



## **Progetto cucina: I DOLCI DELLA NONNA**

### **Premessa**

La “cucina” rappresenta un’attività che caratterizza la quotidianità della maggior parte delle famiglie: un momento di incontro, scambio, condivisione e soprattutto di “cura” dell’Altro.

L’anziano deve far fronte ad una progressiva riduzione delle sue abilità, al sentirsi poco utile, spesso “ingombrante”.

Nello specifico, l’anziano, ospite di una struttura, vive uno sradicamento affettivo e fisico e, inoltre, perde la possibilità di occuparsi di se stesso e dei propri affetti.

Partendo da questa riflessione, proponiamo il progetto “I DOLCI DELLA NONNA”: attività che prevede la promozione del benessere, inteso come recupero delle abilità psicomotorie e affettive.

### **Destinatari del progetto**

Il progetto si rivolge agli anziani autosufficienti, circa 21 ospiti, che parteciperanno a rotazione in gruppi di 4-5 persone.

### **Obiettivo generale**

Il progetto ha come fine ultimo quello di limitare i fenomeni di alienazione, apatia e marginalità tra gli anziani e dunque di aumentare le capacità inter-relazionali e di “cura” di sé e dell’Altro.

La connessione causa-effetto fra l’aumento delle capacità relazionali e la diminuzione dell’emarginazione e dell’isolamento sociale orienta l’obiettivo generale dello stesso proprio nella direzione della valorizzazione e “riscoperta” del loro potenziale.

### **Obiettivi specifici**

In base alle considerazioni appena esposte, si ritiene fondamentale il raggiungimento dei seguenti obiettivi specifici:

- la possibilità che gli anziani possano acquisire il “desiderio di fare”;
- sappiano riconoscere i propri interessi e gusti;
- esercitino e sperimentino le abilità psicomotorie, relazionali;
- la possibilità che possano ricordare momenti lieti;
- sappiano riconoscere le proprie emozioni.

### **Identificazione degli ambiti di intervento**

Per acquisire e potenziare tali competenze e abilità sarà utile intervenire in ambito tecnico- pratico.



## Attività

Le seguenti attività sono pensate come le più appropriate per il raggiungimento degli obiettivi sopra descritti:

- incontro preliminare: tale attività permetterà di dare informazioni sulle modalità, tempi e fasi del progetto;
- laboratorio di cucina: prevede la presentazione della ricetta del giorno, la ricerca degli ingredienti e la loro preparazione, la lavorazione manuale. Ciò consentirà di favorire le dinamiche di gruppo che aspirano alla collaborazione, gratificazione e autostima;
- foto ricordo: attraverso l'utilizzo della fotografia e della scrittura si aspirerà a creare un ricettario;
- circle time: disponendo gli ospiti in cerchio, si favorirà lo scambio di emozioni, opinioni circa l'esperienza vissuta.

## Tempi e fasi

Il progetto si svolgerà nei mesi da Febbraio a Giugno.

Sono previsti 2 incontri a settimana, 8 incontri in un mese, della durata di circa 3 ore, per un totale di 96 ore.

Gli incontri avverranno nella sala relax e nella sala da pranzo.

Il progetto si articola in 3 fasi: una iniziale, di presentazione del progetto a tutti gli ospiti coinvolti; una seconda fase, in cui si svolgeranno le attività previste dal progetto per il raggiungimento degli obiettivi proposti. Una fase conclusiva, in cui vi sarà la restituzione del lavoro, vale a dire si evidenzieranno i percorsi e gli obiettivi raggiunti.

## Determinazione dei mezzi e delle risorse

Il personale impiegato:

4 volontari del servizio civile con specifiche referenze;

1 animatore;

1 operatore di supporto.

### Materiali d'impiego:

- ingredienti per realizzare i dolci;
- ricette culinarie,
- varie ed eventuali



### **Valutazione**

Al fine di valutare l'acquisizione degli obiettivi preposti, si somministreranno test di monitoraggio prima-durante e dopo. Questionari appositamente costruiti per indagare l'utilità e il gradimento del servizio.

Schede di registrazione per verificare il numero degli utenti al servizio.

Hanno ideato il progetto le volontarie del Servizio Civile. L'iniziativa è realizzata in collaborazione con le Cooperative sociali "Uscita di sicurezza", "PortAperta", "Arcobaleno" e "Solidarietà è crescita".