



“Pe scenă la vârsta de Aur: Teatru pentru o îmbătrânire sănătoasă”

NUMĂR PROIECT: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

WP3-Program comun de formare pentru sectoarele sociale, culturale si de sanatate - Activitate de învățare activă 1-

DOCUMENT PRODUS DE: ASOCIAȚIA HABILITAS CRFP,
ROMANIA



lecompagniemalviste



FINANȚAT DE UNIUNEA EUROPEANĂ. PĂRERILE ȘI OPINIUNILE EXPRESATE SUNT DOAR ALE AUTORULUI(AUTORILOR) ȘI NU REPREZINTĂ NECESAR NEAPĂRAT PĂRERILE ȘI OPINIUNILE UNIUNII EUROPENE SAU ALE AGENȚIEI NAȚIONALE PENTRU PROGRAME COMUNITARE ÎN DOMENIUL EDUCAȚIEI ȘI FORMĂRII PROFESIONALE (ANPCDEFP). NICI UNIUNEA EUROPEANĂ, NICI ANPCDEFP NU POT FI ȚINUTE RESPONSABILE PENTRU ACESTE.



“Pe scenă la vârsta de Aur: Teatru pentru o îmbătrânire sănătoasă”

NUMĂR PROIECT: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

Activitatea de învățare activă 1 – descriere

Modul	4. Teatrul și activitățile teatrale ca metode de gestionare și tratament al tulburărilor de sănătate mintală la vârsta înaintată
Capitol	Abordări teoretice ale teatrului în sănătatea mintală la vârsta înaintată
Denumirea activității	Teatru de rememorare și povestire folosind obiecte stimulatoare
OBIECTIV(E)	Pentru a stimula rememorarea și funcția cognitivă prin implicare senzorială și explorare narativă. Pentru a promova exprimarea emoțională și construirea identității prin povestirea vieții într-un format relaxat și susținător. Pentru a încuraja legăturile sociale și empatia prin experiențe împărtășite și crearea colaborativă de scene.
METODE	Joc de rol și discuție ghidată : participanții își vor aminti și vor împărtăși o poveste personală din trecutul lor care are o semnificație emoțională. În grupuri mici, aceste povești vor fi discutate și apoi transformate în scurte scene de teatru, în care participanții fie interpretează, fie regizează scenele.
TIMP ALOCAT	50 minute
RESURSE NECESARE	Față în față: ● O selecție de obiecte stimulatoare (de exemplu, fotografii vechi, cărți poștale, chei, rețete scrise, articole personalizate, valize, țesături etc.) ● Scaune mici aranjate în cercuri, pixuri, foi pentru notarea poveștilor, tablă albă sau flipchart Online: ● Participanții sunt invitați să aducă un obiect personal cu semnificație emoțională ● Tablă digitală (Miro, Jamboard), săli de discuții (breakout rooms)

INSTRUCȚIUNI*

Introducere (10 minute)

- Introduceți pe scurt rolul **rememorării și al povestirii** în menținerea sănătății mintale la vârsta a treia.
- Faceți referire la **teoriile lui Erikson și Butler**, subliniind că împărtășirea poveștilor de viață poate reduce anxietatea și sprijini integrarea identității.

Exercițiu de încălzire cu obiecte stimulatoare (10 minute)

- Participanții aleg (sau arată) un obiect cu **semnificație emoțională sau personală**.
- În perechi sau grupuri mici, descriu pe scurt ce reprezintă sau ce evocă obiectul.
- Acest exercițiu activează memoria autobiografică și reduce anxietatea de performare.

Scenă colaborativă de poveste (20 minute)

Față în față:

- În grupuri de 3-4 persoane, participanții aleg o poveste pe care să o transforme într-o scenă.
- În loc să atribuie roluri pentru interpretare, grupurile pot alege:

○ Să nareze povestea în timp ce ceilalți **mimează sau exprimă emoțiile** și gesturile poveștii

○ Să folosească recuzită sau obiecte într-un mod simbolic

○ Să implice **autorul poveștii ca regizor sau narator**, nu ca actor

Online:

- În săli de discuții (breakout rooms), fiecare grup selectează o poveste și o repovestește colaborativ prin narațiune, expresii faciale și limbaj corporal.
- Opțional: povestitorul narați povestea în timp ce ceilalți o ilustrează folosind gesturi sau obiecte virtuale.

Reflecție și împărtășire (10 minute)

- Discuție ghidată în grup:
 - Cum a fost să-ți amintești cu ajutorul obiectului?
 - Ce emoții au apărut?
 - Povestirea alături de ceilalți a adus vreo revelație sau ușurare emoțională?

Concluzie (5 minute)



“Pe scenă la vârsta de Aur: Teatru pentru o îmbătrânire sănătoasă”

NUMĂR PROIECT: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

	• Facilitatorul leagă experiențele participanților de teoria revizuirii vieții și de rolul terapeutic al memoriei împărtășite în reducerea izolării și construirea identității. • Se subliniază că exprimarea, nu performanța, este valoarea centrală.
REFERINȚE	• Teoria lui Erikson despre Integritatea Eului vs. Disperare: Sprijinirea integrării identității prin povestire reflexivă. • Teoria revizuirii vieții a lui Butler: Facilitarea revizuirii vieții prin exteriorizare teatrală. • Terapia prin rememorare și întrupare: Activarea memoriei prin indicii tactile și emoționale provenite din obiecte reale.
FOI DE LUCRU	Nu este nevoie.



“Pe scenă la vârsta de Aur: Teatru pentru o îmbătrânire sănătoasă”

NUMĂR PROIECT: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973



“ON STAGE IN THE GOLDEN AGE: THEATRE FOR HEALTHY AGEING”

PROJECT NUMBER: 2023 - 1 - RO01 - KA220 - ADU - 000160973

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

FACEBOOK: [On Stage on the Golden Age: Theatre for Healthy Ageing](#)

INSTAGRAM: [age.thea2023](#)



lecompagniemalvise



ASOCIATIA HABILITAS



SOCIETATEA ROMANA
ALZHEIMER



FINANȚAT DE UNIUNEA EUROPEANĂ. PĂRERILE ȘI OPINIUNILE EXPRESATE SUNT DOAR ALE AUTORULUI(AUTORILOR) ȘI NU REPREZINTĂ NECESAR NEAPĂRAT PĂRERILE ȘI OPINIUNILE UNIUNII EUROPENE SAU ALE AGENȚIEI NAȚIONALE PENTRU PROGRAME COMUNITARE ÎN DOMENIUL EDUCAȚIEI ȘI FORMĂRII PROFESIONALE (ANPCDEFP). NICI UNIUNEA EUROPEANĂ, NICI ANPCDEFP NU POT FI ȚINUTE RESPONSABILE PENTRU ACESTE.