

TÍTULO DA ACTIVIDADE: Lembras que aconteceu cando...

QUE ASPECTOS IMOS TRABALLAR?

Con esta actividade imos traballar principalmente a reminiscencia, e isto que é? A reminiscencia constitúe o recordo sistemático de memorias antigas: recordar feitos persoais en toda a súa amplitude, emocións, imaxes... É unha maneira de activar o pasado persoal.

A continuación facémosvos unha proposta de temática “lembras que aconteceu cando te casaches?” cunha serie de preguntas que lle podedes facer á persoa maior que conviva con vós, desta maneira estaredes traballando a memoria, enfocándovos especialmente no recordo. Esta actividade tamén a podedes completar con algunha fotografía, algunha peza de roupa que se conserve dese momento... todo isto axuda a lembrar, especialmente naqueles casos onde o deterioro cognitivo é maior.

Se queredes ampliar a actividade tamén vos convidamos a realizar unha HISTORIA DE VIDA, ferramenta imprescindible no noso ámbito da xerontoloxía, a través da que recollemos o cambio e a evolución da persoa maior. Tamén a podedes completar cunha CAIXA DOS RECORDOS. Este material que cres pode ser moi recorrente para traballar co teu avó/a, pai, nai... especialmente cando o deterioro cognitivo é máis elevado.

Sorprenderaste de todas as cousas que che faltan por coñecer do teu avó ou avoa!!

MATERIAL NECESARIO:

- Espazo cómodo e libre de interferencias, especialmente cando o deterioro da persoa maior sexa elevado.
- Bolígrafo ou lapis e folios

ACTIVIDADE:

1. Cal é o nome do seu/súa esposo/a?
2. En que data se casou?
3. Cal foi a parroquia na que se oficiou? Como se chamaba o párroco?
4. Quen foron os padriños?
5. Como eran os vos traxes?
6. Cantos convidados asistiron?
7. Onde se celebrou o convite?
8. Houbo música? Que cantante estaba de moda nese momento? Lembras algunha canción del ou dela?

9. Cal foi o menú?
10. Cantos fillos/as viñeron despois deste matrimonio? E antes?
11. Agora vamos a facer memoria de tempos máis actuais, intentando facer unha árbore xenealóxica de toda a túa familia.