ALLEGRO Projekt

Ältere Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen sind bei der Aufrechterhaltung ihrer Lernfähigkeit sowie ihrer körperlichen und geistigen Aktivität eingeschränkt.

Es besteht die Notwendigkeit, Ausbildungsmöglichkeiten und innovative Vorschläge anzubieten, die an die Schwierigkeiten und Herausforderungen anknüpfen, die mit den Schwierigkeiten und Herausforderungen, die im fortgeschrittenen Alter auftreten, im Bewusstsein des Wertes des Lernens als Prozess, der uns unser ganzes Leben lang begleitet.

Die Ziele von Allegro sind:

1) Förderung der sozialen Eingliederung und kulturellen Teilhabe älterer Menschen mit kognitiven Einschränkungen.

2) Die Verbreitung von nachahmenswerten Praktiken des Inklusive Tanz als Schulungsinstrument in Europa.

3) Beitrag zur Verbesserung der körperlichen und emotionalen Gesundheit älterer Menschen mit kognitiven Einschränkungen durch Inklusive Tanz -Workshops.

4) Sensibilisierung für die Realität und die Rechte von Menschen mit Alzheimer, Parkinson, Schlaganfall und anderen neurodegenerativen Krankheiten, wie z.B. die Prävention von Alzheimer, Parkinson, Schlaganfall und anderen neurodegenerativen Krankheiten als Vorbeugung gegen Isolation und Diskriminierung. Durch Kunst, Theater, Musik und Szenografie können wir das Wohlbefinden und die Lebensqualität älterer Menschen mit kognitiven Einschränkungen fördern. Die ehrgeizigen Ergebnisse, die ein Inklusive Tanz -Workshop bieten kann, sind mit traditionellen Trainingssystemen nur schwer zu erreichen.

Inklusive Tanz hilft, Bewegung, Emotionen, verbalen und nonverbalen Ausdruck, Empfindungen und Gedanken durch die Verbindung von klassischem Tanz, Schauspiel und Psychotherapie zu verbinden.

Die Zielgruppen desProjekts

Das Projekt Allegro richtet sich an Menschen über 65 Jahre mit kognitiven Einschränkungen. Ein großer Teil dieser Zielgruppe sind Menschen, die von neurodegenerativen Krankheiten wie Schlaganfall, Parkinson oder Alzheimer betroffen sind. Dies sind Menschen, die eine besondere Stimulation benötigen, weil Alter und neurodegenerative Krankheiten ihre körperlichen, kognitiven und geistigen Fähigkeiten beeinträchtigt haben. Durch das Angebot von subventionierten Aktivitäten, die für die Menschen, die wir betreuen, kostenlos sind. Die vorrangigen Zielgruppen sind mehrfach gefährdete Menschen, die zusätzlich zu den Schwierigkeiten, die sich aus ihrer eigenen Situation ergeben, nur über geringe

wirtschaftliche Ressourcen verfügen zusätzlich zu den Schwierigkeiten des Alters und des kognitiven Verfalls.

Indirekte Nutznießer sind Verbände, NROs, Wohnheime, Tageszentren für ältere Menschen und andere öffentliche und private Organisationen öffentliche und private Einrichtungen, die ähnliche Projekte ins Leben rufen wollen, indem sie die von uns veröffentlichten Anleitungen oder durch die Teilnahme an Schulungskursen.

Geschichte

Die Bevölkerung in Europa altert exponentiell. Derzeit sind 22 % der Bevölkerung in Deutschland, 19,8 % in Spanien und 18,9 % in Malta sind über 65 Jahre alt (Eurostat 2023). Neuordegenerative Krankheiten wie Alzheimer und Parkinson sind auf dem gesamten Kontinent immer häufiger anzutreffen. Die Alterspolitik in Europa schlägt eine Verbesserung der kommunalen Dienste und eine Ausweitung der Beschäftigungstherapien vor, um die Trennung älterer Menschen von ihrem Zuhause so weit wie möglich hinauszuzögern und ihren Verbleib in einer Umgebung zu fördern, in der sie sich selbst versorgen können. Beschäftigungstherapien, um die Trennung älterer Menschen von ihrem Zuhause so weit wie möglich hinauszuzögern und ihren Verbleib in einer Umgebung zu fördern, in der sie unabhängig funktionieren können. Die Heimunterbringung älterer Menschen ist eine Maßnahme, die mit hohen wirtschaftlichen und emotionalen Kosten verbunden ist und die durch Aktivierungstherapien, Stimulation und lebenslanges Lernen weitgehend vermieden werden kann.

In diesem Zusammenhang empfiehlt das Grünbuch über das Altern, das die Europäische Kommission im Januar 2021 veröffentlicht hat, dass für ältere pflegebedürftige Menschen gemeindenahe Dienste bereitgestellt werden sollten, um ihr Recht auf ein Leben in ihrer Gemeinschaft zu schützen. In diesem Dokument wird auch darauf hingewiesen, dass Aktivitäten des lebenslangen Lernens älteren Menschen helfen, eine aktive Rolle in der Gesellschaft zu spielen und können den Ausbruch von Demenz verzögern und den altersbedingten kognitiven Abbau abmildern.

Seit Juli 2023 arbeitet der Europäische Wirtschafts- und Sozialausschuss an der Veröffentlichung einer europäischen Strategie für ältere Menschen. In den Konferenzen, die dieser Strategie vorausgehen, wird vorgeschlagen, das Empowerment, die soziale Teilhabe und die Förderung der älteren Menschen gemäß dem Paradigma des aktiven und gesunden Alterns, das auch von der WHO gefördert wird. Diese Realität fordert uns heraus. Wir werden auch durch den Impuls der Solidarität, durch unseren Glauben an Kunst und Musik als transformative Werkzeuge und durch unseren Wunsch, mit den Älteren mitzuarbeiten und von ihnen zu lernen, um ihnen einen Teil dessen zurückzugeben, was sie weiterhin für die Gesellschaft leisten.

Eines der Ziele unseres Projekts ist es, „durch Inklusive Tanz-Workshops einen Beitrag zur Verbesserung der körperlichen und emotionalen Gesundheit älterer Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen“. Die Durchführung eines Projekts in mehreren europäischen Ländern

ermöglicht es uns seine Vorteile unter verschiedenen geografischen und kulturellen Bedingungen kennenzulernen.

Pilotseminar

In den Inklusive Tanz werden die folgenden Inhalte umfassend bearbeitet:

- Körperliches Wohlbefinden: Koordination, Psychomotorik, Rhythmus, Bewegung, Selbstständigkeit.
- Künstlerischer Ausdruck: klassischer Tanz, theatralische Interpretation, Szenografie, Gesang und Stimme.
- Kognitive Stimulation: Nachahmung, Gedächtnis, Aufmerksamkeit und Konzentration.
- Emotionales und relationales Wohlbefinden: Kreativität, Motivation, Musiktherapie, Selbstwertgefühl, zwischenmenschliche Beziehungen, Entspannung.

Die Sitzungen werden wie folgt aufgebaut sein:

Minute 0-15: Aufwärmen des Körpers.

Minute 15-45: Inklusive Tanz-Übungen, die darauf abzielen, ein Argument durch theatralischen Tanz darzustellen.

Minute 45-60: emotionale Arbeit und Auswertung der Sitzung.

In den Sitzungen werden wir eine personenzentrierte Projektmethodik anwenden, so dass jeder Teilnehmer seine Identität mit künstlerischem Sinn entsprechend seiner Kreativität und seinen Fähigkeiten ausdrücken kann. Die Inhalte werden an die körperlichen und emotionalen Bedürfnisse jedes Teilnehmers angepasst. Durch den dynamischen und spielerischen Charakter der Sitzungen wollen wir eine angenehme Atmosphäre der Teilnahme und des Vergnügens schaffen. Um die Anpassung an die individuellen Bedürfnisse zu gewährleisten, ist das parallele Arbeiten mehrerer Personen und die um die Anpassung an die individuellen Bedürfnisse, das parallele Arbeiten mehrerer Personen und die aktive Teilnahme der am meisten abhängigen

Personen zu gewährleisten, werden wir die individuelle Betreuung durch eine Betreuungsfachkraft und bis zu 3 Freiwillige junge Menschen verstärkt.