

Programma Erasmus Plus

KA 2 Partenariati strategici per l'educazione degli adulti

“EDUCATION - THE CHALLENGE OF THE LATER YEARS”

2014 -1-PL01-KA204-003408

OUTPUT INTELLETTUALE 2

CHALLENGE PER ANZIANI

Instituto Príncipe Real - Portugal

Introduzione

In generale, la struttura di un programma educativo dovrebbe essere basata sulla selezione del contenuto. Questa scelta definirà le conoscenze e le metodologie necessarie per la loro assimilazione, mostrando anche la natura del pensiero teorico.

Il programma educativo può avere come elementi principali: la consapevolezza che è la disciplina di sistematicità; il tempo richiesto per il processo pedagogico di appropriazione delle conoscenze e le procedure didattico-metodologiche utilizzate per lo sviluppo del processo di insegnamento / apprendimento.

Il tempo necessario alla conoscenza del processo pedagogico di assimilazione si riferisce alla distribuzione dei livelli di contenuto. Esso deve rispettare le progressioni pedagogiche e, soprattutto, le caratteristiche e le preoccupazioni di ogni gruppo o persona che intende mediare il processo educativo particolare.



Il materiale è dedicato agli anziani:

- Aiuto materiale agli anziani nello sviluppo di attività culturali
- Materiale preparato sul modulo per docenti
- Il materiale è stato preparato sulla lunga e vasta esperienza di lavoro con gli anziani.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

1. Hobbies

Perché non considerare un hobby a cui non si è potuti dedicare in passato?

Alcune idee possono essere:

- Cucito
- Arti e mestieri
- Creare gioielli
- Scrapbooking
- La fotografia è un'arte meravigliosa per gli anziani. Fotografare di tutto, dalle persone ai fiori fornisce materiale utilizzabile anche per altre lavorazioni. Utilizzare le immagini per fare collage, cancelleria personalizzata, o anche solo iniziare scrapbooking.
- Giardinaggio
- Alta Cucina

Come attività culturali l'animazione passa attraverso l'organizzazione di eventi creativi che permettono di essere a loro volta manager e produttore di un prodotto culturale, artistico e creativo. Come attività educativa l'animazione è una motivazione per l'istruzione e la formazione, iniziale e permanente. Nella dimensione economica l'animazione appare come attività generatrice di risorse economiche e finanziarie, come ad esempio l'auto impiego o come fonte di reddito. Infine, nella dimensione sociale, l'animazione e l'animatore hanno lo scopo di superare le disuguaglianze sociali e la promozione della persona e della comunità.



2 Attività / Ipotesi di Piano di lavoro

Le attività che proponiamo dovrebbe funzionare per la maggior parte i gruppi ma sentitevi liberi di modificare il piano in base a ciò che sapete circa i partecipanti e il vostro stile di facilitazione.

Inoltre, abbiamo cercato di includere il maggior numero di dettagli possibili su come si potrebbero spiegare attività e idee. Questo piano di laboratorio potrebbe aiutarvi se non avete mai facilitato un workshop come questo prima, ma non esitate a sperimentarlo o farlo in modo completamente diverso.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Gennaio

Date	Attività	Obiettivi
2 - 6	<p>Cantare le canzoni regionali di Gennaio;</p> <p>Raccogliere donazioni per l'istituzione ;</p> <p>Raccogliere e testare canzoni su Gennaio;</p>	<p>Promuovere l'interazione tra bambini, anziani e la comunità;</p> <p>Sperimentare le tradizioni;</p> <p>Imparare storie su questo periodo dell'anno ;</p>
07	<ul style="list-style-type: none"> • teatro delle differenze; • merenda conviviale ; 	<p>Interazione tra differenti famiglie e comunità ;</p> <p>Sviluppare le abilità fisiche e cognitive degli utenti ;</p>
Tutto il mese	<ul style="list-style-type: none"> • realizzazione del lavoro a mano sull'inverno; • stampa a mano 	<ul style="list-style-type: none"> • sensibilizzare sia gli anziani che i bambini sull'importanza di indumenti caldi per evitare il freddo ; • sensibilizzare i bambini e gli anziani ai cambiamenti della natura ;

Febbraio

Date	Attività	Obiettivi
Tutto il mese	<ul style="list-style-type: none"> • preparazione della parata di carnevale; • raccolta di material per preparare I travestimenti; • sviluppo delle maschere; 	<ul style="list-style-type: none"> • incoraggiare creatività ed immaginazione di bambini e anziani; • differenze tra generazioni;

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

14	<p>San Valentino;</p> <p>Preparazione dei biglietti di San Valentino;</p> <p>Scambi tra vicini;</p> <p>Raccontare la storia di San Valentino;</p>	<p>. sensibilizzare al senso di amicizia;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rafforzare i legami tra tutti;
20	Parata di Carnevale	Divertimento intergenerazionale e di comunità;

Marzo

Date	Attività	Obiettivi
8	<ul style="list-style-type: none"> • Festa della Donna; • I bambini realizzano fiori di carta per il Centro Diurno femminile e SAD ; • Dare a tutte le signore un biglietto per la fiera 	<ul style="list-style-type: none"> • Fornire alle donne un giorno speciale in cui sono al centro dell'attenzione ;
19	<ul style="list-style-type: none"> • Festa del papà; • preparazione di un lavoro sui propri genitori; <p>Mostra "Mio</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Assegnare importanza al ruolo del padre in una famiglia; • Ricordare il passato con i genitori; • riunire genitori e figli;

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

	<p>padre”</p> <ul style="list-style-type: none"> • preparazione di una decorazione per la struttura; • commemorare la settimana del papà; 	<ul style="list-style-type: none"> • • • permettere ai bambini più lontani di ricordare questo giorno e il proprio padre;
21	<ul style="list-style-type: none"> • arrivo della primavera; • • Abbellire le diverse pareti con opere realizzate dagli utenti ; • • gli Anziani planteranno fiori e i bambini potranno seminare prezzemolo, mais e fagioli ; 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilizzare gli utenti alle questioni ambientali; • • favorire il contatto con il mondo esterno e la Natura ;
24	<ul style="list-style-type: none"> • festa del papà; • Performance di giochi tradizionali tra genitori e figli; 	<ul style="list-style-type: none"> • interazione tra generazioni e nella comunità; • Promuovere un pomeriggio in cui genitori e figli si; • • Rafforzare i legami affettivi ,
28	<ul style="list-style-type: none"> • giornata mondiale del teatro; • • Preparazione di una rappresentazione; • Presentazione della rappresentazione ; 	<ul style="list-style-type: none"> • contatto col mondo del teatro; • Promuovere momenti di fantasia e finzione; • • Sviluppo di capacità cognitive e di memoria;

Aprile		
Date	Attività	Obiettivi
2 - 5	<ul style="list-style-type: none"> • settimana santa; • confezione torte di pasqua; • lettura della Bibbia; • rivivere la storia di gesù con bambini e anziani; • raccolta di torte di pasqua fatte dagli utenti più anziani; • Confessioni; 	<ul style="list-style-type: none"> • coltivare fede e religione; • ricordare le tradizioni di Pasqua; • sviluppare diverse ricette per le torte di Pasqua;
27	<ul style="list-style-type: none"> • giornata del pompieri; • esercitazione; 	<ul style="list-style-type: none"> • mostrare cosa fare in caso di emergenza; • sensibilizzare sui possibili epricoli;

Maggio		
Date	Attività	Obiettivi
6	<ul style="list-style-type: none"> • festa della Mamma; • Preparazione di un ricordino per le mamme; • Creazione di una presentazione sulla madre di tutti gli utenti; • merenda conviviale ; 	<ul style="list-style-type: none"> • apprezzare il ruolo della mamma nella vita • Rivivere i ricordi ;

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

9	<ul style="list-style-type: none"> • giornata europea della musica; • • • Invita un gruppo locale per animare; • • Fare karaoke con i bambini e gli anziani; • • Giochi tradizionali con la musica; • Insegnante di musica mostra vari strumenti musicali; 	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilizzare al gusto per la musica; • • Animazione;
18	<ul style="list-style-type: none"> • giornata internazionale del museo; • Visita al Museo Municipale di Miranda 	<ul style="list-style-type: none"> • Creare momenti di gioia e piacere • apprendere conoscenze archeologiche;

Giugno

Date	Attività	Obiettivi
1	<p>Giornata mondiale del Bambino</p> <p>rappresentazione teatrale con anziani e bambini;</p> <p>merenda conviviale ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gonfiabili per i bambini; • • Preparazione di un 	<ul style="list-style-type: none"> • Promuovere relazioni intergenerazionali; • • Stabilire stretti rapporti tra vicini; • • la condivisione delle conoscenze, valori e sentimenti;

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

	<p>ricordo da parte degli anziani ai bambini;</p> <ul style="list-style-type: none">•• I bambini visitano anziani;	
5	<ul style="list-style-type: none">• giornata dell'ambiente• piantare alberi <p>Guardare un film sulla diversità;</p>	<p>sensibilizzare all'importanza dell'ambiente;</p> <p>salvaguardia delle specie;</p>
13	<p>Giro in barca a Moliceiro</p>	<p>apprezzare il patrimonio naturale</p> <p>soddisfare un sogno degli utenti;</p>

Luglio		
Date	Attività	Obiettivi
Tutto il mese	<ul style="list-style-type: none"> • Vivere l'estate • Decorazioni con il tema d'estate; • giochi tradizionali all'aperto; • Picnic; • settimana in spiaggia; 	<ul style="list-style-type: none"> • promozione del benessere degli utenti; • Piacevoli momenti di animazione e convivialità • Promuovere l'interazione;
Tutto il mese th	<ul style="list-style-type: none"> • feste popolari • Sfilata di maschere popolari; • Sviluppo di costumi popolari ; 	<ul style="list-style-type: none"> • Fornire divertimento e gioia; • Conoscenza di canzoni popolari ;
25	Fiera di San Giacomo;	<ul style="list-style-type: none"> • preservare usi e costumi;
26	<ul style="list-style-type: none"> • Giornata nazionale dei nonni • I bambini promuovono una serata conviviale per gli anziani; • Preparazione di doni per gli anziani; • Open day alla comunità 	<ul style="list-style-type: none"> • stimolare active aging; • facilitare l'interazione tra gli utenti, le comunità e le famiglie ;

Agosto		
Date	Attività	Obiettivi
6	<ul style="list-style-type: none"> • sensibilizzazione 	<ul style="list-style-type: none"> • Informare e mettere in guardia per la stagione calda
14	<ul style="list-style-type: none"> • Picnic nel parco; 	<ul style="list-style-type: none"> • Informare e mettere in guardia per la stagione calda
17	<ul style="list-style-type: none"> • classe di aerobica in piscina; 	<ul style="list-style-type: none"> • promuovere convivialità e momenti piacevoli
20	<ul style="list-style-type: none"> • mostra di fotografie delle attività svolte nei vari anni; 	<ul style="list-style-type: none"> • incoraggiare gli utenti all'esercizio fisico
25	<ul style="list-style-type: none"> • preparazione di un album fotografico per ciascun utente; 	<ul style="list-style-type: none"> • ricordare e riflettere sulle attività svolte

Settembre		
Date	Attività	Obiettivi
Tutto il mese	<ul style="list-style-type: none"> • • • Integrazione / ricezione di tutti gli utenti; • • Promuovere giochi per la socializzazione; 	<ul style="list-style-type: none"> • • Assistere nell'adattamento di nuovi utenti; • • Sviluppare un buon rapporto con le famiglie degli utenti per rispondere alle loro domande; • • strutturazione abitudini (cooperazione, registrazione, organizzazione, autonomia e responsabilità);

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

21	<ul style="list-style-type: none"> • giornata mondiale dell'Alzheimer • attività di sensibilizzazione della comunità sulla malattia di Alzheimer; • Realizzazione del test per lo screening della malattia ; 	<ul style="list-style-type: none"> • sensibilizzazione delle famiglie per sapere come trattare con questi pazienti; • Imparare a prevenire e ritardare gli effetti della malattia ;
23	<ul style="list-style-type: none"> • arrivo dell'autunno • lavori legati alla autunno; • Decorazione ambienti; 	<ul style="list-style-type: none"> • sviluppare il senso del tatto, gusto e olfatto ;
29	<ul style="list-style-type: none"> • raccolta di frutti offerti dalla comunità; • Confezionamento Tradizionale di marmellate con la frutta raccolta; 	<p>Coltivare usi e costumi;</p> <p>Incoraggiare capacità individuali;</p>

Ottobre		
Date	Attività	Obiettivi
6	<ul style="list-style-type: none"> • pegni tradizionali d'amore; • canzoni popolari; 	<p>Vita e valori tradizionali;</p> <ul style="list-style-type: none"> • promuovere interazione tra utenti; <p>Condividere conoscenze degli anziani con I bambini;</p>

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

31	<ul style="list-style-type: none"> • Halloween • lavori manuali per decorare la struttura • decorazione delle zucche per le famiglie; • gara delle zucche più belle; 	<ul style="list-style-type: none"> • Chiarire le paure infantili; • • pubblicizzare una tradizione internazionale; • • promuovere la condivisione e l'unità tra la famiglia ;
----	--	--

Novembre

Date	Attività	Obiettivi
9	<ul style="list-style-type: none"> • San Martiono (11) • Magusto per utenti e comunità; • gli anziani raccontano la storia di san Martino agli utenti; • preparazione di biglietti a tema; • • Menù settimanale con ricette elaborate con le noci ; • realizzare filmati nel centro per le arti; 	<ul style="list-style-type: none"> • Vita e valori tradizionali • • promuovere interazione tra utenti; • promuovere le tradizioni popolari; • • promuovere il valore di scambio attraverso la legenda;
29		promuovere una serata di socializzazione e divertimento

Dicembre

Date	Attività	Obiettivi
	<ul style="list-style-type: none"> • festa della 	<ul style="list-style-type: none"> • promuovere interazione tra

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

<p>All month</p>	<p>Famiglia (28);</p> <ul style="list-style-type: none"> • preparazione del party per la famiglia; • prove con gli utenti e le loro famiglie al fine di preparare uno spettacolo teatrale; • Decorare l'istituzione con il tema della famiglia; • azioni di sensibilizzazione della comunità circa i legami familiari; 	<p>utenti, comunità e famiglia</p> <ul style="list-style-type: none"> • incoraggiare il valore in team; • Rafforzare i legami affettivi con i familiari; • Incoraggiare la partecipazione delle famiglie degli utenti nelle attività dell'ente; • Promuovere la creatività ;
<p>11</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ceramica; • Presepe vivente; 	<ul style="list-style-type: none"> • promuovere momenti di gioia e convivialità tra gli utenti; • Sviluppare le capacità motorie ;
<p>17 to 21</p>	<ul style="list-style-type: none"> • preparativi natalizi; • visione del film "Nascita di Gesù" 	<ul style="list-style-type: none"> • favorire l'immaginazione; • favorire la fede nella storia della vita di Gesù;



3. PIANO DI LAVORO

3.1. - Obiettivi:

- 60% dei seniors partecipano attivamente nelle varie attività socio-culturali.

3.2. - Indicatori di valutazione

La valutazione del Piano avviene su la base dei dati raccolti nel corso delle attività: fogli presenze; rapporto mensile.

Obiettivi:

- Ottimizzare e comprendere le funzioni cognitive, le esigenze, le aspettative e le motivazioni degli anziani;
- Lavorare sul miglioramento della dimensione:

- Fisica,
- Biologica,
- Psicica,
- Intellettuale,
- Spirituale,
- Emozionale,
- Culturale,
- Sociale

Tra gli stessi;

- Promuovere un miglioramento nella qualità della vita, senso di utilità, prevenzione della disabilità e stabilizzazione o rallentamento del processo di invecchiamento come processo di attivazione e stimolazione degli anziani;
- Promuovere un invecchiamento integrato sano;
- Promuovere diverse attività, in tempi e spazi diversi, che sollecitano la partecipazione degli anziani con l'obiettivo di sviluppare strategie di rafforzamento dell'autostima;
- Favorire l'interazione degli anziani con la famiglia, rafforzando così i legami affettivi, in quanto il loro ambiente familiare e sociale è parte integrante delle loro esperienze;
- Avvicinare le famiglie alle istituzioni con l'obiettivo di realizzare attività in partnership;
- Favorire iniziative che promuovono la gioia e il divertimento;

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

- Favorire momenti di buon umore e promuovere il contatto con la comunità;
- Recupero della memoria: le esperienze, i costumi e le tradizioni popolari;
- Promuovere percorsi interattivi che coinvolgono anziani e bambini.

3.3. -Risorse:

➤ Umane:

- Seniors;
- Direttore dei servizi;
- Esperto di animazione socioculturale;
- Esperto in servizi sociali;

- Consiglio di amministrazione;
- Assistenti, operatori sociali, ausiliari;
- Parenti;
- Bambini;
- Autisti;
- Altri dipendenti delle strutture (se necessario)
- altri mezzi esterni alla struttura (se necessario)

3.4. -Materiale:

- Cancelleria (materiale per disegnare/dipingere; materiale per modellare, adesivi, tessuti, ecc.);
- Materiale riciclato;
- Materiale Audiovisivo;
- Libri/ riviste / giornali;
- Furgone;
- Bus;
- Materiale necessario per gli esercizi di educazione fisica;
- Ogni materiale necessario alla preparazione delle attività.

3.5. – Spazi:

- sala polivalente;
- Auditorium;
- Refettorio;
- Spazi all'aperto;

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

3.6. - Attività:



l'obiettivo del *Piano di attività* è quello di favorire l'autonomia e l'indipendenza degli anziani, tramite il coinvolgimento in diverse attività da svolgere nell'arco di un anno.

Il Piano prevede collaborazioni a vari livelli, partendo da i limiti individuali degli utenti, incoraggia gli incontri tra persone anziane e persone fuori dalle strutture di ricovero favorendo l'interazione sana tra gruppi diversi tra loro per età ed esperienza, ma che contribuiscono ad arricchirsi reciprocamente ed a creare un ambiente conviviale ed

allegro.

Le attività previste favoriscono una maggiore interazione sia all'interno che a livello inter istituzionale, con obiettivo finale la promozione dell'invecchiamento attivo e la solidarietà intergenerazionale.

3.7. -Motivazione

Un concetto molto importante che merita di essere approfondito è quello motivazionale. Per implementare un progetto di animazione è necessario che gli utenti siano motivati o che vengono stimolati ad esserlo. È quindi importante lavorare su questi aspetti, e per fare questo è indispensabile conoscere i principi della motivazione.

Sono i seguenti:

- L'essere umano è motivato quando ha l'opportunità di esprimere le proprie idee.
- L'essere umano è motivato ogni qualvolta il suo comportamento è valutato da valutazioni (Positive o negativi) di merito.
- Per una motivazione duratura l'individuo deve essere stimolato più volte.
- Una valutazione negativa, riferito alla persona o ad un suo comportamento, che la stessa non può o non saprebbe modificare/migliorare lo induce a perdere la motivazione.
- La più grande fonte di motivazione per l'essere umano che è in grado di raggiungere anche con uno sforzo, è un obiettivo egli stesso si pone.

Spesso a causa di problemi dovuti all'età, gli anziani si scoraggiano nello svolgimento di alcune attività. Di fronte a queste situazioni è essenziale lavorare con messaggi motivazionali, la lode e il riconoscimento.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

4. – PROGRAMMA DI INTERVENTO

4.1.- Workshop In Stimolazione Cognitiva Di Gruppo ed a Piccoli gruppi

L' obiettivo dei giochi di stimolazione cognitiva è quello di aumentare l'attività cerebrale, rallentando gli effetti della perdita di memoria e acutezza percettiva, con conseguente riabilitazione delle funzioni esecutive

- Operazioni aritmetiche semplici;
- Gioco delle differenze e similitudini;

Materiale: Carta, Penna, Libri, Puzzles, Dama, altro.

Risorse umane: Animatore socioculturale, tirocinanti (quando ci sono tirocini in corso), seniors.

Target: Tutti gli utenti dei Centri Diurni o case famiglia.

Giorni/Tempo: 2 volte alla settimana, sessioni di 60 minuti ciascuna.

Risultati attesi: condivisione delle conoscenze, miglioramento delle capacità cognitive.

- Gioco del Labirinto;
- Gioco di memoria;
- Ricerca di parole;
- Puzzles;
- Dama;
- Esercizi di nomina;
- Giochi di abilità manuale;
- Esercizio sulla memoria recente, immediata, episodica e semantica;
- Esercizi di orientamento temporali e spaziali;
- Terapia di orientamento alla realtà;
- Attività di rievocazione.
- celebrazione delle stagioni (guidare gli utenti nel tempo; sviluppare abilità motorie, destrezza manuale, creatività e spirito di improvvisazione degli utenti)

4.1.1. Cosa sono le capacità cognitive?

La definizione della parola cognizione è la seguente: il *processo di conoscere* e comprende tutti i suoi aspetti, come ad esempio:

- Ragionamento
- Consapevolezza
- Percezione
- Conoscenza
- Intuizione
- Giudizio

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

La capacità cognitiva è la capacità mentale di una persona, che permette di elaborare tutte le informazioni che ricevono tramite i cinque sensi. Tali competenze sono necessarie affinché la persona sia in grado di pensare, parlare, imparare o leggere. Queste abilità danno la capacità di richiamare alla memoria ricordi passati. Le capacità cognitive sono necessari anche per:

- Analizzare le immagini e suoni percepiti.
- Mantenere la concentrazione.
- Ricostruire associazioni varie informazioni ricevute.

4.2. Corso: Cucina

La cucina può essere un luogo dove non solo cucinare, ma dove i valori vengono trasferiti, rafforzando le radici le relazioni personali, allo stesso tempo può essere uno strumento didattico che può essere utilizzato in pratiche educative in maniere tale che gli utenti possano condividere del tempo insieme, parlando della vita quotidiana e delle loro abitudini alimentari, delle loro preparazioni culinarie e discutere sulle scelte alimentari che possano portare ad un miglioramento delle loro abitudini alimentari.



L'obiettivo di questo corso è di condividere le conoscenze in materia di preparazioni culinarie, il confezionamento di prodotti diversi, ed incoraggiare le attività motorie.

L'attività sarà sviluppata attraverso:

- Creazione di un libro di cucina, (sarà inclusa una ricetta realizzata a settimana)
- Preparazione di marmellate e dolci,
- Produzione di muffin, biscotti e torte.
- preparazione di estratti di succhi naturali e smoothies.

Materiale: forno, piano cottura, attrezzatura da cucina, presine, asciugamani, grembiuli, cappellini e guanti, vari alimenti

Risorse umane: Animatore socioculturale, tirocinanti (quando ci sono tirocini in corso), seniors.

Target: Tutti gli utenti dei Centri Diurni o case famiglia che desiderano partecipare.

Giorni/Durata: 2 volte al mese, ogni giorno, con sessioni di durata paria a 120 minuti ciascuna.

Il cibo è il cuore della nostra comunità. Condividere pasti e conversazioni con i tuoi vicini, creare legami mentre si assaporano i piatti preferiti. I residenti amano stare insieme con gli amici e vicini di casa per scambiare ricette di famiglia e condividere la loro creatività culinaria! Se vuoi veramente mettere alla prova il tuo coraggio in cucina, dovresti partecipare ad uno dei nostri popolari concorsi di cucina "Iron Chef". O se stai cercando di imparare nuovi trucchi, dovresti assistere ad una delle dimostrazioni di cucina!

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Risultati attesi: condivisione di conoscenza, mantenimento e miglioramento delle capacità cognitive, miglioramento della qualità della vita e indipendenza.

4.3. Corso: Danza

La danza agisce sulla memoria, l'attenzione, la logica, l'immaginazione creativa con tanti benefici per la salute. I principali vantaggi della danza sono:

benefici a livello cardiovascolare; miglioramento del linguaggio del corpo; disinibizione; conoscenza di sé; miglioramento di sé - autostima; stimolazione della circolazione sanguigna; miglioramento nella comunicazione; miglioramento della capacità respiratoria; Fornisce orientamento nello spazio, consapevolezza del corpo, gioia; miglioramento delle relazioni interpersonali

sviluppo del pensiero astratto; miglioramento nella comprensione delle culture; riduzione dell'ansia e dello stress, rilascio delle tensioni; diminuzione dell'inattività fisica; introduzione di concetti e procedure come nuovi campi di conoscenza e ricerca; miglioramento della salute mentale; miglioramento della durata dei rapporti personali; miglioramento nel campo sociale, emotivo e cognitivo; incoraggia la spontaneità e la creatività.

La danza è una forma di animazione che può e deve essere utilizzata con gli utenti anziani, dal momento che per loro la danza è associata a ricordi e esperienze importanti nella vita.

Questa attività sarà implementata attraverso organizzazione di feste, balli e serate danzanti dove gli utenti possono praticare ballo, danza tradizionale, danza in cerchio, esprimendosi liberamente.



La danza sviluppa la creatività, l'indipendenza e la libertà. La danza come un modo di vivere rende più sana la vita quotidiana, per lo sviluppo nell'ambito socio affettivo, psicomotorio e percettivo - cognitivo, essendo un'attività fisica piacevole per l'individuo. La danza è l'arte del movimento umano, è plastica animata, astratta ed espressiva, una delle arti più antiche conosciute, che appare fin dall'inizio della civiltà come una manifestazione naturale, spesso come una forma di rituale. La danza promuove lo sviluppo integrale dell'essere umano. È un'arte base ed ha la priorità su tutte le altre espressioni creative dell'essere umano.

Materiale: CD di musica popolare, lettore CD, sistema stereo e microfoni.

Risorse umane: Animatore socioculturale, tirocinanti (quando ci sono tirocini in corso), seniors, artisti esterni alle organizzazioni.



Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Target: Tutti gli utenti dei Centri Diurni o case famiglia che desiderano partecipare.

Giorni/Durata: feste di compleanno, festival, con attività non superiori a 90 minuti.

Risultati attesi: tutela e miglioramento delle abilità cognitive, miglioramento nella qualità della vita e indipendenza.

4.4. Corso di: lavoro con la plastica

Le attività di lavorazione e espressione con la plastica consentono di esprimere sé stessi, sviluppare e stimolare la fantasia e la creatività attraverso varie forme di espressione, di sviluppare le capacità motorie, di precisione manuale e di migliorare le capacità psico-motorie. Lo svolgimento di tali attività porta ad evitare l'isolamento e l'ozio, serve a sviluppare il pensiero critico, esprimendo le proprie preferenze e le ragioni delle proprie azioni, promuovendo lo sviluppo e l'arricchimento delle qualità di gruppo, la coesione, la condivisione, il lavoro di squadra, la fiducia, la sensibilità, le relazioni interpersonali, l'iniziativa e l'espressione di sé.

Gli studi dimostrano che il disegno e la pittura producono dei benefici nel coordinamento delle persone, e nelle capacità organizzative inoltre servono come una risorsa terapeutica, naturalmente, in combinazione con altri trattamenti già in corso. I canali sensoriali vengono attivati durante la pratica del disegno. Di conseguenza, aiuta a equilibrare le emozioni e liberare immaginazione e pensieri.

Essendo un'attività che richiede concentrazione, aumenta la capacità di osservazione, prestando attenzione ai minimi dettagli e, naturalmente, aumenta il controllo critico sullo stato di avanzamento del proprio dipinto su tela. Per coloro che faranno un corso di pittura, questa attività aiuta anche a migliorare i rapporti interpersonali in quanto incoraggia la comunicazione tra colleghi per lo scambio di informazioni, consigli e nuove tecniche.

L'attività è riconosciuta dagli esperti come molto interessante per tutte le fasce di età, ma in età avanzata i benefici sono superiori poiché aiuta ad attivare la memoria. Il motivo principale è che, come qualsiasi altra attività, richiede l'apprendimento nel corso degli anni, contribuendo così a mantenere i neuroni sempre attivi.

L'attività è implementata attraverso:

- Pittura
- Cucito
- Lavori in feltro
- Modellazione
- Collages
- Artigianato –
- Modellaggio (utilizzando materiali come l'argilla, argilla polimerica e modelli da riempire)

Materiale: legno, cotone, stoffa, ago, carta, penne, matita, pennello, tela, vernice, argilla polimerica, pasta modellabile, perline, oggetti in legno, materiali riciclati.



Risorse umane:
Animatore
socioculturale,
tirocinanti
(quando ci sono
tirocini in corso),
seniors.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Target: Tutti gli utenti dei Centri Diurni o case famiglia

Giorni/Durata: 3 volte a settimana in sessioni da 120 minuti (da tener conto delle esigenze/limiti degli utenti)

Risultati attesi: aumento dell'indipendenza e soddisfazione, mostra o vendita del proprio lavoro, condivisione delle conoscenze.

4.4.1. – Mosaici

Molti anziani trovano che creare mosaici possa essere un ottimo passatempo. Possono lavorare con pezzi piccoli o grandi, a seconda del loro livello di destrezza e della loro vista. Il mosaico può essere un disegno già pianificato, oppure può essere semplicemente un astratto colorato.

I mosaici che piacciono agli anziani spesso includono:

- Vasi di fiori
- Cornici per foto
- Telaio per gli specchi
- Tavolini
- Sottopentole
- Pietre da giardino

Con la ceramica, gli anziani possono creare divertenti opere d'arte, nonché oggetti di uso quotidiano come tazze, ciotole e stoviglie per il giardinaggio. Possono scegliere di verniciare le loro ceramiche, se davvero si appassionano a questo hobby, ma molte persone semplicemente vogliono dipingere la ceramica con colori acrilici e sigillare con uno spray sigillante acrilico.

4.5. CORSO DI: ESPRESSIONE E DI COMUNICAZIONE ORALE E CORPOREA

Questa attività è costituita da corsi di formazione che mantengano la capacità di utilizzatori capaci, incoraggiando la scrittura, lettura, memoria e concentrazione tramite:

- Breve dettato
- Ricerca delle parole
- Lettura di storie e libri
- Racconto di storie, poesie e notizie commentate
- Conduzione di giornaleto mensile relativo alle attività dell'istituzione
- Messa in scena di breve storie e storie tarate su gruppi diversi

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Materiali: Carta, materiali per scrivere e dipingere, lettura libri, arredi scenici e guardaroba ove necessario.

Risorse umane: animatore socioculturale, tirocinanti (durante un tirocinio professionale), gli anziani, mezzi esterni all'istituzione.

Target: Tutti gli utilizzatori del Centro Diurno che vogliono partecipare.

Giorni / Tempi: 2 volte alla settimana, 60 minuti per Gruppo. Esercizi giornalieri e supervisione individuale.

Risultati attesi: Miglioramento nel livello di soddisfazione, aumentata fiducia in sé stessi, mantenimento o miglioramento delle abilità cognitive.

4.6.CORSO DI: TECNOLOGIE INFORMATICHE

Esiste la speranza per cui una comprensione generale e l'aspettativa che le tecnologie informatiche possano aiutare le società a gestire le sfide risultanti dall'età e migliorare la qualità della vita degli anziani.

Ci sono aspettative diverse su come la tecnologia possa avere degli effetti sulla vita sociale ed economica in molti paesi industrializzati. Il gruppo d'età degli anziani non è omogeneo per quanto concerne il livello di istruzione, reddito o anche i diversi tipi di disabilità spesso associate con l'età. Gli anziani sono il gruppo con il più grande rischio di essere esclusi dai benefici della Società dell'Informazione.



Questa attività consiste in corsi di formazione con lo scopo di mantenere la capacità degli anziani ed aprire nuove possibilità di contatto con i parenti all'estero.

Il workshop verrà sviluppato attraverso:

- Sviluppo e consultazione sulle email
- Ricerca di novità e notizie
- Preparazione del ricettario
- Skype

Materiali: Computer, accesso ad internet

Risorse umane: animatore socioculturale, tirocinanti (durante un tirocinio professionale), gli anziani

Target: Tutti gli utilizzatori del Centro Diurno che vogliono partecipare.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Giorni / Tempi: Una volta alla settimana, 60 minuti per Gruppo. Esercizi giornalieri e supervisione individuale.

Risultati attesi: Miglioramento nel livello di soddisfazione, aumentata fiducia in sé stessi, mantenimento o miglioramento delle abilità cognitive.

Stare all'aria aperta

Gli anziani a cui piace stare fuori di casa potrebbero trovare nell'osservazione degli uccelli un hobby affascinante. Possono individuare gli uccelli o le piume mentre camminano nella natura, o identificarne le specie dal comfort del loro giardino mentre ascoltano il canto degli uccelli.

Altre divertenti attività all'aria aperta sono:

- Picnic
- Pesca



Giornata Mondiale del Libro
Giornata Mondiale della Danza
Giornata Mondiale dell'Ambiente
Commemorazione dei Santi Popolari
Giornata dei Nonni
Settimana dell'Infanzia
Anniversario della Pietà
Cena di Natale
Festa di natale
Via Crucis
Giornata Mondiale del Malato
Festa della Famiglia
Festa della Mamme e festa del papà

4.7. ATTIVITÀ RICREATIVE

Un'animazione spensierata ha lo scopo di intrattenere le persone, occupare il loro tempo e promuovere l'interazione e la disseminazione della conoscenza e delle arti.

Ci sono molte attività divertenti a cui gli anziani possono partecipare per mantenere attive le loro menti, forti i loro corpi e positivo il morale. Che sia spendere tempo all'aria aperta, fare dei giochi con la famiglia e gli amici, o spendere del tempo

svolgendo degli hobby, fare attività che si ama costituisce un importante beneficio per il benessere di tutti gli anziani.

L'esercizio e l'attività fisica regolare sono importanti per la salute fisica e mentale di tutte le persone, compresi gli adulti. Tenersi attività fisicamente e fare esercizio regolarmente possono produrre benefici salutari a lungo termine e migliorare la salute di alcune persone anziane malate o con disabilità. Questo è il motivo per cui gli esperti della salute affermano che gli anziani dovrebbero mantenersi il più possibile attivi.

Giornata Mondiale della Salute
Giornata Mondiale degli Infermieri

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

4.8. ATTIVITÀ SPORTIVE E GIOCHI DI ANIMAZIONE

Gli esercizi di classe sono concepiti per assicurare condizioni di salute degli utilizzatori, promuovere la loro salute, cercare di combattere lo stile di vita sedentario e sviluppare le loro capacità fisiche ed intellettuali attraverso semplici compiti articolari e muscolari che permettano un migliore stile di vita. Gli anziani potrebbero partecipare ad una competizione per anziani o giocare tra amici al parco o al centro ricreativo.

Attività all'aria aperta

Ti piace l'aria fresca ed il cielo blu? Solo il cielo è il limite per anziani attivi! Prima di iniziare nuovi regimi di esercizio o attività fisiche, richiedete l'approvazione del vostro medico!

- **Ritorno alle attività della natura:** pesca, giardinaggio ed escursionismo sono attività divertenti a qualsiasi età. Anche l'osservazione degli uccelli può essere una divertente attività.
- **Letterboxing:** Mai sentito parlare di letterboxing? È una divertente attività all'aria aperta che combina l'escursionismo con la caccia al Tesoro. Scopri di più al riguardo.
- **Sport:** se avete il via libera del medico per fare sport, prendete la mazza da golf, il Pallone da calcio o la racchetta da tennis e iniziate a giocare. Potreste partecipare a competizioni per anziani o giocare tra amici al parco o al centro ricreativo.
- **Esercizio:** Sebbene possa sembrare più lavoro che gioco, l'esercizio può essere molto divertente e rilassante a seconda del tipo specifico che scegli di fare. Prova l'aerobica in acqua, camminare, yoga o Tai Chi.
- **Fotografia:** Le telecamere digitali sono molto semplici ed offrono una gratificazione istantanea. Dovete solo inquadrare, scattare e vedere la foto.
- **Caccia al tesoro:** organizza una caccia al tesoro con i tuoi amici.
- **Produci il tuo cibo:** prova a fare giardinaggio, ma non il solito giardinaggio – produci il tuo cibo. Ciò ti farà uscire, saprai esattamente da dove proviene il tuo cibo, e tutto ciò fa anche bene all'ambiente!
- **Affitta un kayak:** Se ami l'avventura, prova ad affittare un kayak per esplorare sull'acqua. Alcune compagnie offrono viaggi speciali e sconti per gli anziani.

La scelta dello sport è limitata soltanto dalla loro condizione fisica ed interesse

Alcune delle possibilità sono:

- Golf
- Tennis
- Croquet
- Badminton
- Softball

Queste attività hanno i seguenti obiettivi: aumentare l'auto controllo, migliorare il tempo libero, sviluppare abilità fisiche, combattere uno stile di vita sedentario, prevenire depressione ed incrementare la propria stime personale.

L'attività verrà sviluppata attraverso esercizi di riscaldamento, giochi e sport tradizionali, uso di cyclette.



Materiali che possono essere usati: palloni, corde, bottiglie di plastica, bocce, sedie, bande elastiche, bastoni, tessuti, materassini, bici, ecc.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Risorse umane: animatore socioculturale, tirocinanti (durante un tirocinio professionale), gli anziani

Target: Tutti gli utilizzatori del Centro Diurno che vogliono partecipare.

Giorni / Tempi: Tre volte alla settimana, da 40 a 90 minuti per sessione (a seconda dei diversi requisiti/limitazioni degli utenti).

Una componente importante dell'animazione nel senso più puro del termine è il gioco. Giocare in età adulta ha anche l'effetto di sfatare quei miti e stereotipi secondo cui giocare è solo da bambini. Infatti, il desiderio di giocare ci accompagna durante tutta la vita, ma i diversi ruoli sociali assunti ci distraggono dalla pratica del gioco regolare, la quale comunque rimane un nostro desiderio interiore. Il gioco, sia per i bambini che per gli adulti, è il modo migliore in cui trasmettiamo messaggi e ci divertiamo. Grazie al gioco possiamo:

- Seguire la nostra creatività;
- Rilasciare la tensione ed emozioni;
- Orientare in maniera positiva la nostra angoscia giornaliera;
- Riflettere;
- Aumentare il numero di amicizie e relazioni sociali;
- Divertirci
- Aumentare il livello culturale e l'impegno collettivo;
- Avere predisposizione per eseguire altri compiti;
- Avere un'integrazione intergenerazionale quando possibile.

5.- CONCLUSIONI



L'animazione culturale è definita, in generale, come il modo di lavorare in tutti i campi dello sviluppo della qualità di vita di una comunità particolare. Rappresenta una serie di passaggi per facilitare l'accesso ad una vita più attiva e creativa, per migliorare le relazioni e la comunicazione con gli altri, per migliorare la partecipazione nella vita della comunità a cui si appartiene sviluppando la personalità dell'individuo e la sua autonomia.

L'intrattenimento culturale è anche rappresentato come un ampio cambio di prospettiva e trasformazione sociale e come una nuova era di educazione culturale a ricreativa.

Per quanto riguarda l'animazione specifica per gli anziani, questa viene definita come uno stimolo per la salute mentale, fisica ed emotive degli anziani. L'animazione incoraggia ad intraprendere certe attività che contribuiscono allo sviluppo, dando il senso di appartenenza ad una società nella quale si può continuare a contribuire, contraddicendo l'idea secondo cui gli anziani non sono più utili a niente.

Infatti, la società tende ad escludere gli anziani e spesso sono gli anziani stessi che si auto-escludono, a causa di idee preconcepite.

Una delle funzioni più eccitanti – nel contesto dell'animazione degli anziani – quando idee e pregiudizi scompaiono. Per questo, l'animatore deve essere bravo nel creare movimento, vita e attività. Deve proporre attività e suggerimenti che seducano, facciano immaginare, appassionino, ispirino ed influenzino gli anziani senza però esercitare alcun tipo di obbligazione e forzatura.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

6.-BIBLIOGRAFIA

Barbarash, L. (1999). *Multicultural Games*. Champaign, IL: Human Kinetics Press, 1999. 75 games from 43 countries or cultures.

Bell, R. C. (1979). *Board and Table Games from Many Civilizations* (Rev. ed). New York: Dover. 182 board and tabletop games.

Bernier-Grand, C. T. (2002). *Shake it, Morena! and other folklore from Puerto Rico*. Brookfield, CT: Millbrook. Traditional songs, games, riddles, recipes, and stories.

Braman, A. N. (2002). *Kids Around The World Play! The Best Fun and Games From Many Lands*. New York: Wiley. Crafts, activities and games.

Compass Point Books (2001, 2002). *Games Around the World*. Minneapolis, MN: Compass Point Books. 8 books, on Dominoes, Hopscotch, Jacks, Marbles, Magic Tricks, Yo-Yo Tricks, Card Tricks and Juggling, with variations and how the game is played in different countries.

Corbett, D., Cheffers, J., Sullivan, E. C. (2001). *Unique Games and Sports Around the World: A Reference Guide*. Westport, CT: Greenwood.

Devoogt, A., & Russ, L. (1999). *The Complete Mancala Games Book: How to Play the World's Oldest Board Games*. New York: Marlowe. Rules for an array of different Mancala games.

Fletcher, A. C. (1994). *Indian Games and Dances With Native Songs: Arranged from American Indian Ceremonials and Sports*. Lincoln, NE: University of Nebraska Press.

Fowler, S. M., & Mumford, M. G. (1995). *Intercultural Sourcebook: Cross-cultural Training Methods*. Interactional methods of role plays, cultural contrast, and simulation games, and the cognitive methods of critical incidents, cultural assimilators and case studies.

Gust, J., & McChesney, J. M. (1995). *Learning About Cultures: Literature, Celebrations, Games and Art Activities*. Carthage, IL: Teaching & Learning Company.

Hamilton, L. (1996). *Child's Play Around the World: 170 Crafts, Games, and Projects for Two-To-Six-Year-Olds*. New York: Berkeley Group/Perigee.

Jones, B. (1987). *Step It Down: Games, Plays, Songs and Stories from the Afro-American Heritage*. Athens, GA: University of Georgia Press.

Kimble-Ellis, S. (2002). *Traditional African American Arts and Activities*. New York: Wiley.

Kirchner, G. (2000). *Children's Games from Around the World* (2nd ed.). Boston: Allyn and Bacon.

Lankford, M. D. (1996). *Hopscotch Around the World*. New York: Beech Tree Books.

Milord, S. (1999). *Hands Around The World: 365 Creative Ways to Build Cultural Awareness and Global Respect*. Milwaukee: Gareth Stevens.

Murphy, S. (n.d.) *The Teacher's Handbook of Multicultural Games Children Play*. Ann Arbor, MI: Robbie Dean Press. 45 games from all over the world, with lessons plans for the classroom.

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa pubblicazione e tutti i suoi contenuti riflettono le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Nelson, W. E., Glass, H. (1992). *International Playtime: Classroom Games and Dances from Around the World*. Carthage, IL: Fearon Teacher Aids.

Onyefulu, I. (1999). *Ebele's Favourite: A Book of African Games*. London: Frances Lincoln.

Orlando, L. (1999). *The Multicultural Game Book (Grades 1-6)*; New York: Scholastic. 70 traditional games from 30 countries.

Pilger, M. A. (2002). *Multicultural Projects Index: Things to Make and Do to Celebrate Festivals, Cultures, and Holidays Around The World*. Englewood, CO: Libraries Unlimited.

Powell, D., Hopson, D. S., & Clavin, T. (1996). *Juba This and Juba That: 100 African-American Games for Children*. New York: Simon & Schuster/Fireside.

Sierra, J. (1995). *Children's Traditional Games: Games from 137 Countries and Cultures*. Phoenix, AZ: Oryx Press.

Zaslavsky, C. (1998). *Math Games and Activities From Around the World*. Chicago: Chicago Review Press.