



SINOPSIS

CARE SUNT REZULTATELE CHEIE ALE RAPORTULUI NOSTRU TRANSNAȚIONAL?



PE SCENĂ LA VÂRSTA DE AUR: TEATRU PENTRU ÎMBĂTRÂNIRE SĂNĂTOASĂ



lecompagniemalviste



Éδpa
social cooperative
activities for
vulnerable groups



ASOCIATIA HABILITAS
CENTRUL DE ÎNVAȚARE
ȘI FORMARE PROFESIONALĂ



SOCIETATEA ROMÂNĂ
ALZHEIMER



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΤΤΙΚΗΣ ΑΘΗΝΑΣ



RightChallenge

De ce AGE_THEA?

Populația globală de vârstnici este în creștere, estimându-se că până în 2050 va ajunge la 1,6 miliarde de persoane cu vârsta de 65 de ani și peste. Această creștere a vârstei poate duce la o vulnerabilitate mai mare la probleme de sănătate, cum ar fi bolile cronice, tulburările mintale și demența. Organizația Mondială a Sănătății (OMS, 2023) și Comisia Europeană susțin îmbătrânirea activă și sănătoasă, propunând **intervenții bazate pe arte** care leagă creativitatea de sănătatea fizică și mintală.

Cercetările extinse arată că **integrarea activităților teatrale** în intervențiile creative poate îmbunătăți semnificativ sănătatea fizică și mintală, precum și bunăstarea psihosocială a adulților în vârstă. Acest lucru se datorează faptului că teatrul are un dublu rol în îmbunătățirea stării de bine, funcționând atât ca o măsură preventivă, cât și ca o metodă de vindecare sau tratament pentru persoanele în vârstă cu și fără deficiențe cognitive, cum ar fi demența și boala Alzheimer.

AGE_THEA este un proiect de doi ani, cofinanțat de Comisia Europeană, implementat de șase organizații europene: Societatea Română Alzheimer (România), Le Compagnie Malviste (Italia), EDRA (Grecia), RightChallenge (Portugalia), Asociația Habilitas (România) și Universitatea de Vest Attica (Grecia). Proiectul își propune să **crească gradul de conștientizare cu privire la rolul și impactul teatrului** în prevenirea și tratamentul sănătății și **bunăstării psihosociale a persoanelor în vârstă** care trăiesc cu sau fără Alzheimer sau alte forme de demență. Sinergiile dintre diferite domenii (social, cultural și de sănătate) vor duce la dezvoltarea unui **program de formare de înaltă calitate** pentru operatori. În plus, prin **activități teatrale participative**, AGE_THEA își propune să promoveze îmbătrânirea activă, bunăstarea psihosocială a vârstnicilor și incluziunea lor socială.

Ce reprezintă raportul transnațional?

Raportul transnațional AGE_THEA reprezintă al doilea pachet de lucru (WP2) dintre cele cinci ale proiectului. Raportul subliniază **rolul esențial al teatrului în îmbunătățirea sănătății și bunăstării psihosociale a persoanelor vârstnice**, inclusiv a celor care trăiesc cu demență-Alzheimer sau alte deficiențe cognitive. Bazat pe cercetări documentare (recenzii ale literaturii internaționale și naționale) și lucrări de teren (grupuri de discuție, activități teatrale) desfășurate în fiecare țară parteneră ERASMUS+, raportul oferă ghiduri pentru dezvoltarea unui program de formare de înaltă calitate și a unei metodologii bazate pe activități teatrale pentru operatori.

Raportul este împărțit în cinci secțiuni, fiecare bazată pe date colectate utilizând o varietate de metode: 1)O recenzie a literaturii internaționale; 2) Recenzii ale literaturii naționale; 3)Discuții în focus grupuri cu profesioniști, persoane vârstnice și îngrijitori ale acestora (informali sau formali) din fiecare țară ERASMUS+; 4)Activități teatrale desfășurate de fiecare organizație parteneră; 5) Recomandări generale și specifice pentru a ajuta țările partenere să dezvolte o metodologie adecvată pentru implementarea programului de formare. Oriunde este posibil, sunt furnizate informații despre organizații publice și sectorul privat (profit, non-profit și ONG-uri) care oferă îngrijire și activități creative pentru persoanele vârstnice în fiecare țară parteneră.

Care sunt rezultatele cheie ale revizuirii literaturii?

Recenzia literaturii internaționale acoperă etimologia și o scurtă istorie a teatrului în societățile occidentale, de la vremurile antice până în secolul XX, când artiști revoluționari și pionieri progresiști (de exemplu, Bertolt Brecht, Jerzy Grotowski, J.L. Moreno, Augusto Boal) au văzut teatrul ca un spațiu pentru vocea celor oprimiți și săraci. Ideile lor radicale despre eliminarea barierei dintre interpret și publicul său, despre faptul că teatrul poate fi realizat în afara unei scene tradiționale și că oricine, inclusiv persoanele în vârstă, nu doar actorii, poate participa la teatru au pus bazele formei de teatru aplicat din zilele noastre.

Recenzia din raportul nostru transnațional subliniază importanța **intervențiilor teatrale pentru a răspunde nevoilor individuale și a contextelor specifice**. Aceste intervenții pot include tipuri specifice de teatru (de exemplu, Teatrul Playback, Teatrul Reminiscentă, Teatrul Cititorilor etc.) sau metode care utilizează un amestec de activități senzoriale, dramatice și estetice, precum și exerciții experiențiale bazate pe muzică, inspirate de teatru și dramă, pentru a stimula amintirile sau a încuraja persoanele în vârstă să-și folosească imaginația și creativitatea (de exemplu, Metoda Veder, Dramă recreațională, TimeSlips). Raportul subliniază, de asemenea, **necesitatea incluziunii și a diversității în intervențiile teatrale**, deoarece stigmatizarea bazată pe vârstă poate afecta performanțele cognitive și fizice, accesul la servicii medicale și identitatea de sine. Recenzia sugerează că intervențiile teatrale ar trebui să prioritizeze incluziunea și integritatea etică pentru a asigura succesul, siguranța, eficiența și beneficiile pentru toate părțile implicate.

Recenzia literaturii, **analiza rapoartelor naționale** și colectarea datelor din multiple surse au relevat un **decalaj semnificativ în literatura existentă despre creativitate**, în special în contextul intervențiilor teatrale pentru adulții în vârstă și al politicilor care îi afectează. Acest **decalaj variază între țările partenere** și în cadrul regiunilor lor locale respective. În ciuda acestei disparități, toate țările partenere oferă inițiative teatrale pentru persoanele în vârstă, inclusiv pentru cele cu demență Alzheimer. Totuși, este important de menționat că aceste inițiative fac parte, în principal, din proiecte pe termen scurt și nu sunt implementate în mod sistematic. Astfel de inițiative sunt concepute pentru a implica adulții în vârstă și îngrijitorii acestora într-o varietate de programe, inclusiv cursuri de formare, grupuri de teatru comunitar, ateliere de teatru terapeutic, precum și festivaluri și evenimente culturale.

Care sunt rezultatele cheie ale focus grupurilor ?

AGE_THEA a organizat focus grupuri în cadrul facilităților partenerilor ERASMUS (Asociația Habilitas și Societatea Română Alzheimer din România, EDRA în Grecia, Le Compagnie Malviste în Italia și RightChallenge în Centrul Social Padre José Coelho din Portugalia). Participanții au fost recrutați din bazele de date ale organizațiilor lor, criteriile de includere necesitând experiență anterioară în activități creative, teatrale sau bazate pe dramă. Un eșantion de **47 de participanți** a luat parte la cele patru focus grupuri, **împărtășind experiențele, percepțiile și cunoștințele lor** despre implementarea sau participarea la activități teatrale din diverse perspective (profesioniști, îngrijitori și persoane vârstnice).

Analiza datelor a identificat **patru teme majore**: a) experiența anterioară în implementarea sau participarea la activități dramatice sau teatrale cu adulți în vârstă (tipuri de activități dramatice sau teatrale), b) utilitatea activităților și abilitățile dezvoltate prin experiență relevantă, c) provocările sau obstacolele întâlnite în încercarea de a implementa activități legate de

dramă sau teatru, și d) factorii facilitatori pentru punerea în practică a activităților legate de teatru sau dramă: domenii de creștere și îmbunătățire.

Studiul a constatat că **experiența anterioară** în implementarea sau participarea la activități teatrale cu adulți în vârstă sunt esențiale pentru intervenții eficiente și cuprinzătoare. Constatările subliniază, de asemenea, importanța **sprijinirii îngrijitorilor** pentru a pune în practică activități legate de teatru sau dramă, precum și domeniile care necesită îmbunătățire. Abilitățile dezvoltate prin experiență includ capacitatea de a fi **sensibil la atmosfera de grup** și de a media pentru a aduce împreună nevoile diferitelor persoane, cum ar fi îngrijitorii și beneficiarii acestora. Activitățile teatrale au fost considerate benefice atunci când au fost aplicate persoanelor în vârstă, dar **uneori insuficiente** pentru a le motiva sau pentru a promova bunăstarea psihologică.

Pentru a aborda acest aspect, grupurile de discuție s-au concentrat pe dificultăți, beneficii, motivația pentru participare, importanța creării de rețele și adaptare. Participanții au subliniat importanța resurselor adecvate și a strategiilor adaptative pentru a depăși limitările fizice și financiare, precum și necesitatea motivației, având în vedere procesul de îmbătrânire și disponibilitatea de timp pentru planificarea și implementarea activităților stimulative.

Care sunt rezultatele cheie ale activităților teatrale?

Activitățile au fost conduse de doi facilitatori, dintre care cel puțin unul avea experiență în teatru/dramă sau creativitate. Activitățile au fost concepute pentru a fi rapide, ușor de planificat și potrivite pentru persoanele cu și fără deficiențe cognitive. Participanții au fost selectați din bazele de date ale organizațiilor, incluzând operatori din sectorul social, cultural și al sănătății, artiști, îngrijitori și persoane vârstnice (65+) cu capacitate legală. Activitățile au creat un spațiu sigur și încurajator, unde participanții s-au simțit înțeleși și conectați, subliniind importanța grupurilor de sprijin în gestionarea problemelor emoționale și sociale ale îngrijitorilor și persoanelor cu demență.

Rezultatele au arătat că majoritatea participanților au considerat activitățile plăcute și satisfăcătoare, cu o stimulare a creativității, în general, pozitivă. Activitățile au fost ușor de urmat, considerate de mare valoare, iar nivelurile de confort au fost ridicate. Gestionarea timpului a fost apreciată favorabil, iar satisfacția generală față de sesiuni a fost ridicată. Feedback-ul primit de la participanți a evidențiat în mod covârșitor impactul pozitiv al implicării în activități teatrale. S-a observat că implicarea activă în activități teatrale are potențialul de a împuternici persoanele vârstnice, promovând un sentiment de scop, oferindu-le vieții lor zilnice un sens și cultivând o mentalitate creativă pentru a face față provocărilor. Mai mult, s-a constatat că integrarea acestor activități îmbunătățește eficiența interacțiunii îngrijitorilor cu persoanele vârstnice, cu sau fără deficiențe cognitive. Această abordare colaborativă și creativă s-a dovedit promițătoare în ameliorarea simptomelor de stres și anxietate pentru toate părțile implicate, creând astfel o experiență plăcută și benefică pentru toată lumea.

Aveți recomandări pentru implementare?

Pe baza constatărilor din cercetarea documentară și munca de teren, ar trebui făcute mai multe recomandări pentru a utiliza **mai bine teatrul ca artă performativă și un instrument pentru îmbunătățirea sănătății fizice și mentale** și a bunăstării psihosociale a vârstnicilor cu sau fără demență-Alzheimer sau alte deficiențe cognitive. Acestea sunt grupate în două categorii principale: recomandări generale și recomandări specifice.

Recomandări generale

- Inițiative economice naționale în țările partenere care oferă **resursele necesare** pentru desfășurarea programelor și intervențiilor teatrale.
- **Suportul crescut și colaborarea** din partea autorităților locale și a ONG-urilor poate contribui la extinderea sferei de aplicare și a domeniului programelor teatrale.
- **Parteneriate de cooperare** între teatru, artele performative, ONG-uri, școli de științe sociale și de sănătate pot crea programe destinate vârstnicilor vulnerabili.
- **Programele incluzive** ar trebui să se adapteze nevoilor și intereselor diverse ale populației vârstnice, folosind instrumente digitale pentru limitările fizice.
- În ceea ce privește promovarea și sensibilizarea, **eforturile ar trebui intensificate** prin intermediul liderilor comunitari, furnizorilor de servicii de sănătate și asistență socială.
- Profesioniștii care lucrează cu vârstnicii ar trebui să fie **formați în utilizarea teatrului** ca metodologie de întărire a capacității.
- Asigurarea **accesibilității** teatrelor și a spațiilor de performanță pentru persoanele cu limitări fizice este esențială.

Recomandări specifice

- Programele de formare pentru profesioniștii care lucrează cu vârstnici ar trebui să se concentreze pe activități teatrale cu o abordare orientată pe proces, **punând accent pe experiență** mai degrabă decât pe produsul final.
- Predarea unei **varietăți de activități interactive și plăcute** pentru vârstnici, concentrându-se pe abilități cognitive, percepția memoriei și interacțiunea în comunitate, este esențială, mai ales pentru persoanele vulnerabile sau singure.
- Activitățile de implicare, cum ar fi **improvizația, jocul de teatru și exercițiile de memorie senzorială**, pot îmbunătăți sănătatea mentală și abilitățile de memorie ale vârstnicilor. Aceste activități promovează încrederea, respectul și comunicarea. Exercițiile corespunzătoare de deschidere și închidere pregătesc pentru activități creative, în timp ce exercițiile ușor de concretizat dezvoltă abilități cognitive și psihosociale (de exemplu, auto-exprimarea, încrederea în sine, stima de sine, imaginația, creativitatea).
- Activitățile pot avea o **funcție intergenerațională** și ar trebui să fie concepute pentru a promova implicarea, socializarea și bunăstarea generală a vârstnicilor, fiind flexibile pentru a se adapta preferințelor și abilităților individuale.
- Programele de formare pentru profesioniștii care interacționează cu vârstnicii prin activități teatrale se bazează pe **abilități de comunicare, umor și gestionare emoțională**. Prioritizarea acestor abilități asigură că profesioniștii sunt bine pregătiți pentru a oferi suport și asistență vârstnicilor, în special celor cu demență-Alzheimer sau alte deficiențe cognitive.
- **Practica etică** este esențială pentru relațiile de încredere cu vârstnicii, asigurând spații sigure pentru împărtășirea poveștilor. Practicienii trebuie să respecte seniorii pentru a proteja drepturile acestora și a menține integritatea profesională.

Unde găesc mai multe informații?

Puteți găsi mai multe informații pe site-ul nostru și pe platformele de social media, unde [este disponibil și raportul transnațional final](#).



„PE SCENĂ LA VÂRSTA DE AUR: TEATRU PENTRU ÎMBĂTRÂNIRE SĂNĂTOASĂ”

NUMĂRUL PROIECTULUI : 2023-1-R001-KO220-ODU-0001 609 73

SITE-UL PROIECTULUI

<https://age-thea.eu/>

SOCIAL MEDIA

Instagram

[age.thea2023](#)

Facebook

[Pe scenă la vârsta de Aur:](#)

[Teatru pentru îmbătrânire](#)

[sănătoasă](#)

DOCUMENT PRODUS DE : RightChallenge în colaborare cu UNIWA