

MUISTOJEN KIRJA



Seuraavassa on ohjeet muistojen kirjan luomiseen muistisairaana henkilön muistin tukemiseksi

Muistojen kirjat ovat esimerkki muistin tukemisesta. Ne auttavat muistisairasta muistamaan elämäänsä liittyviä faktoja ja tarjoavat arvokasta tietoa henkilöstä myös hoitajille. Muistojen kirjoja voidaan käyttää orientaation tukena, toistuvien kysymysten hallinnassa ja ahdistuksen lievittämisessä. Ihannetapauksessa muistojen kirjan tekeminen aloitetaan jo varhaisessa vaiheessa, ennen palvelu- tai hoivakotiin muuttamista, yhteistyössä henkilön ja hänen perheensä tai hoitajiensa kanssa.

Muistojen kirjat, joissa on valokuvia ja tekstiä voivat herättää muistoja ja auttaa virittämään keskustelua. Ne toimivat muistutuksena elämän yksityiskohdista (kuten läheisten nimistä ja kasvoista, asioista, joita henkilö on tehnyt ja joista hän on aiemmin nauttinut, sekä nykyhetkeen liittyvistä yksityiskohdista, kuten henkilön tehtävistä, mieltymyksistä tai asioista, joista hän ei pidä).

Muistojen kirjassa käytettyjen kuvien ja tekstin tulee olla riittävän suuria, jotta lukija näkee ne selvästi.

Kirjan nimi voi olla esimerkiksi ”Puhutaanpa minusta”, ”Elämäni tarina” tai ”Kaikki minusta”. Kannessa tulee selvästi mainita henkilön nimi (heidän toivomansa nimi) ja siinä on hyvä olla kaksi valokuvaa – toinen henkilöstä nuorempana ja toinen nykyhetkellä.

Uusia hoitajia tai vierailevia läheisiä kannustetaan lukemaan kirjaa yhdessä henkilön kanssa. Kun muistisairas kysyy menneisyydestään tai aikataulustaan, häntä voidaan myös lempeästi muistuttaa, että tiedot löytyvät hänen kirjastaan.

Kun luot muistojen kirjaa, ota huomioon seuraavat asiat:

- Kirja tehdään yhteistyössä muistisairaana, hänen perheensä ja hoitajien kanssa.
- Ota suurennettuja kopioita arvokkaista valokuvista ja hanki niihin liittyvät tekstit.
- Jokainen muistojen kirja on yksilöllinen.
- Kirjoita teksti ensimmäisessä persoonassa.
- On olemassa palveluita, ohjelmistoja ja verkkosivustoja, jotka voivat auttaa luomaan ja tulostamaan omia kirjoja.



Kirja: [Memory and Communication Aids for People with Dementia \(Michelle S. Bourgeois\)](#)



Tiedosto: [Muistojen kirjan mallipohja](#)

Montessori muistisairaiden, vammaisten ja ikääntyneiden hoivassa

Verkkosivuiltamme löydät lisätietoja hyvinvoinnin tukemisesta montessorifilosofian neljän **keskeisen periaatteen avulla**: itsetunto, itsenäisyys, valinnanvapaus ja sitoutuminen merkitykselliseen toimintaan. Jokainen **keskeinen periaate** on esitetty **olennaisine elementteineen** ja yksityiskohtaisine **ohjeineen**, jotka auttavat periaatteiden toteuttamisessa koti- ja hoivaympäristöissä.



Verkkosivusto: Tietoa ja materiaalia liittyen ohjeeseen: [Muistin tuet](#)