

Scrierea scrisorilor

*Creativitatea aplicată la singurătate
(Activitatea 2/12)*

DESCRIERE

Această activitate se bazează pe unele experiențe ale Căminelor de Îngrijire și pe unele inițiative care au fost implementate de obicei în timpul Crăciunului, în timpul unor acțiuni și, de asemenea, în perioada pandemiei: tinerii (de obicei adolescenți) au scris scrisori către persoanele în vârstă. Această activitate poate necesita o cooperare între organizația de îngrijire și o organizație de tineret, voluntari sau o școală și, de obicei, are nevoie de un coordonator. Pentru ca schimbul de scrisori să fie foarte simplu și structurat, se poate aplica ideea care a fost pusă în aplicare într-un mic oraș din centrul Poloniei sub forma unui joc: grupul de vârstnici de la azilul de bătrâni și un grup de tineri de la instituția de socioterapie făceau schimb de cărți în fiecare săptămână. Pe o carte puneau 3 întrebări, apoi primeau răspunsuri și din nou 3 întrebări. Organizatorii acestei inițiative sunt foarte mulțumiți de efectul acestei acțiuni și în ceea ce privește reducerea singurătății și crearea de legături între generații.

OBIECTIVE

Obiectivele acestei activități sunt de a reduce sentimentul de singurătate și de a crea o legătură între generații. Obiectivele suplimentare sunt:

- Reducerea tristeții și
- Creșterea motivației.

RESURSE ȘI MATERIALE

Este nevoie doar de o foaie de hârtie, un pix și ceva timp.

Cu toate acestea, modificând o idee de bază, seniorii și tinerii pot face schimb de cărți poștale sau alte tipuri de felicitări decorate. Cărțile pot fi, de asemenea, realizate de ei înșiși (decorate, colorate, cu fotografii).



<https://creatingwellbeing.eu/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Renunțare: Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru realizarea acestei publicații nu reprezintă o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor conținute în acestea.

IMPLEMENTARE - INSTRUIRE

1. Cooperarea dintre îngrijitorii de bătrâni și tineri (școală, organizație de tineret) se poate face la nivel instituțional sau - de exemplu, în cazul în care este vorba de îngrijire la domiciliu - individual.
2. Prima scrisoare ar trebui să fie scrisă de către tânăr. Scrisoarea nu trebuie să fie lungă. Poate fi o carte poștală. În multe cazuri care au fost raportate ca fiind de succes și cu un efect pozitiv asupra persoanelor în vârstă, acțiunea/activitatea se oprește aici - scrisorile sunt livrate.
3. Îngrijitorul scrie împreună cu seniorii scrisoarea de răspuns, dacă dorește acest lucru. Chiar și simpla primire a unei scrisori ar trebui să aibă un efect pozitiv asupra reducerii sentimentului de singurătate, dar și scrierea poate fi o activitate plăcută.
4. Schimbul de scrisori poate dura ceva timp în mod regulat, dar nu uitați că, din multe motive, acesta poate înceta, așa că este important să nu vă faceți așteptări prea mari cu privire la durata corespondenței.

MODIFICĂRI POSIBILE

O modificare interesantă este jocul menționat mai sus: seniorii pregătesc cartonașe cu 3 întrebări pentru tineri, apoi se livrează și apoi - se răspunde cu 3 răspunsuri și 3 întrebări înapoi. Schimbul durează o anumită perioadă de timp (de exemplu, o lună, o dată pe săptămână) și poate fi repetat.

REZULTATELE AȘTEPTATE

- Reducerea sentimentului de singurătate
- Unirea generațiilor
- Întărirea motivației