

23 ATIVIDADE

EXPRESSÃO PLÁSTICA/LÚDICA

“VIVE LA FRANCE”



Por vezes sair da rotina, com dias temáticos e criativos, ajuda os idosos a sentirem-se melhor. Nada melhor que aproveitar algumas datas importantes e transformar todas as atividades do dia à volta do tema.

Apresentamos-lhe algumas sugestões para um dia temático dedicado à França. Um bom dia para colocar estas sugestões em prática é o 14 de Julho – dia da festa nacional francesa.

OBJETIVOS

- Trabalhar a motricidade fina;
- Estimular o tacto;
- Aumentar a atividade cerebral;
- Retardar os efeitos da perda de memória, bem como da acuidade e velocidade percetiva;
- Treinar a atenção e a memória;
- Potenciar a celebração cultural;
- Estimular a expressão artística e criatividade;
- Ocupar os tempos livres.

MATERIAIS

- Bandeira da França (disponível para download);
- Folhas / cartolinas;
- Tintas/ marcadores/ lápis de cor;
- Fita cola;

www.primesenior.com

Pergunte, Encontre e Aconselhe,
Partilhe a sua experiência e faça parte desta comunidade!

MATERIAIS

Elástico;
Fio (para pendurar as bandeiras);
Outros materiais dependendo dos adereços que se vão realizar.

INSTRUÇÕES

Decorar as mesas de vermelho, branco e azul, as cores da bandeira francesa;

Colocar pequenas bandeiras espalhadas, não só como forma de decoração, como para criar um efeito patriótico;

Planear um menu francês (para todas as refeições do dia). Algumas sugestões:

Pequeno-almoço/ lanche:

Chá;

Croissants simples ou recheados com compota;

Baguete em fatias (típico pão francês) com queijo;

Crepes/ panquecas.

Para o almoço:

'Beef Bourguignon' (carne cozida em vinho tinto) ou

'Rooster au vin' (frango caçarola com cogumelos) ou

Frango 'Cordon Blue' recheado com presunto e queijo.

INSTRUÇÕES

Para a sobremesa:

Espuma de chocolate ou
Éclairs.

Para beber:

Vinho e champanhe (pode ser usado sem álcool).

Fazer convites para o dia temático (para entrega aos próprios idosos e equipa) e pedir a todos para usarem os seus melhores vestidos, joias, (...). Em alternativa poderão fazer-se as fatiotas numa atividade de expressão plástica, por exemplo usando sacos plásticos;

Proporcionar entretenimento temático francês para o dia, são alguns exemplos:

Pedir aos idosos e toda a equipa para usarem um adereço que faça lembrar a França. Por exemplo, os homens poderão usar um laço com as cores da bandeira francesa e as mulheres um chapéu/ bandolete (estes adereços podem ser adquiridos, ou realizados e/ou decorados pelos próprios idosos em atividades de expressão plástica);

INSTRUÇÕES

Incentivar a um primeiro contato em Francês, pedindo aos idosos que se cumprimentem (pode ser necessário treino) usando a língua francesa.

Idoso 1 : Bonjour, ça va?

Idoso 2 : Bonjour! Ça va bien et toi ?

Idoso 1 : Ça va !

Entreter, em alguns momentos do dia, os convidados com música francesa. Edith Piaf ou Mireille Mattieu são alguns exemplos de músicas tradicionais de acordeão;

Pedir a alguns membros da equipa ou voluntários para se vestirem a rigor e dançarem “Can-Can” para os idosos. Dependendo da condição dos idosos pode organizar-se e treinar um grupo de idosos para apresentarem a dança para os restantes;

Pedir a idosos que conheçam a cultura francesa, ou que já estiveram emigrados para falar sobre o assunto, nomeadamente sobre situações mais caricatas ocorridas em França;

Convidar a fazerem a atividade (disponível para download em www.primesenior.com » atividades) – uma atividade de sopa de letras em francês;

INSTRUÇÕES

Convidar a fazerem a atividade (disponível para download em www.primesenior.com » atividades) – uma atividade para encontrar os objetos escondidos num cenário francês;

Pedir a alguém com conhecimentos de Francês que proporcione uma “mini- aula”. Poderão ser idosos ou convidadas pessoas externas. É engraçado abordar-se palavras parecidas em Português, mas com significados diferentes (por exemplo. “retraite” que significa reforma, mas que se lê da mesma forma que re-trete em Portugal);

Fazer videochamada com familiares que estejam em França. Como o 14 de Julho é feriado, possivelmente têm mais tempo disponível para participar;

Incentivar os idosos a fazerem os seus próprios croissants franceses, para o lanche. Existem inúmeras receitas disponíveis na internet;

Ir tirando fotografias ao longo do dia e terminar com a projeções da mesma e/ou um vídeo usando as fotografias mais caricatas;

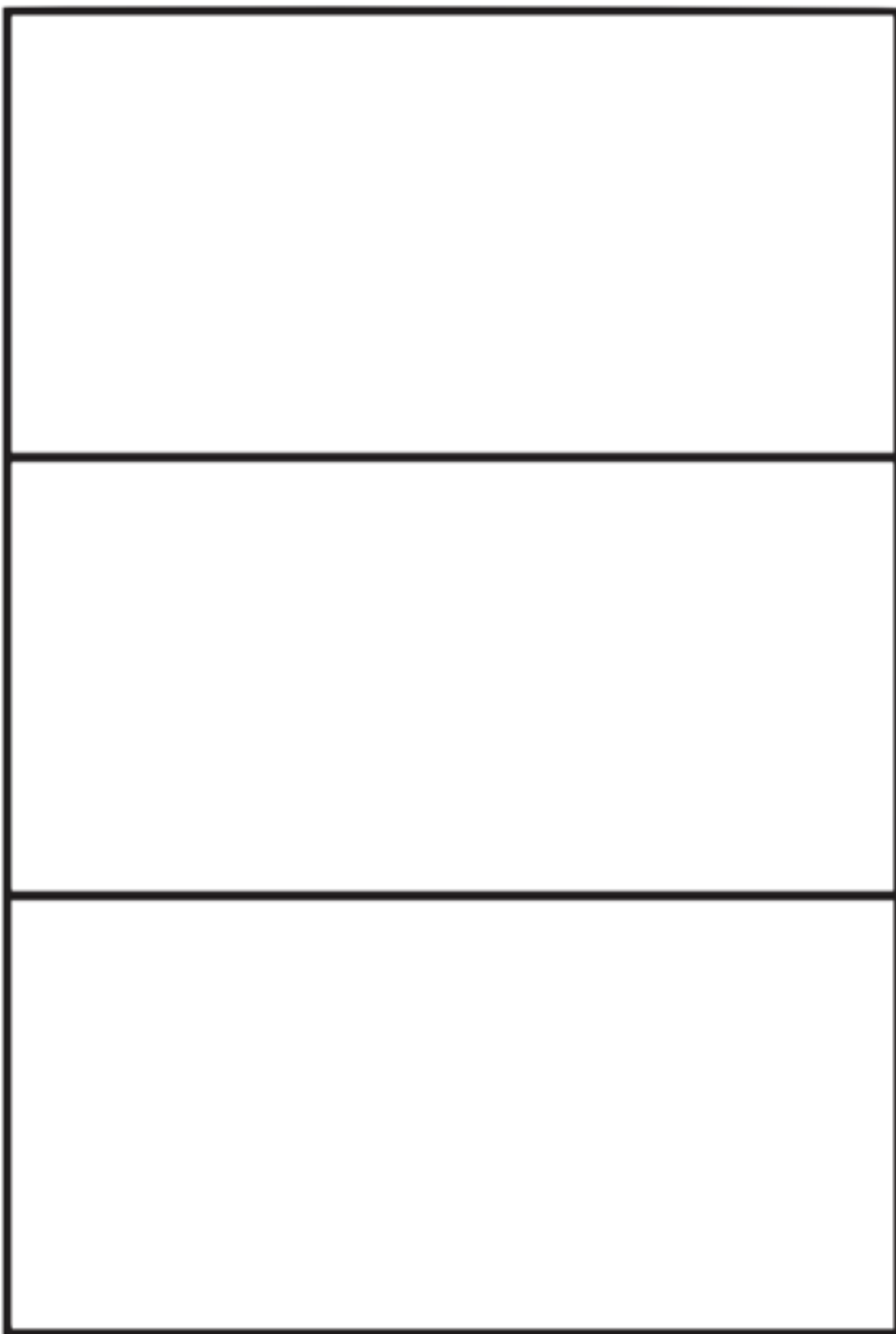
www.primesenior.com

Pergunte, Encontre e Aconselhe,
Partilhe a sua experiência e faça parte desta comunidade!

INSTRUÇÕES

Terminar a festa, questionando os idosos sobre o que acharam do dia e se gostariam de repetir a experiência, mas com outros temas.

Os adereços de decoração do espaço, ou mesmo fatiotas (no caso de optar pela sua realização) poderão (e deverão!) ser feitas antes do dia, em atividades de expressão plástica.



FRANCE