

Vie vanhus ulos! Porin perusturvan yksiköiden haasteet

Viikko 37

11.9.2018 Kiilarinne haastaa muut yksiköt: huomioimaan myös vuoteessa olevia asiakkaita ja viemään heitäkin ulkoilemaan! Siksi järjestämme asiakkaillemme mahdollisuuden osallistua ulkosalla kävynheittoon johon jokainen pystyy ja samalla aistia luonnon läheisyyden. Kävynheiton haasteen voi suorittaa myös sisätiloissa.

14.9 Palvelukoti Puhurikoti haastaa muut yksiköt: ulkoilemaan vanhusten kanssa mölkky-pelin ja keilailun merkeissä. Sateen sattuessa tikanheittoa ja mölkkyä sisätiloissa.

14.9 iltapäivällä Noormarkun osaston haastaa muut yksiköt: pihatalkoisiin: sisäpihalla haravoidaan, laitetaan kesäkukkien tilalle syksy/talvi-istutukset, asennetaan irralliset pikkuvalot paikoilleen ja siistitään pihaa talvikuntoon yhdessä potilaiden/asiakkaiden, omaisten ja henkilökunnan kanssa. Lopuksi kahvittelua ulkona.

Viikko 38

18.9. Himmeli; Tyynelä haastaa muut yksiköt Olympialaisiin

Kyläsaari haastaa muut yksiköt: ulkoilemaan.

Viikko 39

Jokihelmi haastaa muut yksiköt: ulkoilemaan.

27.9 Mäntylinna haastaa muut yksiköt: ulkoiluun, pelaten mm. frisbeegolfia ja renkaan heittoa.

Viikko 40

1.10 Snällintupa haastaa muut yksiköt: ulkojumppaan

Jokiranta haastaa muut yksiköt: ulkoilemaan.

Viikko 41 (vanhusten viikko)

10.10. Palmu-Pori Dyyni haastaa muut yksiköt: päivätansseihin.

10.10. Aleksin Hovi haastaa muut yksiköt: liikuntarasteihin, johon käytämme hyväksi ikäinstituutin kortteja, itse toteutamme sen osaston käytävillä.

Liikuntarastien tehtävät ovat:

- pallon ojennus takaviistoon istuen tai seisten
- kunnoneväätkortti nro36 istuen tai seisten kuminauha puun ympärillä, jolloin tehdään soutu/hiihto liikettä käsillä
- pää-olkapää-peppu-polvetaipuu istuen tai seisten
- kunnan eväät kortti nro51 istuen tai seisten tehdään isojen pallojen piirtämistä ilmassa
- tasapainokävely maassa olevaa teippiä pitkin rollaattorilla tai ilman
- kunnan eväät kortti nro20 tervehdysliike, marssitaan istuen tai seisten ja annetaan käsien heilua sivuilla
- kunnan eväät kortti nro 18pilviin kurkottaminen edestä yläviistoon puolelta toiselle