauliina Malinen

suuhygienistiopiskelija

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

Satu Slunga

suuhygienistiopiskelija

Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö

METATIEDOT

Tyyppi: Blogi

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu

Julkaisunumero: 73/2023

Julkaisuvuosi: 2023

Tekijätiedot: Oinonen Meeri, Koivuluoma Milla, Karvonen Anna-Riina, Malinen Pauliina, Slunga Satu

Oikeudet: [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Kieli: suomi

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2023050440863>

Tiivistelmä: Kansainväliset opiskelu- ja harjoittelumahdollisuudet kiinnostavat monia opiskelijoita. Aina ei kuitenkaan ole mahdollisuutta lähteä usean kuukauden mittaiseen opiskelu- tai harjoitteluvaihtoon. Lyhyt, monimuotoinen opiskelijavaihto on hyvä vaihtoehto perinteiselle vaihdolle. Suuhygienistiopiskelijoiden osallistuminen terveyden edistämisen opintojaksolle Gentissä tarjosi mahdollisuuden lyhytkestoiseen, monialaiseen ja -muotoiseen opiskeluun. Palautteiden perusteella kokemus oli antoisa ja Oamk onkin jo sitoutunut osallistumaan seuraavaan toteutukseen.