

Residenza

Visagno

Progetto wellness

Sonia e Alessia

Servizio Attivazione

Indice

- Introduzione
- Scopi
- Sfere coinvolte
- Cura delle mani
- Cura dei piedi
- Cura del viso
- Trucco
- Uscita



Introduzione



Abbiamo colto nei residenti il piacere di prendersi cura di se, da qui, nasce il progetto wellness...

Wellness significa stare bene con se stessi e con gli altri. Questo stato fisico e mentale implica una conoscenza, un processo educativo necessario per acquisire la consapevolezza di cosa sia il "bene" per ciascuno individuo e di come il "bene" personale di un soggetto possa felicemente incontrare e integrarsi con quello degli altri soggetti. Il wellness degli antichi, così come quello dei moderni, è basato sull'equilibrio corpo-mente.

Rilassarsi e lasciar vagare i pensieri in un ambiente sereno e rilassante può contribuire a ridurre lo stress e migliorare la salute mentale, inoltre anche la pelle, il sistema immunitario e il cuore traggono beneficio da un momento di wellness.

Scopi per i partecipanti

- Dedicare del tempo a se stessi, rilassarsi, prendersi cura del proprio corpo e mente.
- Condividere il proprio tempo e rafforzare i rapporti con i residenti.
- Tenere monitorato la pelle e al bisogno informare i curanti di eventuali anomalie



Sfere coinvolte

Sfera motoria



Osservazione dello stato della cute, coordinamento degli arti, motricità fine

Sfera cognitiva



Memoria a breve e a lungo termine

Sfera sensoriale



Tutti i sensi vengono coinvolti

Sfera emozionale



Racconti di vita passata, emozioni, esperienze, riappropriazione del ruolo

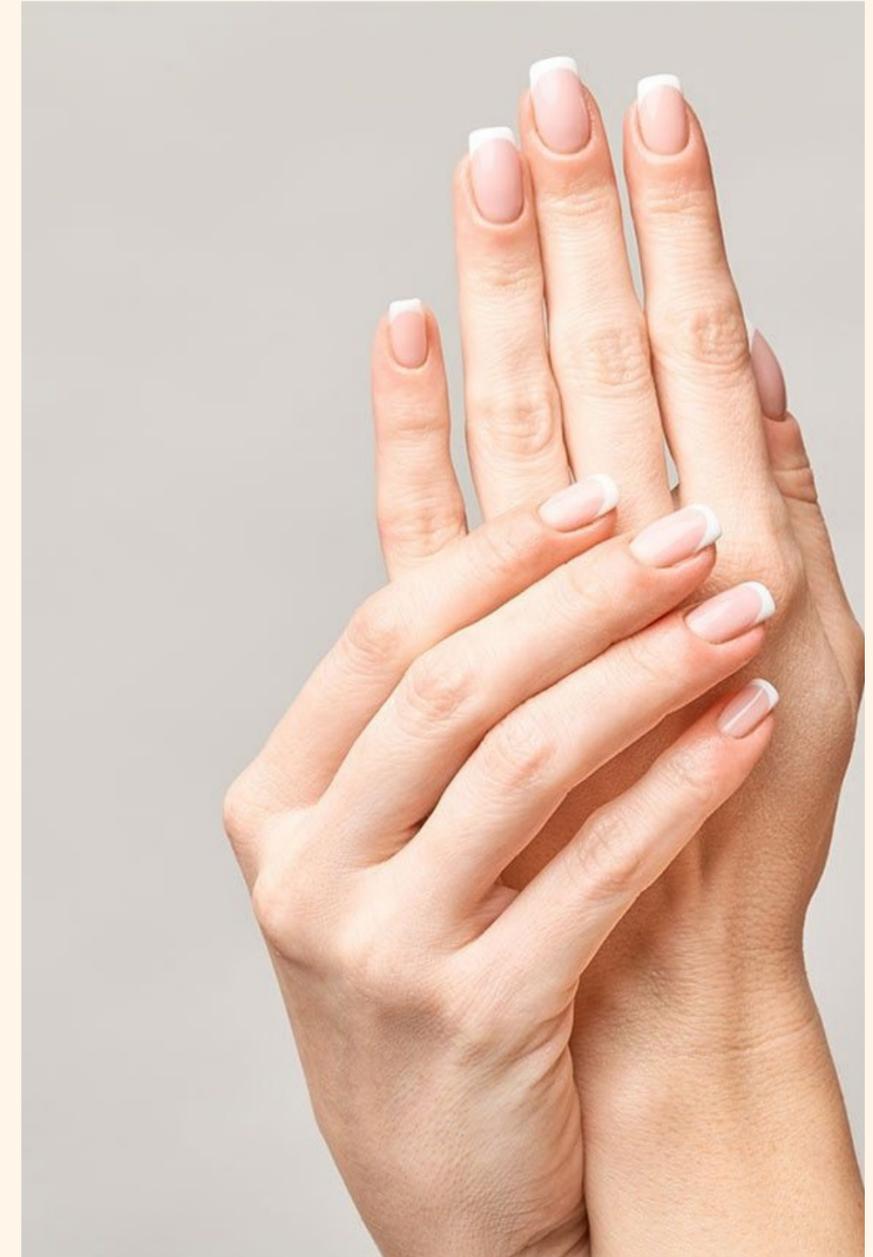
Sfera creativa



Attività inerenti al tema

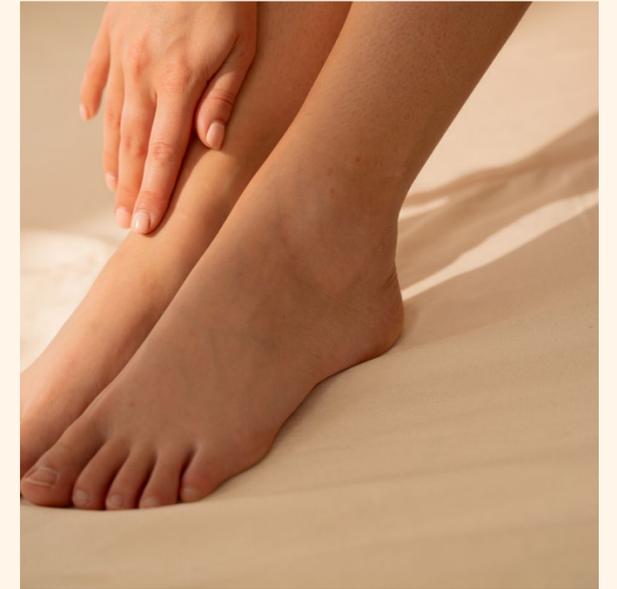
Cura delle mani

- Maniluvio
- Peeling e massaggio
- Limatura
- Smalto



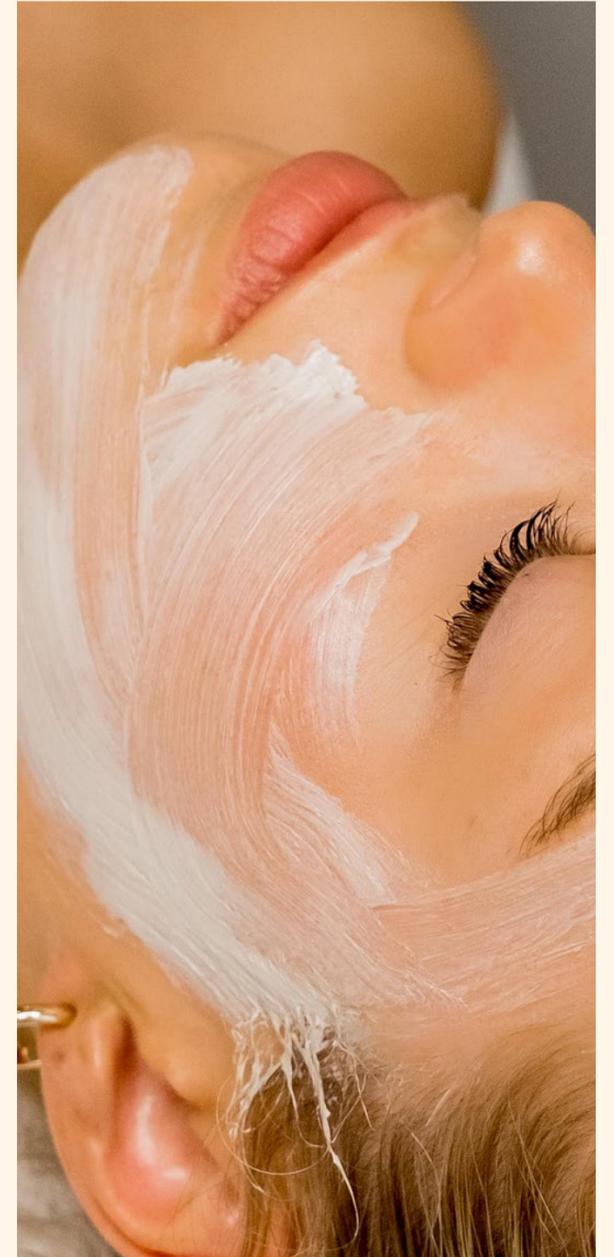
Cura dei piedi

- Pediluvio
- Massaggio
- Limatura
- Smalto



Cura del viso

- Pulizia viso
- Maschera viso
- scrub/ impacchi
- Pulizia peli





Trucco

- Preparazione viso
- Trucco personalizzato

Incontro finale

L'incontro finale prevede per le partecipanti che lo desiderano una messa in piega proposta dalla nostra parrucchiera di struttura.





Conclusione

Fin da subito le residenti hanno mostrato piacere e benessere nel poter godere di un momento intimo con una presa a carico totalizzante.

Hanno apprezzato le proposte e sfruttato questi incontri per provare un momento di rilassamento e coccola.

Il gruppo ha trovato fin da subito una buona sintonia e l'ambiente proposto facilitava uno scambio di idee e proposte.

Per il servizio Attivazione sono stati degli incontri gratificanti che hanno permesso una miglior conoscenza e connessione con i partecipanti.