

Skapa Ett Collage



Målsättning:

Målet med denna aktivitet är att ge en äldre möjlighet att uttrycka sig och utforska sin kreativitet genom att skapa ett collage. Genom att kombinera bilder, färger och text kan de äldre skapa ett personligt konstverk som reflekterar deras tankar, minnen och känslor. Aktiviteten främjar kreativitet, självuttryck och kan fungera som en avkopplande och terapeutisk upplevelse.

Förberedelse:

- **Material:** Samla in material som behövs för att skapa ett collage. Du kommer att behöva ett skrivunderlägg, gamla tidskrifter eller tidningar, sax, lim, pennor och pennor. Se till att allt material är lättillgängligt.

Utförande:

- **Val av Tema:** Innan du börjar, kan du fråga deltagaren om hen vill ha ett specifikt tema för sitt collage. Temat kan vara något personligt, som en speciell tid i deras liv, en resa de gjort, eller bara något som de tycker om.
- **Materialval:** Låt den äldre bläddra igenom tidningar och tidskrifter för att hitta bilder och text som passar deras valda tema. Det är viktigt att den äldre har kontroll över sitt materialval och att de känner sig engagerade i processen.
- **Skapandet:** När den äldre har valt sitt material kan hen börja skapa collage på skrivunderlägget. Den äldre kan klippa ut bilder och text, arrangera dem på underlägget och använda limmet för att fästa dem.
- **Reflektion:** Efter att collage är klart, kan ni tillsammans reflektera över vad som har skapats. Fråga om val av bilder och text, vad hen försökte uttrycka och vilka känslor som konstverket väcker hos den äldre.

Vad som behövs:

- Skrivunderlägg eller papper som collage bas.
- Gamla tidskrifter eller tidningar.
- Sax, lim och pennor.
- Tillgång till en lugn och bekväm arbetsplats.

Tid: Lång

Aktivitet: Aktiverande

Gemenskap: Ensam



Tiden för aktiviteten kan variera beroende på den äldres konstnärliga tempo och engagemang. Planera för att aktiviteten kan ta mellan 30 minuter till 1 h, inklusive tid för reflektion.

Denna aktivitet är avsedd att utföras enskilt för att ge den äldre möjlighet att fokusera på sitt kreativa uttryck och uppleva skapandet som en personlig och avkopplande upplevelse.

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