



Caritas Säätiö
Ihmisen matkassa

Mielikuvitusverstas- ohjaajan opas



Jelpaten

SISÄLTÖ

Oppaan tarkoitus - tervetuloa!	<u>3</u>
Taustatietoa Jelpaten -tuetusti vapaaehtoisena toiminnasta	<u>4</u>
Mielikuvitusverstas: luovaa toimintaa aikuisille	<u>5</u>
Ryhmätoiminnan pelisääntöjä - kuinka luodaan toimiva ryhmä?	<u>6</u>
Turvallisemman tilat periaatteet	<u>7</u>
Ohjaajan rooli	<u>8</u>
Vapaaehtoisen rooli	<u>9</u>
Ideoita ryhmäkerroille	<u>10</u>
Ryhmämuotoinen vapaaehtoistoiminta	<u>11</u>
Korttityöpaja	<u>12</u>
Lyhtytyöpaja	<u>13</u>
Paperikoristeet	<u>15</u>
Syyskranssit	<u>17</u>
Kivien maalaus	<u>18</u>
Servettitekniikka	<u>19</u>
Linnut	<u>21</u>
Virtuaalitaidenäyttelyt ja -museot	<u>22</u>
Kaupunkiympäristö: luova toiminta	<u>23</u>
Kuinka tuoda luonto osaksi ryhmätoimintaa?	<u>24</u>
Rohkeasti kokeilemaan!	<u>25</u>
Tunnelmia Jelpaten-hankkeen Mielikuvitusverstaalta	<u>26</u>
Yhteystiedot	<u>28</u>



Oppaan tarkoitus - tervetuloa!

Tähän oppaaseen on koottu perustietoa matalan kynnyksen ryhmätoiminnasta, jossa korostuu osallisuus, yhdenvertaisuus, luovuus sekä yhdessä tekeminen ja kokeminen. Oppaassa on esitelty ryhmän ohjaamiseen liittyviä teemoja, vapaaehtoistoimijoiden roolia sekä käytännön vinkkejä ja ideoita ryhmäkertoja ajatellen.

Opas on tehty helppolukuiseksi ja selkeäksi kokonaisuudeksi. Materiaalia voi vapaasti soveltaa omaan ryhmätoimintaan tai ottaa teemoja sellaisenaan käytettäväksi. Opas toimii hyvänä perehdytysmateriaalina myös opiskelijoille, jotka suorittavat opintoihin kuuluvaa harjoittelujaksoa yhteisöjen parissa, jossa hyödynnetään luovaa toimintaa.

Tämä materiaali on tuotettu osana STEAn rahoittamaa Jelpaten - vapaaehtoisena tuetusti hanketta (4/2022 - 3/2025).

Anu & Susanna



Tätä nuolisymbolia klikkaamalla pääset sähköisessä versiossa takaisin Sisältö-sivulle!

Taustatietoa Jelpaten - vapaaehtoisena tuetusti toiminnasta

Caritas Säätiön Jelpaten - vapaaehtoisena tuetusti -hankkeen tavoitteena on tukea 18–65-vuotiaita oululaisia, jotka tarvitsevat vahvempaa tukea osallistua vapaaehtoistyöhön. Tarjoamme tukea sopivan vapaaehtoistyön ja -paikan löytymiseen, toimimiseen vapaaehtoisena yksin tai ryhmässä, säännöllisesti tai kertaluonteisesti. Lisäksi järjestämme työpajoja, tapahtumia ja ryhmiä.

Mielikuvitusverstaas on hankkeen säännöllisesti kokoontuva ryhmä, luovuuden ja kohtaamisen paikka aikuisille. Mielikuvitusverstaas tarjoaa myös mahdollisuuden toimia vapaaehtoisena yhdessä ohjaajien kanssa. Vapaaehtoistehtäviä ryhmässä ovat esimerkiksi kahvin keittäminen ja pöydän kattaminen, ryhmän järjestelyissä auttaminen, luovan hetken ohjaaminen, toisten auttaminen jne.



Mielikuvitusverstaalla vain mielikuvitus on rajana!



Mielikuvitusverstas: Luovaa toimintaa aikuisille

Mielikuvitusverstas on luovuuden ja kohtaamisen paikka kaikille aikuisille. Taustalla on kulttuurihyvinvoinnin ajatus, jonka mukaan *luova toiminta tukee henkilön hyvinvointia laaja-alaisesti.*

Mielikuvitusverstaalla voi tavata toisia ja tehdä samalla luovia asioita, esimerkiksi pieniä käsitöitä, piirtää, maalata, musisoida tai vain olla. Mielikuvitusverstaalle voi ottaa mukaan omat tarvikkeet tai hyödyntää tilasta löytyviä tarvikkeita. Ompelukone, saumuri, jonkin verran kankaita, askartelu- ja maalaustarvikkeita, pelejä sekä piano ovat vapaasti kaikkien käytettävissä.

Mielikuvitusverstas on avoin ryhmä ja se on kokoontunut säännöllisesti koko Jelpaten-hankkeen ajan. Toimintaa on ollut yhteisötila Toivossa sekä kaupunkialueella, jolloin Mielikuvitusverstas on jalkautunut yhteisötiloihin, näyttelyihin tai tapahtumiin. Tutun porukan kanssa on mukava lähteä tutustumaan uusiin kohteisiin.

Hankkeen loppupuolella toiminta on edelleen monipuolistunut ja toiminnassa on kiinnitetty huomiota erityisesti sen juurruttamiseen.



Ryhmätoiminnan pelisääntöjä - kuinka luodaan toimiva ryhmä?

Toimiva ryhmä on monen tekijän kokonaisuus. Mielikuvitusverstas on ns. avoin ryhmä, jonne voi tulla ilman ilmoittautumista kahden tunnin aikana vapaasti. Näin kynnys osallistumiseen on tehty mahdollisemman matalaksi. Kuitenkin, myös avoimessa ryhmässä on hyvä huomioida muutamia seikkoja:

1. **Turvallisemman tilan periaatteet:** Hyvä näkyä tilan seinällä ja käydä aika ajoin yhdessä läpi. Esitellään myös aina uusille kävijöille. Sitoudutaan yhdessä noudattamaan sääntöjä.
2. Ryhmässä on aina **vastuu ohjaaja(t)** paikalla, jotka varmistavat, että kaikilla on ryhmässä turvallista ja hyvä olla.
3. Vaikka toiminta ryhmässä on vapaata, ohjaajat valmistautuvat pienellä **teemalla** jokaista kertaa varten. Teema voi joillakin kerroilla olla vaikka värityskuvat, lautapelit tai muu helposti toteutettava tekeminen. Isompi teema ilmoitetaan etukäteen ja ohjaajat varaavat materiaalia niille, jotka haluavat toimintaan osallistua.
4. Ohjaajat varmistavat, että jokainen ryhmässä **tulee kohdatuksi** tapaamisen aikana. Huomioidaan se, että toinen voi tarvita enemmän omaa tilaa ja rauhallista tekemistä. Katse, hymy tai pieni kuulumisten vaihto voi joissakin tilanteissa jo riittää kohdatuksi tulemiseen.



Turvallisemman tilat periaatteet

Caritas Säätiölle ovat kaikki tervetulleita! Olemme luoneet yhdessä Caritas Säätiölle turvallisemman tilan periaatteet, joita toteutamme kaikessa toiminnassamme ja näin ollen myös Jelpaten-hankkeen Mielikuvitusverstaalla.

Sitoudumme yhdessä:

- Noudattamaan yhteisiä pelisääntöjä.
- Kunnioittamaan, arvostamaan ja kannustamaan toisiamme. Käyttäydymme toisia kohtaan ystävällisesti ja arvostavasti.
- Ottamaan kaikki huomioon. Emme syrji ketään.
- Osallistumaan tilaisuuksiin ja tapahtumiin ilman tuoksuja ja päihteitä.
- Kunnioittamaan jokaisen rajoja ja yksityisyyttä.
- Korjaamaan epäkohtia niitä huomattessamme. Puutemme niihin itse tai kerromme asiasta työntekijälle. Asiaan voi palata myös myöhemmin.
- Hyväksymään, että kaikki tunteet ovat sallittuja. Pyrimme kuitenkin pitämään positiivista ilmapiiriä yllä ja luomaan hyväntuulisia tapahtumia.



Ohjaajan rooli

Mielikuvitusverstaalla on toiminut koko toimintakauden ajan kaksi ohjaajaa. Koska ryhmä on avoin kaikille, osallistujamäärä voi vaihdella muutamasta osallistujasta isompaan ryhmään (yli 15 osallistujaa). Onkin tärkeää, että ohjaajat pystyvät reagoimaan joustavasti muuttuviin tilanteisiin ja takaamaan jokaiselle mukavan ryhmäkerran huolimatta osallistujien määrästä.

Ohjaajat huolehtivat toiminnan markkinoinnista sekä käytännön asioiden sujuvuudesta ryhmän toteuttamiseen liittyen. Materiaalihankinnat sekä ryhmäkertojen suunnittelu on ohjaajien vastuulla. Mahdollisuuksien mukaan ryhmässä toimivat vapaaehtoiset otetaan mieluusti mukaan suunnittelutyöhön.

Ryhmäkerran aikana ohjaaja varmistaa, että jokainen tulee kohdatuksi ja löytää itselleen mukavaa tekemistä. Hän vastaa myös siitä, että ryhmä alkaa ja päättyy sovitusti. Erityisesti uudet kävijät perehdytetään turvallisemman tilan periaatteisiin ja ohjataan asioissa, joissa henkilö voi tarvita tukea.

"Yhdessä tekemällä päästään parhaaseen lopputulokseen!"

Jokaisella kerralla tarjotaan kahvia ja teetä sekä pientä suolaista tai makeaa. Ohjaaja kannustaa kahvinkeittoon mukaan myös ryhmässä kävijöitä ja osallistaa näin heitä yhteiseen tekemiseen. Kaiken ei tarvitse ryhmässä olla heti valmista vaan yhdessä tekemällä päästään parhaaseen lopputulokseen!



Ohjaaja

- tarjoaa ideoita toimintaan
- takaa yhdessä ryhmäläisten kanssa ryhmän turvallisuuden
- varmistaa, että jokainen ryhmässä tulee kohdatuksi



Vapaaehtoisen rooli

Ohjaajan lisäksi Mielikuvitusverstaalla voi toimia ryhmäkerroilla vapaaehtoinen. Hän voi ohjata pienen luovan hetken, auttaa tilan järjestämisessä tai siivoamisessa, keittää kahvit tai tehdä muuta hänen mielenkiinnon kohteisiin liittyviä pieniä avustavia tehtäviä.

Vapaaehtoinen toimii yhteistyössä työntekijän kanssa mahdollisuuksien mukaan myös ryhmäkertojen suunnittelussa. Vapaaehtoinen ei korvaa työntekijän panosta vaan tuo oman tärkeän roolinsa kokonaisuuteen.

Vapaaehtoisena voi toimia myös opiskelija. Opiskelija voi suorittaa Mielikuvitusverstaalla opintoihin kuuluvan harjoittelujakson tai lyhyempiä projektityönä suoritettavia opintoja esimerkiksi ryhmien ohjaamiseen. Tällöin on kiinnitettävä huomiota opiskelijan ohjaamiseen, jakson arviointiin ja yhteistyöhön oppilaitoksen kanssa.

"Vapaaehtoinen tuo oman tärkeän panoksensa kokonaisuuteen!"



Ideoita ryhmäkerroille

Tähän oppaaseen on koottu ideoita ja ohjeita ryhmäkerroilla toteutettavaksi. Voit hyödyntää ideoita sellaisenaan tai muokata niitä omaan toimintaan sopivaksi.

Olemme teemojen osalta kuulleet kävijöiden toiveita ja muokanneet tekemistä sen mukaan. Toiminnassa on erityisesti kiinnitetty huomiota siihen, että toimintaan on jokaisen helppo osallistua taitotasosta huolimatta.

Hyviä ideoita ja ohjeita olemme keränneet laajasti omasta ideavarastostamme sekä totta kai hyödyntäneet Internetin ehtymätöntä ideapankkia. Pinterest ja esimerkiksi luovan alan toimijoiden blogit ovat hyviä paikkoja etsiä mukavaa tekemistä hyödynnettäväksi ryhmäkerroilla.

Tähän oppaaseen kootut teemat ovat helposti toteutettavia ja säästävät sinun aikaasi, kun lähdet pohtimaan kiinnostavia teemoja omaan toimintaasi. Nappaa siis vinkit talteen!



Mielikuvitusverstas on kokoontunut useimmiten Yhteisötila Toivossa, jossa on aina saatavilla ompelukone, piano, neulomistarvikkeita, palapelejä, lautapelejä sekä askartelutarvikkeita.



Ryhmämuotoinen vapaaehtoistoiminta

Jelpaten-hankkeessa vapaaehtoistoimintaa on kokeiltu myös yhdessä. Ryhmässä yhdessä tekeminen mataloittaa entisestään kynnystä osallistua vapaaehtoistoimintaan. Askartelu ja kädentaidot ovat asioita, joilla vapaaehtoiset voivat ilahduttaa monia. Neulontataitoiset voivat neuloa villasukkia sekä villalapsia ja lahjoittaa ne vaikkapa **Lahjoita lämpöä** -kampanjaan. Sairaalat ottavat vastaan pieniä sukkiä vastasyntyneille. Virkkaustaitoiset voivat virkata myös **turvalonkeroita** keskosvauvoille tai muistisairaille.

Kaikille sopivaa tekemistä löytyy esimerkiksi korttiaskartelun parista. Tässä yksi esimerkki:

Joulupostia ikäihmisille -kampanja

Kampanjassa kerätään joulukortteja kotihoidon ja asumispalvelujen ikääntyneille asiakkaille. Vuonna 2023 Joulupostia ikäihmisille -kampanja keräsi huikeat 90 000 joulukorttia ikääntyneille ympäri maan. Lisätietoa **Siskot ja Simot -sivulta**



*Eikä runosuoni syki? Vinkki joulurunoihin!
Hyödynnä runojen luomisessa tekoälyä!*



Korttityöpaja

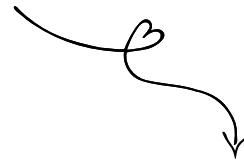
Erilaiset korttipajat ovat olleet Mielikuvitusverstaalla suosittuja. Korttipajaan on helppo osallistua. Näppärin tapa tehdä näyttäviä kortteja on hyödyntää vanhoja kortteja ja leikata niistä kauniita kuvia, sommitella uudelleen ja kirjoittaa itse sopiva tervehdys.

Internetistä voi etsiä myös runoja, joita lisätä kortteihin. Hyödynsimme korteissa myös tekoälyä: Ohjasimme sopivilla prompteilla* ChatGPT:n luomaan esimerkiksi joulurunoja - saimmekin hienoja ja oivaltavia runoja lisättäväksi kortteihin.

Pääsiäisen aikaan teimme tipu-kortit hyödyntäen kertakäyttöhaarukoita ja sormivärejä. Tämä oli hauskaa tekemistä ja aika yllättävä tapa korttien työstämiseen.



'Prompti: Tekoälyn ohjaamista tai aktivointia kohti haluttua lopputulosta antamalla sille tietty syöte tai ohje.



Lyhtytyöpaja

Vanhasta seinäkalerista tai muusta tukevasta paperista voi tehdä paperilyhdyn esimerkiksi parvekkeelle. Lyhdyn keskelle asetetaan pieni lasipurkki, johon voi laittaa pienen led-tuikun tai valosarjan.

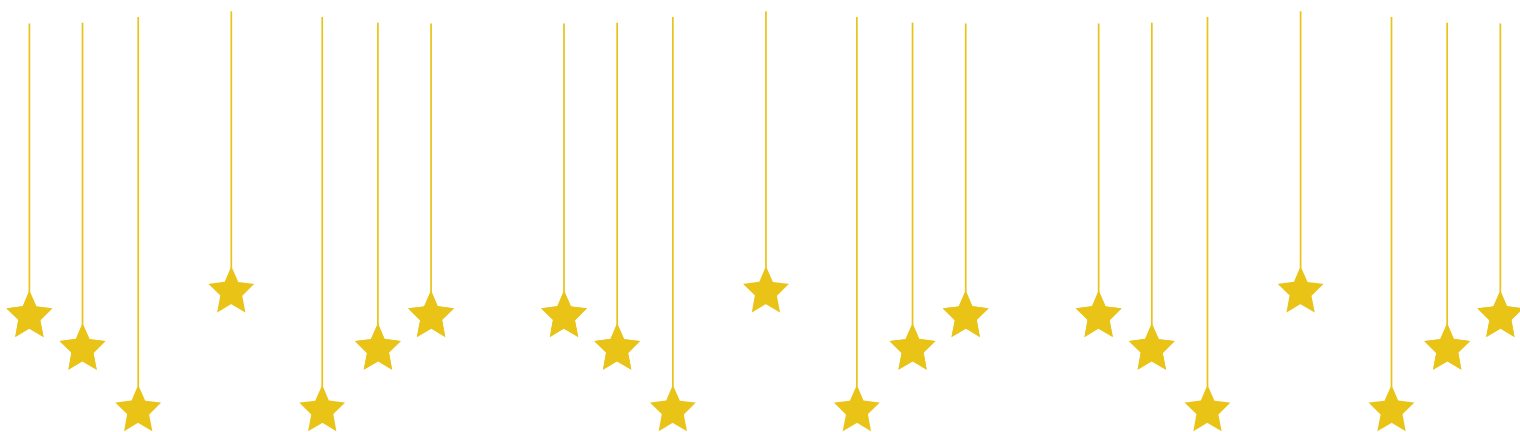
1. Piirrä paperin nurjalle puolelle ympyröitä, joiden halkaisija on noin 20 senttiä. Käytä apuna lautasta. Leikkaa ympyrät piirrosviivan sisäpuolelta, jotta kynän jälki ei jää näkyviin
2. Taivuta ympyrät keskeltä kahtia niin, että kuvapuoli jää taitteen sisäpuolelle. Lyhdystä tulee vivahteikas, kun taittelet ympyrät summamutikassa suunnittelematta liikaa kuvapuolen taitoskohtaa.
3. Valitse lasipurkki, joka on paperisia puoliympyröitä matalampi. Purkilla tulee olla sen verran kokoa, että sen sisälle mahtuu valonlähde, esimerkiksi led-valosarja.
4. Pursota kuumaliimaa paperin taitteeseen alueelle, joka osuu lasipurkin kylkeen. Liimaa ei kannata pursottaa ihan paperin alareunaan asti, sillä kuumaliima valuu helposti paperin yli.



5. Paina taite lasipurkin pintaan tarkasti pystysuoraan. Tue paperia hetki, jotta liima ehtii aavistuksen jäähmettyä. Liimaa seuraava taite yhden sentin etäisyydelle edellisestä. Liimaa taitteita näin koko purkin täydeltä.

6. Laita lyhtyyn valonlähde, vaikkapa viiden metrin pituinen led-valosarja. Led-polttimot eivät kuumene, joten ne ovat turvallisia paperin ympäröimässä lasipurkissa. Matalan lasipurkin ansiosta lyhty näyttää siistiltä myös ylhäältä päin.

lähde: <https://www.etlehti.fi/artikkeli/vapaa-aikal/kasityot/paperilyhty-parvekkeelle-nain-askartelet-kauniin-lyhdyn>



Joskus kuumaliima ei kiinnity pitävästi kiiltävään lasipintaan. Hyvä konsti varmistaa kiinnitys on hioa aluksi lasin pinta veteen kastetulla vesihiomapaperilla. Huuhdeltuun, kuivattuun ja karhennettuun pintaan liima tarttuu tiukasti. Voit myös koristella lasipurkkeja esimerkiksi helminauhoilla.



Paperikoristeet

Ison paperikoristeen (ø 43 cm) tekemiseen tarvitset 6–8 paperiarkkia. Mitä enemmän käytät arkkeja, sitä tiheämpi koristeen haitarireunasta tulee. Pienemmän paperikoristeen (ø 22 cm) saat leikkaamalla paperiarkin pitkittäin kahteen osaan. Koristeeseen tarvitset neljä palaa, eli kaksi kokonaista arkkia. Leikkaamalla arkin kolmeen osaan saat koristeen, jonka halkaisija on 14 cm.

- Aloita koristeen tekeminen taittelemalla paperiarkit haitareiksi. Sopiva taitteen leveys on 1–2 cm. Arkkeja voi taitella myös useamman kerralla. Taittelussa kannattaa kuitenkin olla tarkka, ja haitarin taitteet kannattaa pitää mahdollisimman tasalevyisinä. Pienet heitot eivät kuitenkaan näy lopputuloksessa.
- Kun haitarit on taiteltu, vahvista taitokset painelemalla haitaria kasaan kämmenillä. Tämän jälkeen leikkaa haitarin yläreuna kolmioksi. Voit halutessasi leikata reunasta myös pyöreän, jolloin lopputulos muistuttaa enemmän kukkaa.
- Jos haluat koristeen keskelle koristeleikkaukset, saat ne leikkaamalla haitarin pitkältä sivulta kolmionmallisen palan pois (kuten paperisia lumihutaleita tehdessä). Koristeleikkauksia voi tehdä yhden tai useamman, tai ne voi jättää tekemättä kokonaan.
- Kokoa koriste teippaamalla haitarit kiinni toisiinsa kaksipuoleisella teipillä. Haitarit kannattaa teipata yhteen niin, että saumakohta jää haitarin syvänteeseen. Viimeinen teippaus ja haitaripötkön yhdistäminen ympyräksi saattaa vaatia vähän sorminäppäryyttä, mutta kun tekniikka löytyy, onnistuu sekin helposti.



- Piirrä paperille muotin avulla kaksi ympyrää (esimerkiksi isoissa teippirullan sisäpuolta ja pienemmissä rasvapurkin korkkia) ja leikkaa ne irti. Levitä liimaa, esim. Erikeeperiä, toiselle ympyrälle, ja liimaa se koristeen keskelle niin, että samaan aikaan painat varovasti reunoja kohti keskustaa. Tässä vaiheessa ympyrän päälle kannattaa asettaa esimerkiksi juomalasi painoksi. Kun liima on kuivunut, liimaa toinen ympyrä koristeen toiselle puolelle.
- Valmiin koristeen voi ripustaa seinälle tai kattoon siiman tai langan avulla. Isojen koristeiden ripustuskohta kannattaa vahvistaa kirkkaalla teipillä (liimaa pala teippiä koristeen yläreunaan, ja pujota ripustuslanka sen läpi neulan avulla).

Lähde: <https://pinossa.fi/diy-helpot-paperikoristeet-juhliin/>



Syyskranssi

Tarvitset:

- Rautalankaa tai valmiin kranssipohjan
- Syksyn lehtiä, marjoja, havunoksia, käpyjä ja muita luonnonmateriaaleja
- muita haluamiasi koristeita kuten silkkinauhaa, rusetteja.
- Sakset ja pihdit
- Narua ripustamista varten



1. Valmistele pohja: Jos käytät rautalankaa ja esimerkiksi oksia, muotoile siitä pyöreä kranssipohja. Voit käyttää myös valmista pohjaa (esimerkiksi styrox-pohja) ja päällystää sen esimerkiksi juuttikankaalla tai kreppipaperilla.
2. Kiinnitä materiaalit: Aloita kiinnittämällä lehtiä ja oksia kranssipohjaan rautalangalla. Kierrä rautalankaa tiukasti, jotta lehdet pysyvät paikallaan.
3. Lisää koristeet: Lisää kranssiin käpyjä, marjoja tai muita koristeita. Kiinnitä ne samalla tavalla rautalangalla tai asettele tiiviisti oksien väliin.
4. Tarkista ja viimeistele: Katso, että kaikki materiaalit ovat tukevasti kiinni ja että kranssi näyttää tasapainoiselta. Leikkaa ylimääräiset rautalangan päät pois.
5. Ripusta kranssi: Sido naru kranssin yläosaan ripustamista varten ja ripusta kranssi oveen tai seinälle. Valmiin kranssin voi viimeistellä mattapintaisella spraylakalla, jolloin kranssi säilyttää värinsä upeasti.



Vinkki: Valitse luonnosta kauniita syksyn värejä, kuten keltaisia ja punaisia lehtiä. Kranssi tuo kotiin syksyn tunnelmaa!



Kivien maalaus

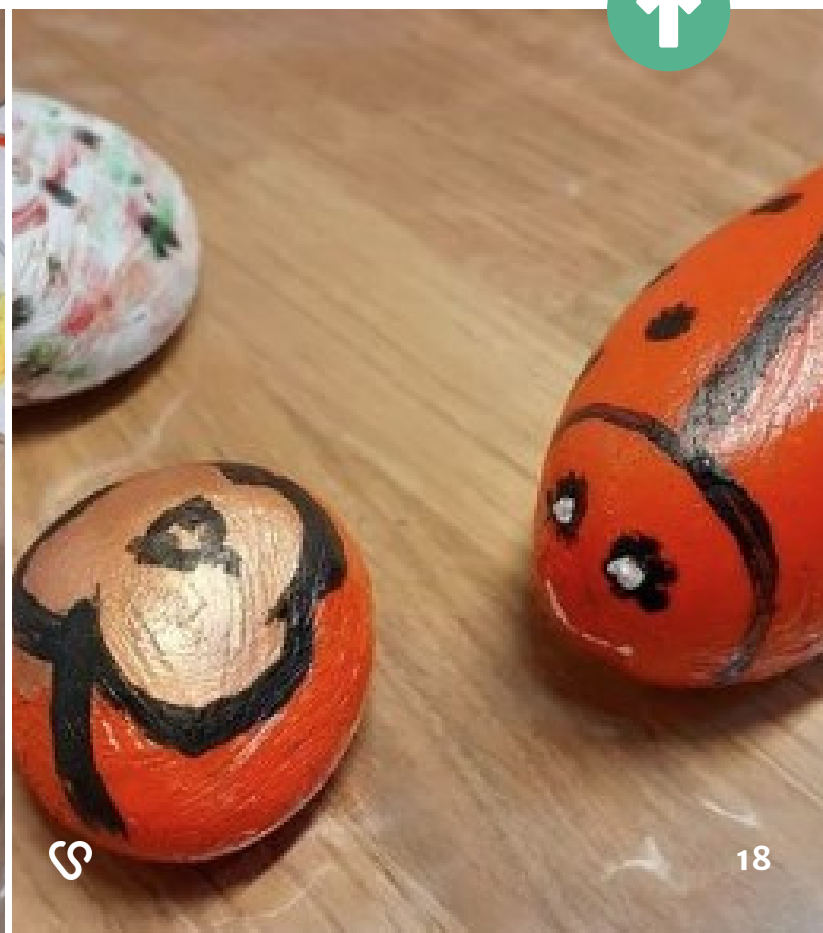
Tarvitset:

- Sileitä kiviä
- Akryylimaaleja tai askartelumaaleja
- Eri kokoisia pensseleitä
- Vettä ja paperia (pensselien puhdistamiseen)
- Lyijykynä (kuvioiden piirtämiseen)
- Lakkaa (kestävyyden lisäämiseksi)

1. Valitse ja puhdista kivet: Etsi sileitä kiviä luonnosta tai askartelukaupasta. Pese kivet vedellä ja anna niiden kuivua hyvin.
2. Suunnittele kuvio: Voit piirtää kivelle kuvion lyijykynällä ennen maalaamista. Se auttaa näkemään, miltä valmis työ näyttää.
3. Aloita maalaaminen: Maalaa ensin kivien pohjaväri. Anna värin kuivua ja lisää sitten kuviot päälle pienemmällä pensselillä.
4. Anna kuivua: Varmista, että maali on täysin kuivunut ennen kuin kosket kiveen.
5. Lisää lakka: Kun maali on kuivunut, voit lisätä kerroksen lakkaa. Tämä suojaa maalipintaa ja tekee kivistä kestävämpiä.
6. Käytä koristeena: Valmiit maalatut kivet sopivat koristeeksi kotiin, lahjaksi tai vaikka pihalle!

Voit maalata kivistä esimerkiksi eläimiä, kukkia tai abstrakteja kuvioita.

Päästä luovuutesi valloilleen!



Servettitekniikka

Tarvitset:

- Lasi- tai muovipurkkeja
- Servettejä, joissa on kauniita kuvioita tai silkkipaperia
- Decoupage-lakkaa tai erikeeperiä (liima-vesiseosta)
- Pehmeä pensseli
- Sakset

1. Valmistele purkki: Puhdista purkki huolellisesti ja kuivaa se. Varmista, ettei purkissa ole rasvaa tai pölyä.
2. Valmistele servetit: Irrota servetistä ohut päällimmäinen kerros, jossa kuvio on. Yleensä serveteissä on 2–3 kerrosta, mutta vain kuviollinen kerros tarvitaan.
3. Leikkaa kuvioita: Leikkaa servetistä haluamasi kuviot tai käytä koko servetti purkin peittämiseen.



5. Liimaa servetti purkkiin: Sivele decoupage-lakkaa tai liima-vesiseosta ohuesti purkin pintaan pensselillä. Aseta servetti varovasti purkin päälle ja painele ilmakuplat pois kevyesti sormilla tai pensselillä.

6. Lisää suojaava kerros: Kun servetti on kiinnittynyt, sivele sen päälle vielä yksi ohut kerros decoupage-lakkaa tai liima-vesiseosta. Tämä tekee pinnasta kestävämmän.

7. Anna kuivua: Anna purkin kuivua kokonaan ennen käyttöä. Kuivumisen jälkeen purkki on valmis koristamaan kotiasi tai toimimaan kauniina lahjarasiana! Lasipurkki toimii myös tuikkulyhtynä. Muista käyttää vain led-valoja.



Voit käyttää erivärisiä ja -kuvioisia servettejä eri purkeissa. Tämä tekniikka sopii myös muuhun sisustukseen!



Linnut

Vessapaperirullien hylsyjä kertyy varmasti jokaisen kotiin. Hylsyistä syntyy kauniita lintuja akryylimaalin tai peitevärien ja tussien avulla. Voit maalata ja koristella linnut mitä mielikuvituksellisemmin. Tarvitset myös kuumaliimapistoolin ja kuumaliimapuikkoja. Me kokeilimme kiinnittämiseen niittejä.

1. Nipistä hylsyn toinen pää kiinni ja pyöristä kulmat saksilla.
2. Säästä toinen irtileikatuista kulmista ja maalaa se nokaksi. Kiinnitä nokka hylsyn päähän ja kiinnitä sitten pääty kiinni. Nyt linnun pää on valmis.
3. Nipistä kiinni hylsyn toinen pää ja liimaa/niittaa sekin kiinni, jotta saisit linnulle pyrstön. Huomaa, että pyrstön on oltava eri kulmassa kuin pää on. Katso kuvasta mallia.
4. Maalaa lintu maaleilla. Anna värin kuivua ja piirrä sitten yksityiskohdat tusseilla tai maalaten. Silmät piirretään tekemällä ensin isot valkoiset ympyrät, joiden annetaan kuivua kokonaan. Piirrä sitten pienemmät mustat ympyrät valkoisten sisälle. Katseen suunta vaikuttaa hauskesti linnun ilmeeseen! Voit käyttää myös liimattavia askartelusilmiä!



Mikäli käytät kuumaliimaa, ole varovainen, sillä liimapistoolin kärki ja liima ovat kuumia!



Tänään mielikuvitusverstaalla lentää lintuset. 😊

Virtuaalitaidenäyttelyt ja -museot

Nykypäivänä taidenäyttelyyn tai museoon pääsee kätevästi kotisohvalta kännykän kautta! Virtuaalimuseovierailu on helppo toteuttaa myös ryhmässä osana ryhmätoimintaa. Saavutettavat laadukkaat digitaalisesti toteutetut sivustot takaavat jokaiselle mukavan kulttuurielämyksen helposti.

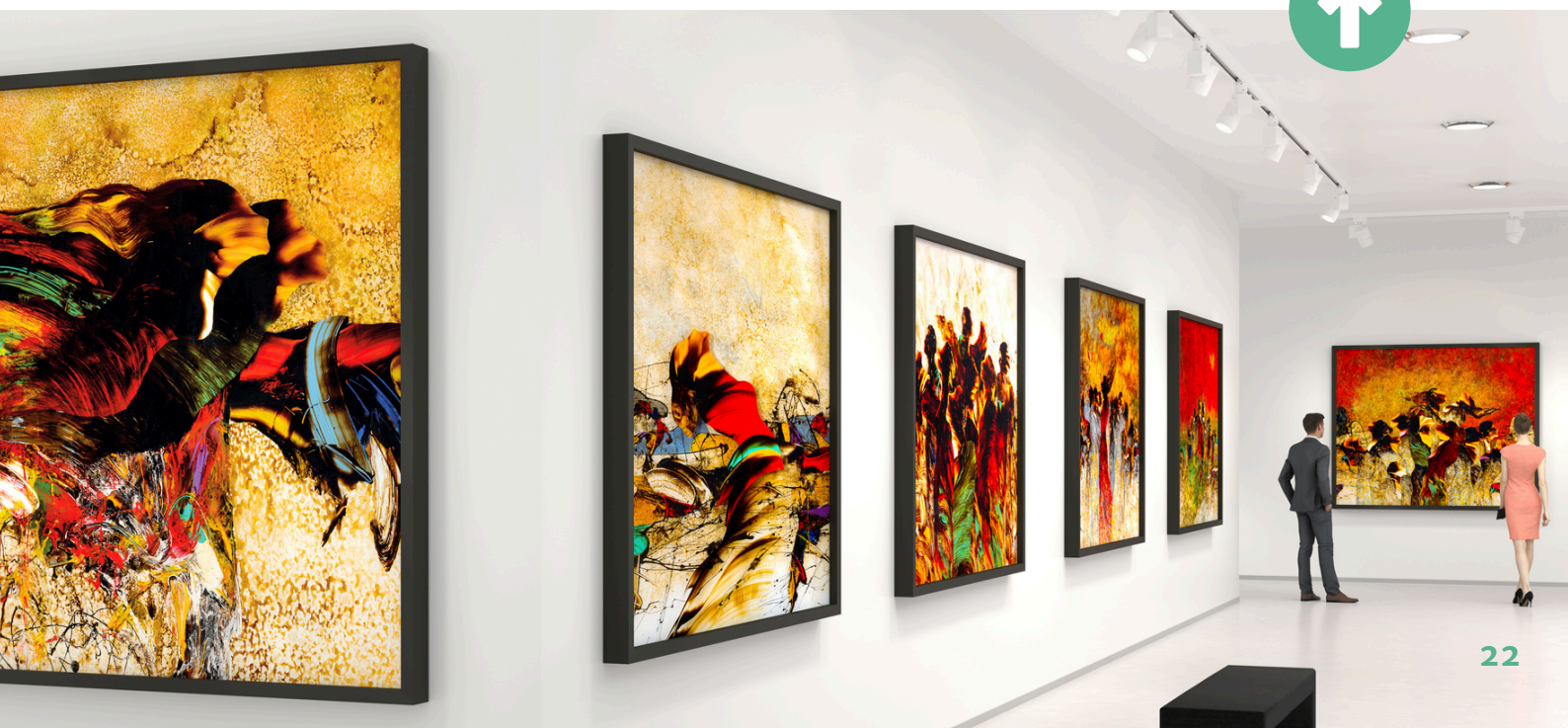
Esimerkiksi sivustolle <https://museot.fi/vieraile-virtuaalimuseoissa> on koottu sivustoja, joiden kautta pääset vierailemaan esimerkiksi Suomen Lasimuseossa, Kasvitieteellisessä puutarhassa tai Suomen Ilmavoimamuseossa.

Myös Opi museossa -sivulla on lisää museolinkkejä <https://opimuseossa.fi/opimuseossa/index.php?k=12378>

Sivu <https://ilonovi.com/> on vuorovaikutteinen 3D-virtuaalitalo, jossa voi osallistua kulttuuritapahtumiin internetin välityksellä.

"Vain mielikuvitus on rajana!"

Virtuaalimuseo vierailun jälkeen tai sen aikana voidaan ryhmässä pysähtyä keskustelemaan teoksista tai maalata/kirjoittaa tuntemuksia vierailun jälkeen. Voisiko virtuaalinäyttelykierroksen päättää esimerkiksi pieneen taidehetkeen, jossa maalataan omakuva tai jokin muu mieluinen työ? Vain mielikuvitus on rajana!



Kaupunkiympäristö: luova toiminta

Kaupunkiympäristö ja sen tarjoamat puitteet luovat hienoja mahdollisuuksia myös luovalle toiminnalle.

Mistä löytyy ryhmässä kävijöiden mielipaikka kaupungista, jossa voi hengittää rauhassa ja mieli tuntuu lempeältä ja levänneeltä? Onko se kenties kaupungissa sijaitseva pieni puistoalue, rauhallinen kirjasto, jokivarressa oleva puiston penkki, kahvila?

Millaisia mielenkiintoisia kulttuurikohteita omasta kaupungista löytyy? Erityisesti kesäaikaan kaupungit heräävät eloon ja tutustumiskohteita löytyy paljon. Yhdessä ryhmän kanssa voi lähteä vierailemaan niistä muutamissa.

Jokaisella on kännykkä taskussa - voisiko jokainen ryhmäläinen ottaa kuvan tai kuvia kaupunkiympäristöstä, joka kuvaa jollakin tavalla omaa itseään sinä päivänä ja siinä hetkessä. Kuvat voidaan käydä läpi yhdessä ja jokainen voi jakaa omasta kuvastaan asioita toisille sen verran kuin haluaa.



Kuinka tuoda luonto osaksi ryhmätoimintaa?

Luonto ja luonnossa liikkuminen tuottaa monille ihmisille hyvinvointivaikutuksia, elpymisen kokemuksia sekä se ruokkii luovuutta. Kuinka tuoda luonto osaksi ryhmätoimintaa?

Sininauhaliiton Vihreä veräjä -toiminnan tarkoituksena on tarjota luontokokemuksia tasapuolisesti kaikille ja auttaa sote-alan järjestöjä kehittämään luontolähtöistä toimintaa. He ovat muun muassa koonneet materiaalia luontolähtöisen toiminnan käynnistämisen tueksi. Heiltä löytyy myös luontolähtöisen toiminnan vuosikellot eri asiakasryhmiä tai teemoja ajatellen.

Voisiko Mielikuvitusverstaan suunnitella vuosikellon mukaan esimerkiksi hyödyntämällä kädentaitojen kokonaisuutta? Katso tästä vinkkejä <https://www.vihreaveraja.fi/uploads/2024/07/e424f94e-luonnonmateriaali-kadentaitojen-vuosikello-pieni.pdf>

Muita laadukkaita Vihreä Veräjän materiaaleja löydät tämän linkin kautta <https://www.vihreaveraja.fi/materiaalit/>



*Voisiko
Mielikuvitusverstaalle
suunnitella vuosikellon
luontoteemaa
hyödyntäen?*



Rohkeasti kokeilemaan!

Toivottavasti olet saanut oppaamme kautta paljon uusia ideoita, innostusta ja rohkeutta lähteä kokemaan luovaa toimintaa.

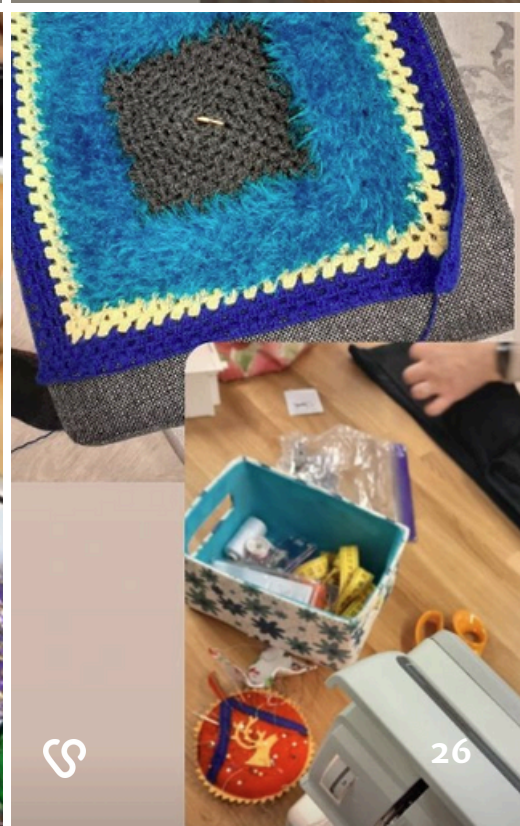
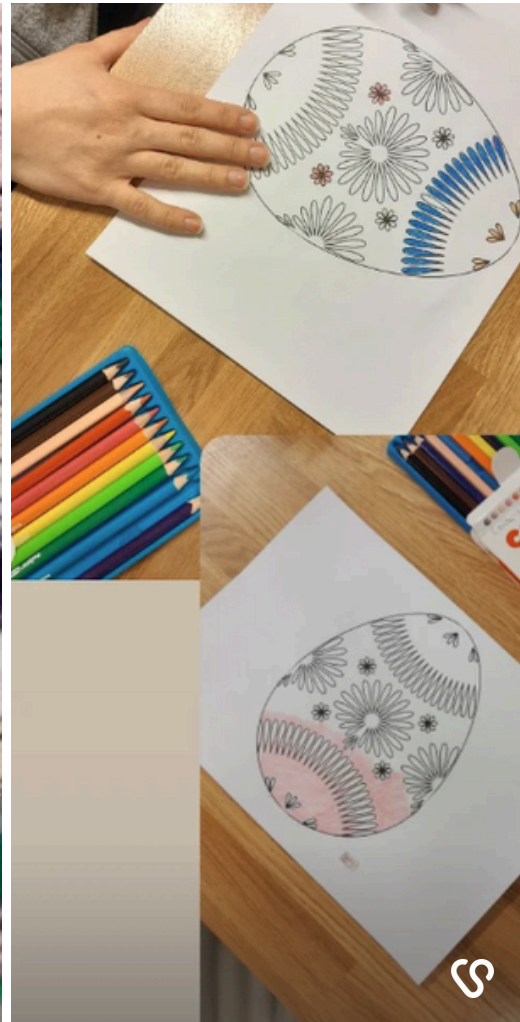
Tekeminen ruokkii mielikuvitusta ja uusia ideoita saattaa syntyä kuin tyhjästä - rohkeasti siis kokeilemaan.

Jelpaten-hankkeen Mielikuvitusverstas päättyy sellaisenaan hankkeen lopussa 12/24, mutta ideat tämän oppaankin myötä jatkaa elämistään myös hankkeemme jälkeen!

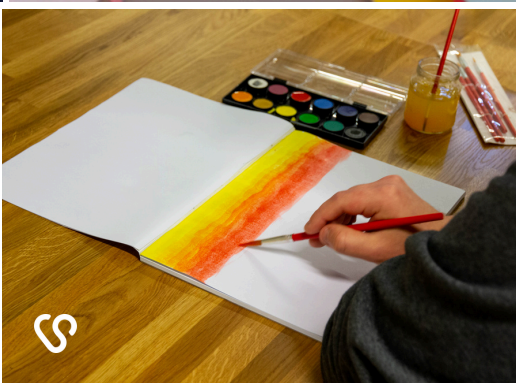
Antoisia hetkiä luovan ryhmätoiminnan parissa!



Tunnelmia Jelpaten-hankkeen Mielikuvitusverstaalta



Tunnelmia Jelpaten-hankkeen Mielikuvitusverstaalta



Tavoitat meidät parhaiten arkipäivisin pääsääntöisesti klo 9–15 välillä maaliskuun 2025 loppuun.

Voit ottaa yhteyttä puhelimella, tekstiviestillä, WhatsAppilla, sähköpostilla, yhteydenottolomakkeella (kotisivulla) tai sosiaalisen median (Facebook ja Instagram) kautta. Löydät meistä tietoa myös säätion Youtube-kanavalta!

Toimistomme sijaitsee osoitteessa Rautatienkatu 88 c 12 (2. krs).

Ota yhteyttä!

Anu Levä, projektipäällikkö, 044–468 4228

Susanna Huttunen, projektityöntekijä, 044–468 4238

Lisätietoa

jelpaten@caritas-saatio.fi

www.caritas-saatio.fi



Caritas Säätiö



Anu & Susanna

