



## Taitohetki omaishoitajille

Taitohetki on kulttuuripainotteinen hetki, jossa tehdään pieni käsityö käsityöohjaajan avustuksella ja osallistutaan muuhun kulttuuritarjontaan. Taitohetki toteutetaan sopivassa tilassa ja se kestää noin 2 tuntia.

Ohjeet pieniin käsitöihin on ladattavissa osoitteessa: [taitokeskipohjanmaa.fi/kasitoita-ja-kulttuuria-omaishoitajille-keski-pohjanmaalla-hanke](https://taitokeskipohjanmaa.fi/kasitoita-ja-kulttuuria-omaishoitajille-keski-pohjanmaalla-hanke)

Nämä ohjeet ovat kahden tunnin ohjelmakortteja aiheineen.



## Villapallo rannekoru

Suositus: elokuu

Kesto: 1,5 tuntia

Hetken kulku:

- Kahvihetki.
- Ryhmäytyminen ja Taitohetkien esittely, 10–15 min.
- Villapallo rannekorun teon ohjeistus ja valmistaminen.
- Valmiiden villapallo rannekorujen katsominen ja valmistuksesta keskustelu.
- Palautteen kerääminen.



## Runokirja japanilaisella kirjansidonnalla

Suositus: syyskuu

Kesto: 2 tuntia

Hetken kulku:

- Kahvihetki.
- Hilikka Klemola runonlausuntaa 15 min.  
Puh. 0405250039
- Kirjansidonnann teon ohjeistus ja valmistaminen. Kirjaan voi jatkossa kirjoittaa mm. menneiden ja tulevien Taitohetkien tunnelmat.
- Valmiiden kirjojen katsominen ja valmistuksesta keskustelu.
- Palautteen kerääminen.



## Kangaskurpitsa

Suositus: lokakuu

Kesto: 2 tuntia

Hetken kulku:

- Kahvi- ja teatterihetki 20 min. Teatteriduo Elite 15 min. Yhteystiedot: 0400810726.
- Ryhmäytyminen ja Taitohetkien esittely, 10–15 min.
- Kangaskurpitsan teon ohjeistus ja valmistaminen.
- Valmiiden kangaskurpitsoiden katsominen ja valmistuksesta keskustelu.
- Palautteen kerääminen.



## Kierrätyshuopa pannunalunen

Suositus: marraskuu

Kesto: 2 tuntia

Hetken kulku:

- Kahvihetki.
- Kitara ja laulu (gospelmusiikki) Eero Hietala ja Miska Nikula 10–15 min. Yhteystieto: 0456081141.
- Kierrätyshuovasta pannunalusen teon ohjeistus. Pannunalusen valmistus.
- Valmiiden pannunalusten katsominen ja valmistuksesta keskustelu.
- Palautteen kerääminen.



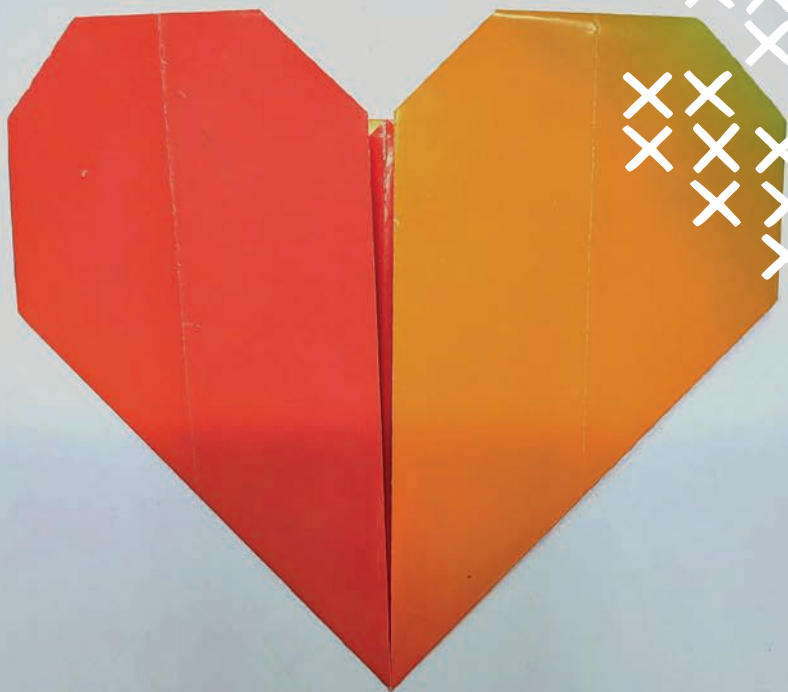
## TYHY hetki: Joulun ihmeet

Suositus: joulukuu

Kesto: 2,5 tuntia

Hetken kulku:

- Joulun liittyvää yhdessä tekemistä ja tarinointia. Matalan kynnyksen toiminnallisilla menetelmillä, ryhmätetään sekä osallistetaan ihmisiä. Työpajassa myös muistellaan ja kerrotaan omia muistoja ja kokemuksia joulun ajasta ja niistä ihmeistä ja voimaannuttavista kokemuksista, joita omaishoitajan työssä tapahtuu - joulun ihmeistä. Koko aika.
- Anni-Veera Aitolehti. Yhteystiedot 0509103122.
- Palautteen kerääminen.



## Origami sydänkortti

Suositus: helmikuu

Kesto: 2 tuntia

Hetken kulku:

- Kahvihetki.
- Viuluduo Erkki Virkkala ja Ilkka Huntus 10–15 min.  
Yhteystieto: 0449759183.
- Origamin teon ohjeistus. Korttien valmistus.
- Valmiiden korttien katsominen ja valmistuksesta keskustelu.
- Palautteen kerääminen.

# Lautasliina pääsiäismuna

Suositus: maaliskuu

Kesto: 2 tuntia

Hetken kulku:

- Kahvihetki.
- Tarinoita ja uskomuksia, keskustelu yhdessä käsityöohjaajan kanssa.
- Pääsiäismunien teon ohjeistus.  
Pääsiäismunien valmistus.
- Valmiiden pääsiäismunien katsominen ja valmistuksesta keskustelu.
- Palautteen kerääminen.





## Paperikukat

Suositus: Kevään juhlan yhteyteen.

Kesto: 2 tuntia

Hetken kulku:

- Kahvihetki.
- Kitara ja laulu Markus Lång 10–15 min. Yhteystieto: 0407653445.
- Kukan teon ohjeistus. Kukkien valmistus.
- Valmiiden kukkien katsominen ja valmistuksesta keskustelu. Palautteen kerääminen.



## Käsityötä ja kulttuuria -kävely

Suositus: kesäkuun alku

Kesto: 3 tuntia

Taitohetken kevätretki Kokkolaan:

- Tutustuminen Taitokeskus Kokkolaan.
- Avaimenperän teon ohjeistus ja valmistus.
- Käsityötä ja kulttuuria -kävely Kokkolassa. Oppaana Helena Anttiroiko-Mehtälä, Kokkolan matkaoppaat. Yhteystieto: 0503552880.



## Yhteistyökumppanit



Kokkolanseudun  
Omaishoitajat ry  
Karlebynejdens  
Närståendevårdare rf



Keski-Pohjanmaan  
omaishoitajat ry