

NABÍDKA

AKTIVIZACE SENIORŮ POMOCÍ LOUTEK – SEZNAM PROGRAMŮ

2024

Dobrý den,

rádi bychom Vám představili aktivizační programy pro seniory na letošní rok. Programy jsou postaveny na metodě Aktivizace seniorů pomocí loutek, kterou jsme vymysleli v roce 2014 a od té doby se jí aktivně věnujeme.

Během studia jsme objevili veliký potenciál loutek při práci se seniory. Díky zkušenostem, které sbíráme již od roku 2013, jsme rozvinuli metodu, která propojuje loutky, reminiscenci a práci s pozitivním myšlením seniorů. Loutky nám umožňují navázat lepší kontakt se seniory. Senioři si loutky rádi hladí, objímají a povídají si s nimi.

Loutky přinášejí radost a vytržení z každodennosti. Přicházejí před seniorem vždy s charakterem a se svým osobním příběhem. Senioři přicházejí s loutkami do interakce a snaží se loutkám pomáhat s problémy, se kterými před seniory přicházejí. Většinou se jedná o to, že loutky zapomněly na určité důležité věci ze svého života, např. nepoznávají místa, která navštívily, nepoznávají známé české herce nebo zpěváky a mnoho dalšího. Při práci kromě loutek využíváme starých předmětů, dobových fotografií či audio ukázek. Senioři tedy mají možnost netradičním způsobem zavzpomínat na své životy.

Budeme moc rádi, jestliže si vyberete některý z nabízených programů.

Vaši herci a lektori z Divadla Bez Pravidel

Seznam programů

1. Kufr plný vzpomínek
2. Dědův kufr vzpomínek
3. Ta naše písnička česká
4. Ta naše další písnička česká
5. Mistr Karel Gott
6. K poctě Vorlíčkovi *aneb režisér pro každého*
7. Krásy naší vlasti
8. Babiččiny bylinky
9. Hvězdy stříbrného plátna
10. Ztraceni v příbězích *aneb poklady české literatury*
11. Naši slavní sportovci
12. Naši filmoví herci 60. a 70. let
13. Individuální aktivizace

Kufr plný vzpomínek

„Jednoho sobotního odpoledne uklízela babička Růženka na půdě a našla kufr plný předmětů, u kterých si již nepamatuje, proč si je schovala, ale je si naprosto jistá, že jsou pro ni velice důležité.“

Každý z nás prožil spoustu chvil a zážitků, které jsme si chtěli v sobě zachovat napořád. Častokrát nám je připomínají předměty, které máme s danou chvílí spjaté. Babička Růženka si své vzpomínky v podobě předmětů ukládala do tzv. kufru plného vzpomínek. Bohužel, díky svému stáří, zapomněla, co jaká věc pro ni znamená. Její vnuk Kašpárek však věří, že společnými silami ji pomůžeme si vzpomenout.

Loutky: Babička Růženka a vnuk Kašpárek

Délka: 45–60 minut

Cena: 2 000 Kč

Dědův kufr vzpomínek

„Děda Josef si celý život schovává různé věci, které se mu mohou hodit, do své dílny. Za celý život se mu podařilo dílnu zaplnit až po okraj a když teď potřebuje něco najít, tak to dá pořádně zabrat. Když jednou v dílně něco hledal, tak našel zapadnutý kufr, který byl plný různých předmětů. Děda se najednou usmál, protože si uvědomil, že tento kufr v sobě ukrývá vzpomínky na celý jeho život.“

Památeční předměty sbírané během života nám mají pomoci zachovat si vzpomínky na krásné chvíle. Ve stáří se ovšem stává, že se vzpomínky ztrácí a někdy je ani vzpomínkové předměty nedokáží udržet. Pojďme společně poskládat vzpomínky dědy Josefa a zavzpomínat u toho i na ty své.

Loutky: Děda Josef a vnučka Maruška

Délka: 45–60 minut

Cena: 2 000 Kč

Ta naše písnička česká

„Děda Josef je vášnivý tanečník, který nepohrdne žádnou hudbou. Spolu s babičkou Růženkou mají rádi především tu českou, kterou rádi společně poslouchají. Občas je ovšem trápí paměť a nemohou si vzpomenout na zpěváky, kteří jejich oblíbené písničky nazpívali.“

Podle hudby se můžeme snadno orientovat v čase. Každá píseň patří do určitého období. Společně se seniory zkusíme poznat písně, které poslouchali od svých mladých let až po stáří. Děda Josef u poslechu rád zatancuje a zavzpomíná společně s ostatními na ty naše písničky české. Babička si zase ráda ujasní, které písně, kdo nazpíval, aby se s dědou nemusela kvůli tomu hádat.

Loutky: Děda Josef a babička Růženka

Délka: 60 minut

Cena: 2 300 Kč

Ta naše další písnička česká

„Děda Josef a babička Růženka rádi poslouchají své oblíbené písně, ale čím dál častěji se jim stává, že se neshodnou na zpěvákovi, který je nazpíval. Děda si myslí jedno a babička druhé a hádka je na světě. Naštěstí oba vědí, že hádáním ztrácí čas, který jim byl společně dán, a raději se znovu zaposlouchají do libých tónů.“

Písničky zůstávají v naší paměti velice dlouho. Dokonce když už si nemůžeme skoro na nic vzpomenout, tak zvládneme zanotovat nějakou tu píseň. Poslouchání a zpěv jsou oblíbené činnosti seniorů, a tudíž vzniklo pokračování programu Ta naše písnička česká, ve kterém se dostaneme ke zpěvákům, na které se nedostalo – a že jich je!

Loutky: Děda Josef a babička Růženka

Délka: 60 minut

Cena: 2 300 Kč

Mistr Karel Gott

„Děda Josef a babička Růženka mají všechny důležité životní události spojené s písněmi Karla Gotta. Dá se říci, že je Karel Gott provázel skoro celým životem. Jeho odchod je velice zarmoutil, avšak v jejich srdcích stále žije a jeho hudba je stále s nimi. Rádi na Mistra vzpomínají a společně si zpívají jeho písně.“

Zpěvák Karel Gott byl součástí našeho národa a mnoho lidí jej má spojeno s celým životem. Karel Gott tu byl prakticky pořád. Jeho odchod ranil mnohé z nás. Pan Gott už sice s námi není, ale jeho písně ano a stále budou. Pojďme se na chvíli vrátit v čase a zavzpomínat na jeho život a tvorbu.

Loutky: Děda Josef a babička Růženka

Délka: 60 minut

Cena: 2 300 Kč

K poctě Vorlíčkovi *aneb režisér pro každého*

„Vnučka Maruška obdivuje filmové postavy Saxany, Popelky a Arabely. Děda Josef se tomu ovšem nediví, jelikož dobře ví, že o charaktery všech tří dívek se postaral jeden z jeho oblíbených režisérů.“

Štědrý den bez pohádky Tři oříšky pro Popelku si u nás již těžko dokážeme představit. Stejně tak, jako si nedokážeme představit českou kinematografii bez filmů a seriálů režiséra Václava Vorlíčka. Pojdme mu vzdát hold a zavzpomínat na jeho tvorbu, kterou nás baví již po několik desítek let.

Loutky: Děda Josef a vnučka Maruška

Délka: 45–60 minut

Cena: 2 300 Kč

Krásy naší vlasti

„Děda Josef se svým psem Rařafákem vyráží každou sobotu na výlet a společně takto procestovali snad celou Českou republiku. Z každého místa si dovezli na památku pohlednici, která jim připomíná, co všechno spolu již zažili. Nyní mají plnou krabici pohlednic, ale začínají zapomínat, co kde viděli.“

Společně s dědou Josefem a psem Rařafákem zavzpomínáme na místa, která dělají naši zemi krásnější. K rozpomenutí nám pomohou pohlednice, které děda za svůj život sesbíral. Senioři si připomenou místa, která navštívili, nebo se seznámí s místy, kam se nestihli podívat. Závěrem společně zavzpomínáme na místa, která jsou našim srdcím nejbližší.

Loutky: Děda Josef a pes Rařafák

Délka: 45–60 minut

Cena: 2 000 Kč

Babiččiny bylinky

„Babička Růženka si jednou v poledne chtěla uvařit své oblíbené jídlo, když zjistila, že má popletené štítky s názvy na skleničkách s kořením a bylinkami. A bez štítků se jí koření i bylinky již pletou.“

Společně se seniory se pokusíme udělat babičce v koření a bylinkách pořádek a poradíme jí, do čeho určité koření či bylinky patří. Využijeme k tomu více smyslů, abychom to lépe zvládli – hmat, zrak, čich a chuť. Určité chutě či vůně nás přenáší do událostí dávno minulých a my na ně a naše oblíbená jídla zavzpomínáme.

Loutky:	Babička Růženka a vnučka Maruška
Délka:	45–60 minut
Cena:	2 000 Kč

Hvězdy stříbrného plátna

„Maruška na návštěvě u dědy Josefa objevila filmy, se kterými se nikdy nesečkala. Filmy, které jsou plné šarmu, slušného vychování a milých poklon. Jak se na ně zadívala, tak ji pohltily a ona si je ihned oblíbila. Zaujali ji především herci, ze kterých vyzařovalo neskutečné kouzlo.“

Klasické české černobílé filmy, nebo jinak filmy pro pamětníky, jsou plné nostalgie a vždy nás příjemně pohladí na duši. Spolu s dědou Josefem a vnučkou Maruškou na tyto filmy zavzpomínáme a především na herce, kteří nás bavili již před několika desítkami let a baví nás dodnes.

Loutky: Děda Josef a vnučka Maruška

Délka: 45–60 minut

Cena: 2 000 Kč

Ztraceni v příbězích

aneb poklady české literatury

„Pes raťafák si chce hrát, ale Maruška leží v knihách a nejde s ní hnout. To se občas stává, když se Maruška probírá knihovnou u dědečka s babičkou a najde tam poklady české literatury.“

„Byl pozdní večer...“ a již nemusím pokračovat. Zkrátka jsou knihy, které četl snad každý a kdo ne, tak se o nich minimálně učil. Příběhy z knížek se do nás zarývají a některé si pamatujeme po celý život. Maruška má moc ráda čtení knížek, a ještě raději si o nich povídá. Společně si zavzpomínáme na knihy, které jsou stále v nás.

Loutky: Vnučka Maruška a pes Raťafák

Délka: 45–60 minut

Cena: 2 000 Kč

Naši slavní sportovci

„Děda Josef je stále ohebný jako za mlada, ale i tak může na své sportovní výkony už jen vzpomínat. Raději však vzpomíná na ty, kteří mají za sebou opravdu velké úspěchy a proslavili jimi naši malou zemi.“

Každý z nás si je vědom píle, kterou mnozí věnovali sportu, aby se dostali až na vrchol. Jsme malá země, ale i přes to o nás celý Svět ví. Jedním z důvodů, proč tomu tak je, jsou některá zvučná jména, která jsme mohli slyšet během olympijských her nebo mistrovství Evropy i Světa. Pojďme si na ně vzpomenout a tím jim vzdát chválu.

Loutky: Děda Josef a pes Raťafák

Délka: 45–60 minut

Cena: 2 000 Kč

Naši filmoví herci 60. a 70. let

„Během hraní si se psem Raťafákem narazil Kašpárek na sbírku videokazet, která jej ihned zaujala. Začal si je pouštět a byl jimi plně pohlcený. Ve filmech uviděl herce, jejichž jména neznal, ale jejichž výkony jej udivovaly.“

Stačí, aby zazněla jména jako Menšík, Kopecký, Bohdalová, Janžurová nebo Hrušínský, a hned víme, že za těmito jmény jsou osobnosti, které vtiskly české kinematografii osobitou tvář. Pojďme si připomenout jména těch nejznámějších a spojit si je s jejich portrétem a hlasem.

Loutky: Vnuk Kašpárek a pes Raťafák

Délka: 45–60 minut

Cena: 2 000 Kč

Individuální aktivizace s loutkou

„Děda Josef rád chodí na návštěvy a povídá si s novými lidmi. Kromě toho rád roznáší lidem radost. Z toho důvodu začal chodit i za lidmi, kteří se kvůli svému zdraví nemohou účastnit skupinových programů. S sebou na návštěvy si bere svého věrného psa Raťafáka, který se s novými lidmi seznamuje snad ještě raději než on. Pes Raťafák není žádný hlídací pes, ale je to mazel.“

Našich programů se mohou účastnit pouze mobilní senioři v dobrém stavu. Je ale mnoho lidí, kteří jsou již upoutáni na své lůžko, a nemohou se setkat s loutkami, které přináší radost. Nově tedy přicházejí loutky přímo k seniorům – doslova až do postele –, věnují jim svou plnou pozornost a dělí se s nimi o radost ze života.

Loutky:	Děda Josef a pes Raťafák
Délka:	60 minut
Cena:	1 200 Kč/1 lektor (samostatná návštěva), 2 200 Kč/2 lektoři (ve spojení se skupinovým programem)