



Kulttuurista hyvinvoinnin helmiä

Katja Kujala,
hankevastaava,
teatteri-ilmaisun ohjaaja

Kortteleihin kulttuuria –hanke,
Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys ry



TANSSI SINÄKIN JOKA PÄIVÄ!

[https://www.youtube.com/
watch?v=mLHeL_2xte8&list
=PLLMIsjTV7lx5w8173_2A-
RsVD_hd1XNwD&index=2](https://www.youtube.com/watch?v=mLHeL_2xte8&list=PLLMIsjTV7lx5w8173_2A-RsVD_hd1XNwD&index=2)

Taide kohtaa ja vahvistaa

- Taiteet tarjoavat mahdollisuuden kasvuun, löytämään itsestä piileviä taitoja ja osaamista. Itsetuntemus, itsetunto vahvistuu.
- Taiteet voivat tarjota hengähdys hetken omasta tilanteesta.
- Taiteet tarjoavat ilmaisukeinon tunteille.
- Taiteet tarjoavat mahdollisuuden tuoda esiin hiljaisempienkin äänet.
- Taiteet voivat olla puheeksi ottamisen väline. Taiteet tarjoavat myös välineitä häpeän ja stigman poistamiselle.



Taiteet tarjoavat tilan

- tulla nähdyksi
- tulla kuulluksi
- tulla kohdatuksi
- tulla hyväksytyksi
- tulla arvostetuksi

juuri sellaisena kuin on



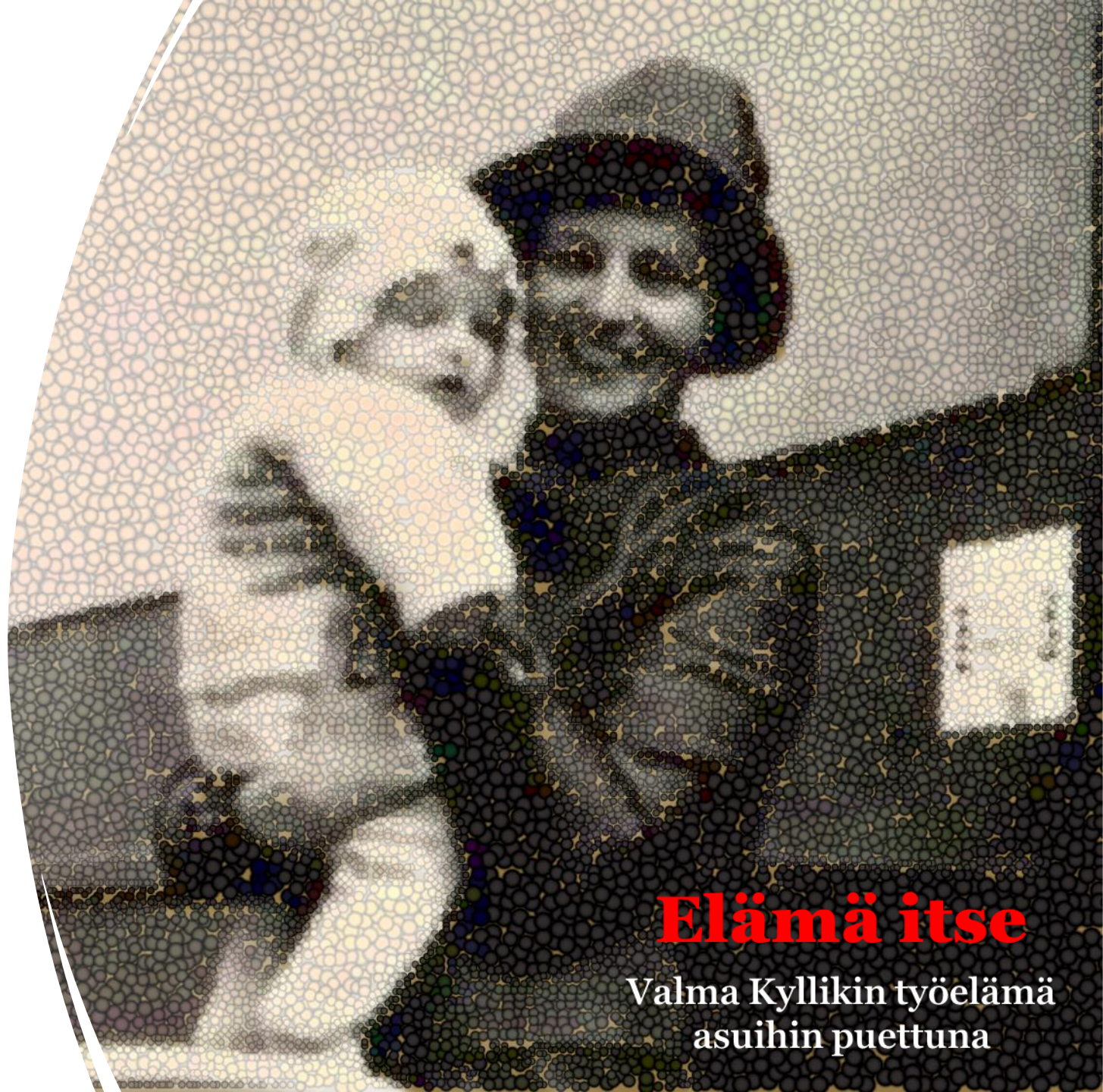
Se on minun käsi.
Se oon minä.



Laskee mäkiä.



Elämä itse.



Elämä itse

Valma Kyllikin työelämä
asuihin puettuna

TUTUSTU!

<https://taikusydan.turkuamk.fi/yleinen/maailman-terveysjarjesto-whon-raportti-taiteen-ja-kulttuurin-terveysvaikutuksista/>

KIITOS!

Katja Kujala | 050 3499 467 |
katja.kujala@muistiyhdistys.fi

Jokaisena päivänä
pitäisi kuulla vähintään yksi
kaunis laulu,
lukea hyvä runo,
nähdä jokin oivallinen maalaus
ja jos mahdollista,
puhua muutamia
järkeviä sanoja.
- Goethe



**Etelä-Pohjanmaan
Muistiyhdistys ry**
Muistiliiton jäsen

KORTTELEIHIN
KULTTUURIA

