

Iloa ja voimaa ympäristöstä

Ikäinstituutin verkostopäivä 8.12.2016

Ideat ja kontaktit kiertoon -kooste

Mikä oivallus tai idea päivästä lähtee mukaasi? Mitä lupaat itse tehdä?

- Päivän annin (kaatumisten ehkäisy, luonnon merkitys) hyödyntäminen ikäihmisten perhehoidon ennakkovalmennuksessa
- Ulkoilemme asukkaiden kanssa enemmän
- Kiinnitän huomiota kaatumisten ennaltaehkäisyyn
- Green care
- Itselle tärkeä paikka – ulkoilun lisääminen
- Liikkumiseen vielä enemmän kannustaminen kaatumisten ennaltaehkäisemiseksi (huomioiden muistisairaana eksymisvaaran)
- Ennaltaehkäisevää toimintaa, jotta saadaan kaatumisia vähenemään
- Liikkuminen ympäri vuoden
- Ulos luontoon meneminen: lähden ja vien ikäihmisiä ulos ja luontoon.
- Vien työssäni eteenpäin muistiystävällistä ajattelua
- Sää ei ole este ulkoiluun!
- Aion järjestää pihabileitä kaiken ikäisille (2-92 v.) kaikkina vuodenaikoina
- Muistiystävällinen ympäristö muistisairaana elämänkaarta hyödyntäen
- Istutetaan anopin kanssa parvekkeelle jotain keväällä ja aloitetaan suunnittelu tammikuussa
- Esteetön ja esteettinen ympäristö on kaikkien etu
- Eri sukupolvien, kuntalaisryhmien kohtaamisen mahdollistaminen arjessa kaupunkiympäristössä, jossa on myös luonto jotenkin läsnä
- Ympäristön viihtyisyys houkuttelee kyvykkyydet esiin – tutkimus ympäristön hyvistä puolista
- Enemmän opetukseeni muistisairaana oppimisen edistämistä luontoa hyödyntäen
- Kaatumiset kuriin. Uusia tilastoja ja faktoja – näitä vien eteenpäin ja päivitän vanhat tietoni

- Omat rixsat –keskus
- Kaatumisseulan vieminen kotihoidon fysioterapeuteille
- Harjoitteiden läpikäyminen omien asiakkaiden kanssa
- Luonto ja sen vaikutukset innostivat
- Lupa selvittää ympäristön vaikutukset palvelukeskukseen siirtymisessä
- Voima- ja tasapainoharjoittelu ulkoilmassa
- Elvyttävä lumoutuminen – viihtyisä ympäristö hoidon tukena
- Sipoon ”takapiha” – hyvän mallin levittäminen
- Lisää liikuntaa sisällä ja lisää ulkojuttuja myös talvella
- Kaatumiset kuriin – käytäntöön vien kaatumisvaara-arviot Ikinä-oppaan mukaisina
- Kirjoitan muistitarjoumasta suomenkielisen artikkelin v. 2017
- Oma luovuus käyttöön!