



SAUNA-AINEISTO

Sauna-aineisto sisältää neljä osaa:

- ohjeita ja ideoita sauna-aiheen käsittelyyn ryhmissä
- saunasta kertovan selkotekstin
- tekstiin perustuvia kysymyksiä ja tehtäviä
- saunaan liittyvän kuvasarjan, jonka voi leikata kuvakorteiksi.

Tulosta tarvitsemasi osat. Kuva- ja tehtäväsivut kannattaa tulostaa vain yhdelle puolelle paperia. Sivut voi tulostaa myös A3-kokoiselle paperille, jos käyttäjät näkevät huonosti.

Sauna-aineiston käyttäminen

Aineistoa voi hyödyntää yhteisen lukuhetken elävöittämiseen tai muuten vain, ryhmälle soveltuvalla tavalla.

Kokemuksia ja mielipiteitä herättelevät kysymykset ja tehtävät tekevät tekstistä omakohtaisemman. Kokoontumisen aikana voi myös kuunnella sauna-aiheista musiikkia, katsella lyhyitä videoita, maistella makuja, haistella tuoksuja tai tutkia ja tunnustella saunomiseen liittyviä esineitä.

Sauna-aiheista musiikkia

- Saunavihdat (kansanlaulu)
- Kukapa sen saunan lämmittäisi (kansanlaulu)
- Tapio Rautavaara: Löylyä lissää
- Tapio Rautavaara: Vanha rantasauna

Lisää saunalauluja löytyy internetosoitteesta www.youtube.com. Hyvä hakusana on saunalista, Kirsi Alastalo

Kukapa sen saunan lämmittäisi -laulu kuvilla kommunikoiville löytyy internetosoitteesta www.papunet.net > kuvasivut > kansanlaulut.



Sauna-aiheisia videoita

Ylen Elävässä arkistossa

- Saunasta sisua 1957.
Muistoja ja erilaisia näkökulmia herättävä kotoisa asiaohjelma.
Kesto 13 min.
- Maailman paras vihta 2008.
Lyhytelokuvassa Pentti Hakala näyttää mestarin ottein, miten vihta tehdään.
Kesto 4 min.
- Rantasaunaa rakentamassa 1982.
Oman rantasaunan rakentaminen puiden kaatamisesta käyttöön vihkimiseen. Hieno metsätyön ja rakentamisen äänimaisema.
Kesto 11 min.

Suomalaiseen saunaperinteeseen kuuluu luonteva suhtautuminen alastomuuteen, joten varmistu ettei alastomuus haittaa katsojia.

Saunajuomia ja saunaruokia

- kylmää maitoa ja lämmintä pullaa
- kaljaa ja makkaraa
- Jaffaa tai muuta limonadia

Saunamuistoja herättäviä esineitä

- pesuharja
- pesusieni
- erilaiset pyyhkeet
- laudeliina
- saunapuut
- tuohi
- vasta tai vihta
- mäntysuopa
- saippua
- löylykauha
- kiulu
- tulitikut

Saunan tuoksuja

- savu
- koivu
- terva
- mallas
- mäntysuopa
- saippua

Saunan ääniä

- tulen kohina
- kiukaan pauke
- löylyn sihahdus
- veden lorina
- vastan läiske

Yhteistä tekemistä

- yhteisen saunaillan suunnittelu
- saunominen
- saunan lämmittäminen
- vastan tekeminen
- maalauksen, tarinan tai runon tekeminen kotisaunasta

Lisää sauna-aiheesta

- www.sauna.fi > saunatietoa
- majuska.vuodatus.net > Ohjeita morsiuksaunaan

Sauna-aineisto on osa Suomi-sarjaa. Sarjan tarkoitus on edistää selkokirjallisuuden monipuolista ja osallistavaa käyttöä ryhmätoiminnassa.

Suomi-sarjan jokaiseen osaan sisältyy otteita Oppimateriaalikeskus Opikkeen julkaisemista selkokirjoista sekä tekstiin liittyviä kysymyksiä, tehtäviä ja kuvia. Aineisto on tulostettavissa sekä Opikkeen verkkokaupasta että Vanhustyön keskusliiton Vahvike-aineistopankista, internetosoitteesta www.vahvike.fi.

Aineiston tekijä on geronomi Kirsi Alastalo, jonka työskentelyn on mahdollistanut Otto A. Malmin lahjoitusrahasto.