

CATALOGO OFFERTA LABORATORI TERZA ETÀ

2025/2026



LA COOPERATIVA IL SEME si occupa dal 1987 di inserimento lavorativo di persone con disabilità o in situazioni di fragilità. Poniamo al centro della nostra mission il lavoro, inteso come strumento riabilitativo e di emancipazione. Per promuovere l'occupazione sul territorio abbiamo sviluppato servizi di pulizie civili e industriali, progettazione e manutenzione del verde. Ci occupiamo anche di attività di agricoltura sociale in diversi contesti quali scuole, centri per la salute mentale, Rsa, promuovendo percorsi che permettono l'evoluzione, il miglioramento e/o il mantenimento di capacità e competenze.

PROPOSTE ATTIVITÀ GREEN PER TERZA ETÀ

Le attività proposte di seguito sono fruibili presso la sede della Cooperativa Il Seme o direttamente presso la struttura di provenienza dei partecipanti.

Kokedama

Il kokedama trova le sue origini in Giappone nel 600'. Era stato realizzato in sostituzione di un vaso di coccio, creato completamente con elementi naturali. E' divenuto poi, nel tempo, elemento di arredo e design per la sua semplicità e bellezza.

Grazie alle sue dimensioni ridotte, può essere collocato ovunque e dare un tono di colore all'ambiente. La sua realizzazione permette di utilizzare la manualità, in particolar modo la manualità fine e di dare spazio a creatività e fantasia.



Bombe di semi

L'invenzione delle bombe dei semi (seed bombs) nasce dall'idea di Masanobu Fukuoka, famoso botanico giapponese pioniere dell'agricoltura naturale e considerato padre della permacultura. L'idea rivoluzionaria si basa sull'assecondare la natura, ridurre al minimo l'intervento umano e salvaguardare la biodiversità. La manipolazione di terra e argilla per la creazione delle bombe, permette di mantenere e/o sviluppare la manualità.



Terrario

Dopo aver preparato in una vaschetta un substrato di elementi quali ghiaia, sabbia, terreno, sassi, verranno utilizzati semi da prato ornamentali. Il terrario è un giardino completamente autosufficiente. La parola “terrario” ha un’etimologia latina e significa “appartenente alla terra”, è un giardino che si può ricreare in qualsiasi stagione , una gioia per gli occhi in ogni mese dell’anno. In un terrario possono crescere piante che non sopravviverebbero all’aperto né in altri luoghi della casa. La sua cura può entrare a far parte di una routine quotidiana che stimola la memoria.



Telaio

Il telaio ha un'origine antichissima. Già nel Neolitico esistevano forme arcaiche di telai. Si utilizzavano rami per la struttura e fibre vegetali per l'intreccio.

Dedicarsi alla costruzione di uno di essi consente di sviluppare e/o mantenere la manualità dell'intreccio e di recuperare una tradizione, per qualcuno un'abitudine. Il telaio può essere decorato con materiale offerto dalla natura.



Tinture naturali

Le tinture naturali trovano origine già nel Paleolitico. Si utilizzavano bacche, erbe, funghi e radici per produrre dei coloranti. Questi venivano utilizzati per le incisioni rupestri, per i tessuti, per riti funebri.

Anche frutta e verdura possono avere tanti utilizzi. Ne scopriamo uno, attraverso la creazione di tinture utilizzabili per colorare e creare opere personalizzate. Utilizzare strumenti e modalità inusuali per dipingere, consente di stimolare in maniera alternativa la persona.



Giardino zen

Realizzare un karesansui o giardino zen significa creare un piccolo spazio personalizzato, composto da natura secca, elementi essenziali della natura. Prendersi cura del giardino permette di coinvolgere tutti i sensi e di concedersi momenti di rilassamento. Prendersi cura del piccolo giardino significa anche prendersi cura di sé e dedicarsi tempo e spazio. Mantenere l'impegno della cura del piccolo giardino, può essere un compito quotidiano per stimolare ed esercitare la memoria.



Realizzazione di orti e bancali

Oltre alle attività realizzabili in singoli o più incontri, si propongono percorsi per la creazione, cura e manutenzione di piccoli orti, coltivazione in bancali sopraelevati e aree verdi. La cura e manutenzione di bancali sopraelevati permette la lavorazione anche da seduti e rappresenta un buon esercizio per il mantenimento cognitivo.





Per informazioni e preventivi

Alice Monopoli
3473651817

alicemonopoli@ilseme.info