



## **Progetto: MUSICA**

### **Premessa**

Gli anziani che vivono all'interno di una struttura hanno spesso difficoltà relazionali e tendono perciò ad isolarsi. Con il passare del tempo, questo incide negativamente sul benessere e sulla qualità della vita degli ospiti.

La musica è uno stimolo fisico che aiuta il rilassamento e la distensione muscolare, riduce la tensione, l'ansia e potenzia quei sentimenti positivi che facilitano l'integrazione nel gruppo. In particolare, il canto è un'attività che migliora la qualità della vita dell'anziano, poiché gli permette di svolgere un ruolo attivo e di sentirsi partecipe alla vita comunitaria.

### **Destinatari del progetto**

Anziani autosufficienti e non autosufficienti che aderiscono all'iniziativa.

Gli ospiti saranno coinvolti in gruppi di 8.

### **Obiettivo generale**

Il progetto ha come fine ultimo quello di ridurre i fenomeni di isolamento sociale, apatia e marginalità tra gli anziani e dunque di aumentare le capacità inter-relazionali.

### **Obiettivi specifici**

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

- il potenziamento delle capacità mnemoniche attraverso il loro stimolo;
- l'utilizzo dell'ascolto e del canto come valvola di sfogo;
- possano ricordare eventi del passato e riviverne le emozioni;
- possano creare, sviluppare e coltivare le relazioni con gli altri ospiti.

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

Per acquisire e potenziare tali capacità 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;
- scelta dei brani da ascoltare e cantare;

**Progetto "Anziani in Gioco" – Casa di riposo "Ferrucci" di Grosseto**  
In collaborazione con le Cooperative sociali "Uscita di sicurezza", "PortAperta",  
"Arcobaleno" e "Solidarietà è crescita".



- ricerca e lettura dei testi;
- memorizzazione del testo;
- canto;
- circle time: si cercherà di stimolare la rievocazione dei ricordi e delle emozioni legati alla canzone;
- trascrizione dei ricordi più belli e significativi come interpretazione di usi e costumi delle generazioni passate.

### **Tempi e fasi**

Il progetto si svolgerà nei mesi da Febbraio a Giugno. È previsto un incontro settimanale, 4 incontri in un mese, della durata di circa 2 ore ciascuno. Gli incontri avverranno nella sala relax.

### **Determinazione dei mezzi e delle risorse**

#### Il personale impiegato:

- 3 volontari del servizio civile;
- 1 operatore di supporto.

#### Materiale d'impiego:

- stereo;
- canzoni e testi;
- microfoni
- varie ed eventuali.

### **Valutazione**

Interviste finali per valutare il gradimento del progetto realizzato e gli eventuali obiettivi raggiunti.

Il progetto è stato realizzato dalle esperte del Servizio Civile