



“Pe Scenă la Vârsta de Aur: Teatru pentru o Îmbătrânire Sănătoasă”

NUMĂRUL PROIECTULUI: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

WP3 - Program de formare comună pentru sectoarele social, cultural și de sănătate - Activitate de învățare activă 2 -

DOCUMENT ELABORAT DE:

APS LE COMPAGNIE MALVISTE ETS, ITALY



lecompagniemalviste



social cooperative
activities for
learning groups



ASOCIATIA HABILITAS
CENTRUL DE RESURSE
SI FORMARE PROFESIONALA



SOCIETATEA ROMANA
ALZHEIMER



EUROPEAN UNION



FINANȚAT DE UNIUNEA EUROPEANĂ. PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE EXPRESATE APARTIN, ÎNSĂ, EXCLUSIV AUTORULUI (AUTORILOR) ȘI NU REFLECTĂ NEAPĂRAT PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE UNIUNII EUROPENE SAU ALE AGENȚIEI NAȚIONALE PENTRU PROGRAME COMUNITARE ÎN DOMENIUL EDUCAȚIEI ȘI FORMĂRII PROFESIONALE (ANPCDEFP). NICI UNIUNEA EUROPEANĂ ȘI NICI ANPCDEFP NU POT FI ȚINUTE RĂSPUNZĂTOARE PENTRU ACESTEA.



“Pe Scenă la Vârsta de Aur: Teatru pentru o Îmbătrânire Sănătoasă”

NUMĂRUL PROIECTULUI: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

Activitate de învățare activă – descriere

Modul	Activități practice de teatru care pot fi implementate de profesioniștii din domeniul social și al sănătății mintale, precum și de operatorii culturali care lucrează cu persoanele vârstnice
Capitol	Activități de teatru pentru îmbunătățirea stării psihologice și emoționale a persoanelor vârstnice
Numele activității	Punere în scenă
Obiective	• Stimularea angajamentului cognitiv; • Încurajarea abilităților psihosociale (de exemplu, depășirea anxietății sociale, dezvoltarea și asumarea responsabilității, încrederea în sine, stima de sine, auto-exprimarea); • Încurajarea individului să găsească puncte comune în experiențele celorlalți; • Îmbunătățirea abilităților de grup (de exemplu, coeziunea echipei, construirea încrederii, respectul reciproc și ascultarea celui alt); • Crearea unei atmosfere relaxate și confortabile în care toată lumea poate să se deschidă în ritmul propriu; • Favorizarea unui sentiment profund de împărtășire, conexiune și înțelegere reciprocă.
Metode	Facilitatorul încurajează auto-exprimarea. Luând cuvintele-cheie și poveștile repetate/spuse frecvent de o persoană, facilitatorul le transmite grupului, ca și cum el ar fi fost cel care a trăit aceste experiențe.



“Pe Scenă la Vârsta de Aur: Teatru pentru o Îmbătrânire Sănătoasă”

NUMĂRUL PROIECTULUI: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

	Este posibil să adaptați activitatea la modul online. Pornind un apel video de grup cu toți membrii, facilitatorul încurajează povestirea și auto-exprimarea fiecărui participant în același mod ca în cadrul unei întâlniri față în față, captând toate detaliile și informațiile recurente, care par să fie importante pentru persoană. De asemenea, în timpul apelului video, facilitatorul va povesti toate informațiile colectate de la participanți, ca și cum ar fi propriile sale experiențe și povești.
Timp alocat	30 minute
Resurse necesare	• Scaune; • Dacă este necesar, foi de hârtie și pixuri pentru a lua notițe.
Instrucțiuni*	• Facilitatorul reține cuvintele-cheie și poveștile fiecărei persoane; • Facilitatorul își însușește toate informațiile; • Facilitatorul povestește aceste experiențe ca și cum le-ar fi trăit el însuși în prima persoană; • Persoana de la care experiențele au provenit se va simți implicată și fericită; • Persoana fa ci consecutiv încurajată să se exprime și să povestească despre sine
Referințe	
Materiale printate	

* Instrucțiuni complete:

Bun venit, prezentări și introducere (15 minute)



FINANȚAT DE UNIUNEA EUROPEANĂ. PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE EXPRESATE APARTIN, ÎNSĂ, EXCLUSIV AUTORULUI (AUTORILOR) ȘI NU REFLECTĂ NEAPĂRAT PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE UNIUNII EUROPENE SAU ALE AGENTIEI NAȚIONALE PENTRU PROGRAME COMUNITARE ÎN DOMENIUL EDUCAȚIEI ȘI FORMĂRII PROFESIONALE (ANPCDEFP). NICI UNIUNEA EUROPEANĂ ȘI NICI ANPCDEFP NU POT FI ȚINUTE RĂSPUNZĂTOARE PENTRU ACESTEA.



“Pe Scenă la Vârsta de Aur: Teatru pentru o Îmbătrânire Sănătoasă”

NUMĂRUL PROIECTULUI: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

Este important să întâmpini fiecare persoană în parte. Ideal ar fi să lucrați într-un cerc, nu contează dacă sunteți în picioare sau așezați; cercul este forma perfectă în care toți pot fi văzuți și nimeni nu este exclus. În primul rând, fiecare persoană este invitată să se prezinte. Poți să întrebi persoana cum se simte, ce părere are despre inițiativă etc. Aceasta le permite oamenilor să se simtă confortabil, să înceapă să se deschidă, fiecare în ritmul său, și să creeze o atmosferă plăcută. În final, explică modul de implementare a activității și scopul acesteia.

Activitate (30 de minute)

Prin înțelegerea și primirea stimulilor, a cuvintelor-cheie, a poveștilor spuse și poate chiar repetate de mai multe ori de persoana cu Alzheimer, facilitatorul trebuie să își însușească toate informațiile ca fiind proprii. Stimulii pot fi teme recurente sau cuvinte din anecdotele spuse de persoana cu Alzheimer, precum și legătura puternică arătată față de unele locuri sau obiecte din viața sa de zi cu zi sau din trecutul său. Persoana cu Alzheimer adesea povestește și repetă experiențe din trecutul îndepărtat care au rămas adânc înrădăcinate în memoria sa.

Mai jos este un exemplu concret:

Dacă o persoană cu Alzheimer împărtășește adesea amintiri despre serviciul militar, facilitatorul, chiar dacă nu a trăit acea experiență, va povesti aceleași întâmplări ca și cum ar fi fost trăite de el însuși. Facilitatorul trebuie să-și utilizeze propriile cuvinte pentru a povestii grupului evenimentul, precum propria experiență.

Persoana care a povestit aceleași întâmplări va simți că este implicată și fericită pentru că va gândi: „Am făcut-o și eu!”. Astfel, crezând că au trăit aceeași experiență, persoana va fi și mai încurajată să se exprime și să vorbească despre sine.



“Pe Scenă la Vârsta de Aur: Teatru pentru o Îmbătrânire Sănătoasă”

NUMĂRUL PROIECTULUI: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

Un moment util și prețios pentru a afla cât mai multe detalii este în timpul activității de deschidere, un moment în care fiecare trebuie să aibă oportunitatea de a se prezenta și de a împărtăși liber ceva despre sine.

Este posibil să se adapteze activitatea și în modul online. Începând un apel video de grup cu toți membrii, facilitatorul încurajează povestirea și auto-exprimarea fiecărui participant în același mod ca în formatul fizic, reținând toate detaliile și informațiile recurente, aparent importante persoanei. De asemenea, în timpul apelului video, facilitatorul va povesti toate experiențele menționate de participanți, ca și cum ar fi fost propriile sale experiențe și povești.

Discuție și moment de încheiere (15 minute)

Facilitatorul cere feedback final de la toți participanții și întreabă dacă cineva dorește să își împărtășească opiniile despre ce a făcut, chiar dacă acestea constau într-un simplu cuvânt de încheiere.



lecompagniemalvise





Pe Scenă la Vârsta de Aur: Teatru pentru o Îmbătrânire Sănătoasă

Numărul proiectului: 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](#)



FINANȚAT DE UNIUNEA EUROPEANĂ. PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE EXPRESATE APARTIN, ÎNSĂ, EXCLUSIV AUTORULUI (AUTORILOR) ȘI NU REFLECTĂ NEAPĂRAT PUNCTELE DE VEDERE ȘI OPINIILE UNIUNII EUROPENE SAU ALE AGENTIEI NAȚIONALE PENTRU PROGRAME COMUNITARE ÎN DOMENIUL EDUCAȚIEI ȘI FORMĂRII PROFESIONALE (ANPCDEFP). NICI UNIUNEA EUROPEANĂ ȘI NICI ANPCDEFP NU POT FI ȚINUTE RĂSPUNZĂTOARE PENTRU ACESTEA.