

## Dipingere col cuore Laboratorio di pittura terapeutica

### Progetto in pillole

Il progetto propone l'utilizzo della pittura come mezzo per sciogliere le rigidità degli anziani. Dipingere può essere una cura che aiuta ad esprimersi, a liberare la propria creatività, a sfogare l'inventiva. La pittura può essere la terapia per migliorare la propria manualità. L'attività aiuterà l'integrazione degli ospiti e il loro benessere.



### Ente promotore

Il progetto è stato ideato dalla cooperativa sociale *Venchiarutti & Giove*.

La *Venchiarutti & Giove* opera nel settore dell'animazione da ben 10 anni prestando i propri servizi nei centri anziani, nei centri per persone con disagio fisico e psichico, nei dopo scuola e nei centri estivi.

Da 13 anni la cooperativa lavora all'interno delle residenze per anziani del *gruppo Zaffiro*, collaborando con il personale delle strutture per offrire momenti di svago e di socializzazione.

Gli obiettivi condivisi della cooperativa con il *gruppo Zaffiro* hanno permesso la realizzazione di vari progetti volti a migliorare la permanenza degli ospiti nelle strutture e loro serenità psico fisico.

## Obbiettivi

L'attività viene proposta con le seguenti finalità:

- *Aumentare l'autostima.* Spesso le persone anziane sono fragili ed insicure rispetto alle proprie capacità. Lo scopo di questi laboratori è quello di aiutarli a scoprire nuove abilità e doti aiutandoli ad apprezzarsi e stimarsi maggiormente.
- *Rilassamento.* L'intera attività sarà svolta in tranquillità e senza fretta. Gli ospiti potranno seguire i loro ritmi ed assecondare la loro creatività in piena libertà. Qualora non si sentano 'pronti' potranno osservare passando del tempo in compagnia. L'ambiente scelto sarà lontano dalla confusione e qualora possibile nei giardini della struttura. Uno dei temi principali sarà la natura ed i sottofondi musicali saranno improntati al relax ed alla calma.



- *Manualità.* L'utilizzo di strumenti quali spatole, pennelli e colori richiedono una discreta manualità che verrà acquisita e migliorata nel corso delle attività. L'attenzione dei partecipanti verrà focalizzata sui singoli gesti e movimenti che consentiranno loro di realizzare le opere che verranno poi esposte.

## Fasi e realizzazione pratica

Lo svolgimento delle attività sarà il seguente:

- *Scelta dell'ambiente più adatto.* La sala dovrà essere sufficientemente ampia, tranquilla e con la luminosità adeguata. L'ambiente potrà variare ad ogni incontro per permettere a tutti gli ospiti della struttura di partecipare o di assistere all'attività. Durante il periodo estivo l'attività potrà svolgersi all'aperto.



- *Selezionare gli ospiti che parteciperanno al laboratorio.* I nonni potranno partecipare su base volontaria, inoltre gli assistenti della struttura indicheranno le persone da coinvolgere. Sarà possibile partecipare ad una o più giornate secondo i desideri di ciascuno.
- *Osservazione e ascolto.* La fase iniziale permetterà lo sviluppo delle capacità di ascolto e di osservazione. Mediante delle sollecitazioni sensoriale, che potranno essere l'osservazione di un fiore o l'ascolto di un breve racconto, i partecipanti potranno liberare la propria creatività.
- *Realizzazione delle opere.* Utilizzando spatole, pennelli e colori a tempera gli artisti potranno disegnare liberamente sulle tele messe a loro disposizione. Durante la fase di realizzazione delle opere i nonni potranno contare sulla costante presenza di animatori pronti a consigliarli ed aiutarli qualora necessario.
- *Riordino e ritorno al piano.* Terminata l'attività gli ospiti potranno tornare nei loro ambienti abituali accompagnati dagli assistenti della struttura. Gli animatori avranno invece cura di riordinare l'ambiente dove si è tenuta l'attività.
- *Esposizione delle opere.* Tutti i lavori realizzati dagli ospiti verranno appesi ed esposti per dare concretezza all'attività svolta. In questo modo il progetto verrà pubblicizzato all'interno della struttura e potrà contare su un numero maggiore di adesioni.

## LA PITTURA E' ESPRESSIONE DELL'ANIMA



Osoppo 10 febbraio 2017

*Le mie mani trattengono il pennello o la spatola, e i colori ritraggono i miei sentimenti interiori che dividono i momenti della mia giornata.*

*Al mattino i colori dipingono l'arcobaleno: c'è il sorriso di Dio che mi augura "buona giornata".*

*Il mio corpo è vigile e attento perché riposato e pronto ad affrontare la giornata.*

*Nel pomeriggio sono stanca e affaticata, Signore aiutami, cerco nel Tuo cielo i cento colori dell'arcobaleno.*

*Nel tramonto della giornata e nei colori del giardino vedo le sfumature per il mio dipinto. Potrò riprodurre e disegnare senza fine tutte le meraviglie che si nascondono nella mia anima.*

*E' notte: Signore Ti cerco, dammi la mano, affianca il mio sonno e stammi vicino.*

*Domani è un altro giorno, ti cercherò Signore per dipingere su carta i tratti del Tuo volto.*

*Allora a domani, c'è tanta speranza di vita nel mio cuore!*

Armanda Venchiarutti