



# Päin mäntyä-hanke

## -hanke 2016-2018



# PÄÄNNYÄNTYÄÄ

- HANKE 2016-2018



Hankkeen kohderyhmänä ovat alle 70-vuotiaat varhaisessa vaiheessa olevat muistisairaat ja muusta syystä muistin ongelmista kärsivät

Kohderyhmä on ollut mukana kehittämistyössä hankeidean luomisesta lähtien:

- Voimaa luonnosta ja kulttuurista
- Selviytymismalleja arkeen
- Muistiasioista tiedottaminen työpaikoille



# Kohderyhmän kommentteja

*“Olen saanut olla oma itseni, ainakin olen kokenut niin. Oma persoonani saa tulla esiin, ja onkin tärkeää, ettei se katoa. Varsinkin tässä elämäntilanteessa. Ryhmässä on psyykkisesti turvallinen olo, ryhmä on tuttu. Tärkeää on se, millaisia muut ihmiset ovat ryhmässä. Minut on mielestäni myös huomioitu upeasti, välillä mietin, että miten teen sitten, jos ja kun tämä loppuu.”*

*“Hyöty on ollut se, että tämä virkistää minua. Tämä on jotain, mikä on nimenomaan minua varten. Saan kaiken tästä itselleni. Odottaa en oikein etukäteen osannut tästä mitään, mutta olen iloisesti yllättynyt tästä vireydestä ja siitä, että ollaan kaikki ihan tavallisia ihmisiä.”*

# Mikä ilmaisutaitoryhmä?

- Mistä ilmaisutaitoryhmän toiminta alkoi?
- Miksi tehtiin lyhytelokuva?
- Ryhmäläisen oma tarina ja työryhmän käsikirjoitus, ammattiohjaaja
- Ensi-ilta oli 28.4
- Elokuva on käytetty ryhmissä keskustelun käynnistäjänä
- <https://www.youtube.com/watch?v=ETnWX72SB-A>

Lyhytelokuva löytyy youtubesta hakusanoilla Kukamitähä + Mikkelin seudun Muisti ry



# Ryhmä kuvaa parhaillaan uutta..

Tuoreet kommentit työryhmältä:

*”Tämä antaa niin paljon, ettei voi yhteen sanaan tai lauseeseen tiivistää”*

*”Vaikka kuinka kotona kiukuttaa sairaus ja muu - Kun näen nämä kaverit, ajattelen heti, että elämä jatkuu”*

*”Vei aikaa että tunnusti, että näin on muistille käynyt. Seura auttaa hyväksymään”*

*”Tuo rohkeutta omaan elämään”*

*”Vertaisia tarvitaan, ei tässä olla yksin”*



*”Kun ihmisellä on tää muisti –saa tehdä ihania asioita”*

# MUISTA

MENNÄ METSÄÄN  
KULUTTAA KULTTUURIA  
AKTIVOIDA AIVOJASI  
ILMAISTA ITSEÄSI  
KUUNNELLA KAVERIASI  
SYÖDÄ MUISTAAKSESI  
MAALATA MAISEMIA  
**VITSAILLA**  
LIKKUA LUONNOSSA  
VOIMAANTUA VALOKUVAUKSESTA  
RIIMITELLÄ RUNOJA  
KÄYDÄ KALASSA  
KÄYDÄ TREFFEILLÄ  
ELÄÄ HETKESSÄ  
**UNELMOIDA**  
**NAUTTIA**  
**RENTOUTUA**  
**RAKASTAA**

*PPÄÄN MUÄÄTTÄÄ*

-HANKE 2016-2018

[www.mikkelinseudunmuisti.fi](http://www.mikkelinseudunmuisti.fi)

## Kiitos!



**Mikkelin seudun  
Muisti ry**  
Muistiliiton jäsen