



Monipuolinen terapiaväline helpottaa senioreiden arkea

Kansallista vanhusten viikkoa vietetään 4.-11.10. teemalla Kuntoutuminen kunniaan. Tapahtuma näkyy Jyväskylässä monipuolisesti. Viikko tarjoaa kaikille ikäihmisille mahdollisuuden osallistua ja virkistäytyä. Tarjonnan kirjo vaihtelee seminaareista liikunnallisiin hetkiin.

Täyttä elämää- messuilla 5.10. esitellään E-link arviointi- ja harjoitusohjelmaa, jolla mitataan kehon, käden, alaraajojen, silmän ja käden yhteistyötä sekä reaktionopeuksia.

"E-linkiä voisi kutsua melkeinpä senioreiden Nintendo Wii:ksi. Laitetta hyödynnetään laituskuntoutuksessa ja Jyväskylän ammattikorkeakoulun oppimiskeskus HYVIpisteellä terapiavälineenä", kertoo kuntoutuksen ohjaajaksi opiskeleva Mia Friman.

Hyvinvoinnin ja itsenäisen asumisen seminaari 6.10. kokoaa kokemuksellisia eväitä hyvinvointiin ja itsenäiseen asumiseen. Paikalla on asiantuntijoita ja opiskelijoita antamassa neuvoja ja kertomassa kodin esteettömyydestä, korjausrakentamisesta, pienapuvälineistä, liikunnasta, ravinnosta ja sosiaalisesta viriketoiminnasta.

Opiskelijat esittelevät Housing Enabler -fyysisen esteettömyyden arviointimittaria. Menetelmällä voidaan arvioida objektiivisesti asuntojen sisääntulojen, sisätilojen ja lähiympäristön esteettömyyttä asukkaiden toimintakyvyn kannalta. Päivän teemaan johdattelee kysely unelmien asuntomuodosta ja siitä onko oma koti turvallinen ja esteetön elää.

"Tilaisuudessa on hyvä mahdollisuus pohtia oman kodin turvallisuutta ja esteettömyyttä sekä keskustella muutostarpeista paikalla olevien Jyväskylän kaupungin, Vanhustyön keskusliiton ja Esteetön koti ikääntyneiden ja erityisryhmien asumiseen (ESKO) -hankkeen asiantuntijoiden kanssa. Lisäksi voi kokeilla muun muassa ruoanlaiton apuvälineitä: purkin avaajia, lonkkasuojia, sukan vetolaitetta, nappikoukkaa, kenkien liukuesteitä ja peseytymisen apuvälineitä", ESKO:n projektipäällikkö Anja Tanttu Jyväskylän ammattikorkeakoulusta summaa.

Vanhusten viikon järjestäjinä Jyväskylässä ovat Jyväskylän kaupunki, Jyväskylän vanhusneuvosto, Jyväskylän seurakunta, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Jyväskylän ammattiopisto, Jyväskylän yliopisto ja Jyväskylän kesäyliopisto/ikääntyvien yliopisto.

Täyttä elämää messut: ma 5.10. klo 10-15, Jyväskylän kaupungin teatteri, Vapaudenkatu 36, Jyväskylä
Hyvinvoinnin ja itsenäisen asumisen seminaari: ti 6.10. klo 8.30-11.30, Kaupunginkirjaston Minnansali, Vapaudenkatu 39-41, Jyväskylä

Lisätietoja:

Anja Tanttu, projektipäällikkö, 040 756 3662, etunimi.sukunimi@jamk.fi, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Esteetön koti ikääntyneiden ja erityisryhmien asumiseen -hanke