



SISÄLLYS

ALUKSI	11
JOHDANTO	15
Kulttuuri kuuluu kaikille.....	16
Tämän kirjan lähtökohtia	18

I OSA MUISTOISTA VOIMAA

1 LUOVA MUISTELU – KULTTUURINEN TÄSMÄLÄÄKE DEMENTIATYÖSSÄ	23
Voimavarakeskeinen vanhustyö.....	25
Mitä muistisairaahan kohtaaminen edellyttää?	27
2 LUOVAN MUISTELUN HYÖDYT	31
Huomio vahvuuksiin ja voimavaroihin	32
Luova muistelu voimaannuttaa	36

II OSA

ELETTY ELÄMÄ NÄKYVIIN

3 EUROOPAN MUISTELUTYÖVERKOSTON	
LUOVAN MUISTELUN HANKKEET	43
Remembering yesterday, caring today (RYCT).....	43
Remembering together – Reminiscence training for family carers of people with dementia (RTRT)	46
4 AISTIVIRIKKEET MUISTOJEN HERÄTTÄJINÄ	51
Esineet.....	52
Valokuvat ja kuvat.....	54
Hajut ja maut.....	56
Materiaalit ja kosketus	58
Musiikki ja äänet.....	59
Tanssi	61
Kirjoittaminen ja kirjallisuus	63
Vierailut ja näyttelyt.....	64
5 ELETYN ELÄMÄN NÄYTTÄMÖITÄ	67
Muistorasia	68
Skräppialbumi.....	72
Draamallinen valokuva	74
Muistojen teatteri	75
Ryhmäimprovisaatiot.....	79
Muistoelokuva.....	83
Muita eletyn elämän näyttämöitä	84

III OSA

”UNOHDUKSEN YÖSTÄ MUISTOT PULPPUAA”

6 LUOVAN MUISTELUPROJEKTIN SUUNNITTELU	91
Osallistujien hankkiminen	92
Työryhmän rekrytointi	93
Työryhmän ja omaishoitajien perehdytys	95
Koko ryhmän harjoituksia	96
Harjoituksia omaishoitajille	100
Muistisairaahan kohtaaminen	102
Kommunikaatio-ongelmia	107
Kotivierailut	108
Käytännön järjestelyt	109
Tapaamisten suunnittelu ja valmistelu	112
Seuranta, tarkkailu ja arviointi	117
7 ELÄMÄNKAARI JA LUOVA MUISTELU – RTRT-PROJEKTIN TOTEUTUS SUOMESSA	121
Elämänkaarimalli tuo työskentelyyn ryhtiä	123
Muistoista voimaa omaishoitoon -projekti Kotkan Muistojen Talolla	125
Ensimmäinen tapaaminen: tutustuminen	127
Toinen tapaaminen: lapsuus ja perhe	131
Kolmas tapaaminen: koulu-aika	137
Neljäs tapaaminen: teemana jouluku	142
Viides tapaaminen: työelämä	145
Kuudes tapaaminen: vapaa-aika	148
Seitsemäs tapaaminen: häät	151
Kahdeksas tapaaminen: koti	154

Yhdeksäs tapaaminen: seuraava sukupolvi	158
Kymmenes tapaaminen: lomat ja matkat	161
Yhdestoista tapaaminen: ruoka ja ruoanlaitto	164
Kahdestoista tapaaminen: juhlat, projektin arviointi ja yhteenveto..	168
Jatkoa seuraa.....	172
8 OPITTUA JA KOETTUA	175
Ryhmä määrää sisällöt.....	176
Tutut teemat, yhteiset muistot.....	177
Nähdyksi tuleminen merkitse paljon.....	179
Puolison tuki on tärkeää	180
Yhteenveto palautteesta	181
Kansainvälinen palaute.....	187
LOPUKSI.....	189
Huomio voimavaroihin.....	191
Katse huomiseen.....	196
KIRJAILIJA KERTOO ITSESTÄÄN:	
MUISTOJENI PARATIISI	199
KIRJALLISUUTTA	203

LIITTEET

LIITE 1

Muistoista voimaa omaishoittoon – Toiveet ja odotukset.....	209
--	-----

LIITE 2

Muistoista voimaa omaishoittoon – Toiveiden ja odotusten täytyminen	211
--	-----

LIITE 3

Muistoista voimaa omaishoittoon – Loppuarviointi	213
---	-----

LIITE 4

Muistoista voimaa omaishoittoon – Tapaamisten arviointilomake työryhmälle.....	216
---	-----

LIITE 5

Vinkejä luovan muisteluprojektin vetäjille	222
--	-----