

MEMORIA

Le esperienze passate possono essere rievocate attraverso un gesto, un'espressione, un semplice oggetto o un profumo. Non forzare il ricordo, ma lascia che la persona possa esprimere i suoi ricordi e le sue sensazioni. L'emozione è il mezzo che favorisce la rievocazione.



Puoi creare un "album dei ricordi" contenente foto (anche recenti) scelte dall'anziano e annotando accanto i suoi ricordi.

Se le foto non bastano, puoi scegliere insieme alla persona degli oggetti, che sistemerai in una scatola che avrai sempre sottomano.

TEMPO LIBERO

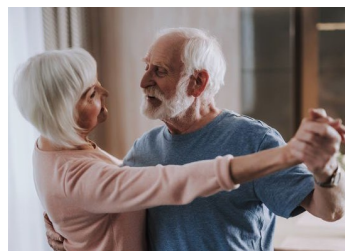
MUSICA!!

Puoi usare la musica per favorire un contatto con la persona vicina. La puoi utilizzare per ballare, cantare o come sottofondo durante i momenti di maggior ansia. Se la persona suonava uno strumento, fallo suonare!
Ha un effetto calmante e distoglie da pensieri ossessivi e confusi.

LIBRI

Leggi o stimola la capacità di lettura di testi semplici, scritti con caratteri grandi e qualche immagine. Cerca di fare un riassunto di quanto letto.

Stimola la comprensione, la capacità di lettura e linguaggio.



FARE PER NON DIMENTICARE!!

Semplici attività domestiche da fare insieme.

Ricordati: non sostituirti, ma sostieni e stimola la sua autonomia. Lo apprezzerà

ATTIVITA' QUOTIDIANE

Ci sono molte attività che possono essere svolte insieme, chiedi alla persona di aiutarti, anche per piccole cose. Scegli attività ripetitive. Non è importante il tempo di esecuzione. E soprattutto dargli fiducia!

CUCINA

Pelare la frutta, impastare, mescolare, spostare e trasportare gli oggetti (es. per preparare la tavola). Passare la scopa. Se necessario prepara prima i materiali.

LAVANDERIA

Dividere i colori della biancheria, mettere ad asciugare con le mollette (i calzini sono più semplici), accoppiare i calzini asciutti, piegare asciugamani/fazzoletti.



Da un senso di competenza, aumenta l'autostima.

INTEGRAZIONE SENSORIALE

GIOCHI DI MANIPOLAZIONE

Utilizza dei giochi "antistress", usa camicie, felpe, giacche (non serve indossarle). Chiedi di abbottonare, di allacciare o chiudere la cerniera. Usa tessuti diversi (pesanti/leggeri).

Favoriscono la manipolazione e riducono gesti stereotipati e ripetitivi, aumentando la concentrazione. Mantengono la funzionalità residua.

STIMOLAZIONE CORPOREA E SENSORIALE

Mantieni le attività di cura personale (farsi la barba, guardarsi allo specchio, mettersi la crema,..).

I profumi possono rievocare dei ricordi, vengono mantenute la abilità residue e il riconoscimento personale

