



Laurea-ammattikorkeakoulu



Taide muistisairaiden
hyvinvoinnin tukena

Opas taidemuotojen soveltamisesta

Lempeä hoiva

Juulia Lindeman



Taiteen merkitys muistisairaiden hoidossa on noussut esiin erityisen tärkeänä osana kokonaisvaltaista hoitoa. Taide tarjoaa ei-verbaalisen kanavan tunteiden ilmaisulle, auttaa käsittelemään vaikeita kokemuksia ja luo merkityksellisiä hetkiä, jotka voivat tuoda iloa, rauhaa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Taiteellinen toiminta, kuten maalaaminen, piirtäminen, musiikki ja tanssi, voi stimuloida aivojen toimintaa, parantaa kognitiivisia kykyjä ja edistää uusien hermoratojen muodostumista. (Fancourt & Finn 2019)

Oppaan tarkoitus

Oppaan tarkoituksena on tuoda esiin, kuinka erilaiset taidemuodot, kuten musiikki, maalaaminen, savityöt ja teatteri, voivat tukea muistisairaiden kognitiivista toimintaa, emotionaalista hyvinvointia ja sosiaalista osallisuutta.

Opas tarjoaa käytännönläheisiä ohjeita ja suosituksia taidemuotojen hyödyntämisestä muistisairaiden hyvinvoinnin tukemisessa



Oppaan sisältö

Luova itseilmaisu

- **Tatamuri®:** Ekspressiivinen ryhmätaideterapia, jossa yhdistyvät kuvataide, tarinankerronta ja kehollinen virittäytyminen
- **Ruusutarha:** Suodatinpaperista tehtävät kukat akryyliväreillä.
- **Kahvitauko:** Kahvin ja suolan avulla luotu teos, johon liitetään valokuva.
- **Mielenmaisema:** Vesiväriytyö, jossa maalataan omia tunteuksia märälle paperille ohjatun tarinan pohjalta.
- **Marmorivaahdo:** Partavaahdon ja elintarvikevärien yhdistelmä, joka luo marmoroidun pinnan vesiväripaperille.
- **Muistorasia:** Henkilökohtainen laatikko, johon kootut valokuvat, esineet ja tekstit tuovat muistisairaalan elämänvaiheet ja muistot konkreettisesti esille, tukien tunteiden käsittelyä ja vuorovaikutusta läheisten kanssa

Savityö

Lehtikuvioitu savikulho: Savityö, jossa käytetään lehtien kuvioita ja akryylimaalausta

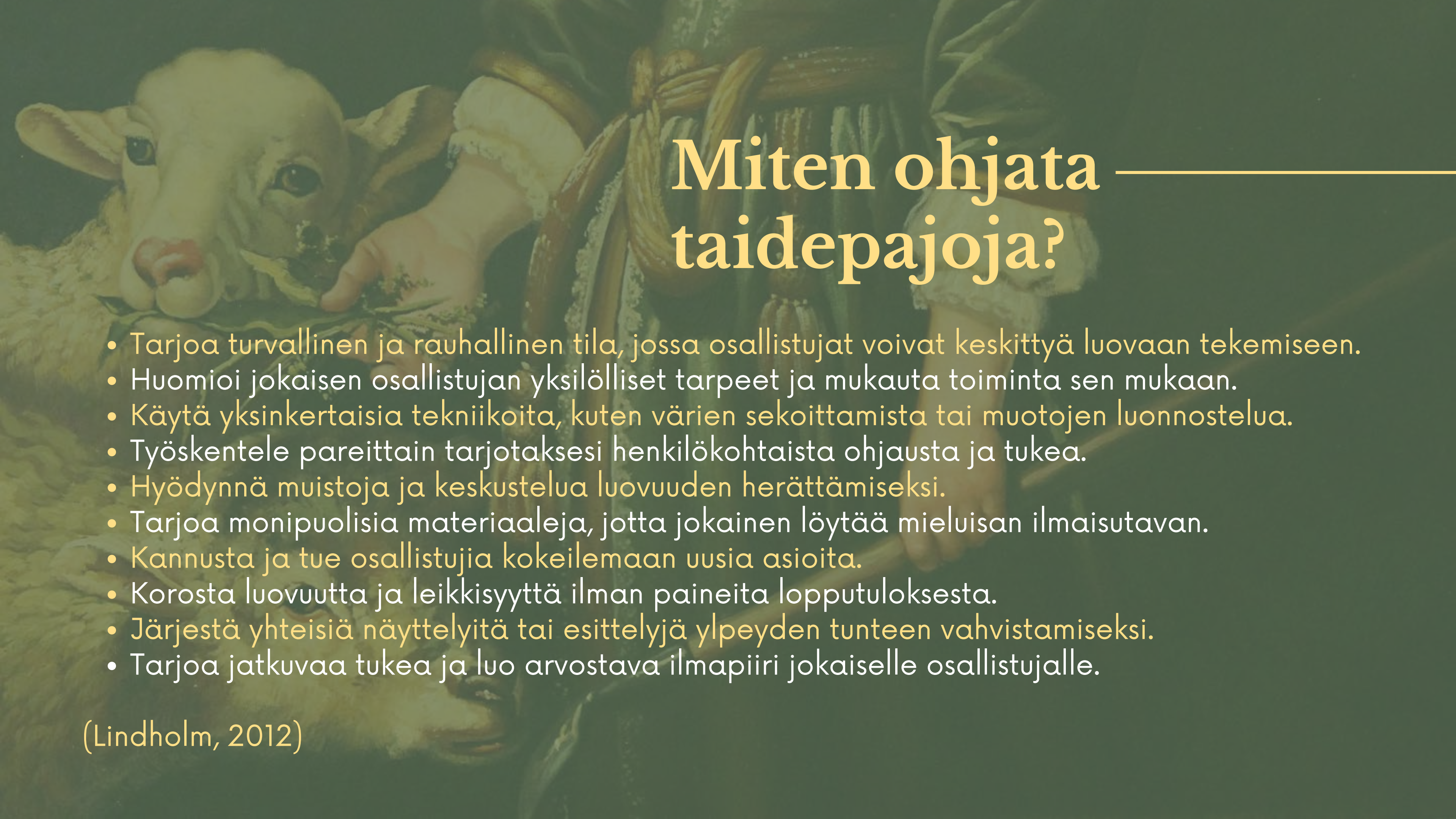
Musiikki / Tarinankerronta

- **Musiikki:** Musiikki tuo iloa ja rauhaa arkeen, herättää muistoja ja vahvistaa vuorovaikutusta esimerkiksi lempikappaleiden kuuntelun, yhteislaulun tai soittimien avulla
- **TimeSlips:** Ryhmässä toteutettava tarinankerronta, joka perustuu mielikuvituksen käyttöön ja nykyhetken kokemukseen

Yleisiä vinkkejä

- Luo turvallinen ympäristö, jossa ihmiset voivat osallistua luoviin taideaktiviteetteihin.
- Kannusta henkilökuntaa ja vierailijoita osallistumaan luoviin aktiviteetteihin.
- Tarjoa vapaaehtoisille välineitä ja tukea taidetoiminnan järjestämiseen.
- Tee yhteistyötä taideorganisaatioiden kanssa tuodaksesi taideprojekteja asukkaille.
- Suunnittele muistisairaiden taidetoiminta yksilöllisten mieltymysten ja kykyjen pohjalta.
- Hyödynnä monipuolisia taidemuotoja, kuten musiikkia, tanssia ja puutarhanhoitoa.
- Tarjoa valinnanvaraa, jotta osallistujat voivat vaikuttaa taidetoimintaan.
- Järjestä henkilökunnalle koulutusta taidelähtöisten menetelmien käyttöön.
- Käytä interaktiivisia työkaluja, kuten digitaalista taidemaalausta tai virtuaalitodellisuutta.
- Järjestä säännöllisiä taidetapahtumia, kuten esityksiä, näyttelyitä tai työpajoja.
- Vie taidetoimintaa ulos luontoon tarjoamaan rauhoittavia kokemuksia.
- Luo yhteisöprojekteja, joissa kaikki voivat yhdessä tehdä taidetta.
- Dokumentoi taidetoiminnan vaikutukset ja jaa onnistumistarinoita.
- Arvosta osallistujien taideteoksia ja juhli saavutuksia vahvistaaksesi itsetuntoa.

(ARIIA, 2024) (Voise Foundation, 2024)

A painting of a hand holding a small lamb's head, with a basket of straw in the background. The image is used as a background for the text.

Miten ohjata taidepajoja?

- Tarjoa turvallinen ja rauhallinen tila, jossa osallistujat voivat keskittyä luovaan tekemiseen.
- Huomioi jokaisen osallistujan yksilölliset tarpeet ja mukauta toiminta sen mukaan.
- Käytä yksinkertaisia tekniikoita, kuten värien sekoittamista tai muotojen luonnostelua.
- Työskentele pareittain tarjotaksesi henkilökohtaista ohjausta ja tukea.
- Hyödynnä muistoja ja keskustelua luovuuden herättämiseksi.
- Tarjoa monipuolisia materiaaleja, jotta jokainen löytää mieluisan ilmaisutavan.
- Kannusta ja tue osallistujia kokeilemaan uusia asioita.
- Korosta luovuutta ja leikkisyyttä ilman paineita lopputuloksesta.
- Järjestä yhteisiä näyttelyitä tai esittelyjä ylpeyden tunteen vahvistamiseksi.
- Tarjoa jatkuvaa tukea ja luo arvostava ilmapiiri jokaiselle osallistujalle.

(Lindholm, 2012)

TATAMURI®

TATAMURI®-menetelmä on suunniteltu rikastamaan vaikeasti muistisairaiden ja heidän omaistensa välistä vuorovaikutusta taidelähtöisten keinojen avulla. Menetelmä perustuu ekspressiiviseen ryhmätaideterapiaan, jossa yhdistyvät kuvataide, tarinankerronta ja yhteisöllinen toiminta. (Butter, 2017)

1. **Aloitus:** Osallistujat tunnustelevat olotilaansa ja keskittyvät tulevaan kevyiden kehollisten harjoitusten, kuten käsien lämmittelyn, avulla.
2. **Virittäytyminen:** Tutustutaan taidemateriaaleihin, -tekniikoihin ja -teemoihin rennon ilmapiirin luomiseksi.
3. **Taidetyöskentely:** Osallistujat luovat omia teoksiaan painottaen vapaata itseilmaisua ilman lopputuloksen merkitystä.
4. **Jakaminen:** Teokset, tarinat ja kokemukset jaetaan, vahvistaen vuorovaikutusta ja yksilöllisyyden näkyväksi tekemistä.
5. **Lopetus:** Reflektoidaan kokemuksia ja luodaan turvallisuuden tunne jatkuvuudella.

Menetelmän keskeisiin elementteihin kuuluu yhdessä tekeminen, jossa muistisairas ja omainen työskentelevät rinnakkain vuorovaikutusta vahvistaen. Ryhmät ovat suljettuja, ja niiden rakenne on selkeä ja säännöllinen. Tämä tuo turvallisuutta ja ennakoitavuutta kaikille osallistujille.

Ruusutarha

Jenna Piirron (2021) esittelemä ruusutarha sisältää kauniin kuvataiteellisen harjoituksen. Ohjeet ovat seuraavat:

Tarvitset: suodatinpaperia, vettä, akryyliväriä, neulan ja lankaa sekä sakset.

Kuvat: Jenna
Piirto 2021



Työvaiheet:

1. Aseta muutama suodatinpaperi pinoksi, ja leikkaa pinon keskeltä kukan terälehdien muotoinen kappale.
2. Sekoita veteen punaista akryyliväriä ja sekoita. Kasta terälehdet veteen yksi kerrallaan. Aseta sopivalle alustalle kuivumaan.
3. Pujota lanka neulansilmään, ja tee solmu. Tee terälehdien juureen pieni taitos, ja pistä neula taitoksen läpi. Toista.
4. Liitä tällä tavoin terälehdet toisiinsa kiinni kukan muotoiseksi kehäksi, kiristä lanka ja asettele terälehtiä tarvittaessa.
5. Käänä kukka ympäri, ja päättelee lanka.

Kahvitauko

Piirron (2021) kahvitauko käyttää mielenkiintoisesti eri elementtejä taiteen luomiseen. Ohjeet ovat seuraavat:

Tarvitset: vesiväripaperia, keitettyä kahvia, suolaa, siveltimiä, liimaa ja valokuvan

Kuvat: Jenna
Piirto 2021



Työvaiheet:

1. Kaada esimerkiksi laakeaan vatiin keitettyä kahvia. Kasta paperi kahviin.
2. Nosta paperi pois, ja ripottele vielä märälle paperille pikakahvijauhetta. Voit halutessasi vielä kostuttaa työtä kahvilla, tai jatkaa työtä kahvilla maalaten.
3. Ripottele märälle työlle karkeaa merisuolaa, ja anna kuivua.
4. Kun teos on kauttaaltaan kuiva, liimaa sen päälle haluamasi valokuva.

Mielenmaisema

Piirto (2021) esittelee tunnetun, mutta idyllin taideharjoituksen ja sen ohjeistamisen nimeltä mielenmaisema.

Tarvitset: pyyheliinan, vesiväripaperia, vettä, siveltimiä, vesivärit ja talouspaperia.

Kuva: Jenna
Piirto 2021



Työvaiheet:

1. Varaa suojatulle työtasolle kauttaaltaan kasteltu pyyheliina, vesiväripaperia, vettä ja talouspaperia sekä vesivärit ja muutama erikokoinen sivellin.
2. Kastele paperi kauttaaltaan, ja aseta se pyyheliinan päälle. Paperin on tarkoitus pysyä märkänä koko työskentelyn ajan.
3. Lue ohjattavalle oheinen kuvaus: ohjattava voi sulkea silmänsä kuuntelun ajaksi, ja aloittaa työskentelyn luvun jälkeen.
4. Maalatessa voi vaihdella siveltimen kokoa, ja mikäli maali juoksee liian vikkellästi, työtä voi välissä kuivata hellävaroen talouspaperilla. Työskentelyn päätyttyä anna työn kuivua rauhassa.

Lue ääneen ryhmälle:

”Istut kotisi portailla, ja vasta noussut aurinko lämmittää kehoasi. Näet sivusilmällä portaita reunustavan, violettina hehkuvan syreenirivin, ja haistat sen tuoksun häivähdyksen. Hieman kauempana, portailta johtavan polun päässä, näet pui-sen portin, jonka takana näkyy kaunis puutarha.

Nouset, venyttelet hieman, ja lähdet kulkemaan pitkin polkua. Tunnet polun auringon lämmittämät, tasaiset kivet jalkapohjiasi vasten. Saavut portille ja avaat sen salvastaan, ja tunnet käsissäsi salvan karheat puunsytyt. Työnnät portin auki, ja jatkat matkaasi.

Vastassasi on lukuisten värien ja tuoksujen meri: huomaat vaaleanpunaiset särkyneen sydämen kukinnon helmet, ja niiden takana kukkivat purppurat liljat. Kun jatkat matkaasi, sormenpääsi hipaisevat kasveista korkeimpia, ja sivusilmälläsi näet taivaan kanssa kilpaa sinisenä hehkuvan kurjenmiekan.

Saavut pienelle puutarhapaviljongille, ja istut alas puutarhapöydän ääreen. Rentoudut, ja kuulet korvissasi lukuisten lintujen laulun; jossakin kauempana kukkuu käki. Tunnet varpaissasi vihreät ruohotupsut ja nautit niiden viileydestä lämpimässä kesäpäivässä. Annat katseesi levätä puutarhassa, ja viivyttelet aloillasi vailla kiirettä.

Lopulta venyttelet hitaasti, puristelet sormiasi ja varpaitasi, ja nouset hitaasti ylös. Palaat verkkaisesti polkua pitkin takaisin kotiin, ja näet silmissäsi kotisi puuportaot ja niitä reunustavat syreenit. Portaot narahtelevat jalkojesi alla hiljaa, kun nouset ylös; katseesi kohtaa askelmaa ylittävän, vihreän sisiliskon. Annat sille tietä, ja seuraat sen matkaa kohti sitä polkua, jota pitkin juuri astelit.

Vedät syvään henkeä ja annat auringon lämmittää sinua vielä hetken aikaa. Tästä päivästä on tulossa kiireetön, eikä mikään huoli paina mieltäsi; tästä on tulossa hyvä päivä” (Piirto 2021)

Marmorivaahto

Piirto (2021) esittelee myös ainutlaatuisen tekniikan, joka vie suoraan värien leikin ytimeen.

Tarvitset: laakean vadin, partavaahtoa, elintarvikevärejä, vesiväripaperia sekä lusikan

Kuvat: Jenna
Piirto 2021



Työvaiheet:

1. Pursota laakeaan vatiin partavaahtoa.
2. Lisää muutamia tippoja elintarvikevärejä, ja sekoita väri sattumanvaraisesti vaahdon joukkoon lusikan avulla.
3. Painele vesiväripaperi vaahtoon ja liikuttele paperia hieman, että vaahdo tarttuu paperiin.
4. Kaavi ylimääräinen vaahdo paperista pois esimerkiksi toisen paperin tai pahvinpalan avulla.

Muistorasia

Holappa ja Lahtinen (2021) puhuvat opinnäytetyössään ” Lääkkeettömät menetelmät käytösoireisen muistisairaahan hoidon tukena” muistorasia harjoitteesta. Muistorasia on esimerkiksi laatikko, johon kootaan tekstejä, kuvia, esineitä ja muita dokumentteja henkilön menneisyydestä. Se toimii eräänlaisena muistojen maailmana, jossa ihmisen henkilökohtainen elämä ja kokemukset tuodaan esille.

Muistorasiaa voidaan hyödyntää monin tavoin, kuten muistojen herättämisessä, surun ja traumaattisten kokemusten käsittelyssä sekä sopeutumisessa elämän muutoksiin, esimerkiksi siirryttäessä palveluasumiseen tai kohdatessa läheisen menetyksen. Muistojen avulla vahvistetaan ymmärrystä eletystä elämästä, ja ne voivat toimia voimavarana arjessa. Muistorasia tukee myös vuorovaikutusta ja kommunikointia esimerkiksi muistisairaahan ja hänen läheistensä välillä. (Holappa, Lahtinen 2021)



Kuva: Holappa, Lahtinen 2021

Lehtikuvioitu savikulho

Muistisairaiden osallistaminen yksinkertaisiin savitöihin voi tarjota aistiärsykyitä, kehittää hienomotorisia taitoja ja luoda onnistumisen tunnetta. Yksi tehokas ja helppo projekti on lehtikuvioitun savikulhon valmistaminen. (Crossroads Hospice 2021)

Tarvikkeet: Tukevatekoinen lehti, ilmakeivuva savi, saveen kaulin tai tavallinen kaolin, muovinen muotoilutyökalu tai veitsi, akryylimaalali, sivellin, alumiinifoliota.

Työvaiheet:

1. Kauli savi haluamaasi paksuuteen kulhoa varten.
2. Aseta lehti saveen päälle.
3. Kauli lehden päältä niin, että sen kuvio painautuu saveen.
4. Käytä muotoilutyökalua tai veistä ja leikkaa lehden ääriviivojen mukaan.
5. Poista ylimääräinen savi varovasti lehden ympäriltä.
6. Irrota lehti varovasti savesta.
7. Käytä alumiinifoliota taivuttaaksesi savesta tehdyn lehden kulhon muotoon.
8. Anna kuivua täysin.
9. Maalaa täysin kuivunut savikulho akryylimaalilla.
10. Anna maalin kuivua ja aseta kulho esille.



Musiikin käyttötavat

Seuraavat vinkit pohjautuvat oppaaseen "Lääkkeettömät menetelmät käytösoireisen muistisairaahan hoidon tukena" (Holappa & Lahtinen, 2021)

1. Taustamusiikkia voidaan hyödyntää rauhoittavana elementtinä.
2. Hoitotilanteissa lempimusiikin soittaminen voi helpottaa toiminnan sujuvuutta.
3. Lempimusiikin kuuntelu vähintään 15 minuuttia päivässä voi parantaa mielialaa ja tuoda iloa arkeen.
4. Musiikin käytöstä ei ole haittaa, kun se on huolella valittua. Sopimaton musiikki voi kuitenkin aiheuttaa levottomuutta ja hämmennystä.
5. Musiikkia voidaan käyttää monin tavoin: laulamalla yhdessä asukkaan kanssa, soittamalla hänelle mieluisia kappaleita, käyttämällä erilaisia soittimia tai antamalla asukkaan itse soittaa ja rytmittää musiikkia.

Hoitotyössä on hyödyllistä kirjata asukkaan hoitosuunnitelmaan hänen mielimusiikkinsa tai lempikappaleita erityisesti ajalta, jolloin hän oli nuori. Tutkimusten mukaan vaikuttavinta on musiikki ajalta, jolloin muistisairas oli 15–25-vuotias, sillä se herättää usein voimakkaita ja miellyttäviä muistoja. (Holappa & Lahtinen, 2021)

TimeSlips on ryhmässä toteutettava tarinankerrontamenetelmä, joka keskittyy nykyhetken kokemukseen sen sijaan, että painottaisi perinteistä muisteluaktiviteettia menneistä tapahtumista. Sen tavoitteena on rohkaista osallistujia ilmaisemaan itseään ja käyttämään mielikuvitustaan. (Ageing and Dementia Research Centre (ADRC), 2020)

1. **Valmistelu:** Asettele tuolit ympyrään tasa-arvoisen ilmapiirin luomiseksi ja valmistelee herätteleviä, mielikuvitusta ruokkivia kuvia. (esimerksi mies halaamassa tiikeriä)
2. **Toiminnan aloitus:** Tervehdi osallistujia nimellä ja selitä prosessi: "Tänään luomme yhdessä tarinan näiden kuvien pohjalta."
3. **Tarinankerronta:** Esittele kuva ryhmälle ja esitä avoimia kysymyksiä, kuten "Kuka tämä voisi olla?" tai "Missä tämä tapahtuu?" Lisää aistikysymyksiä, kuten "Miltä tämä voisi tuntua tai tuoksua?" ja rohkaise osallistujia yhdistämään kuvan elementtejä omaan mielikuvitukseensa
4. **Tarinan rakentaminen:** Kirjaa osallistujien vastaukset näkyvästi fläppi/valkotaululle, lue tarina ääneen ja kehitä sitä yhdessä osallistujien kanssa
5. **Päätös:** Lue valmis tarina ääneen, kiitä osallistujia, ja säilytä tarina tulevia käyttökertoja tai omaisia varten.

VINKKI! Älä oikaise tai hylkää osallistujien vastauksia. Rätätelöi kysymyksiä ja vihjeitä osallistujien reagoinnin ja kognitiivisten tasojen mukaan. Anna sanallista tukea ja pidä innostava sävy yllä osallisuuden edistämiseksi.



Taidetoiminnan vaikutukset muistisairaiden kognitioon, tunne-elämään ja sosiaaliseen kanssakäymiseen.

- **Kognitiiviset vaikutukset:** Taidetoiminta stimuloi muistia, vahvistaa aivojen hermoyhteyksiä ja hidastaa kognitiivista heikentymistä. Luovat aktiviteetit, kuten maalaaminen, kehittävät muistamista, ongelmanratkaisua ja keskittymiskykyä. Tietyt aivoalueet voivat aktivoitua, vaikka muut rappeutuvat.
- **Emotionaaliset vaikutukset:** Taiteen avulla muistisairaat voivat ilmaista tunteitaan, lievittää stressiä ja kokea iloa luomisprosessista. Taidetoiminta vahvistaa itsetuntoa ja tunnetta elämänhallinnasta, tarjoten arvostuksen ja kyvykkyyden kokemuksia.
- **Sosiaaliset vaikutukset:** Taideterapia edistää yhteisöllisyyttä, vuorovaikutusta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ryhmätoiminnassa jaetaan kokemuksia, vähennetään yksinäisyyden tunteita ja luodaan yhteisiä merkityksiä.



Johtavien Alzheimerin tutkijoiden mukaan taideterapian tutkimustiedon luotettavuus voi olla haastavaa saavuttaa. Sam Gandy Mount Sinai School of Medicinesta huomauttaa, että taideterapiaa koskevia interventioita on vaikea tutkia satunnaistetuilla ja kontrolloiduilla kokeilla, minkä vuoksi todisteisiin perustuvia hoitosuosituksia ei ole vielä saatavilla. Vaikka tällaista luotettavaa dataa on vaikea kerätä, Gandy korostaa, että taide voi silti parantaa potilaiden ja hoitajien elämänlaatua, vaikkakin vain tilapäisesti. Kaikki, mikä tuo helpotusta ja iloa heidän elämäänsä, on kokeilemisen arvoista, vaikka tieteellinen näyttö olisi vielä rajallista. (Alzforum, 2024)

Projektin toteutus

Projekti on tuotettu osana **Lempeä hoiva - Hyvinvointia hoivakotien henkilökunnalle ja asukkaille -hanketta**

Hankkeen toteuttamisesta vastaavat Laurea-ammattikorkeakoulu, Metropolia Ammattikorkeakoulu ja Haaga-Helia ammattikorkeakoulu. Hankkeessa ovat mukana Laurean avainkumppanit Vantaan ja Keravan hyvinvointialue, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue sekä Betesda-säätiö sr.



Lähteet

- Ageing and Dementia Research Centre (ADRC). 2020. Creative Drama and Storytelling in Dementia Care: Information for Practitioners. Bournemouth University, UK. Viitattu 7.12.2024. <https://gaietyschool.com/wp-content/uploads/2020/04/Story-To-Remember-booklet-EN-1.pdf>
- ARIIA. 2024. Arts-Based Interventions for Dementia Care, ARIIA Knowledge Implementation Hub. Viitattu 12.9.2024. <https://www.ariia.org.au/knowledge-implementation-hub/dementia-care/dementia-care-evidence-themes/arts-based-interventions>
- ALZFORUM. 2024. Art as Therapy—Can Creative Expression Soothe Dementia Symptoms? Viitattu 12.9.2024. <https://www.alzforum.org>
- Butter, T. 2017. TAIDETTA JA TARINOITA MUISTISAIRAAN RINNALLA – TATAMURI®-menetelmän kehitystyö ja konseptointi. Viitattu 10.12.2024. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/130987/Butter_Tiina%20%20.pdf?sequence=1&
- Crossroads Hospice. 2021. Leaf bowl craft activities for dementia patients. Viitattu 7.12.2024. <https://www.crossroadshospice.com/hospice-palliative-care-blog/2021/october/13/leaf-bowl-craft-activities-for-dementia-patients/>
- Fancourt, D. & Finn, S. 2019. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being. World Health Organization. HEALTH EVIDENCE NETWORK SYNTHESIS REPORT 67. Viitattu 12.9.2024. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>
- Holappa, S. Lahtinen S. 2021. Lääkkeettömät menetelmät käytösoireisen muistisairaahan hoidon tukena. Viitattu 5.12.2024. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/507446/L%c3%a4%c3%a4kkeett%c3%b6m%c3%a4t%20hoitomenetelm%c3%a4t%20k%c3%a4yt%c3%b6soireisen%20muistisairaahan%20hoidon%20tukena-%20opinn%c3%a4ytety%c3%b6mme.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Holappa, S. Lahtinen S. 2021. Opas Lääkkeettömät menetelmät käytösoireisen muistisairaahan hoidon tukena.pdf. Viitattu 5.12.2024. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/507446/Opas%20L%c3%a4%c3%a4kkeett%c3%b6m%c3%a4t%20menetelm%c3%a4t%20k%c3%a4yt%c3%b6soireisen%20muistisairaahan%20hoidon%20tukena.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Lindholm, M. 2012. KUVATAIDETTA MUISTISAIRAIDEN VANHUSTEN ILOKSI. Turun Ammattikorkeakoulu. Viitattu 5.12.2024. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/52011/Lindholm_Marika.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Piirto, J. 2021. Taito tallessa! Luovia harjoitteita muistityön tueksi. Viitattu 5.12.2024. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/505545/Piirto_Jenna2.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Voise Foundation. 2024. The Transformative Power of Art as a Therapy for Dementia Patients. Viitattu 14.10.2024. <https://www.voisefoundation.org>