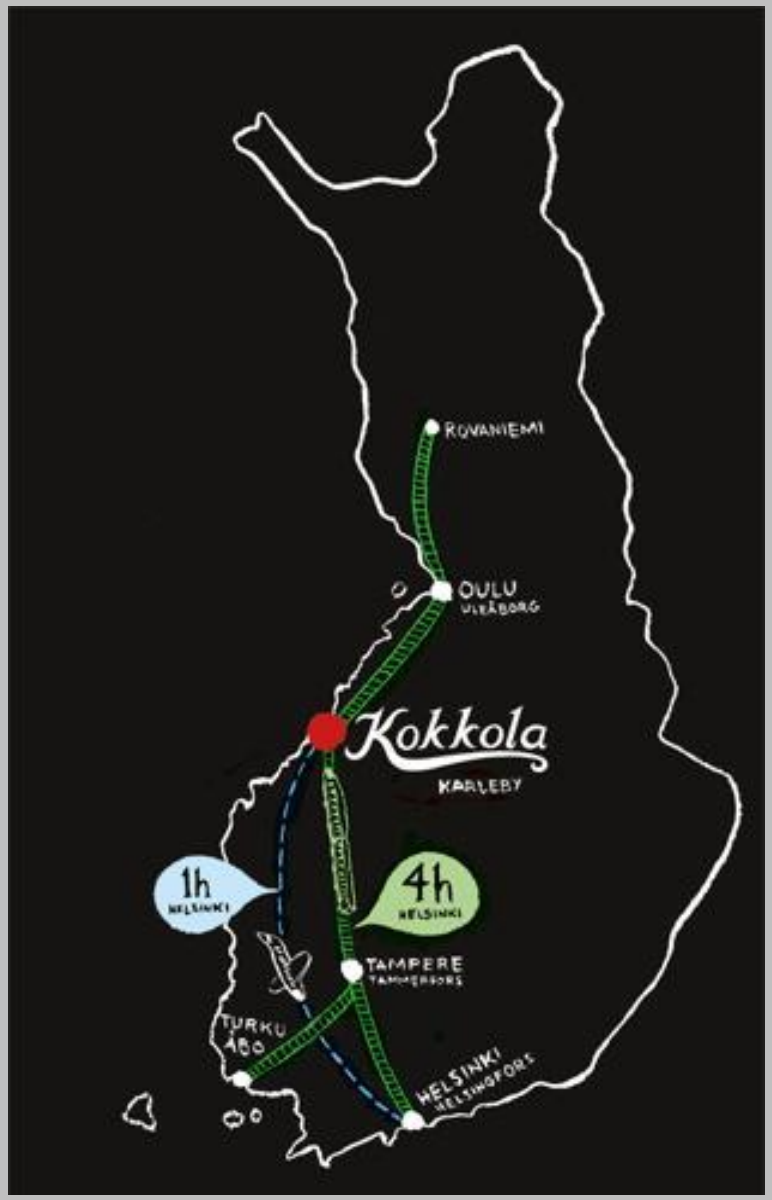
Martyna Madej i Patrycja Feldy

ERASMUS+

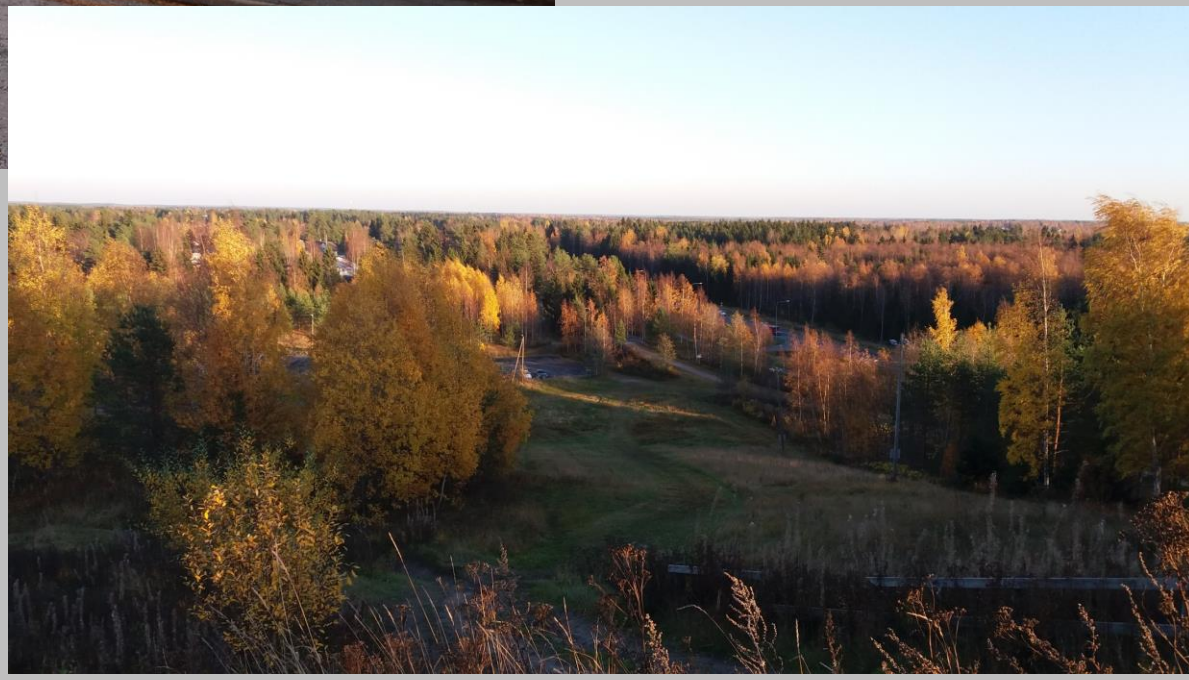
Kokkola, Finlandia 2018 - 2019, praktyka z pielęgniarstwa

Co koniecznie trzeba zabrać?

- Kurtkę i buty jesienne
- Szalik/apaszka – niemal codziennie mocno wieje
- Czapke/opaskę na uszy- szkoda czasu na chorobę,
- Parasol/ płaszcz przeciw deszczowy
- Nie przemakalne obuwie!



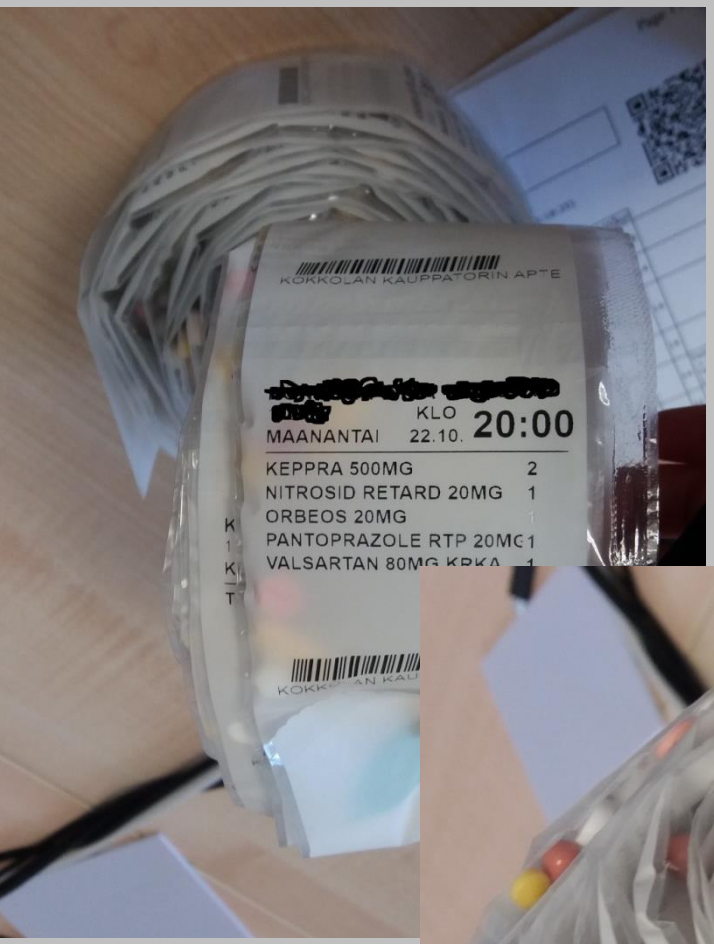
Nasz domek. Jesień w Kokkoli.

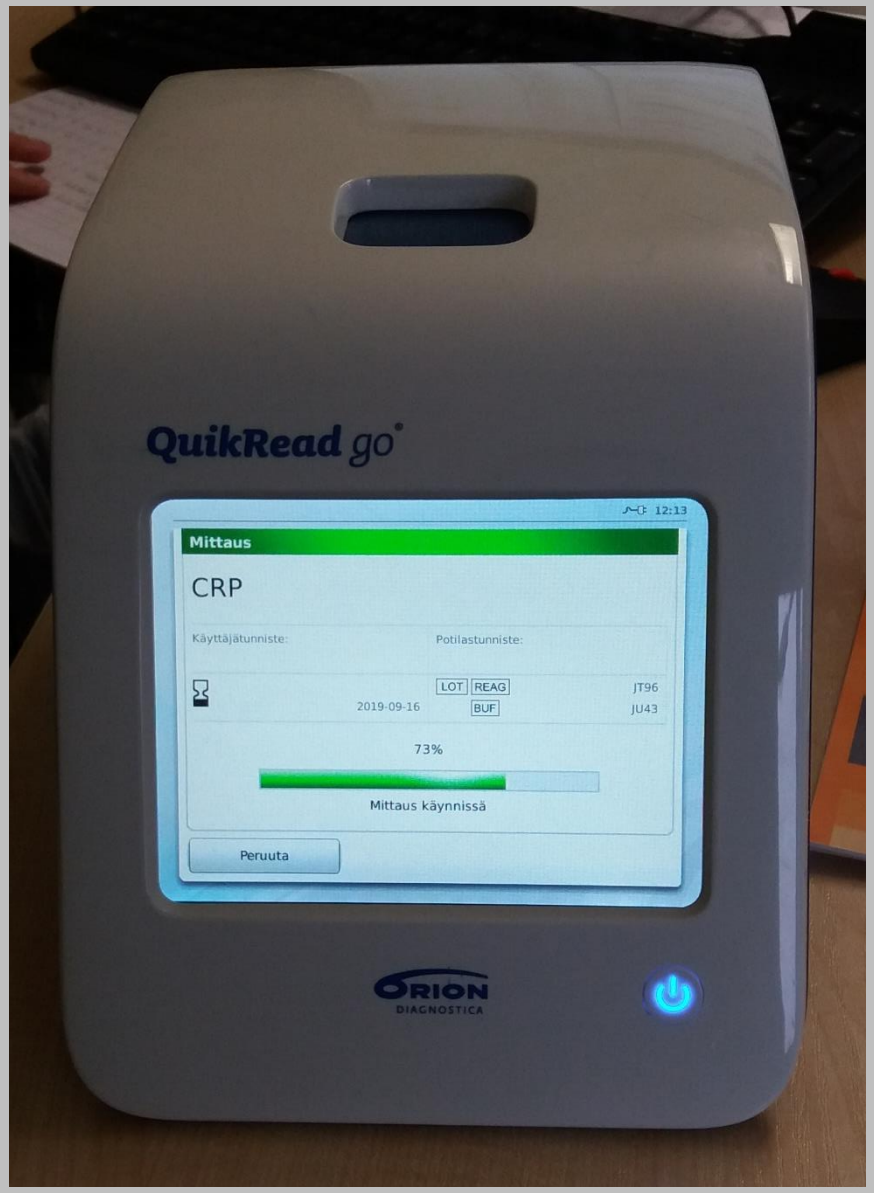


Pielęgniarstwo i rehabilitacja domowa

Dzięki sprawnemu działaniu rehabilitacji w domu oraz wsparciu pielęgniarki ludzie starsi są bardzo aktywni. Lubią wychodzić na zewnątrz, są zmotywowani do ćwiczeń i czują się bezpiecznie dzięki zapewnionej opiece.

Porcje leków pakowane indywidualnie dla pacjenta przez aptekę





Badanie CRP pobiera się z krwi z palca do cienkiej rureczki (jak gazometria u dzieci). Następnie wkłada się ją do urządzenia i po ok. 2 min otrzymuje wynik.

Czynniki ryzyka wzrostu ciśnienia tętniczego

sól

nadwaga

Nadmierny wysiłek fizyczny

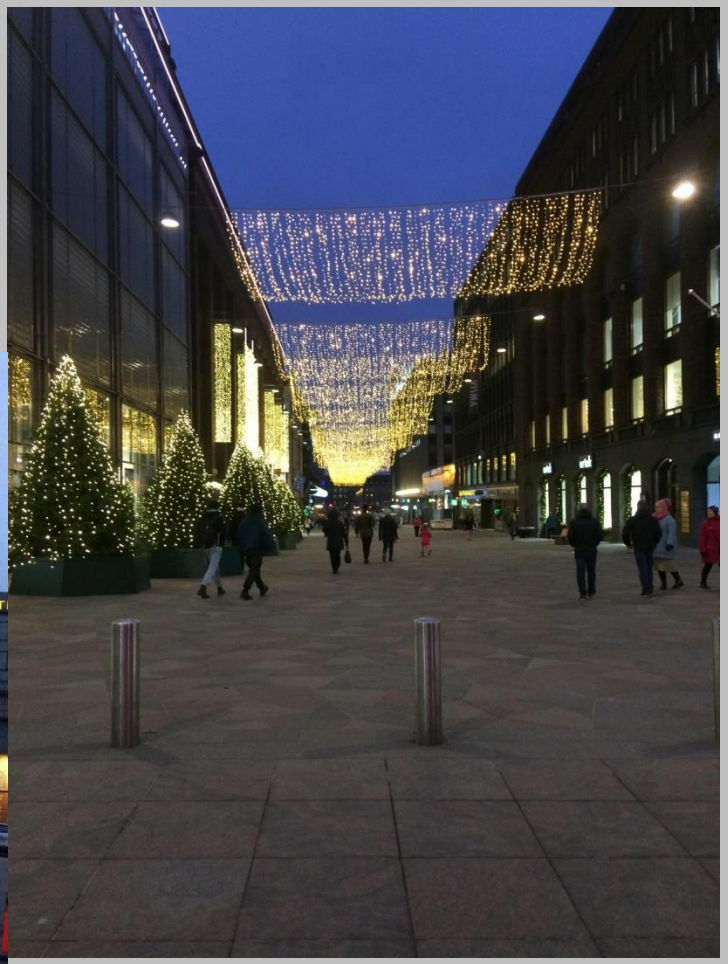
Papierosy i alkohol

Niektóre leki

Popularne cukierki SALMIAKI

stres

Helsinki wieczorem



Zima w Kokkoli

Praktyka w szpitalu

stołówka

Szatnia

Gabinety pielęgniarki

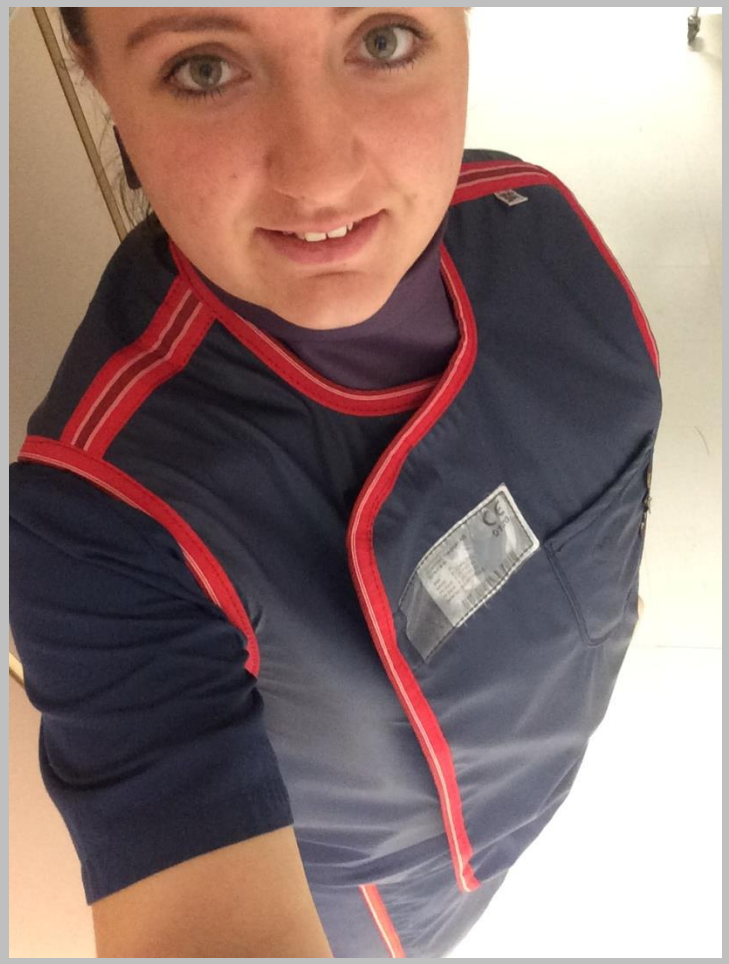
Pracownicy radiologii obchodzili Halloween

Pokoje socjalne

Dodatkowa kolacja dla pacjentów

Pracownia angio i bardzo sympatyczny doktor - kardiolog! [zdjęcie znalezione w internecie]

Stroje jakie noszą wszystkie osoby pracujące w szpitalu oraz na angiografii



Rovaniemi, czyli gdzie mieszka Święty Mikołaj

Czego warto skosztować będąc w Finlandii

Zupa
z borówek

Najlepsza
kawa

Mini słowniczek fińskiego

- **hyvää huomenta** - Dzień dobry(przed 12)
- **hyvää päivä** - Dzień dobry (po12)
- **Hei** – cześć (używanie przez wszystkich)
- **Kyllä/jo** - Tak
- **Ei** - Nie
- **Kiitos** - Dziękuję
- **Aamu** - Rano
- **päivä** - Dzień
- **Ilta päivä** - Popołudniu
- **Ilta** - Wieczór
- **Yö** - Noc
- **Maanantai** - Poniedziałek
- **Tiistai** - Wtorek
- **Keskiviikko** - Środa
- **Torstai** - Czwartek
- **Perjantai** - Piątek
- **Lauantai** - Sobota
- **Sunnuntai** - Niedziela
- **sydän** - Serce
- **sairaanhoitaja** - Pielęgniarka

I kilka zwrotów:

- **Mina en puhu suomea** - Nie mówię po fińsku
- **Puhun englantia** - Mówię po angielsku
- **Olen puolasta** - Jestem z polski
- **Hyvää päivän jatkoa!** - Miłego dnia

Fazer
MOOMIN
BISCUITS
MOOMIN 70
Fazer Moomin Biscuit 175g
3.95 €
10,50€
Vain ulkomaan lennoilla lähteville matkustajille
For passengers on international departures only
MOOMIN
GIFT BOX

Szwedzki to drugi język urzędowy w Finlandii, tak więc warto znać kilka zwrotów:

- Dzień dobry(rano)- God morgon ! Dzień dobry(po południu)- God dag! Dzień dobry(wieczorem) - God afton, God kväll
- Cześć(powitanie) -Hej ! Hejsan! Tjena!
- Pa ! -Hej, hej!
- Do widzenia! -Hejdå !
- Proszę(podając coś) - Varsågod
- Dziękuje, dzieki - Tack
- Dziękuje bardzo - Tack så mycket
- Nie ma za co(odp. za podziekowanie) -Ingen orsak
- Przepraszam(gdy kogoś zaczepiamy) -Ursäkta !, (gdy zrobimy coś niezamierzonego, niemiłego) - Förlåt !
- Do zobaczenia, miłego dnia - Vi ses!, Vi ses snart !, Ha en bra dag !

- Mówisz po szwedzu, angielsku? Talar do svenska, engelska?
- Nie mówię dobrze po szwedzku - Jag kan inte tala bra svenska.
- Mówię tylko trochę po szwedzku- Jag talar lite svenska.
- Czy możesz powtórzyć? - Kan du säga det en gång till !
- Jak się masz? - Hur är det ?
- Dziekuję, mam się dobrze- Tack, bra.
- Jak się nazywasz?- Vad heter du?
- Skąd pochodzisz? - Varifrån kommer du?
- Jestem z Polski- Jag kommer från Polen.
- Czy mógłbyś mi pomóc? -Kan du hjälpa mig?
- Dziękuje za pomoc! -Tack för hjälpen!
- Miło Cię poznać! - Trevligt att träffas !
- Dni tygodnia: poniedziałek- måndag, wtorek- tisdag, środa- onsdag, czwartek- torsdag, piątek - fredag, sobota- lördag, niedziela- söndag
- Jestem pielęgniarką - Jag är sjuksköterska.