

Ikäihmisille luettaessa on hyvä huomioida

Tavallisimmat ikääntymismuutokset:

- kahdella kolmesta yli 75-vuotiaasta on **kuulovika**

”Hiljaisia ääniä en kuule ja kovat äänet taas tuntuvat pahalta.”

- ikäihmisten **vireystila** vaihtelee paljon päivän mittaan

”Saan puheesta paremmin selvää aamulla, kun olen virkeämpi.”

”Pitkään kuunteleminen väsyttää, ahdistaa ja kiukuttaa minua.”

- terve ikääntynyt on yhtä älykäs kuin nuorempana, mutta hänen ajattelu- ja toimintaprosessinsa **hidastuvat**



Muistisairauden vaikutukset:

- 75-84-vuotiaista suomalaisista 10,7 %:lla ja yli 85-vuotiaista 35 %:lla on **muistisairaus**
- muistisairaus on yleisin syy palveluasumiseen siirtymiseen
- muistisairaalle uusi on vaikeaa ja rutiinit tärkeitä, siksi tutuksi tuleva, sitoutunut lukija ilahduttaa enemmän

Vinkkejä lukutilanteeseen:

- vältä kaikuvia tiloja ja taustahälinää
- rauhoita itsesi ennen lukutilannetta
- kuuntele ja kunnioita ikäihmistä: sovita tempo, tapa toimia, äänenkäyttö, lukukerran kesto ja ajankohta kuulijallesi sopiviksi
- älä puhu liian nopeasti, äläkä liian voimakkaasti
- lue niin, että kuuntelija näkee kasvosi

Mitä voi lukea ikäihmiselle?

Ikäihmiset ovat pitkän elämänsä muokkaamia, keskenään hyvin erilaisia **yksilöitä**.

- Älä yleistä, äläkä oletta!
- **Kysy** ikäihmiseltä itseltään, mitä hän haluaa kuulla!
- Älä aloita romaanin lukemista, jos et ole valmis **sitoutumaan** pitkäaikaiseen lukuilon jakamiseen!

Muistisairas ikäihminenkin voi nauttia kuuntelemisesta, vaikkei enää itse osaa esittää toiveita lukemisen suhteen.

- Muista, että **muistisairas** ikäihminen **on aikuinen!** Älä aliarvioi, älä kohtele lapsena!
- Tutustu häneen! Mistä hän on elämässään ollut kiinnostunut? Mitä hän on aiemmin lukenut?
- **Kysy** hoitajalta/omaiselta vinkkejä!
- **Kokeile** erilaisia **lyhyitä**, yhdellä lukukerralla luettavia, tekstejä!
- Kokeile selkokielistä kirjallisuutta! Sitä löytyy kirjastosta.

Luokaa yhdessä oma tapanne jakaa lukuiloa!