NOSTALGIA PROJEKTI

ASKARTELU

Ohjaajan muistilista askarteluun s. 41

• • •

Kansion tekeminen taideteoksille s. 43

• • •

Vahakynttilöiden teko s. 45

• • •

Kukka- tai havuasetelma s. 49

• • •

Pääsiäisruohokissa s. 51

• • •

Naposteltavaa kevätikkunalle s. 53

• • •

Pääsiäis- tai joulukoristeen valmistaminen s. 55

• • •

Tyynyliinan painanta s. 57

• • •

Kollaasi silkkipaperista s. 59

• • •

Ryhmän yhteinen puu s. 61

• • •

Tupsutipu, -pupu tai muu eläin s. 63

• • •

Enkelit s. 65

• • •

Kortteja ajankohtaisista aiheista s. 67

• • •

Paperikukkia s. 69

NOSTALGIA PROJEKTI

Purkin koristaminen s. 71

• • •

Sadesoitin s. 73

• • •

Huovutus s. 75

• • •

Marakassisoitin tai rytmimuna s. 77

• • •

Kannet ravintoteeman papereille s. 79

• • •

Savityö s. 81

• • •

Paperimassan valmistus s. 83

• • •

Maisema väreillä ja paperimassalla s. 85

• • •

Leivonta s. 87

• • •

Liitteet

Ohjaajan muistilista askarteluun

Näistä löydät ideoita askarteluun

- kirjasto□erilaiset harrastekirjat, käsityö- ja askartelulehdet
- askarteluliikkeet
- valmiiden mallien ja ideoiden uudet muunnokset ja sovellutukset
- lehdet, TV jne.

Ota huomioon suunnitteluvaiheessa

- ryhmäläisten mieltymykset
- ryhmäläisten terveydentila ja rajoitukset □näkö, kuulo, reuma, aller□iat yms.□-□ esim. suurennuslasi
- materiaalikulut
- pesumahdollisuudet
- ajankäyttö
  - suunnittelu
  - materiaalinhankinta
  - alkuvalmistelut
  - ohjaus
  - loppusiivous
- pussit/laatikot valmiiden askartelutöiden kotiinkuljetukseen
- suojavaatteet
  - leipominen: kertakäyttöhanskat ja esiliina
  - maalaus: esiliina □jätesäkkikin käy□
  - peltityöt tms.: suojalasit ja -käsineet
  - vahakan□as pöydän suojaksi.

Kansion tekeminen taideteoksille

Tarvikkeet
- A3-kokoisia, erivärisiä kartonkeja
- kanttinauhaa (intiannauhaa)
- aikakauslehtiä
- (oma kuva tai printti omasta kuvasta)
- puu- ja/tai paperiliimaa (pelkkä paperiliima ei riitä)
- sakset
- mattoveitsi
- leikkuualusta
- tusseja
- (vesivärit, pensselit, vesiastiat, vettä, talouspaperia).

Muista kirjoittaa tai liimata lehdestä leikatuista kirjaimista nimesi kansioon

Kartonki ja nauhat voivat olla myös kierrätysmateriaalia.

1. Taita kartonki kahtia.

2. Tee jokaiseen kuuteen reunaan ei taitteelle mattoveitsellä kaksi viiltoa reunan suuntaisesti. Viiltojen tulee olla aavistuksen leveämpiä kuin nauhan leveys. Ensimmäinen viilto tulee keskelle reunaa n. 1 m päähän reunasta ja toinen n. 2 m reunasta eli viiltojen väliin jää n. 1 m

3. Pujota n. 25 m pituiset, vinoon leikatut kanttinauhat viilloista ja liimaa puuliimalla kartonkiin niin, että nauhan risa reuna jää kansion sisään. Nauhan päät leikataan vinoon, jottei nauhojen päät rispaannu.

Liimaa valitsemiasi kuvia karton ille mitä enemmän kuvia, sitä vahvempi kansio. Jokainen voi miettiä kansion koristeluun jonkun teeman kesä, lapsuus, koti, matkat jne. Kansiota voi koristella myös maalaamalla.

ASKARTELU

NOSTALGIA PROJEKTI

ASKARTELU

Vahakynttilöiden teko

Sopii tunnelman luojaksi esimerkiksi joulua ja pääsiäistä odotellessa. Vahakynttilöiden teko on hyvä ja helppo käsillä tekemisen muoto, ja sopii myös dementiaa sairastavalle, heikkonäköiselle ja ysisiltä voimiltaan heikolle.

Tarvikkeet
- mehiläisvahalevyjä
- sydänlankaa
- sakset
- viivotin
- terävä veitsi
- leikkuualusta
- vahakangas tai sanomalehtiä pöydän suojaksi.

Huomioi aller iat ja paloturvallisuus

Ohjeet seuraavilla sivuilla.

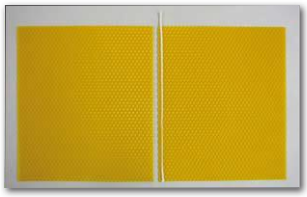
MEHIL ISVAHAK NTTIL I EN VALMISTUSOHJE

Mehiläisvahalevystä, joka on kooltaan 22 38 m, voit valmistaa monenlaisia kynttilöitä. Anna vain mielikuvituksesi lentää. Ohessa näytämme kaksi mehiläisvahakynttilän perusmallia.

Vahalevyistä valmistettavien kynttilöiden tekemiseen tarvitset apuvälineiksi viivoittimen, terävän veitsen ja leikkausalustan.

Vahalevyjen on oltava vähintään huoneenlämpöisiä, jotta ne taipuvat helpommin. Voit lämmittää vahalevyjä esim. hiustenkuivaajalla.

Kuva 1. pitkä kynttilä
Valitse haluamasi malli ja leikkaa levy kuvan osoittamaa linjaa pitkin.



Kuva 2. yhyt kynttilä
Katkaise sydänlan asta sopivan pituinen pätkä ja aseta sydänlanka kuvan mukaisesti levyn reunaan.

Kuva 3.
Paina sydänlanka levyyn kiinni ja aloita vahalevyn rullaus sydänlan an ympärille.

ASKARTELU

NOSTALGIA PROJEKTI

ASKARTELU

Kynttilöiden rullaus on hyvä tehdä työtason tai tiskipöydän päällä lämpimässä huoneessa. Kynttilän alapään voit muotoilla sormin kynttilänjalkaan sopivaksi. Sydänlan an pään voit kastaa sulatettuun vahaan, johon voit käyttää leikkaamisesta tulleet hukkapalat tai vanhat kynttilänpätkät. Näin vahattu sydänlanka syttyy helpommin.

Muista, että
- sydänlanka on tekemiisi kynttilöihin sopivan paksuista
- tee testikynttilä ennen kuin teette kynttilöitä ryhmissä
- mehiläisvahakynttilän paloaika on vain muutama tunti
- kynttilän alla on oltava paloturvallinen alusta
- kynttilästä voi valua vahaa
- palavaa kynttilää ei saa jättää vartioimatta tai lasten ulottuville
- palavan kynttilän lähellä ei saa olla helposti syttyviä materiaaleja.

Säilytä vahalevyt valolta suojattuna paperissa ja huoneenlämmössä.

Tunnelmointia

Lähteet: http://www.lahtisenvahavalimo.fi/verkkokauppa/mehilaisvahakynttila-ohje-i-13.html tai http://www.4h.fi/@Bin/2507747/mehilaisvahakynttila.pdf

Kukka- tai havuasetelma

Tarvikkeet
- Oasis-sientä
- veitsi
- leikkuualusta
- jokaiselle oma kertakäyttölautanen, styroksikuppi, kukkaruukku tms.
- kukkia, havuja, varpuja, koristeita (lintuja, perhosia, sieniä, marjoja tms.) vuoden ajasta ja tarkoituksesta riippuen
- muovipussit kotiinkuljetusta varten.

1. Laita Oasis-sienet veteen hyvissä ajoin ennen askartelun alkua. Sientä voi leikata myös kuivana. Tuhlauksen välttämiseksi leikkele sopivat palat valmiiksi.

2. Oksat, varvut, kukat, koristeet yms. painetaan Oasis-sieneen kauniisti asetellen.

Vähällä vaivalla saa todella kaunista. Asetelmasta on pitkäaikainen ilo, kunhan vain muistaa kastella sienen. Jokainen osaa, kun vain uskaltaa laittaa luovuuden liikkeelle.

Huomioi aller⊠iat⊠

Pääsiäisruohokissa

Tarvikkeet

- tyhjä, pesty maito- tms. tölkki
- akryylimaalia
- sivellin
- sakset
- paperia
- mustaa kartonkia
- lyijykynä
- värikyniä
- tusseja
- spriitussi
- liimaa
- multaa
- [illegible]
- vettä
- vahakangas pöydän suojaksi.

Työvaiheet

1. **Piirrä tölkin yhdelle sivulle kissan etupää ja vastakkaiselle puolelle kissan häntäpää kaavan mukaisesti spriitussilla.**
2. **Leikkaa tölkistä piirtämiesi viivojen mukaan niin, että kissan kyljet jäävät vähintään 4 cm korkeiksi multaa varten.**
3. **Maalaa kissa haluamallasi akryylivärillä ja jätä se hetkeksi kuivumaan.**
4. **Piirrä paperille kissan silmät, nenä ja suu, väritä ne ja leikkaa irti paperista.**
5. **Leikkaa mustasta kartonista kissalle neljä tai kuusi viiksikarvaa.**
6. **Liimaa kissalle silmät, nenä, suu ja viiksikarvat.**
7. **Laita kissatölkin pohjalle multaa ja ripottele siihen siemenet. Lisää vielä ohut kerros multaa siementen päälle.**
8. **Kastele varoen ja siirrä valoisaan paikkaan kasvamaan.**

Kissan sabluuna liitteenä.

Naposteltavaa kevätikkunalle

Tarvikkeet
- multaa
- vehnän- tai muun viljan jyviä, herneitä, papuja tms. (pääsiäisenä rairuohoa)
- jokaiselle oma foliovuoka, kertakäyttölautanen, lasipurkki, itse askarreltu pääsiäisruohokissa tms. astia
- vettä
- muovipussi kotiinkuljetusta varten.

Laita multaa astian pohjalle, kylvä jyvät ja herneet, lisää multaa, kastele ja odota itämistä. H⊠V⊠⊠ voileivän kanssa tai salaatin päällä. Myös kissat rakastavat oraita, joten varaudu jakamaan naposteltavat.

Pääsiäis- tai joulukoristeen valmistaminen

Tarvikkeet

- pääsiäiseksi munan muotoisia ja jouluksi **pyöreitä styro-palloja**
- grillitikkuja
- värikkäitä nauhoja
- silkkipaperia
- (kangasta)
- sakset
- vesiliukoista liimaa
- vettä
- esim. viilipurkki liimaseoksen sekoittamiseen
- vahakangas pöydän suojaksi.

Tarkoituksena on harjoittaa käden taitoja. Työskentely voi herättää keskustelua lapsuudessa tehdyistä koristeista.

Työvaiheet

1. **Sekoita liimaseos: 2 osaa liimaa ja 1 osa vettä.**
2. **Leikkaa tai revi silkkipaperi/kankaasta pieniksi paloiksi.**
3. **Työnnä tikku palloon kiinni.**
4. **Sivele liimaseos pallon päälle.**
5. **Päällystä pallo silkkipaperilla/kankaalla**
6. **Sivele liimaseosta paperin/kankaan päälle.**
7. **Kiedo kaunis nauha valmiin pallon ja tikun ympärille.**

Koristeen voi laittaa juhlavaan kukka-asetelmaan.

Tyynyliinan painanta

Tarvikkeet
- tyynyliina
- sabluunoita
- kankaanpainantavärejä
- kangastusseja
- ”töpöttimiä” (pesusienestä leikattuja paloja, joihin teipataan maalarinteipillä otin. Ottimen toinen pää toimii hyvin pienten alueiden maalin töpsöttelyyn)
- sanomalehtiä
- kertakäyttölautasia tai muita astioita
- esiliinoja (vaikka jätesäkistä tehtyjä)
- malttia ja aikaa antaa vanhusten tehdä itse päätökset mitä liinaansa haluavat.

Ryhmäläinen valitsee haluamansa värit ja ne annostellaan kertakäyttölautaselle. Jos ryhmäläiset ovat huonokuntoisia, on hyvä, että ohjaaja annostelee värit, sillä väripurkit ovat painavia.

Laita sanomalehti tyynyliinan sisään, ettei väri tartu kankaan läpi toiselle puolelle.

Jokainen valitsee sabluunoista mieleisensä kuvion/kuvioita. Sabluuna on hyvä kiinnittää maalarinteipillä kankaaseen, jottei se liiku kesken työskentelyn.

Värit töpötellään kankaaseen. Värin tulee kuivua väripurkin ohjeessa kerrotaan kuivumiseen kuluva aika jonka jälkeen kuviot silitetään kankaan salliman lämpötilan mukaan nurjalta puolen. Silitettäessä on kuviota vasten hyvä olla vaikka leivinpaperia, jottei kuvio tartu silityslautaan tai muuhun kankaaseen.

Kollaasi silkkipaperista

Tavoitteet
- ajankohtaisten juhlien palauttaminen mieleen
- perinteiden jakaminen
- **vuoden rytmittäminen ja arjen juhlistaminen**
- **käsillä tekeminen**
- **älä aseta tavoitteita liian korkealle!**

Tarvikkeet
- erivärisiä silkkipapereita tai tavallisia papereita
- pohjaksi tukeva paperi tai kartonki
- liimapuikko.

Revi paperista haluamiasi paloja ja sommittele ne paperille. Tällä tavalla saadaan tehtyä hyvin luontokuvia, mutta myös esim. kauniita kortteja. Myös revityt paperisuikaleet erivärisinä sommitelmina ovat pirteän näköisiä.

Jos paperit laitetaan hiukan päällekkäin tai ne rypistellään, saadaan pintaan vaihtelua. Huom! Silkkipaperi venyy ja rikkoutuu herkästi.

Paperit voidaan liimata yksi kerrallaan, koko ajan sommitelmaa kehitellen tai vaihtoehtoisesti luoda valmis sommitelma ja liimata se yhdellä kerralla paperille.

Vanhemmille käsille tukeva, värillinen paperi saattaa olla miellyttävämpi työstettävä kuin silkkipaperi.

Lähteet: Olive Stevens. Paperitaidekoulu
Paul Jackson ja Vivien Frank. Paperiaskartelun käsikirja

Ryhmän yhteinen puu

Tarvikkeet
- värillistä paperia
- aikakauslehtiä
- pahvia (esim. pahvilaatikoista tms.)
- (kartonkia)
- (sakset)
- liimaa
- (kyniä, värejä, pensseleitä, vettä).

Tavoitteet
Tarkoituksena on vahvistaa ryhmähenkeä ja sitä, että jokaisen panos on tärkeä. Puun teemaksi voidaan valita ryhmän pelisäännöt, unelmat, tulevaisuuden odotukset, rukoukset, tärkeiden ihmisten muistelut jne. Mikä tahansa aihe on hyvä.

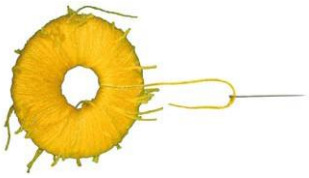
Toteutus
Tehdään yhdessä puun runko ja oksat paperista tai karton⊠ista repimällä tai leikkaamalla. Sommitellaan osista puu ja liimataan kokoon. Osat voi kiinnittää suoraan sinitarralla seinään tai liimata suurelle pahville tai karton⊠ille ⊠tai useammalle karton⊠ille⊠ Jokainen ryhmäläinen repii tai leikkaa puuhun sopivia erivärisiä lehtiä paperista tai aikakauslehdistä ja kirjoittaa ⊠tai pyytää ohjaajaa kirjoittamaan⊠mieleen tulleita asioita sovitusta aiheesta.

Valmis taideteos ripustetaan yhteisen kokoontumistilan seinälle tai roikkumaan esim. ikkunaan muistuttamaan yhteisistä asioista.

Tupsutipu, -pupu tai muu eläin

Tarvikkeet
- villalankaa
- pahvia
- kartonkia
- sakset
- parsinneulan.

1. Leikkaa pahvista kaksi samankokoista haluamasi suuruista ympyrää, joiden keskelle teet aukon. Mitä suurempi aukko, sen pöyheämpi eläin.



2. Pujota lanka parsinneulaan. Laita pahvirenkaat päällekkäin ja täytä renkaat lan⊠alla pujotellen.

3. Katko lan⊠at ujuttamalla sakset pahvirenkaiden väliin.

4. Sido katkotut lan⊠anpätkät TIUKASTI kiinni lan⊠alla pahviympyröiden välistä.

5. Poista pahvit, pöyhötä tupsu ja liimaa tupsulle silmät ja nokka pahvista ⊠ja jalat piippurassista tai rautalan⊠asta⊠

Enkelit

Enkeleiden tekeminen yhdistettynä muisteluun sopii esim. pyhäinpäivän läheisyyteen.

Tarvikkeet
- paperinarua
- puuhelmi (Ø 20 mm), styroxpallo tai paperimassapallo kasvoiksi
- (pellavanarua).

Enkeleitä tehdessä voidaan muistella ihmistä, joka on
- tehnyt vaikutuksen
- sanonut oikeat sanat juuri oikealla hetkellä
- ollut tukena ja ilona
ja jolle haluaisi antaa enkelin kiitokseksi.

Ripustettava enkelikoriste:

1. Mekko: leikkaa leveästä paperinarusta 2 × 13 cm:n palaa, avaa ne ja aseta vierekkäin niin, että pitkät reunat tulevat toisiaan vasten. Liimaa nämä kaksi reunaa yhteen alaosastaan 9 cm:n matkalta (helma). Supista vyötärön kohta yhteen.
2. Kädet: rypistä liimaamatta jääneet mekon osat 2 cm:n levyisiksi ja taivuta ulospäin vastakkaisiin suuntiin.
3. Siivet: leikkaa valkoisesta leveästä paperinarusta 12 cm:n pala, avaa se ja supista keskeltä 1 cm:n levyiseksi.
4. Viimeistely: aseta mekko siipien keskiosan päälle (haluttaessa voidaan kiinnittää liimalla). Taita ripustinnaru (4-7) cm pitkä (keskeltä lenkiksi. Aseta lenkin keskiosa mekon ja siipien yläosan päälle. Johdata molemmat narun päät vyötärön kohdalta ensin käsien ja siipien taakse ja sitten lenkin läpi. Pujota lopuksi puuhelmi naruun, ja solmi narun päät yhteen.

Lähde: Sirpa Luß-Piipponen. Paperinaru jokaiseen vuodenaikaan

Kortteja ajankohtaisista aiheista

stävänpäiväkortti, äitienpäiväkortti, onnittelukortti yms.

Tarvikkeet
- vanhoja kuvalehtiä
- kartonkia
- liimaa
- sakset
- mattoveitsi
- leikkuualusta
- värejä tarpeen mukaan.

Leikkaa karton eista halutun muotoisia ja kokoisia paloja. Piirrä kartonkiin sydämiä yms. aukkoja ja leikkaa ne irti mattoveitsen avulla. Ole varovainen veitsen kanssa

Leikkaa kuvia sekä tekstejä lehdistä ja liimaa ne karton ille. Kirjoita tai maalaa toivotuksia, kiitoksia ja onnitteluja ystävälle.

Paperikukkia

Tarvikkeet

- paperinarua
- yleisliimaa
- sakset
- viivotin.

Unikko:

Avaa 5 ⊠m pitkästä punaisesta/oranssista narusta 3,5 ⊠m. Tee 4 tällaista terälehteä. Leikkaa esim. luumunvärisestä narusta kaksi 24 ⊠m:n palaa. Avaa niitä 1,5 ⊠m ylhäältä ja leikkaa hapsuiksi. Liimaa terälehdet heteiden ympärille ja päällystä varsi avatulla vihreällä narulla.

Harakankello:

Avaa kolmesta 4 ⊠m pitkästä sinisestä narusta 3 ⊠m. Liimaa avatut osat toisiinsa kellomaisesti. Leikkaa keltaisesta narusta kaksi 24 ⊠m:n palaa ja puolita ne ylhäältä 1 ⊠m:n matkalta. Pujota varret kellon sisään ja liimaa. Päällystä varsi kuten unikossa, mutta jätä naru ylhäältä vähän irti. Leikkaa kellon terälehdet ja suojalehdet muotoonsa.

Päivänkakkara:

Avaa 5 ⊠m pitkästä valkoisesta narusta 3,5 ⊠m ja leikkaa se pitkittäin kolmeen osaan. Tee 3 tällaista terälehteä. Leikkaa keltaisesta narusta kaksi 24 ⊠m:n palaa, avaa 1 ⊠m ja leikkaa hapsuiksi. Liimaa terälehdet heteiden ympärille ja päällystä varsi kuten unikossa.

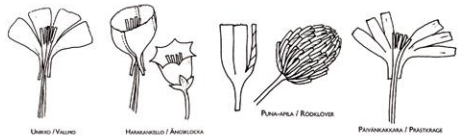
Puna-apila:

Leikkaa aniliininpunaisesta narusta kymmenen 4 ⊠m:n pätkää ja kaksi 25 ⊠m:n pätkää. Avaa ne 3 ⊠m:n matkalta ja leikkaa kolmeen osaan. Pyöräytä osia sormien välissä varovasti kiertäen. Leikkaa lyhyiden pätkien tyviosia kapeammiksi. Päällystä kuten unikossa.

Lehtivarsi:

Leikkaa eripituisia vihreitä naruja. Avaa narujen päät ja muotoile ne lehdiksi. Tee kimppuun haluamasi määrä eripituisia kukkia ja lehtivarsia.

Kukkia voi tehdä erilaisia ja erivärisiä. Kirjasta löytyy lisää ohjeita.



Lähde: Ulla Ralli. Lankaleikki

Purkin koristaminen

Tarvikkeet

- pestyjä ja puhtaita lasi- tai muita purkkeja
- pieni sivellin
- kuivattuja kukkasia tai haluamasi kuva esim. lautasliinasta
- vesiliukoinen kiiltolakka (akryylilakka) tai vaihtoehtoisesti vesiliukoinen puuliima (esim. EriKeeper-liima), jossa sekoitussuhde on 1 osa vettä ja 2 osaa liimaa.

Työvaiheet

1. **Sivele liimaa kohtaan, johon haluat asettaa haluamasi kuvan**
2. **Laita kukka tai kuva liiman päälle ja pidä sitä paikallaan noin pari minuuttia**
3. **Jatka koristelua haluamallasi tavalla**
4. **Levitä lopuksi liimaamiesi kuvien/kukkien päälle ohut kerros lakkaa puhtaalla siveltimellä älä käytä lakkaa liikaa**
5. **Anna kuivua ainakin muutama tunti**

Lähde: Jenny Ra orth Susan erry. Koristele kukkasilla

Sadesoitin

Tarvikkeet
- jokaiselle kartonkiputkilo
- paperia
- pahvia
- nauloja
- vasara
- makaroneja, riisiä, jyviä tai **eri kokoisia kiviä tms.**
- liimaa
- n. 4 cm leveää maalarinteippiä
- aikakauslehtiä
- (käärepaperia)
- (akryylivärejä)
- vahakangas pöydän suojaksi.

Työvaiheet

1. **Piirrä putken päätä hyväksi käyttäen siihen sopivat kannet pahvista (2 kpl) ja leikkaa ne irti.**
2. **Liimaa kansi putken toiseen päähän.**
3. **Varmista kannen pysyvyys teippaamalla se vielä maalarinteipillä (kuva 1) .**
4. **Naulaa kartonkiputkiloon nauloja ristiin rastiin (kuva 2).**
5. **Lisää putkeen makaroneja, jyviä, kiviä tms. (kuva 3)**
6. **Liimaa putken toiseenkin päähän kansi ja varmista pitävyys maalarinteipillä.**
7. **Liimaa putken päälle värikkäitä aikakauslehden sivuja (tai käärepaperia, jolloin voit maalata paperin) (kuva 4)**

Kuvat seuraavalla sivulla.

Huomioitavaa
- **mitä pidempi putki, sitä (sateisempi) soitto**
- **naulojen määrää lisää (sointujen) määrää**
- **makaronien, kivien tms. määrä ja koko antavat sateelle erilaisia sointuja.**

kuva 1

kuva 2

kuva 3

kuva 4

2/2 Sadesoitin

ASKARTELU

NOSTALGIA PROJEKTI

ASKARTELU

Huovutus

Yleistä

- villa on ainoa materiaali, jolla on luontainen ominaisuus huopua
- villan huopuessa sen kuidut avautuvat, turpoavat ja takertuvat tiukasti toisiinsa
- huopa syntyy lämpimän saippuaveden ja mekaanisen liikkeen avulla
- huopatyötä huovutettaessa työ kutistuu 2⊠-3⊠⊠ , mikä kannattaa ottaa huomioon jo suunnitteluvaiheessa
- käsittele villaa aluksi varoen painelemalla ja myöhemmin, kun kuidut pysyvät paikoillaan, hieromalla voimakkaammin saippuavedellä.

Huomioi aller⊠iat⊠

Märkähuovutus

Tarvikkeet

- karstattua villaa
- 1 litra kädenlämpöistä vettä (jos vesi on liian lämmintä, villa huovuttuu liian aikaisin⊠
- 2 rkl nestemäistä mäntysuopaa tai Marseille-saippuaa (Marseille-saippua on helläväraisempaa käsille)
- jokaiselle vati
- vahakangas pöydän suojaksi.

1/2 Huovu

Työvaiheet

1. **Jaa villa ohuiksi suikaleiksi. Voit käyttää halutessasi useamman väristä villaa.**
2. **Asettele villasuikaleita tiiviisti pullon ympärille, villakuitujen kulkiessa eri suuntiin.**
3. **Kastele kädet saippualiuoksessa ja purista villat tiiviisti kiinni pullon pintaan kämmeniesi alla.**
4. **Suoristele rypyt ja puristele vielä tiiviimmäksi.**
5. **Silittele pulloa ensin kevyesti ja voimista vähitellen hieromista.**
6. **Kastele kädet välillä saippualiuoksessa ja jatka hieromista, kunnes kuidut pysyvät hyvin paikallaan.**
7. **Kuivaa kädet ja lisää uusi villakerros.**
8. **Kastele kädet saippualiuoksessa ja kiinnitä villat ensin puristamalla ja sen jälkeen hierovin liikkein.**
9. **Mitä useampia villakerroksia lisäät, sen paksumpi tulee huopakerroksesta.**
10. **Kun huopakerros on mielestäsi sopivan paksuinen ja tuntuu kiinteältä, huuhtele se vuorotellen kuumassa ja kylmässä vedessä niin kauan, että saat huuhdeltua kaiken saippuan pois.**
11. **Puristele huovasta liika vesi pois ja laita ilmavasti kuivumaan.**

Lähteet: **Talvi**rie Tuulikki, Tammi Vuokko, Huovutus hieroen, rullaten ja pistellen
Vibeke Sætre, Marit Gulbrandsen, Huovutuksen uudet ideat
Victoria Brown, felt crafts

NOSTALGIA PROJEKTI

ASKARTELU

ASKARTELU

Marakassisoitin tai rytmimuna

Tarvikkeet
- tyhjä, pesty muovipullo tai yllätyspääsiäismunan muovinen sisus
- kiviä, riisiä, jyviä, makaronia tms.
- kangasta
- (lautasliinoja)
- liimaa
- huovutusvillaa
- lämmintä vettä
- mäntysaippuaa
- vahakangas pöydän suojaksi.

Työvaiheet
- **laita tyhjään pulloon tai muovikapseliin kiviä, jyviä tms.**
- **sulje pullo tai kapseli huolellisesti**
- **liimaa kan□as tai lautasliinakuvio pullon tai kapselin pinnalle □kts. ohje kohdasta □Purkin koristaminen□□ tai huovuta se □kts. ohje kohdasta □Huovutus□□**
- **soita□**

Kannet ravintoteeman papereille

Tarvikkeet
- A4-kokoinen tukeva pahvi, 2 kpl jokaiselle
- kangastilkkuja
- nauhaa
- vesiliukoista puuliimaa
- vettä
- esim. viilipurkki liimaseoksen sekoittamiseen
- isoja siveltimiä
- sakset
- rei´itin.

Tarkoitus
- **luodaan kansio ravintoteeman materiaalille.**

Työvaiheet

1. **Sekoita liimaseos: 2 osaa liimaa ja 1 osa vettä.**
2. **Leikkaa haluamasi kan□astilkut sopiviksi paloiksi.**
3. **Sivele pahvi liimaseoksella.**
4. **Painele kan□astilkut liimaseoksen päälle □kankaat voivat mennä vähän päällekkäin, mutta varmista, että päällimmäinen kan□as liimautuu kiinni alimman kankaan päälle□**
5. **Odota pari minuuttia**
6. **Sivele liimaseosta □saa käyttää reilusti□koko kan□aspinnalle. Liiman kuivuminen kestää yön yli. Kansion alapuoli voidaan koristaa samoin.**
7. **Pahvi ja sisälle tulevat paperit rei□tetään**
8. **Pujota rei□stä nauha, joka pitää kansion koossa □älä sido nauhaa liian kireästi kiinni, jotta pystyt lukemaan kansion sisältöä□**

Savityö

Tarvikkeet
- Do&dry-, Efaplast-, Darwi- tms. savea tai muovailumassaa
- veitsi
- (vettä)
- askarteluvärejä
- vahakangas pöydän suojaksi.

Tavoitteet
- **onnistumisen kokemus taiteen teosta**
- **saada voimaa käsiin**
- **luonnonmateriaalin terapeuttinen vaikutus**
- **muistelu.**

Muistellaan aluksi lapsuudenaikaisia kokemuksia savesta paljaat varpaat ja lämmin/kylmä savi, lapsuuden kauppaleikkien savitavarat, mäenlasku savessa jne.

Työvaiheet

1. **Jaa jokaiselle savenpala.**
2. **Pyydä ryhmäläisiä pyörittelemään, vaivaamaan ja muovailemaan savea ilman ajatuksia siitä, mitä savesta tulee. Kädet ja mieli toimivat omia aikojaan, eikä muovailun tulosta kannata tai pidä miettiä.**
3. **Savityöt kuivatetaan ja maalataan seuraavalla kokoontumiskerralla.**
4. **Pyydä jokaista esittelemään oma taideteoksensa ja siihen liittyvä tarina tai mielikuva. Ohjaaja huolehtii siitä, ettei toisen töitä arvostella hyväksi tai huonoksi. Jokainen voi kertoa, mitä toisten töistä tulee mieleen, sillä taide herättää jokaisessa omanlaisen ajatuksen tai tunteen.**

Paperimassan valmistus

Tarvikkeet

- revittyjä paperinpalasia, munakennoja tai tavallista silputtua toimistopaperia, pakkausten silkki- yms. paperit, puotipaperi, sanomalehtiä, värillistä toimistopaperia (valmiiksi värillinen massa). Huom.! kiiltäväpintaiset aikakauslehdet ja mainospaperit eivät sovi paperimassan valmistukseen
- vettä
- liisterijauhetta, liimaa
- pellavaöljyä, neilikkaöljyä, kipsijauhetta, sahanpuruja (eivät ole välttämät tömiä, mutta tilkka pellavaöljyä ja hiukan liisteriä lisää massan muovailta-vuutta ja neilikkaöljy lisää säilyvyyttä).
  Kokeilemalla löydät mielireseptisi
- karamelliväriä massan värjäämiseen
- tarpeeksi suuri kattila ja keittomahdollisuus
- tehosekoitin, sauvasekoitin tai porakone ja maalinsekoitin. Pienten määrien hienontamiseen riittävät toki omat kädet tai haarukka
- kertakäyttöhanskat.

Valmistus

- **silppua silppurilla tai käsin paperi pieniksi paloiksi ja laita ne kattilaan. Lisää sen verran vettä, että silppu peittyy. Silppu voi liota vedessä yön yli**
- **keitä seosta hiljaisella tulella vähintään 2 minuuttia, seosta voi keittää jopa kolme tuntia**
- **lisää vettä ja hienonna silppu. Vettä saa hienonnettaessa olla niin runsaasti, että työ sujuu hyvin ja koneita rasittamatta**
- **sekoita, kunnes paperimassa muuttuu mössöksi**
- **poista liika vesi. Voit siivilöidä massan sihdin läpi vedessä oleva hienon hieno paperi voi tukkia viemärin, koeta suodattaa kuidut mahdollisimman tarkoin talteen esim. hiutuneen keittiöpyyhkeen tai sideharson läpi suodattamalla**

1/2 Paperimassan valmistus

- **lisää seokseen tilkka öljyä ja tapettiliisterijauhetta varovasti ruokalusikallinen kerrallaan. Vaivaa seosta kuin pullataikinaa, kunnes se muuttuu kiinteäksi ja pinta liisteristä liukkaaksi. Vaivaamisen alussa paperimassa on murumaista, mutta muuttuu muovailuvahamaiseksi**
- **paperimassasta tulee sen väristä, minkälaista materiaalia sinne on revitty**
- **paperimassaa voi värjätä esim. kan□as- tai karamelliväreillä. Pi□mentti-värit ovat riittoisia, joten käytä niitä varoen. Jos paperimassa on valmiiksi värjätty, ei valmiita tuotoksia enää tarvitse maalata. Sekoita väriä massaan, kunnes saat haluamasi värisävyn □kuivuneessa työssä väri on vaaleampi□**
- **valmis paperimassa säilyy viileässä, ilmatiiviissä astiassa kuukausia**
- **jos massaan ei laita liikaa liimaa, sen voi myös kuivata: puristele massasta pieniä palloja ja jätä ne kuivumaan ilmavaan paikkaan. Kuivat massapallot säilyvät kauan, ja muuttuvat askartelumassaksi taas vettä lisäämällä.**
- **paperimassa on erinomaisesti muovailtavaa ja siihen voi upottaa koristeita tai esineitä □peilejä, helmiä, yms.□ Paperimassasta voi tehdä suuria töitä, jolloin runkona on hyvä käyttää kanaverkkoa □liimaa verkkorun□on päälle 1-2 kerrosta sanomalehtiä ja kiinnitä paperimassa tämän pinnan päälle□ Paperimassasta voi tehdä myös pieniä töitä, kuten koruja**
- **kun paperimassatyö on kuivunut vähintään vuorokauden ajan, voi sen maalata vaikka peiteväreillä.**

Lähde: http://www.google.fi/search?hl=fi&q=paperimassan+valmistus&meta=&rlz=1W1GGLJfi&aq=0&oq=paperimassan+

2/2 Paperimassan valmistus

NOSTALGIA PROJEKTI

ASKARTELU

ASKARTELU

Maisema väreillä ja paperimassalla

Tarvikkeet
- kartonkia tai isoja vesiväri- tai piirustuspaperia
- vesi- tai akryylivärejä
- pensseleitä
- vettä
- vesiastioita
- paperimassaa (kts. valmistusohje sivulta 83)
- mustikan varpuja tms. luonnosta kerättyä.

Tämä työ on hyvä jaksottaa useammalle kerralle.

Työvaiheet:
- maalaa paperille tai kartongille taivasta tms. maisemaan kuuluvaa
- muotoile paperimassasta puunrunkoja
- liimaa puunrungot paperiin/kartonkiin
- pistele runkoon/runkoihin mustikanvarpuja tms.
- anna taideteoksen kuivua vaakatasossa (laita reunoille painot, **ettei kartonki käpristy□**
- kehystä maisema itse tehdyillä tai ostetuilla kehyksillä.

Leivonta

Tavoitteet

- **saada onnistumisen ja mielihyvän tunteita leipomisen kautta**
- **makunautinto kannustaa omatoimisuuteen ja siihen, että pystyy kotonakin leipomaan itsenäisesti omien mahdollisuuksiensa mukaan**
- **minä pystyn, minä osaan arkitaitojen ylläpitäminen ja onnistumisen ilo**
- **leipominen on kuntouttava toimintamuoto, joka voi parhaimmillaan tukea kotona asumista.**

Peruspullataikinan ohje, josta tulee noin parikymmentä pullaa.

Tarvikkeet
- 0,5 l maitoa
- 2 pussi kuivahiivaa tai 50 g hiivaa
- 2 kananmunaa
- 2 dl sokeria
- 1 tl suolaa
- 1 rkl kardemummaa
- 200 g margariinia tai voita
- n. 1 kg jauhoja
- 1 muna voiteluun (voidella voi myös maidolla tai vedellä)

1/3 Leivonta

Työvaiheet

1. Lämmitä maito kädenlämpöiseksi (tavallinen hiiva) tai hieman kuumemmaksi (kuivahiiva)
2. Riko kananmunat maidon joukkoon ja sekoita ne.
3. Sekoita kuivahiiva ja jauhot keskenään (tai sekoita hiiva ja kädenlämpöinen maito keskenään)
4. Lisää sokeri, suola, ja kardemumma sekä alusta mukaan hieman jauhoja.
5. Anna seistä noin 15 min ennen kuin lisäät loput jauhot.
6. Vaivaa sula rasva taikinaan.
7. Anna kohota noin 30 min ajan.
8. Leivo pullat.
9. Voitele leivotut pullat munalla.

10. Paista 225°C noin 10-20 minuuttia.

Ennen leipomista

- erityisen tärkeätä on työn suunnittelu ja esivalmistelu, eli sovitaan kuka mitäkin tekee, kuka hoitaa kaupassa käynnin, leipomisen, tiskit ja loppusiivouksen
- sovitaan yhdessä mitä leivotaan
- leipominen voidaan yhdistää juhlapäivään (laskiainen, joulu) tai se voi muuten vain olla ajankohtainen. Leipomisen lomassa voidaan juhlasta myös keskustella yhdessä muiden ryhmäläisten kanssa.
- leipomiseen on varattava tarpeeksi aikaa (esim. leipominen ensin ja sitten vasta muut sovitut ohjelmat, kuten kuulumiskierros)
- valmistaikinoita (mm. erilaisia piparkakkutaikinoita) kannattaa myös hyödyntää. Tärkeintä on kuitenkin se, että ryhmäläiset pääsevät tuntemaan taikinan käsissään
- teeleivät ja maustekakut valmistuvat melkein pelkästään sekoittamalla aineet keskenään
- yhteistyö muiden keittiön käyttäjien kanssa on tärkeää, mm. päällekkäisvarausten välttämiseksi
- varaa leipomiselle paikka, jos leipominen tapahtuu eri tilassa kuin ryhmän normaali tapaaminen.

Arjen juhlistaminen on myös tärkeää!

ASKARTELU

NOSTALGIA PROJEKTI

ASKARTELU

Leipomispäivän esivalmistelut

- varaa tarvikkeet ja tuotteet
- huomioi erikoisruokavaliot ja aller(iat
- huomioi erityistarpeet (häkö-, kuulo- ja liikuntarajoitteet)
- muista hy(ienia(käsienpesu ja tarvittaessa suojakäsineet
- leivinpaperit ja pellit
- essut tms. suojavaatteet (jokainen voi tuoda oman essunsa kotoa)

Pullan leipomisesta

- ohjaaja voi tehdä taikinan valmiiksi etukäteen tai taikina voidaan tehdä yhdessä niin, että yksi mittaa jauhot ja toinen sulattaa rasvan jne. Mitä useampi kokki, sen hauskempaa!
- jokainen leipoo mieleisensä pullat tai keksit, ja koristelee ne
- pullan ihana, tuttu tuoksu ja pehmeä tuntu käsissä herättävät toivottavasti vanhuksissa mieluisia muistoja
- taikinan maistelu ON sallittua!
- levitä kostutetulle pöydälle jokaiselle oma leivinpaperiarkki taikinan alustaksi
- valmistaikinoita kannattaa hyödyntää leipomisessa
- jokainen vie leipomansa pullat kotiinsa
- ryhmäläisille jaetaan perusvehnäsen ohje, joka mahdollisesti innostaa ja kannustaa kotona leipomiseen
- jaetaan hintatietoutta!on edullista tehdä itse
- jos vanhus ei itse jaksa tai pysty kantamaan kaupasta jauhoja, rohkaistaan vanhusta pyytämään apua omaisilta/naapurilta/kodinhoitajalta, jotta kotona olisi aina leipomistarvikkeita saatavilla.

Paistaminen

- vastuu uunista ja leipomistuotteiden paistamisesta yhdellä henkilöllä (ohjaaja)

Liitteet