

Film



Målsättning:

Målet med denna aktivitet är att ge äldre möjligheten att njuta av film, främja social interaktion och skapa gemenskap. Filmvisning kan vara en trevlig och avslappnande upplevelse som ger äldre en chans att koppla av, bli underhållna och dela sina tankar om filmen med andra.

Förberedelse:

- Samla en grupp äldre personer i en bekväm och avslappnad miljö.
- Välj en eller flera filmer som passar gruppens intressen och förmågor. Det kan vara klassiska filmer, komedier, dramer eller andra genrer.
- Skapa en lämplig atmosfär genom att ordna bekväma sittplatser och förbereda eventuella snacks eller drycker.

Genomförande:

- Starta filmvisningen och se till att ljud och bild är av hög kvalitet.
- Låt deltagarna se på filmen i lugn och ro
- Inled en diskussion om filmen efter att filmen avslutats. Fråga deltagarna om deras intryck, favoritscener, karaktärer eller budskap i filmen.

Vad som behövs för att utföra aktiviteten:

- En plats med en TV eller projektor för att visa filmen.
- En samling filmer som passar gruppens smak.
- Bekväma sittplatser och eventuella snacks eller drycker.

Tid: Lång

Aktivitet: Avslappnande eller aktiverande

Gemenskap: Tillsammans



Tidsåtgången beror på längden av den valda filmen och diskussionsdelen efteråt. Vanligtvis kan en filmvisning och diskussion variera från 1,5 till 2,5 timmar.

Denna aktivitet är avsedd att göras i grupp.

Källa: aktiviteten är skapad med inspiration av modeller och idéer från nationella materialbanker ([Äldreinstitutets material på svenska](#), [Hyvä mieli – Pohdintoja mielen hyvinvointiin -työkirja ikäihmisille](#), [Vahvike-aineistopankki](#)) samt ChatGPT:s förslag