

IkäArvokas virkistyspäivä Susiniemessä 14.8.2014 torstaina

**kuljetukset kaupungista klo 9.00
aloitus klo 9.30, kotiin paluu klo 15.-15.30**

Leiripäivä oli tarkoitettu yksinäisille ja syrjäytymisvaarassa oleville sekä harvoin kodin ulkopuolelle pääseville vanhuksille/ikäihmisille (yli 65v.), IkäArvokas-hankkeen tavoitteiden mukaisesti.

Kotihoidon kanssa etsittiin yhdessä kohderyhmän ihmisiä. Mukaan saatiin 23 ikäihmistä Mikkelin Savilahti / Ristimäki alueelta. Kahdella oli mukana vertaistukihenkilö, ohjelmasta ja avustuksesta vastasivat diakoniatyöntekijät sekä IkäArvokas-hankkeen projektityöntekijä.

Yhteiskuljetukset tapahtuivat inva-takseilla sujuvasti ja leiri oli osanottajille maksuton. Susiniemen leirikeskuksen maisemat ihastuttivat monia taksista ulos astuvia ihmisiä, sillä leirikeskus sijaitsee nimensä mukaan niemessä, rinteiden päällä. Myös varsinainen rakennus on uusi, kaunis ja esteetön.

Diakoniatyöntekijät olivat ottamassa tulijoita vastaan ja päivä aloitettiin nimilaput kiinnityksellä rintaan. Nimilaput oli tehty kahdella värillä iltapäivän ryhmäjako varten. Tulomehut ja keksit odottivat aulassa ottajaansa ja ihmiset menivät mukaville sohville istuskelemaan ja puheen sorina alkoi heti.

Seurakuntasalin puolella tutustuttiin toisiimme teemalla ”Jumalan puutarha”. Diakoniatyöntekijä Outi pyysi työntekijöitä tulemaan eteen ja kukin vuorollaan esitteli itsensä ja kertoi, mikä oli hänen oma sielunpuunsa. Tämän jälkeen virkistyspäivään osallistuja, joka koki olevansa sama puu, nousi seisomaan ja esitteli itsensä ja syyn puun valintaan. Seuraavaksi Outi kertoi, millainen kunkin puun omistaja oikeastaan on.

Esimerkiksi:



”Pihlaja tarvitsee paljon huomiota – ja on sen myös ansainnut, sillä köyhissä oloissakin hän puhkeaa kauniiseen kukkaan. Saadessaan tarpeeksi valoa ja tilaa empaattinen pihlaja pystyy antamaan paljon voimaa sairaille ja heikoille. Pihlajan syvälliseen viisauteen kuuluu vaatimattomuus, sopeutuvuus ja huumori”

Näin jokainen pääsi ääneen, tuli huomioiduksi ja tutustumisteema yhdisti läsnäolijat tuon päivän yhdessäoloon.

Outi piti lopuksi pienen hartauden ja projektityöntekijä Eija ohjasi silkkihuivijumpan ruokahalun viritykseksi.

Ruokailu oli järjestetty hienosti, maukas ruoka oli laitettu esille kauniisti, valikoima oli monipuolinen ja pöydät liinoineen viihtyisiä. Työntekijät auttoivat apua tarvitsevia ja istuivat pöytiin keskustelemaan ikäihmisten kanssa. Ruokailu oli kaikille erityisen tärkeä tapahtuma. Ruokatauon aikana muutamalle osallistujalle järjestettiin mahdollisuus lepopohetkeen leirikeskuksen huoneissa.

Iltapäivän ohjelmaa varten jakauduttiin nimilappujen mukaisesti ryhmiin. Toinen ryhmä oli palloryhmä ja toinen korttiryhmä. Aikaa oli varattu 45 min molemmille ryhmille ja sitten vaihdettiin ryhmää.

Palloryhmässä hierottiin nystypalloilla ja muilla rullilla toinen toisiamme. Samalla keskusteltiin ikäihmisten toiveista hanketoiminnalle ja tiedotettiin tulevista tapahtumista. Palohieronta tuntui aiheuttavan paljon iloa ja tiivistävän yhdessäolon tunnetta, onhan koskettaminen aina tärkeää. Pallohieronnan lopuksi aktivoitiin aivoja "apraksiajumpalla". Tässä ryhmässä myös ulkoiltiin ja ihailtiin kaunista elokuvaun luontoa.



Korttiryhmässä valittiin vanhoja esineitä kuvaava kortti ja kerrottiin, mitä se merkitsee itselle. Keskusteltiin myös siitä, mistä saa iloa / virkistystä ja miten omaan hyvinvointiin voisi vaikuttaa.



Ohjelmaosuuden jälkeen oli messu ja yhteistä ehtoollista nautittiin hartaissa tunnelmissa. Messu oli erittäin tärkeä yhteinen hiljentyminen Jumalan kasvojen eteen ja ehtoollinen yhdisti tämän pienen seurakunnan jäsenet myös toisiinsa. Kirkkokahvit juotiin "väsyneenä, mutta onnellisena".

Ulkona takseja odotellessa tuli heti välitöntä palautetta päivän kulusta. Päivä oli yleisarvosanalla hyvä, yhdessä ruokailu ja messu koettiin tärkeäksi. Työntekijänä näen myös tukihenkilöiden / vapaaehtoistyöntekijöiden merkityksen. He tuovat arvokkaan panoksensa päivän onnistumiseen ja tietävät oman tuettavansa tarpeet ja jaksamisen parhaiten.