

## MUISTOISTA VOIMAA

### Ryhmän koko

6 - 8

### Aika

45 min – 1 h

### Tila

Rauhallinen ryhmätila, jossa on riittävästi pöytiä ja tuoleja.

### Materiaalit

A4 kokoisia vaaleita kartonkeja, askarteluun tarkoitettuja maaleja, siveltimeä, muovirasioita vettä varten, liimaa ja saksia, aikakausilehtiä, nappeja, pitsiä, kankaita, valokuvien kopioita.

### Esivalmistelut

Hanki materiaalit ja laita esille. Pohdi taulun aihevaihtoehtoja: elämän muistot, elämäntapa, itselle tärkeitä asiat, harrastukset tai läheiset ihmiset. Taulun tarkoituksena on tuoda esille oman elämän merkityksellisyys ja ainutlaatuisuus muistelun sekä askartelun kautta.

### Toiminnan kulku

1. Kerro osallistujille, että tehdään taulu muistoista. Esittele osallistujille aihetta tarkemmin.
2. Esittele materiaalit ja kerro niiden käyttömahdollisuuksista. Jokainen osallistuja saa valita itselleen mieluisimmat materiaalit.
3. Taulun tekemisen voi aloittaa aikakausilehtien katselulla. Leikataan itselle tärkeitä kuvia tai tekstejä.
4. Jaa jokaiselle henkilölle kartongit, siveltimeet ja mieluisat värit.
5. Jokainen saa edetä taulunsa tekemisessä omalla tyylillään. Jos joku kokee tehtävän vaikeaksi tai arastelee, rohkaise ja virittele muistelua juttelemalla. Kun suuntaat osallistujien huomiota muistelemiseen eikä tekemiseen, se vähentää tekemiseen liittyvää painetta.
6. Tauluun voi liimata mieluisia kuvia, tekstiä, nappeja, pitsiä tai kankaiden paloja ja siinä voi käyttää maaleja. Tue, kannusta, neuvo ja auta jokaista yksilöllisesti.
7. Valmiit taulut esitellään ryhmässä vuorotellen. Kukin voi kertoa omia ajatuksiaan taulusta. Tarvittaessa ohjaaja tukee asiakasta taulun esitlemisessä. Muut



voivat esittää kysymyksiä ja voidaan käydä keskustelua taulujen herättämistä ajatuksista.

8. Taulut voidaan kehystää.

9. Päätä tuokio selkeästi. Kiitä kaikkia osallistumisesta lausumalla runo:

**Katso uskoen ylöspäin, rakkaudella sivullepäin,**

**kiittäen taaksepäin ja toivoen eteenpäin**

(lähde: [http://verkosto.purot.net/ajatelmia\\_moneen\\_kayttoon.pdf](http://verkosto.purot.net/ajatelmia_moneen_kayttoon.pdf))

10. Jokainen saa oman taulunsa kotiin.

### Huomioitavaa

- Muistisairaiden ryhmän koko kannattaa olla pienempi, esimerkiksi 4 asiakasta ohjaajaa kohden.
- Ohjaaja voi tukea osallistujaa eri tavoin, kuten kertomalla ja näyttämällä mallia konkreettisesti. Ohjeita voi myös jakaa pienempiin osiin ja ne voidaan myös toteuttaa yksi kerrallaan järjestyksessä.
- Taustalla voi olla sopivaa musiikkia, joka voi herättää ajatuksia taulun tekemiseen.

Aiheen alkuperäinen lähde: Hohenthal-Antin 2006. Kutkuttavaa taidetta. Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.

