



Päivitetty 25.6.2018 TT

Koulutus ja valmennus: Iloillereitä ja kulttuurin kipinöitä

Paikat ja ajat

Kahtena päivänä ennen joulua 2017 ja kahtena + kahtena päivänä joulun jälkeen 2018, yhteensä **neljä + kaksi** koulutuspäivää (ilta- tai aamupäivää), ks. <https://peda.net/hankkeet/eejn/km/2km/12ijkk>

Neljässä yksikössä Essoten toiminta-alueella

- Palvelutalo Ruskahovi (Mäntyharju) ke 18.10.2017 klo 12 - 16: muistokuva
- Palvelutalo Vaarinsaari (Ristiina) ke 29.11.2017 klo 12 - 16: lauantaitanssit
- Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä (Mikkeli) ke 10.1.2018 klo 12 - 16: runopaja
- Päiväkeskus Kipinä (Mikkeli) to 21.2.2018 klo 8 - 12: voimapaikka
- Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä to 15.3.2018 klo 13 - 16: keho
- Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä to 24.5.2018 klo 13 - 16: liike
- Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä ti 7.8.2018 klo 12 - 16: rytmipaja
- Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä to 30.8.2018 klo 12 - 16: laulu

Ilmoittaudu mukaan!

Ilmoittaudu mukaan oman yksikkösi esimiehelle. Tarkoitus on, että jokaisesta neljästä pilottiyksiköstä mahdollisimman moni hoitohenkilöstön jäsen ja esimies olisivat mukana jokaisessa neljässä koulutuksessa. Tavoite osallistumisesta on myös se, että kussakin yksikössä järjestettävässä koulutuksessa sen oma henkilöstö osallistuu kokonaisuudessaan koulutukseen.

Osallistujat vastaavat omista matka- ja osallistumiskuluistaan. Tilaisuus on maksuton.

Kenelle?

Koulutuspäivä on tarkoitettu Essoten hankkeessa llopillereitä ja kulttuurin kipinöitä neljän pilottiyksikön henkilöstölle. Hanke on osa Hyvinvointia kulttuurista Etelä-Savoon -hanketta (ks. esim. www.esavo.fi/pilottihaku). Koulutuskokonaisuuden aikana kussakin erillisessä päivässä käsitellään vähintään yksi käytännön menetelmä tai taiteen laji tai muu kulttuuriin ja luoviin menetelmiin liittyvä työtapo, jota asumisyksikön tai hoitoyksikön henkilöstö voi käyttää ja soveltaa omaan arkityöhönsä. Koulutuskokonaisuus antaa hoitohenkilöstölle mahdollisuuden toimia kulttuurikummina, joka innostaa ja aktivoi asukkaita osallisuuteen ja työtovereita luoviin menetelmiin hoitotyössä. Kulttuurikummit levittävät muihin Essoten yksiköihin pilottien jälkeen ja osin jo niiden aikana tavoitteen mukaisia toimintatapoja hoitotyöhön.

Tässä yhteydessä kulttuurikummi tarkoittaa yksikön hoitohenkilöstössä nimettyjä työntekijöitä, joiden tehtävänä on erityisesti käyttää luovia menetelmiä hoitotyössä yhdessä työtovereiden, luovien alojen ja kulttuurin ammattilaisten ja vapaaehtoisten kanssa yhdessä. Käytännössä pilottiyksiköissä jokainen hoitohenkilöstössä voi olla kulttuurikummina, jolla on lupa ja oikeus tehdä hoitotyötä luovilla tavoilla.

Koulutuspäivien tavoite ja pääsisältö

Tavoitteena on oivaltaa omia ja työyhteisön voimavaroja ja potentiaalia yksiköiden asukkaiden, oman hoitotyön, työyhteisön ja työn tuloksellisuuden kannalta. Koulutuspäivät voimaannuttavat hoitotyötä tekeviä ja erilaisten ihmisten kanssa työskenteleviä. Ne antavat mahdollisuuden suunnitella omassa yksikössä sellaisia hoitokäytäntöjä, joissa kulttuurilla ja taiteella on mahdollisuus rikastuttaa hoidon sisältöä sekä asukkaiden ja henkilöstön hyvinvointia.

Tavoitteena on saada pilottiyksiköihin kulttuurikummeja, joka levittävät kulttuurin ja taiteen avulla hoitotyön käytäntöjä pilottikohteissa ja myös muuante Essoten yksiköihin. Kulttuurikummin tavoitteena on toimia ikään kuin lähettiläänä hoitohenkilöstön, asukkaiden ja taiteen ja kulttuurin tekijöiden välillä.

Koulutuspäivien tavoitteena on saada hoitohenkilöstön ja asukkaiden omat ideat kukoistukseen ja käytäntöön sekä sen jälkeen levitykseen laajemmalti. Tavoitteena on, että niiden avulla käynnistetään varsinaiset pilotit jokaisessa neljässä yksikössä. Osallistujat voivat tuottaa ennen koulutuspäivää ideoita ja mahdollista materiaalia, koulutuksen aikana ja

sen jälkeen. Työskentelytavat koulutuspäivissä ovat käytännöllisiä ja harjoituttavat luovien menetelmien käyttöä jo sellaisenaan. Koulutuskokonaisuuteen sisältyvät mahdolliset ennakko- ja jälkitehtävät sekä koulutuspäivän tehtävät.

Päivissä voidaan tarvita älypuhelin, tablettia tai läppäriä ja kameraa valokuvaamiseen tai videoihin, joten ota väline mukaan, jos vain mahdollista!

Koulutuksen materiaalit ja tuotokset

Tavoitteena on, että neljästä koulutuspäivästä kustakin jää pysyvänä jälkeä avoimesti käyttöön ja hyödynnettäväksi videomateriaaleja, ideoiden ja tuotosten kuvauksia sekä mahdollisesti myös tekstejä. Näillä autetaan pilottitoiminnan levittämistä henkilöstölle ja muihin yksiköihin. Video- ja kuva- tai muuta materiaalia voidaan tehdä myös ennen varsinaisia koulutuspäiviä ja niiden jälkeen.

Koulutuksessa esitettävät materiaalit jäävät osallistujien käyttöön ja mahdollisuuksien mukaan myös julkisesti nähtäville. Materiaalit löytyvät kootusti seuraavalta sivulta viimeistään kunkin yksittäisen koulutuksen jälkeen: <https://peda.net/hankkeet/eein/km/2km/12iikk>.

Käytettävissä ovat myös esimerkiksi muuta levitystä ja viestintää varten seuraavat verkkosivut ja some-linkit Essoten vastaavien lisäksi.

- Etelä-Savon ELYn verkkosivut, uutiskirje ja Kulttuurimakasiini-uutiskirje: www.ely-keskus.fi/etela-savo
- Etelä-Savon ELYn Twitter: <https://twitter.com/EtelaSavonELY>
- Nuorisotakuu ja elinikäinen oppiminen <https://peda.net/hankkeet/eein>
- Nuorisotakuu Etelä-Savo Facebook-sivu: <https://www.facebook.com/nuorisotakuues>
- Hyvä työelämä Etelä-Savossa some-kanavineen (Facebook, twitter, instagram) <http://hyvatyoelama.fi/etelasavo/> (@hyvatyoelamaES)
- ELY-keskuksen YouTube-kanava: <https://www.youtube.com/user/ELYkeskuskanava>

Hankkeen jälkeinen kummien kouluttautuminen ja jatkokehittäminen

Etelä-Savon ELY voi jatkaa yhteistyötä pilottien ja tämän koulutuksen jälkeen täydennyskouluttamalla hoitohenkilöstöä lisää kummeiksi yhteistyössä kumppaneiden kanssa. Koulutusten ja pilottien jatkokehittämisessä ELY voi olla aktiivisesti mukana esimerkiksi työelämä- ja muiden verkostojen avulla.

Kouluttajat ja asiantuntijat

Koulutuskokonaisuudesta vastaa Etelä-Savon ELY-keskus, joka on valinnut taitelijat, kulttuurintuottajat ym. asiantuntijat yhdessä hankkeen muiden toimijoiden kanssa kyselyjen vastausten perusteella. Kyselyt on tehty kesän 2017 aikana heinä- ja elokuussa sekä yksiköiden asukkailla että hoitohenkilöstölle. Tavoitteena on tuoda neljään koulutuspäivään kuhunkin vähintään yksi taiteenlaji, menetelmä tms., joka antaa eväitä

kulttuurikummiin käytännön hoitotyöhön ja menetelmien levitykseen. Taiteilijoiden ja menetelmien lyhyet esittelyt ovat koulutuspäivien kohdissa.

Koulutuksen järjestäjä ja yhteistyökumppanit

Koulutuspäivän järjestää Etelä-Savon ELY-keskus, jonka kumppaneina ovat Työstä tuottavuutta ja hyvinvointia - Etelä-Savo -hanke sekä Työelämä 2020 ja Tyhy-verkostot. Muut yhteistyökumppanit ovat Ilopillerit-hankkeen kumppaneita.

Ohjelma

Ohjelmaan tai sen aikatauluun voi tulla pieniä muutoksia. Ohjelmasta vastaavat

- johtava asiantuntija Tuija Toivakainen, Etelä-Savon ELY
- projektiasiantuntija Minna Lehesvuori, Työstä tuottavuutta ja hyvinvointia - Etelä-Savo, Etelä-Savon ELY.



HUOM! Koulutuspäivässä otetaan valokuvia ja videoita, jotka voidaan julkistaa verkossa.

Keskiviikkona 18.10.2017 klo 12 - 16 Ruskahovi Mäntyharjulla: Ilopillerit ja muistokuva

Koulutuksen sisältö ja menetelmät: muistokuva

Laura Hesso: —Toimin kulttuuriympäristöasiantuntijana Etelä-Savon ELY-keskuksessa. Työtehtäviini kuuluvat monet kulttuuriympäristöön ja rakennusperintöön liittyvät työtehtävät.



Ilopillereitä-hankkeessa työstän muistokuva-toimintatapaa, jossa esimerkiksi rakennuksesta, maisemasta, arkisesta työstä tai juhlasta kertovan kuvan avulla voidaan pitää lyhyt muisteluhetki. Hetkeen osallistuu 1 - 2 asukasta ja hoitaja. Muistelussa asukas on aktiivinen kertoja ja hoitaja kuunteleva, virikkeitä antava osapuoli. Kuvamateriaalina voidaan käyttää esku.fi-palvelua, jossa on mäntyharjulaiseen kulttuuriympäristöön liittyvää materiaalia eli kuvia ja historiatietoja. Lisäksi

voidaan hyödyntää Museoviraston vapaasti käytettävää kuvamateriaalia Finna.fi-palvelun kautta. Hoivakoti voi itsekin kerätä käyttöönsä kuvapankin kuvaamalla paikkakunnan merkittävimmät paikat, esimerkiksi kirkon, koulun, aseman sekä myös asukkaiden omissa muistoissa esiin nousevat paikat ja maisemat.

Ennakkotehtävät

- 1) Ota arkinen valokuva esim. matkapuhelimellasi sellaisesta paikasta omasta lähiympäristöstäsi, jolla on sinulle merkitystä tai muistoarvoa. Ota kuva mukaan sähköisenä. Jos mahdollista, tulosta kuva myös paperiseksi muille näyttämistä varten.
- 2) Käy etukäteen vilkaisemassa seuraavia sivuja: esku.fi ja finna.fi.

Jälkitehtävät

- 1) Kokeile sovellettuja menetelmiä asukkaiden kanssa 24.11.2017 mennessä. Kirjaa itsellesi muistiin havaintoja ja asioita, jotka onnistuivat hyvin.
- 2) Raportoi esimiehellesi ja työkavereillesi kokeiluista ja havainnoistasi erikseen sovittavana päivänä ja sovittavalla tavalla yksikköpalaverissa tai viikkopalaverissa marraskuun loppuun mennessä.
- 3) Anna lyhyt palaute pienen kyselyn avulla, jonka saat myöhemmin sähköpostitse, kun koko koulutussarja on päättynyt. Näin saadaan kerättyä kokonaisuudesta ja vaikutuksista tietoa, mitkä asiat onnistuvat ja mitä asioita voidaan viedä eteenpäin sopivilla tavoilla.

Iltapäivän rakenne

- 12:00 Esittäytyminen, tavoitteet, hankkeen idea
- 12:15 Muistokuva menetelmänä sekä esku.fi ja finna.fi lähteinä
- 13:00 Ruskahovin ja Essoten henkilöstön omaa ideointia pienryhmissä
- 13:30 Oman menetelmän testaus henkilöstössä, joka eläytyy asukkaiden tilanteisiin
- 14:00 Kahvi- ja virkistystauko
- 14:20 Tehtävänanto kokeiluja varten asukkaiden kanssa
- 14:30 Omien menetelmien kokeilut Ruskahovin asukkaiden kanssa paikan päällä
- 15:00 Paluu yhteiseen tilaan ja kokeilujen purkukeskustelut, jälkitehtävä sekä jatkoideat
- 15:45 Tilaisuuden päätössanat

Keskiviikkona 29.11.2017 klo 12 - 16 Vaarinsaari Ristiina klo 12 - 16: Ilopillerit ja lauantaitanssit

Koulutuksen sisältö ja menetelmät: lauantaitanssit

Kaisla Pirkkalainen: —Olen teatteriohjaaja, -opettaja, kirjoittaja ja näyttelijä sekä Laboratoriateatteri Fennican johtaja ja lisäksi kolmen v. 2008, 2009 ja 2013 syntyneiden lasten äiti. Perheeni asuu vanhalla kyläkoululla Rantasalmen Kolkontaipaleella, jossa on myös teatterin harjoitus-, esitys- ja toimistotilat. Olen työskennellyt erilaisissa teatteri- ja monen ikäisten opetustehtävissä yli kahdenkymmenen vuoden ajan. Koulutukseltani olen näyttelijä, tuottaja (AMK) sekä taiteen maisteri (TAM), jolla on pedagoginen pätevyys.



Ilopillerit-koulutuksen lauantaitansseissa käytetään menetelmänä prosessidraamaa. Se on yhteisöllinen, teatterin keinoja käyttävä muoto, joka luodaan osallistujia varten. Osallistujat toimivat draaman aikana vuoroin rooleissa ja vuoroin omana itsenään. Lauantaitanssien maailma rakennetaan teatterin keinoin, eläytyen ja musiikin avulla. Siinä ei ole erillistä yleisöä, vaan se on osallistujien luoma prosessi, jossa keskustelut ja havainnot asioiden merkityksistä ovat tärkeitä.

Koulutuksen aikana tehdään toiminnan runkona oleva Kaisla Pirkkalaisen käsikirjoittama tarina ja siihen liittyvät toiminnalliset tehtävät. Tämän tavoite on lisätä osallisuutta, osallistamista, osallistumista ja oppia luomaan hetkiä, joissa teatterilähtöisiä menetelmiä käyttäen toteutuu sekä osallistujien että hoitoyksikön asiakkaan ja asukkaan kuulluksi tuleminen ja nähdyksi tekeminen. Tavoitteena on myös innostaa, ruokkia luovuutta ja tuottaa iloa.

Lauantaitanssit sisältää neljä osaa:

1. Orientaatio: Koulutukseen osallistujat tutustuvat ennakkoon prosessidraamaan menetelmänä. Kouluttaja toimittaa materiaalin osallistujien sähköpostiin 20.11.2017 mennessä.
2. Lauantaitanssit-prosessidraama: kouluttaja ohjaa osallistujille ja opettaa draamatarinan käsittelemiseen liittyvät toiminnalliset tehtävät.
3. Lauantaitanssit-prosessidraaman harjoittelu: pienryhmissä
4. Reflektio, sitoutuminen: reflektoidaan opittua sekä pyritään sitouttamaan osallistujat opittujen menetelmien käyttöönottoon ja luomaan uusia pieniä prosessidraamoja.

Ennakkotehtävä

Tutustu kouluttajan lähettämään oheismateriaaliin ennen koulutuksen alkamista — viimeistään edellisenä päivänä.

Jälkitehtävät

1) Mistä aiheesta haluaisit tehdä oman yksikkösi tai tiimisi kanssa yhdessä pienen lauantaitanssi-menetelmän tyyppisen hetken asiakkadesi tai asukkaidesi kanssa käyttämällä oppimiasi menetelmiä? Mistä osista lauantaitanssien tapainen menetelmä koostuisi ja miten jakaisitte vastuita yhdessä? **Tee suunnitelmaluonnos** (ks. myös esim. erillistä liitettä, jossa on näkökulmia draamallisten tuokioiden suunnitteluun) ryhmäsi kanssa ja lähetä se kouluttajalle **viimeistään ma 11.12.2017** sähköpostiin kaisla.pirkkalainen@ltf.fi.

2) **Raportoi** esimiehellesi ja työkavereillesi kokeiluista ja havainnoistasi **ke 27.12.2017 mennessä**. **Käsitelkää** kokeilut ja havainnot **yksikössänne yhdessä ma 8.1.2018 mennessä**, jotta pääsette soveltamaan kokemustenne perusteella menetelmiä lisää.

3) Anna lyhyt palaute pienen kyselyn avulla, jonka saat myöhemmin sähköpostitse, kun koko koulutussarja on päättynyt. Näin saadaan kerättyä kokonaisuudesta ja vaikutuksista tietoa, mitkä asiat onnistuvat ja mitä asioita voidaan viedä eteenpäin sopivilla tavoilla.

Iltapäivän rakenne

12:00 Esittäytyminen, tavoitteet, hankkeen idea

12:15 Lauantaitanssit prosessidraaman menetelmänä, orientaatiota

13:00 Vaarinsaaren ja Essoten henkilöstön draamatarinan käsittelemiseen liittyvät toiminnalliset tehtävät pienryhmissä

13:30 Lauantaitanssit-prosessidraaman harjoittelua pienryhmissä

14:00 Kahvi- ja virkistystauko

14:20 Reflektointia ja sitoutumista omia kokeiluja varten asukkaiden kanssa paikan päällä

15:00 Paluu yhteiseen tilaan ja kokeilujen purkukeskustelut, jälkitehtävä sekä jatkoideat

15:45 Tilaisuuden päätössanat

Keskiviikkona 10.1.2017 klo 12 - 16 Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä klo 12 - 16: Ilopillerit ja runopaja

Koulutuksen sisältö ja menetelmät: runopaja

Susanna Kolehmainen: —Olen toiminut sanataiteen parissa monipuolisissa tehtävissä parinkymmenen vuoden ajan: ohjaajana ja kouluttajana, suunnittelijana, tuottajana ja esiintyjänä. Sanataideohjaajana olen työskennellyt kaikkien ikäryhmien ja useiden erityisryhmien kanssa. Hoitolaitosvierailuja olen tehnyt muun muassa Terveyttä taiteesta -ohjelmassa sekä omassa pilottiprojektissani Sanataidetoimintaa senioreille.



Ilopillerien runopajassa tuotetaan runoja yksinkertaisin menetelmin, aikaisempaa kokemusta runojen kirjoittamisesta ei tarvita. Virikkeenä käytetään vanhoja, tuttuja runoja tai laulutekstejä, vanhoja esineitä, kuvia sekä niiden synnyttämiä muistoja. Runot kirjoitetaan yksinkertaisten runokaavojen mukaan. Runokaavat auttavat kirjoittajaa pääsemään alkuun ja jäsentämään ajatuksiaan, niitä ei tarvitse orjallisesti noudattaa.

Tavoitteena on auttaa asiakkaita sanallistamaan asioita ja kirjoittamaan joko itse tai hoitajan avustamana omia ajatuksiaan ja tuntemuksiaan muistiin ja löytää pohjaa muistelulle ja keskustelulle. Tavoitteena on sanojen ilo! Työpajan osallistujat saavat käyttöönsä kolme erilaista runokaavaa, joita on mahdollista kehittää ja muokata tarpeiden mukaan.

Ennakkotehtävä

Valitse itsellesi 1) mieluinen runo tai lauluteksti, 2) jokin merkityksellinen esine sekä 3) maisema- tai luontokuva. Ota teksti, esine tai esineen kuva sekä maisemakuva **mukaan koulutuspäivään**.

Jälkitehtävät

1) A. Etsi ainakin **kolme vanhaa runoa**, joiden voisit ajatella olevan asiakkaille tuttuja ja merkityksellisiä. B. Ota tai etsi **kuva** jostain vanhasta esineestä, eläinkuva, sekä mielestäsi puhutteleva maisema- tai luontokuva. C. Vie tekstit ja kuvat **tulostettuina** työpaikallesi koottavaa **runokansiota varten**.

2) **Raportoi** esimiehellesi ja työkavereillesi kokeiluista ja havainnoistasi erikseen sovittavana päivänä ja sovittavalla tavalla **viimeistään 30.1.2018**.

3) Anna lyhyt palaute pienen kyselyn avulla, jonka saat myöhemmin sähköpostitse, kun koko koulutussarja on päättynyt. Näin saadaan kerättyä kokonaisuudesta ja vaikutuksista tietoa, mitkä asiat onnistuvat ja mitä asioita voidaan viedä eteenpäin sopivilla tavoilla.

Iltapäivän rakenne

12.00 Esittäytyminen, tavoitteet, runon käyttö menetelmänä

12.15 Runokaavojen esittely, käytännön harjoituksia ja purku sekä keskustelua ja loppuksi tehtävänanto asiakkaiden kanssa tehtäviä kokeiluja varten

14.00 Kahvitauko

14.20 Menetelmän kokeilu Kyyhkylän asiakkaiden kanssa paikan päällä

15.00 Paluu yhteiseen tilaan, kokeilujen purkukeskustelu sekä jatkoideat

15.45 Päivän päätössanat - kirjoitamme yhdessä kollektiivisen runon

Torstaina 21.2.2017 klo 8 - 12 Päiväkeskus Kipinässä Mikkelissä klo 8 - 12: Ilopillerit ja voimapaikka

Koulutuksen sisältö ja menetelmät: voimapaikka

Merja Ihanus-Hänninen: —Työskentelen koulutussuunnittelijana Etelä-Savon ammattiopistossa Esedussa Mikkelissä. Koulutukseltani olen mm. kuvataiteilija ja opettaja. Minulla on pitkä kokemus taidekasvatuksesta ja taiteellisesta työskentelystä eri-ikäisten asiakkaiden kanssa.



Meillä kaikilla on oma voimapaikkamme, jossa viihdymme ja joka tuottaa meille iloa. Ilopillereitä-hankkeessa työstän kuvataiteen menetelmin asukkaalle tärkeää paikkaa, jota hän voisi kutsua voimapaikakseen. Voimapaikka voi olla esimerkiksi metsä, kesämökki, oma koti tai jopa muisto jostain maisemasta tai tapahtumasta. Taiteelliseen työskentelyyn osallistuu 1 - 5 asukasta ja hoitaja. Työskentelyssä asukas toteuttaa teoksen, joka työstetään yhdessä hoitajan ohjauksessa. Taiteellinen tuotoksen merkitys on enemmän symbolinen kuin tarkkaan työstetty taideteos. Pääasia on, että asukas ilmaisee ja tuottaa itselleen tärkeästä paikasta teoksen, jonka hän voi sijoittaa omaan huoneeseensa muistuttamaan eletyn elämän voimia antavasta paikasta ja siihen liittyvistä tapahtumista ja asioista.

Ennakkotehtävä

Kerää aineistoa, joka on lähinnä kierrätysmateriaalia eli aikakauslehtiä, esitteitä, joissa on kuvia maisemista ym. Kerää myös värikkäitä papereita, kankaita, pieniä esineitä, joita kukaan ei enää tarvitse. Kerää omia tulostettuja valokuvia, joita haluat käyttää tehdessäsi ja jotka ovat itsellesi tärkeästä paikasta ja joita pidät voimapaikkanasi.

HUOM! Koulutuspäivän aikana näitä keräämiäsi materiaaleja käytetään siihen, että synnytät teoksen, jota työstetään alustalle, joka voi olla pahvilaatikon kansi, kartonki tai aivan tavallinen paperi.

Koulutuspäivänä kukin osallistuja tekee kuvallisen pohdinnan, johon kirjoitetaan ja piirretään itselle tärkeän paikan merkitystä. Tämä toimii luonnoksena, muistitukena ja esimerkkinä asukkaille ja asiakkaille, mistä taiteellisessa työskentelyssä on kyse niin sisällöllisesti kuin menetelmällisestikin. Lopullinen teos voi olla piirros, maalaus tai kolmiulotteinen, jopa veistosmainen tuotos. Kukin työstää itselleen sopivimmalla tavalla voimapaikkaansa kuvastavan teoksen.

Jälkitehtävät

- 1) Kokeile sovellettuja menetelmiä asukkaiden kanssa 15.4.2018 mennessä. Kirjaa itsellesi muistiin havaintoja ja asioita, jotka onnistuivat hyvin.
- 2) Raportoi esimiehellesi ja työkavereillesi kokeiluista ja havainnoistasi toukokuun 15. päivään mennessä.
- 3) Anna lyhyt palaute pienen kyselyn avulla, jonka saat myöhemmin sähköpostitse, kun koko koulutussarja on päättynyt. Näin saadaan kerättyä kokonaisuudesta ja vaikutuksista tietoa, mitkä asiat onnistuvat ja mitä asioita voidaan viedä eteenpäin sopivilla tavoilla.

Päivän rakenne

- 8:00 Esittäytyminen, tavoitteet ja työskentelyn idea
- 8:15 Voimapaikka menetelmänä ja työskentelyyn käytettävät materiaalit
- 8:45 Päiväkeskus Kipinän henkilöstön omaa ideointia pienryhmissä ja työskentelyn aloittaminen
- 10:00 Kahvi- ja virkistystauko
- 10:15 Taiteellinen työskentely jatkuu
- 11:15 Voimateosten esittely ja keskustelu työskentelystä, menetelmästä ja sen hyödyntämisestä asiakkaiden kanssa, jälkitehtävä sekä jatkoideat
- 11:45 Tilaisuuden päätössanat

Torstaina 15.3.2018 klo 13 - 16 Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä: Ilopillerit ja keho

Koulutuksen sisältö ja menetelmät: keho

Anna-Maria Väisänen: —Olen kuopiolainen tanssija ja yhteisötaiteilija. Tällä hetkellä työskentelen Pohjois-Savon alueella erityistä tukea tarvitsevien ryhmien parissa. Työn lähtökohtana ovat aina ryhmän tarpeet ja toiveet, tanssin ja liikeilmaisun keinoin pyrkimys nostaa yksilö uudessa valossa huomatuksi. Minua kiinnostavat keholliset ja koreografiset menetelmät, ihmisten tarinat, jotka muovautuvat matkan aikana tanssiksi. Kosketuksen merkitys on minulle tanssijana ja yhteisötaiteilijana keskiössä: se on portti omaan kehollisuuteen, keino hyväksyä oma itsensä ja luoda turvallinen ilmapiiri.



Itä-Suomen tanssin aluekeskuksesta tanssija, yhteisötaiteilija Anna-Maria Väisänen työ tähtää poikkeuksetta aina taiteelliseen ulostuloon, jossa ryhmä saa äänensä kuuluviin ja tulee nähtyäksi haluamassaan kontekstissa, erityisenä esiintyjänä. Väisänen on toiminut tanssijana erilaisissa yhteisöissä (ikäntyneiden palvelukodit, sairaalat, mielenterveys- ja päihdekuntoutujien päiväkeskus, nuoret, erityistä tukea tarvitsevat) vuodesta 2012 alkaen. Työnkuvaan on kuulunut hoitohenkilökunnan koulutus tarkoituksena jakaa hyväksi havaittuja mutta yksinkertaisia tehtäviä, joita jokainen voi omassa työssään soveltaa itselleen sopivalla tavalla.

Iltapäivä sisältää liikettä ja kehotietoisuutta lisääviä sekä fyysisessä työssä ja jaksamisessa rentouttavia käytännön harjoituksia. Väisänen esittelee taiteen osallistavien ja soveltavien menetelmien käytäntöjä. Yhdessä suunnittelemme hoitotyössä onnistuvia konkreettisia hetkiä. Lähtökohtana on ryhmän yhteinen aihe, jonka pohjalta jakaen ja tutkien luodaan yhdessä liikettä. Taiteellinen prosessi tuo yksilöt uudelleen näkyviksi ja kommunikointi on vuorovaikutteista.

Harjoituksissa korostuvat toimintakykyä ylläpitävät rytmi- ja liikeharjoitukset, minäkuvan ja tunteiden käsitteleminen liikkeen ja kosketuksen avulla sekä ryhmässä toimimisen taidot korostaen yhteisöllisyyttä. Keholliset ilmaisuharjoitukset ja teatteri-ilmaisun menetelmät auttavat osallistujia purkamaan ja näyttämään tunteitaan ja hyväksymään itsensä ja ryhmän muut jäsenet sellaisenaan. Keskitymme osallistujien vuorovaikutuksen lisäämiseen, ryhmähenkeen ja positiivisen minäkuvan vahvistamiseen kehon avulla. Luomme avoimen, luottavaisen ja kannustavan ilmapiirin luovuuden herättämiselle.

Ennakkotehtävät

1) Ota koulutukseen mukaan itsellesi tärkeä esine (esim. valokuva, cd-levy). Esinettä käytetään tehtävässä koulutuksen aikana.

2) Ajattele, että osaat liikkua ja tanssia. Pohdimme yhdessä, mitä mahdollisuuksia tanssi taidemuotona antaa hoitotyöhön asiakkaiden kanssa.

Iltapäivän rakenne

13:00 Esittäytyminen, tavoitteet ja työskentelyn idea

13:15 Ryhmässä työskentelyn menetelmiä ikääntyneille

- Yhteinen tanssituokio
- Päivän teeman valinta
- Keskustelu ja omien kokemusten jakaminen

13:55 Ikääntyneiden yksilökohtaaminen asukashuoneessa

- Käytännön harjoituksia pienryhmissä
- Keskustelu ja omien kokemusten jakaminen

14:30 Kahvi- ja virkistystauko

14:45 Erityisryhmille koreografisia menetelmiä

- Pienryhmien miniesitykset
- Keskustelu ja omien kokemusten jakaminen

15:40 Keskustelu työskentelystä, menetelmästä ja sen hyödyntämisestä asiakkaiden kanssa, jälkitehtävä sekä jatkoideat

15:55 Tilaisuuden päätössanat ja palaute

Jälkitehtävät

1) Kokeile sovellettuja menetelmiä asukkaiden kanssa alustavasti 8.4.2018 mennessä. Kirjaa itsellesi muistiin havaintoja ja asioita, jotka onnistuivat hyvin.

2) Raportoi esimiehellesi ja työkavereillesi kokeiluista ja havainnoistasi erikseen sovittavana päivänä ja sovittavalla tavalla. Tämä sovitaan koulutusiltapäivän aikana.

3) Anna lyhyt palaute pienen kyselyn avulla, jonka saat myöhemmin sähköpostitse, kun koko koulutussarja on päättynyt. Näin saadaan kerättyä kokonaisuudesta ja vaikutuksista tietoa, mitkä asiat onnistuvat ja mitä asioita voidaan viedä eteenpäin sopivilla tavoilla.

Torstaina 24.5.2018 klo 13 - 16 Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä: Ilopillerit ja liike

Koulutuksen sisältö ja menetelmät: liike

Jimmy Asikainen: —Olen Mikkelin teatterin teatterikuraattori. Asun Lappeenrannassa ja perheeseeni kuuluu aviopuoliso ja kaksi aikuista poikaa. Olen työskennellyt 38 vuoden ajan eri ammattiteattereissa näyttelijänä, tanssijana, ohjaajana, kuiskaajana ja näyttämömiehenä. Teatterikuraattorina ohjaan eri ryhmille tilauksesta erilaisia toiminnallisia ja draamallisia työpajoja teatterin keinoin. Työpajat voi järjestää joko ryhmän omissa tiloissa tai tarpeen mukaan Mikkelin teatterin teatteriklubin tiloissa. Lisäksi työskentelen erilaisissa hankkeissa: Elämän teatteria ja Sporttia (hanke on päättynyt), Kuhan selviit – arki on draamaa ja Minä Uskallan – hyvinvointitaidoilla tulevaisuuteen. Maaliskuusta alkaen tulen työskentelemään uudessa Chillailaan-hankkeessa.



Vuorovaikutus on voimavara. Mykkyys on myrkkyä. Tärkein on ihminen. Jokaisella meillä on tarve tulla kuulluksi ja nähdyksi. Meillä kaikilla on oma tarina tässä elämän näyttämöllä, jossa jokaisella on oma pääroolinsa. Omien muistojen kautta päästään tarinaan ja sitä kautta liikkeeseen. Muistot voivat synnyttää voimakkaitakin tunteita: iloa, surua, haikeutta ja häpeää. Tunteiden kautta meissä tapahtuu liikettä. Miksi liike? Miksi tunteet?

Koulutuksessa tulen käyttämään Suomen Mielenterveysseuran taidekorttipakkaa Vennyn ja Eeron ihania kuvia. Apunani on Mikkelin poikateatterin ryhmä.

Ennakkotehtävät

1) **Mieti** etukäteen ennen koulutukseen tuloa, miten saat jonkun ihmisen tekemään jotakin liikettä. Usein hoitoyksikössä on sängyssä, apuvälineissä tai muissa tilanteissa ihmisiä, joiden mahdollisuudet liikkeeseen ovat kaventuneet. Mieti, kuinka tarinan kautta saadaankin tällainen ihminen jonkinlaiseen liikkeeseen. Kuinka esimerkiksi kuvan avulla (yhdistä vaikkapa muistokuvan menetelmään) ihminen saadaan pieneen liikkeeseen?

2) **Tuo mukanas**i paikan päälle koulutukseen pieni kannellinen näytepurkki tyhjänä! Ota myös vanua sen verran, että saat täyttää sillä purkin.

Päivän rakenne

13:00 Esittäytyminen, tavoitteet ja työskentelyn idea

13:15 Liike menetelmänä ja työskentelyyn käytettävien materiaalien valmistelu

- Valmistellaan yhdessä tuoksupurkit
- Vennyn ja Eeron ihania kuvia -taidekorttipakan käyttö menetelmässä
- Mielenterveys voimaksi -kuvakorttien käyttö menetelmässä
- Ks. lisää materiaaleja www.mielenterveysseura.fi/fi/materiaalit

13:45 Henkilöstön ideoita, kysymyksiä ja kokemuksia sekä ideointia ja menetelmän kokeilua pienryhmissä ilman asiakkaita ja asukkaita

14:15 Kahvi- ja virkistystauko

14:30 Neljä liikkeeseen kannustavaa harjoitusta

- Tuoksu ja muisto
- Kuvasta tarina ja siitä liike
- Ilopilleri-tanssi
- Yhteinen tyhy-liike tai tyhy-muovi

15:25 Keskustelu työskentelystä, menetelmästä ja sen hyödyntämisestä asiakkaiden kanssa, jälkitehtävä sekä jatkoideat

15:45 Tilaisuuden päätössanat ja palaute

Jälkitehtävät

1) Kokeile sovellettuja menetelmiä asukkaiden kanssa alustavasti 4.6.2018 mennessä. Kirjaa itsellesi muistiin havaintoja ja asioita, jotka onnistuivat hyvin.

2) Raportoi esimiehellesi ja työkavereillesi kokeiluista ja havainnoistasi 15.6.2018 mennessä yhteisesti sovittavalla tavalla.

3) Anna lyhyt palaute pienen kyselyn avulla, jonka saat myöhemmin sähköpostitse, kun koko koulutussarja on päättynyt. Näin saadaan kerättyä kokonaisuudesta ja vaikutuksista tietoa, mitkä asiat onnistuvat ja mitä asioita voidaan viedä eteenpäin sopivilla tavoilla.

Harjoitukset

Esivalmistelut: Tarvitaan 5 - 10 pientä kannellista purkkia, pumpulia, tuoksuja, eteerisiä öljyjä, saunatuoksuja ja saippuaa. Laitetaan jokaiseen purkkiin yksi tuoksu. Varaa hoitoyksikkösi esim. 5—10 eri tuoksua.

Harjoitukset

1. Tuoksu ja muisto: Tehdään 1 - 3 hengen ryhmissä. Jokaiselle ryhmälle jaetaan yksi purkki. Kun jokainen ryhmä on saanut oman purkkinsa, niin joku ryhmän jäsenistä voi avata ryhmän purkin. Jokainen

ryhmän jäsen tuoksuttelee purkkia vuorotellen ja alkaa samalla miettiä, mitä muistoja tämä tuoksu tuo mieleen. Ryhmä keskustelee keskenään, mitä muistoja tuoksu tuo mieleen.

2. Kuvasta tarina ja siitä liike: Edellisen tehtävän keskustelujen aikana levitetään taidekortit kuvapuoli ylöspäin pöydälle. Sitten jokainen etsii itselleen kortin, josta sama tuoksu tuo mieleen saman muiston. Sitten jokainen kertoo oman tarinansa. Lopuksi tarinaan lisätään jokin liike, joka syntyy tarinasta tai kuvasta.

Jos asiakas ei pysty näyttämään liikettä, silloin sinä astut esiin ja autat tekemällä itse liikkeen. Ole kuitenkin kärsivällinen ja anna asiakkaalle riittävästi aikaa ja mahdollisuutta liikkeen tuottamiseen. Sitten jokainen toistaa saman liikkeen. Poikateatteri toimii harjoituksessa ikään kuin stunttina. Hoitajana voit hoitotyössä toimia itse (tai esim. työparisi tai -ryhmäsi kanssa) stunttina näyttämällä liikkeen, jota asiakas kuvaa esimerkiksi sanallisesti, jos hän ei itse pysty tuottamaan liikettä suoraan.

HUOM! Tarinan kerrontaa irrotellessa yhdistä ja käytä kaikkia edellisiä menetelmiä ja niiden sovelluksia hyödyksi vuorovaikutukseen.

3. Ilopilleri-tanssi: Tehdään yhteinen Ilopilleri-tanssi, jota harjoitusta voi tehdä asiakkaiden kanssa - ja aina syntyy uusi tanssi. Yksi näyttää liikkeen, muut tekevät perässä, toinen tekee sille jatkoliikkeen jne. Aina kerrataan liikkeitä, mistä lopulta saadaan kokonaisuus eli tanssi. Otetaan mukaan musiikki, josta saadaan rytmi ja tahti liikekokonaisuuteen, josta tulee asiakkaiden kanssa aina erilainen uusi Ilopilleri-tanssi.

4. Yhteinen tyhy-liike tai tyhy-muovi: Poikateatterin kanssa irrotellaan lopuksi. Iloitellaan ja improillaan hoitajien kanssa yhdessä. Tehdään yhteinen tyhy-liike tai tyhy-muovi, josta voisi tulla vaikkapa oman yksikön tuuletus päivän tai viikon onnistumisista. Ks. esim. verkkosivua <http://www.muuv.fi> ja videota <http://bit.ly/2Eh4EmV>.

Tiistaina 7.8.2018 klo 12 - 16 Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä: Ilopillerit ja rytmipaja

Koulutuksen sisältö ja menetelmät: rytmipaja

Laura Lecklin: —Toimin varhaisiän musiikkikasvattajana Mikkelin musiikkiopistossa. Työssäni lauletaan, leikitään, lorutellaan, soitetaan, kuunnellaan ja liikutaan musiikin mukana. Näiden avulla tutustutaan musiikin maailmaan ja herätetään innostus musiikkiin.



Ilopillereitä ja kulttuurin kipinöitä -hankkeen rytmipajassa opitaan rytmityöskentelyn metodeja, pieniä rytmiharjoituksia, kehorytmejä sekä rytmimprovisaatiota. Opittuja työtapoja voidaan käyttää 1 - 2 asukkaan tai asiakkaan ja hoitajan kanssa tai suuremmassa ryhmässä yhteisenä musiikkihetkenä. Lähtökohtana rytmityöskentelyssä käytetään omaa kehoa: miten tuottaa erilaisia ääniä eri kehon osilla ja kuinka niistä saadaan monimuotoinen ääniympäristö. Lisäksi voidaan hyödyntää erilaisia rytmisoittimia ja arjen välineitä harjoitusten tukena.

Ennakkotehtävät

- 1) Mieti, mitä rytmi tarkoittaa sinulle ja millä kaikilla tavoilla rytmejä voi tuottaa.
- 2) Tuo mukaasi esine, jolla voi tuottaa rytmejä.

Iltapäivän rakenne

- 12:00 Esittäytyminen, tavoitteet, hankkeen idea, kulttuurikummin tehtävät
- 12:15 Rytmit menetelmänä hoitotyössä
- 13:00 Essoten henkilöstön omaa ideointia pienryhmissä
- 13:30 Oman menetelmän testaus henkilöstössä, joka eläytyy asukkaiden tilanteisiin
- 14:00 Kahvi- ja virkistystauko
- 14:20 Tehtävänanto kokeiluja varten asukkaiden kanssa
- 14:30 Omien menetelmien kokeilut Kyyhkylän asukkaiden kanssa paikan päällä
- 15:00 Paluu yhteiseen tilaan ja kokeilujen purkukeskustelut, menetelmän sovellukset ja materiaalihankinnat, jälkitehtävä sekä jatkoideat
- 15:45 Tilaisuuden arviointi ja palaute, päätössanat

Jälkitehtävät

- 1) Kokeile sovellettuja menetelmiä asukkaiden tai asiakkaiden kanssa alustavasti 19.8.2018 mennessä. Kirjaa itsellesi muistiin havainnot ja asioita, jotka onnistuivat hyvin.
- 2) Raportoi esimiehellesi ja työkavereillesi kokeiluista ja havainnoistasi 31.8.2018 mennessä yhteisesti sovittavalla tavalla. Tämä sovitaan koulutusiltapäivän aikana.
- 3) Anna lyhyt palaute pienen kyselyn avulla, jonka saat myöhemmin sähköpostitse, kun koko koulutussarja on päättynyt. Näin saadaan kerättyä kokonaisuudesta ja vaikutuksista tietoa, mitkä asiat onnistuvat ja mitä asioita voidaan viedä eteenpäin sopivilla tavoilla.

Rytmiopajan alustavia tehtäviä

- Sanarytmiharjoitus
- Kehorytmiharjoitukset
- Rytmin yhdistäminen musiikkiin
- Rytmi ja liike -harjoitukset
- Soitinten käyttö rytmeissä
- Arkipäivän esineet rytmin tuotossa

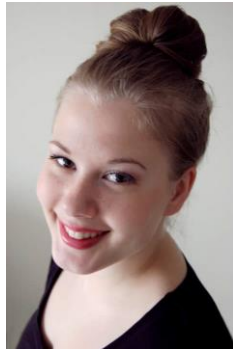
Lähteitä

- Kivelä-Taskinen, Elina 2016: Rytmiopajan pikku-kuplat. Kultanuotti (9. p.).
- Orff-pedagogiikka (löytyy googlaamalla paljon tietoa).

Torstaina 30.8.2018 klo 12 - 16 Mikkelin jaksohoito Kyyhkylässä: Ilo pillerit ja laulu

Koulutuksen sisältö ja menetelmät: laulu

Saara Silvennoinen: —Olen Savonlinnan musiikkiopistossa laulunopettajana. Teen töitä intoa täynnä ja haluan kannustaa ja rohkaista muita oppimaan. Tärkeää on uskoa itseensä ja heittäytyä tilanteeseen. Usein laulaminen tuntuu siltä, että sen arviointi on hankalaa. Kuitenkin laulaminen on taito kuin mikä tahansa taito, jonka voi oppia. Ei tarvitse olla Kari Tapio tai Beyoncé!



Lähdemme liikkeelle siitä, että löydämme oman lauluäänen ja rohkaistumme sen käyttämiseen arkisten asioiden kautta. Kysymys-vastaus-metodilla laulaen esim. kahden sävelen avulla päästään ääneen käsiksi. Myös lapsuuden muistoista voidaan saada ääntä ja laulua. Olennaista on rohkaistua käyttämään ääntä ja löytää oma sisäinen laulaja. Vanhusten ja asukkaiden kanssa voidaan aloittaa esimerkiksi hyräilyllä ja rauhoittavalla tilanteella, mikä helpottaa vuorovaikutusta ja lähestymistä. Kaiku-menetelmällä voidaan harjoitella yhdessä isomman ryhmän kanssa. Ehkä tableteilla ja karaokelaitteilla päästään kokonaisuun lauluihin.

Ennakkotehtävät

- 1) Pohdi, millaisissa tilanteissa laulaminen on tärkeää.
- 2) Mieti itsellesi tärkeä laulu esim. lapsuudesta tai muusta tärkeästä elämänvaiheesta tai tapahtumasta. Etsi siihen sanat ja melodia, jos et niitä muista, ja ota ne mukaan.

Päivän rakenne

- 12:00 Esittäytyminen, tavoitteet, hankkeen idea, kulttuurikummin tehtävät
- 12:15 Laulu menetelmänä hoitotyössä
- 13:00 Essoten henkilöstön omaa ideointia pienryhmissä
- 13:30 Oman menetelmän testaus henkilöstössä, joka eläytyy asukkaiden tilanteisiin
- 14:00 Kahvi- ja virkistystauko
- 14:20 Tehtävänanto kokeiluja varten asukkaiden kanssa
- 14:30 Omien menetelmien kokeilut Kyyhkylän asukkaiden kanssa paikan päällä
- 15:00 Paluu yhteiseen tilaan ja kokeilujen purkukeskustelut, menetelmän sovellukset ja materiaalihankinnat, jälkitehtävä sekä jatkoideat
- 15:45 Tilaisuuden arviointi ja palaute, päätössanat

Jälkitehtävät

- 1) Kokeile sovellettuja menetelmiä asukkaiden tai asiakkaiden kanssa alustavasti 16.9.2018 mennessä. Kirjaa itsellesi muistiin havaintoja ja asioita, jotka onnistuivat hyvin.
- 2) Raportoi esimiehellesi ja työkavereillesi kokeiluista ja havainnoistasi 30.9.2018 mennessä yhteisesti sovittavalla tavalla. Tämä sovitaan koulutusiltapäivän aikana.
- 3) Anna lyhyt palaute pienen kyselyn avulla, jonka saat myöhemmin sähköpostitse, kun koko koulutussarja on päättynyt. Näin saadaan kerättyä kokonaisuudesta ja vaikutuksista tietoa, mitkä asiat onnistuvat ja mitä asioita voidaan viedä eteenpäin sopivilla tavoilla.

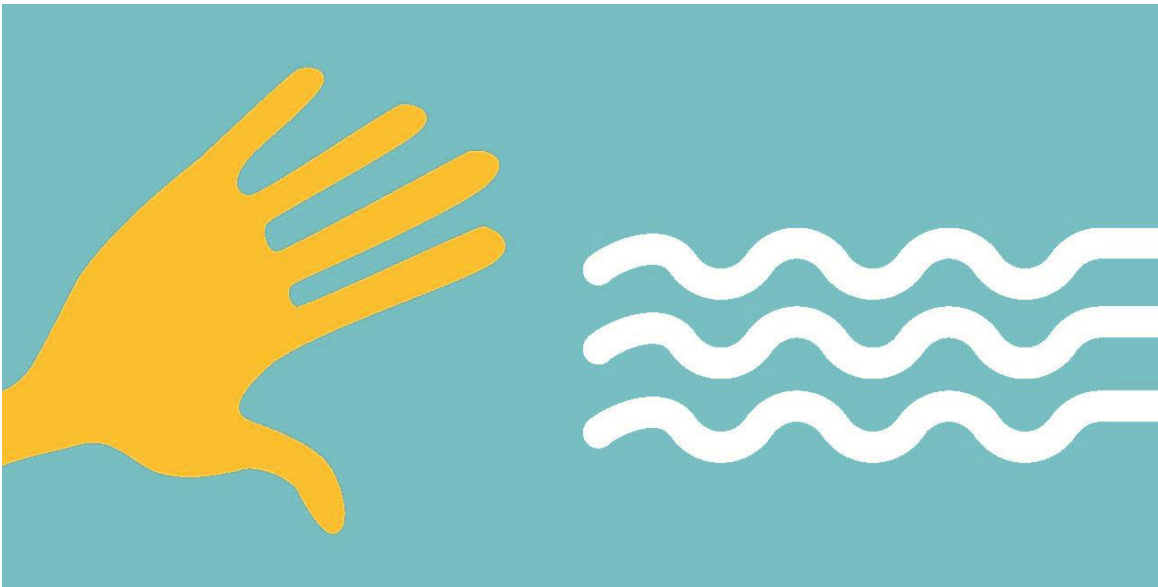
Harjoitukset

Alustavia harjoituksia

- Kysymys-vastaus, esim. laulaen Mitä sulle kuuluu? Kiitoksia hyvää!
- Laululeikkityyppinen harjoitus

Lähteitä

Kouluttaja toimittaa lähdetietoja tilaisuuden jälkeen!



Yhteydenotot

Tuija Toivakainen, Etelä-Savon ELY, puh. 0295 024 220,
tuija.toivakainen@ely-keskus.fi



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



2020
Työelämä