

# Arjen vinkkejä

## Huomioi asiakkaan arjen ohjaamisessa

- Kosketus, katse, hymy, läheisyys
- HYP, OIVA, voimauttava vuorovaikutus
- Odota rauhassa ja anna aikaa.
- Älä keskeytä, arvaile tai korjaa ilmaisua.
- Ole aidosti läsnä, tilanneherkkä ja joustava
- Käytä kuvia, viittomia ja muita asiakkaalle tuttuja kommunikointikeinoja puheen lisäksi.
- Valokuvat, joissa asiakas itse tekee ja toimii.
- Toista ja toista yhä uudestaan.
- Suhteuta vaatimustaso toimintakyvyn laskuun.
- Sosiaaliset tarinat toiminnanohjaukseen.



# Toimintavinkkejä arkeen

- Päivittäiset toiminnot, kotiaskareet
- Säännöllinen ulkoilu ja liikunta
- Aivojen aktiivinen käyttäminen; pelit, palapelit, pulma- ja laskutehtävät, ristikot,
- Vanhojen asioiden muistelu
  - Apuna vanhoja valokuvia esim. lapsuudesta
  - Laulut lapsuudesta
  - Mitä tehtiin "ennen vanhaan"
- Lähimuistelu
  - Ei tentata, muistellaan vaivihkaa
  - Kuvat, valokuvat, retkeltä poimitut kukat
  - Nimet, vuodenajat, aika, paikka, toiminnat
  - Kuvien esillä olo tuo turvallisuutta
  - orientaation tukeminen; kalenteri, viikko-ohjelma, päiväohjelma



- vuodenkierron huomioiminen arjen puuhissa auttaa orientaatiossa: esim. maut, tuoksut, musiikki, värit, luonto, juhlat, "kausivaatteet", askartelu, jne.
- Suomen mielenterveysseura: Myönteisen muistelun kortit
- Virikepankki; pelejä ja materiaaleja ([www.vahvike.fi](http://www.vahvike.fi))
- <https://papunet.net/teemat/muistisairaus>
- Materiaaleja voi tiedustella esim. AAC-ohjaajilta ja toimintaterapeuteilta. Ks. myös muistiosion linkit Etenetistä.



**ETEVA**

