

Tuunaa virkistyshetket yksilöllisesti

Voit käyttää tätä korttia apunasi, kun pohdit miten ottaa huomioon ikääntyneiden omat odotukset ja toiveet arkea virkistävästä hetkistä.

Tässä kortissa listataan kysymyksiä, joilla voit selvittää ikääntyneiden henkilöiden mieltymyksiä, elämänhistoriaa ja kokemuksia. Henkilön taustan selvittäminen helpottaa virkistyshetken yksilöllistä suunnittelua.

Kysy ikääntyneeltä

- Millainen lapsuuden perhe hänellä on? Esimerkiksi:
 - Onko hänellä sisaruksia? Kuinka monta?
 - Mitä vanhemmat tekivät työkseen?
 - Missä hän asui lapsena?
- Millainen perhe hänellä oli aikuisena? Esimerkiksi:
 - Onko hänellä tai onko hänellä ollut kumppania?
 - Kuuluuko hänen lähipiiriinsä myös muita läheisiä sukulaisia, ystäviä tai naapureita?
 - Onko hänellä biologisia lapsia? Entä muita rakkaita lapsia, esimerkiksi kummi- tai sukulaislapsia?
 - Onko hänellä ollut lemmikkejä? Milloin ja minkä nimisiä?
- Mikä ammatti hänelle oli tai millaisia töitä hän teki työikäisenä?
- Millaisia harrastuksia hänellä oli? Mikä on hänelle rakkain harrastus?
- Millaisesta ruuasta hän pitää? Voit myös kysyä, mitä hän mielellään välttää ja milloin hänestä on paras aika ruokailla?
- Mitä tapoja ja uskomuksia hänellä on elämästä? Onko hänellä esimerkiksi hengellinen vakaumus? Millainen?
- Onko hän elämäntavoiltaan liikkuvainen? Onko urheilu tai jokin tietty laji hänelle tärkeä?
- Kiinnostaako häntä kuvataide, elokuvat, teatteri tai musiikki? Mistä taiteenlajista hän nauttii eniten?
- Onko luonto ja luonnossa liikkuminen osa elämää ja arkea? Millä tavalla luonto on kuulunut hänen elämäänsä? Miten hän haluaisi sen olevan osa elämää nyt?

Ikääntyneet ihmiset eivät ole yhtenäinen ryhmä. Aivan jokaisella oma tarina.

Kysy ja selvitä omaiselta tai muulta läheiseltä

- Syvennä ja tarkenna ikääntyneeltä saamiasi tietoja juttelemalla vielä omaisen tai läheisen kanssa. Voit kysyä samoja asioita kuin ikääntyneeltä itseltään.
- Kysy omaisilta tai läheisiltä myös sellaisia asioita, joita ikääntynyt ei ehkä itse muista tai joihin hän ei osaa muotoilla vastausta.
- Kysy myös rohkeasti ovatko he eri mieltä ikääntyneen kertomista asioista. Miksi?