

AGE_THEA: THEATRE FOR HEALTHY AGEING

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2025



ΣΥΜΜΕΤΟΧΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΘΕΑΤΡΟΥ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ

Κατά τη διάρκεια του Σεπτεμβρίου και Οκτωβρίου 2025, οι εταίροι του έργου AGE_THEA ολοκλήρωσαν τη φάση πιλοτικής εφαρμογής των Θεατρικών Δραστηριοτήτων, δοκιμάζοντας το πλήρες σύνολο των ασκήσεων που θα δημοσιευθούν στον Οδηγό Συμμετοχικών Θεατρικών Δραστηριοτήτων για Ηλικιωμένους.

Τα εργαστήρια πραγματοποιήθηκαν σε κάθε χώρα εταίρο και συμμετείχαν ηλικιωμένοι, καθώς και φροντιστές. Στόχος αυτής της φάσης ήταν η αξιολόγηση της προσβασιμότητας και του αντίκτυπου κάθε δραστηριότητας, ώστε ο τελικός οδηγός να αντανακλά τις ανάγκες και τις πραγματικές συνθήκες διαφορετικών δομών φροντίδας και κοινοτήτων.



Οι συναντήσεις έφεραν κοντά ένα ευρύ φάσμα συμμετεχόντων από όλη την Ευρώπη.

Συνολικά: **93**
ηλικιωμένοι και **26**
φροντιστές.



“On Stage in the Golden Age: Theatre for Healthy Ageing” -
βελτιώνοντας την **ψυχική υγεία** και την **κοινωνική ένταξη** των
ηλικιωμένων μέσα από την καινοτόμο χρήση του θεάτρου.



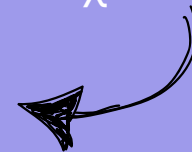
Η πρώτη κατηγορία που διερευνήθηκε ήταν η δουλειά με το **σώμα**. Στο πλαίσιο του κοινωνικού θεάτρου, το σώμα γίνεται κάτι περισσότερο από μέσο φυσικής κίνησης: αποτελεί μια πύλη προς το συναίσθημα και τη σύνδεση.

Μέσα από απλές σωματικές ασκήσεις, αυτοσχεδιασμούς και καλλιέργεια της σωματικής επίγνωσης, οι συμμετέχοντες ξαναανακάλυψαν το σώμα τους ως αφηγηματικό εργαλείο.

Ένα ακόμη κεντρικό στοιχείο του οδηγού είναι η δουλειά με τη **φωνή**. Φωνητικές ασκήσεις προθέρμανσης, ρυθμικές δραστηριότητες και εκφραστική εκφορά λόγου βοήθησαν τους συμμετέχοντες να εξερευνήσουν τη φωνή τους με νέους τρόπους. Η φωνή έγινε δίαυλος για την κοινοποίηση ιστοριών και αναμνήσεων.

Οι συλλογικές φωνητικές δραστηριότητες ενίσχυσαν το αίσθημα του ανήκειν και την αναστοχαστική διάθεση πάνω σε κοινωνικά και προσωπικά θέματα.


Διαθέσιμο διαδικτυακά: Οδηγός Συμμετοχικού
Θεάτρου για Ηλικιωμένους
<https://age-thea.eu>

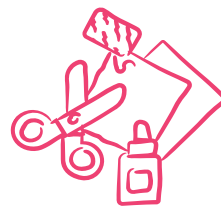


LEARN MORE


 www.age-thea.eu

 On Stage in the Golden Age: Theatre for Healthy Ageing

 Instagram: age.thea2023



Οι συνεδρίες περιλάμβαναν επίσης μια σειρά από **χειρωνακτικές δραστηριότητες**, προσκαλώντας τους συμμετέχοντες να χρησιμοποιήσουν τα χέρια τους για να φανταστούν, να δημιουργήσουν, να κατασκευάσουν και να μεταμορφώσουν αντικείμενα. **Αυτές οι ασκήσεις** ενίσχυσαν την αυτονομία, τη συνεργασία και τις λεπτές κινητικές δεξιότητες.

Οι εταίροι έχουν ήδη ξεκινήσει τις **εθνικές εκστρατείες ενημέρωσης**, οι οποίες θα συνεχιστούν τις επόμενες εβδομάδες.

Οι δράσεις αυτές στοχεύουν στην προώθηση του ρόλου του θεάτρου ως ουσιαστικού εργαλείου για την υποστήριξη της ψυχικής υγείας και της ευημερίας των ηλικιωμένων, των οικογενειών τους, των φροντιστών και των επαγγελματιών που εργάζονται στους τομείς της κοινωνικής φροντίδας, της ψυχικής υγείας και των τεχνών.

Μείνετε συντονισμένοι!



Μια τέταρτη διάσταση που δοκιμάστηκε αφορούσε τις **φωτογραφίες**. Οι φωτογραφίες αποδείχθηκαν ισχυρά εργαλεία για την ανάκληση αναμνήσεων, την τόνωση συναισθημάτων και φαντασίας, καθώς και για την υποστήριξη της μη λεκτικής επικοινωνίας.




lecompagniemalviste

LEARN MORE



 www.age-thea.eu

 On Stage in the Golden Age: Theatre for Healthy Ageing

 Instagram: [age.thea2023](https://www.instagram.com/age.thea2023)