

KIRJOITUSPYYNTÖ

Hyvä ikäihminen, kirjoitathan meille ajatuksiasi mielen hyvinvoinnista!

Ikäihmisten mielen hyvinvointi ja sen vahvistamisen keinot ovat ajankohtaisia aiheita Ikäinstituutissa. Vanhuuden Mieli -projektissa (RAY 2011-2014) on koottu tietoa ikäihmisten mielen hyvinvoinnista ja siihen vaikuttavista tekijöistä sekä heidän arjen voimanlähteistään. Olemme oppineet mielen hyvinvoinnista ja sen kokonaisuus on tarkentunut paljon ikäihmisten ääntä kuunnellen. Haluamme kuulla aiheesta lisää ja olla osaltamme kehittämässä keinoja mielen hyvinvoinnin vahvistamiseksi sekä olla välittämässä ikäihmisten näkemyksiä eteenpäin muille toimijoille.

Vuoden psykologiksi valittu Sirkkaliisa Heimonen pyytää kirjoituksia iäkkäiltä ihmisiltä aiheeseen liittyen. Kirjoitathan, mitä mielen hyvinvointi sinulle merkitsee ja mitkä tekijät elämässäsi sitä vahvistavat. Voit kirjoittaa vapaasti voimaa ja valoa elämääsi tuottavista asioista ja arjen iloista tai voit peilata asiaa laajemmin oman elämänkulkusi valossa tarkastellen sitä, mitkä asiat ovat vieneet elämässä eteenpäin. Entä mitä ajattelet ikääntymisestä ja vanhuudesta yleensä?

Kirjoituksesi voi olla pitkä tai lyhyt, varustettu nimimerkilläsi tai nimelläsi. Lähetä kirjoituksesi sähköpostilla Sirkkaliisa Heimoselle (etunimi.sukunimi@ikainstituutti.fi). Voit lähettää myös paperille kirjoitettuja tarinoita osoitteeseen: Sirkkaliisa Heimonen, Ikäinstituutti, Asemapäällikönkatu 7, 00520 Helsinki.

Koostamme kirjaa ikäihmisten mielen hyvinvoinnista ja tavoitteena on hyödyntää kirjoitusten tuottamaa tietoa kirjoitustyön taustana. Tekstit toimitetaan siten, ettei niistä voi tunnistaa yksittäistä kirjoittajaa. Kerätty aineisto on hyödyllinen myös Ikäinstituutin toiminnan jatkosuunnittelussa ja hankevalmistelussa. Kirjoitukset säilytetään Ikäinstituutissa vuoden 2015 loppuun saakka.