



Mitä teemme?

Keskustelukortit, joiden avulla ryhmä voi suunnitella mielekästä tekemistä yhdessä

OSA 3: TOIMINNAN IDEOINTIA

RyhmäRenki.fi

CC BY-NC 4.0 Kirsi Alastalo 2015, 2022



Millaiset ajankohtaiset aiheet meitä kiinnostavat?

paikkakunnan tapahtumat

kotimaan tai ulkomaan uutiset

tieteen uudet saavutukset

kulttuuri- tai urheilutapahtumat

jokin muu?



Mistä asiasta haluamme tietää enemmän?

digitaidot ja laitteet

arkiset apuvälineet

tarjolla olevat palvelut

uni, liikunta tai ravitsemus

jokin muu?



Mistä ikääntymiseen liittyvästä aiheesta kaipaamme lisää tietoa?

näkö, kuulo tai kunto

muisti ja mielenterveys

ihmissuhteet tai seksuaalisuus

vanhuuteen varautuminen

jokin muu?



Millainen aivojumppa olisi mukavaa?



muistiharjoitukset



sana- ja kirjainpelit



päättelytehtävät ja arvoitukset



uuden taidon opettelu



jokin muu?



Miten nauttisimme musiikista yhdessä?



Lauletaan tuttuja lauluja.



Tutustutaan uuteen musiikkiin.



Järjestetään levyraati tai karaoke.



Keksitään oma laulu.



jokin muu?



Mitkä musiikin lajit saavat meidät syttymään?



iskelmä ja vanha tanssimusiikki



pop, rock tai hevi



klassinen, jazz tai soul



kansanmusiikki, folk tai country



jokin muu?



Millainen urheiluaiheinen tekeminen meitä kiinnostaa?



Järjestetään kisakatsomo.



Visaillaan ja pelataan urheilupelejä.



Virkistetään omia urheilumuistoja.



Kokeillaan jotain uutta lajia.



jokin muu?





Millaiset sisäpelit olisivat mukavia?



lauta- tai korttipelit



digitaaliset pelit



heittopelit (noppa, keilat, pallo, hernepussi, curling)



korona, fortuna, biljardi



jokin muu?



Millaiset pihapelit olisivat mukavia?



vanhat ja tutut, kuten tikka ja mölkky



uudet villitykset, kuten frisbeegolf



kunnon kisat kiinnostavat



rento meininki on tärkeintä



jokin muu?



Millaisesta liikunnasta me nautimme?



kävely tai pyöräily



vesijumppa tai vesijuoksu



kuntosaliharjoittelu



venyttely ja rentoutus



jokin muu?



Millaisesta hyötyliikunnasta me nautimme?



Puuhailaan pihalla tai puutarhassa.



Tutustutaan alueen palveluihin.



Kierrellään museoissa.



Mennään ostoksille.



jokin muu?



Millainen luontokohde meitä kiinnostaa?

eläintarha tai kotieläintila
puutarhat tai kasvihuoneet
marja- tai sienimetsä
kala-apajat tai lintutornit
jokin muu?



Millainen ruoka-aiheinen tapaaminen olisi mukava?

Kokataan yhdessä.
Pidetään nyyttikestit.
Jaetaan reseptejä ja ruokamuistoja.
Puhutaan ravitsemuksesta.
Mennään yhdessä syömään.
jokin muu?



Millainen maistelutilaisuus olisi ihana järjestää?

erilaisia kahvi- ja suklaalaatuja
erilaisia makkaroita ja oluita
erilaisia juustoja ja viinejä
eksoottisia hedelmiä
jokin muu?



Mitä voisimme tehdä valokuvaukseen liittyen?

Jokainen esittelee yhden itselleen tärkeän kuvan.
Otetaan hauska yhteiskuva.
Opetellaan yhdessä kuvaamista.
Käydään valokuvanäyttelyssä.
jokin muu?



Millä tavalla voisimme nauttia kirjallisuudesta ja sanataiteesta?



Esitellään toisillemme oma lempikirja tai lempiruno.



Keksitään yhdessä runoja, loruja tai mietelauseita.



Järjestetään lukupiiri.



Kuunnellaan, kun joku lukee tai lausuu.



jokin muu?



Mikä olisi meille sopivan jännittävä juttu?



bingo tai lotto



iloiset yllätykset



heittäytymistä vaativat tehtävät



esitelmien pitäminen



syvälliset keskustelut



jokin muu?



Missä me voisimme käydä kahvilla?



torilla tai kahvilassa



huoltoasemalla



museossa



luonnon helmassa



jonkun kotona



jokin muu?



Millaisesta hemmottelusta me nauttisimme?



käsihieronta ja manikyysi



päähieronta ja kasvohoito



saunailta ja saunajuomat



juhla-ateria ja kaunis kattaus



jokin muu?





Mikä ajanjakso meitä kiinnostaa eniten?



lähihistoria ja muistelu



ajankohtaiset asiat



tulevaisuuden näkymät



kaikki sopivassa suhteessa



jokin muu?



Mitä voisimme tehdä jostakin meitä koskettavasta aiheesta?



runon tai laulun



yhteisen maalauksen



esityksen



muistorasian tai muisteluskun



jokin muu?



Miten voisimme parantaa maailmaa?



Aloitetaan itsestämme.



Kirjoitetaan paikallislehteen.



Lähdetään osoittamaan mieltä.



Otetaan yhteyttä kunnan



vanhusneuvostoon.



jokin muu?



Mitä me voisimme järjestää toisten iloksi?



tempaus tai talkoot



tehtävärata tai luontoretki



kirpputori tai myyjäiset



taidenäyttely tai perinnepäivä



jokin muu?

