

精选资源

创意老龄活动网

(Age of Creativity)

www.ageofcreativity.co.uk

该这是一个拥有逾千名专业人士的网络，坚信创意和文化可以让老年人过上健康、幸福、高品质的生活。

让艺术走进养老院

(Arts in Care Homes)

www.artsincarehomes.org.uk

“让艺术走进养老院”每年举办“英国养老院艺术日”（9月24日）。其网站会发布各种活动以及活动指南，并且在新冠肺炎疫情期间发起“寻找笔友”的项目，帮助护理中心的数百位老人结识社区里的人士和少年儿童。

辛德福德艺术空间

(Artspace Cinderford)

www.artspacecinderford.org

该网站提供免费线上活动资源。活动内容简单易懂，多与大自然和景物相关，适用人群广泛，但尤以护理失智症群体的人士为对象，其中包括易于操作的实用活动方案，以及在筹划、开发、实施或开展以自然为主题的艺术活动中需要考虑的重要因素。

“艺术之家”活动卡

(cARTrefu activity cards)

www.cartrefu.org.uk/activity-cards

“cARTrefu”是“威尔士老年艺术之家”（Age Cymru）旗下知名的养老院驻地艺术家项目，提供了45项创意活动，涵盖视觉艺术、表演艺术、文字、音乐和感官等领域——没有专业知识或专业设备都能完成所有这些活动。

创意关爱活动工具包

(Creativity in Care Activity Toolkits)

city-arts.org.uk/creativity-in-care-activity-toolkits

可以通过以上链接下载六个活动表，内含组织老年人创意活动的实用建议和指南。

光明之家

(Luminate at home)

www.luminatescotland.org/luminateathome

这是以创意老龄化为主题的31部在线短片的合集，由苏格兰创意老龄化活动发展机构苏格兰护理中心、“光明之家”与苏格兰关爱组织开发，于2020年新冠肺炎疫情封锁期间上线。该系列活动由职业艺术家做介绍演示，融合了手工艺、诗歌、音乐和舞蹈等多种艺术形式。

流动记忆舞团

(Moving Memory Dance)

movingmemorydance.com

流动记忆舞团官网有50余部影片和超过20个活动表，协助主持者策划适合老年人活动身体的参与式创意工作坊。

创意护理中心

(Creative Care Homes)

www.paintingsinhospitals.org.uk/creative-care-homes-introduction

《创意护理中心：艺术活动与灵感创意A-Z》是“医院绘画”（Paintings in Hospitals）机构近期编辑的刊物，内容富含用于养老院的视觉艺术活动（版画复刻、速写、重复图案、静物等）的创意与方案。

“让艺术走进养老院”社会关怀卓越研究所

(Arts in Care Homes, Social Care Institute for Excellence)

www.scie.org.uk/person-centred-care/arts-in-care-homes

这是由社会关怀卓越研究所提供的资料库，为养老院等护理机构提供了大量适合其住户的创意活动点子和建议，内容涵盖珠宝制作、木偶戏和绘画等各个方面。此外还提供活动建议，指导如何在没有任何外部协助和引导的情况下完成活动，并配以大量简单易行的方案。

“故事盒子”项目小东西大创意

(The Storybox Project, Small Things)

www.storyboxathome.smallthings.org.uk

“故事盒子”是由“小东西大创意”开发的一项开拓性的活动，利用想象力和创造力，为失智症人群和护理他们的人士提供参与机会、重拾活力、为其赋能。网站向公众免费提供了数百个简单而容易上手的活动。

主题菜单

大组集体活动

“翩翩起舞”：延伸	24
手工闪粉画	55
“一起……吧”， “好，一起……吧”	49
一线到底	89
音乐与竹棍画	99
手摇花暖场活动	63
日式刺子绣	42
海滨狂欢	104
慢步行走	80
超级英雄声效	74
铃鼓游戏	69
伯克郡村庄模型	96
手势舞	86

一对一活动

岁月拾韵	26
平衡大师	107
拼贴版画	82
色彩与情感	27
色彩写作	84
主题藏头诗	36
抽象画明信片	50
压花画	102
上帝之眼	110
手足浴	94
创作图画诗	29
制作小布袋	18
一起写故事	61
狂欢节面具	66
您的音乐个性	60
意义非凡的物品	101
窗景画	78
感受色彩	113
物件里的故事	47
歌曲新编	95
有声故事	37
茶杯拼贴画	23

神奇感官篮	72
纸巾画	35
两支小舞	56
视觉与音乐	39
冬日风景画	58
您的故事，您来讲	20

手工活动

抽象拼贴画	70
拼贴版画	82
制作花甸画	108
抽象画明信片	50
压花画	102
手工闪粉画	55
上帝之眼	110
创作图画诗	29
一线到底	89
制作小布袋	18
故事新编	76
窗景画	78
音乐与竹棍画	99
日式刺子绣	42
海滨拼贴明信片	92
感受色彩	113
物件里的故事	47
茶杯拼贴画	23
伯克郡村庄模型	96
纸巾画	35
冬日风景画	58

失智症友好活动

平衡大师	107
拼贴版画	82
色彩与情感	27
色彩写作	84
制作花甸画	108
抽象画明信片	50
舞动不息：《感觉好极了》	30
手足浴	94

帽子捉对儿	33
创作图画诗	29
一线到底	89
一起写故事	61
您的音乐个性	60
传球游戏	48
手摇花暖场活动	63
海滨拼贴明信片	92
歌曲新编	95
春季大扫除	68
铃鼓游戏	69
茶杯拼贴画	23
神奇感官篮	72
纸巾画	35
您的故事，您来讲	20

线上活动

巧克力品鉴	44
主题藏头诗	36
忘我起舞	114
“翩翩起舞”：延伸	24
帽子捉对儿	33
制作小布袋	18
一起写故事	61
故事新编	76
意义非凡的物品	101
海滨拼贴明信片	92
有声故事	37
超级英雄声效	74

活动索引

(按字母顺序)

A·B·C

抽象拼贴画	70
平衡大师	107
伯克郡村庄模型	96
巧克力品鉴	44
拼贴版画	82
色彩与情感	27
色彩写作	84
主题藏头诗	36
制作花甸画	108
抽象画明信片	50

D·E·F

舞出我精彩	114
舞动不息：《感觉好极了》	30
“翩翩起舞”：延伸	24
压花画	102
巧克力品鉴	44

G·H·I

手工闪粉画	55
上帝之眼	110
手足浴	94
帽子捉对儿	33
创作图画诗	29

J·K·L

“一起……吧”，“好，一起……吧”	49
一线到底	89

M·N·O

神奇感官篮	72
制作小布袋	18
一起写故事	61

狂欢节面具	66
您的音乐个性	60
瑜伽合十拉伸（坐姿）	52
故事新编	76
意义非凡的物品	101

P·Q·R

音乐与竹棍画	99
窗景画	78
传球游戏	48
手摇花暖场活动	63
岁月拾韵	26

S·T·U

日式刺子绣	42
海滨拼贴明信片	92
海滨狂欢	104
感受色彩	113
慢步行走	80
物件里的故事	47
歌曲新编	95
有声故事	37
春季大扫除	68
超级英雄声效	74
铃鼓游戏	69
茶杯拼贴画	23
手势舞	86
纸巾画	35
两支小舞	56

V·W·X·Z·Y

视觉与音乐	39
冬日风景画	58
您的故事，您来讲	20

活动方案提供

南亚古典舞蹈协会（Akademi）

www.akademi.co.uk

南亚古典舞蹈协会是一个充满活力、放眼未来的组织，致力于重新定义南亚舞蹈这一艺术形式。通过在英国创作、委约和扶持古典、当代、流行和参与性的南非舞蹈作品，该组织旨在培养舞蹈艺术家，为受众提供灵感，为生活注入生机。

- 活动详情请见第24页

艺核艺术中心（Artcore）

www.artcoreuk.com

“艺核”艺术中心总部位于英国德比郡，是当代艺术和创意发展的国际中心，拥有画廊、工作室、办公楼、商店、咖啡厅等设施。该机构是一个活跃的艺术委约、制作、介绍和辩论的中心，为多元的受众提供机会，通过参与和讨论直接参与创意实践。同时该机构与各种文化产业、创意产业、社区、教育、医疗卫生、再生行业的机构合作，实施开展其艺术项目。

- 活动详情请见第66页

埃文代尔养老院（Avondale Care Home）

www.porthaven.co.uk/avondale-aylesbury

埃文代尔养老院提供24小时住宿、失智症人士护理和短期护理服务，致力于打造让住户满意的居住体验。接受过专业培训的工作人员组成了专业化的服务团队，秉承提升独立性、保护隐私、相互尊重、舒适安居的理念，竭力让所有住户得到悉心照料，有尊严地安度晚年。该院针对住户个人需要和兴趣，提供多种多样的包容性活动，同时院内设有小型餐馆、私人用餐室、健身房等，在全院打造一种如家的集体感。

- 活动详情请见第110页

归属（Belong）

www.belong.org.uk

“归属”是一个为失智症群体提供专业护理和关怀服务的非营利性组织，旗下运营着一些充满活力的社区村庄项目。这些社区提供了大量的护理服务和住房选择，为需求不断变化的住户提供支持，其中包括24小时家庭住房服务、独居公寓和居家服务。“归属”与利物浦“蓝衫”艺术中心（Bluecoat）合作，运作专注失智症研究的项目“艺术归属地”（Where the Arts Belong）。

- 活动详情请见第47、56、61页

伯克郡养老院（The Berkshire）

www.brighterkind.com/theberkshire

伯克郡养老院提供住宿、护理和缓和治疗服务。伯克郡养老院坐落于一座美丽的花园内，园区内草木茂盛，曾获得过园艺奖。该院住宿环境优美，房间温馨宜居，可提供长/短期住宿。秉承“以人为本”的理念，院区提供高端餐食和品质护理，并开发了名为“神奇时刻俱乐部”的活动项目，充分激发人员活力。服务团队热情友善，充满爱心，关怀入微，得到了住户及其家庭的“强烈推荐”。

- 活动详情请见第96页

CASPAE社会关怀中心（CASPAE）

caspaie.pt/PT

“CASPAE社会关怀中心”是位于葡萄牙科英布拉市“社会团结”（Social Solidarity）组织旗下的一个私人机构，实行非营利的社会福利法规。该中心的使命是促进普及社会福利，帮助人们珍视自我、重视个人福祉，推动儿童、青年、家庭和老年人积极融入社会。

- 活动详情请见第48页

妮可拉·恰拉兰布（Nichola Charalambou）

www.creativewrites.co.uk

妮可拉在2009年创立了“创意写作”组织，以创意写作工作坊的形式，打造写作空间，为创作者提供支持。妮可拉有多年与护理机构和福利住房相关的从业经验，举办过“大声朗读”（Read Aloud）诗歌会和创意写作工作坊，还开展过员工培训会。她与“让艺术走进养老院”合作，发起了“仅联系笔友”项目，（Only Connect Pen Pals Project），并在2019年首个英国“养老院艺术日”启动了该项目。

- 活动详情请见第84页

夏洛特·克兰尼奇（Charlotte Cranidge）

www.charlottecranidge.co.uk

夏洛特是一个艺术家和创意制作人，为多家组织开办创意工作坊。夏洛特的专长是面向成年失智症群体，侧重于通过开办工作坊提供有意义的艺术参与、肯定和促进每个人的创造力。她运用正念法融入创意，她的工作坊内容经常涉及多感官体验，鼓励人们利用自身感受和个人联想与艺术作品产生联结。

- 活动详情请见第82页

创意生活（Creative Lives）

www.creative-lives.org

创意生命（前身为志愿艺术）是英国一家于1991年创立的注册慈善机构。它倡导社区和志愿者发起的创意活动，并致力于激发所有人的创造力。它尤其鼓励人们以具有创意的方式向他人表达自我，并充分认识到这些行动带来的益处。该组织团队遍及英国和爱尔兰各地区。

- 活动详情请见第89页

创意心灵（Creative Minds）

www.creativeminds.art

“创意心灵”是一个社会企业和艺术组织，由詹姆斯·克罗珀尔（James Cropper）于2012年11月成立，地点位于萨里郡的吉尔福德。五年来，该组织的艺术交流会为老年人、学习障碍人士、社区成年人和儿童的生活产生了巨大的影响，让不同年龄段、不同能力水平的群体能够探索发现自身的创造力。

- 活动详情请见第70页

塔拉·迪恩（Tara Dean）

www.taradean.co.uk

在开展社区项目过程中，塔拉探索如何把普通标记变成版画复刻品。作为一名陶艺师，她的艺术项目不断地对图案和纹理进行各种尝试。她曾参与德比郡休闲艺术服务中心的艺术与健康工作坊的工作，也曾是“威尔士/老年艺术之家”“cARTrefu”项目艺术家团队的成员。

塔拉致力于分享自己的艺术实践，并热衷于在威尔士及其他地区的各种机构场所推动创造性的参与。

- 活动详情请见第50页

瓦利斯·伊斯、吉玛·赛泽和艾莉森·沃勒博士 （Wallis Eates, Gemma Seltzer and Dr Alison Waller）

瓦利斯、吉玛和艾莉森三人是事业上的伙伴，共同探索如何将儿童文学作品融入养老院生活的老年人群体中。瓦利斯是一名绘本故事艺术家和策划人，对传记、自传和治愈性绘画很感兴趣，同时也是“女性漫画小说论坛”（Laydeez Do Comics）的一员。吉玛是一位作家，居住在伦敦，主要与舞者、摄影师和老年人合作进行故事创作和叙述。艾莉森是罗汉普顿大学英语和创意写作专业儿童文学课程的准教授。

- 活动详情请见第76页

舞润能量 (EDNA | Energise Dance Nourish Art)

www.ednasjourney.co.uk

舞润能量组织重视并认识到无障碍和包容性的舞蹈、跟随音乐的身体运动、艺术活动对老年人和家庭所带来的健康和福祉好处。该组织带领参与者开启新的历程，期间不断分享自己的故事、技能和知识。

- 活动详情请见第114页

圆满艺术团 (Entelechy Arts)

www.entelechyarts.org

圆满艺术团是一家位于伦敦东南部刘易舍姆社区的慈善机构。该组织开发的项目有效地测试了艺术、创造力、关怀护理、福祉和社区的边界。该组织认为，每个人都应当有机会为当地社区的创意生活做出贡献，并分享那些常常感到被忽视的人的故事和经历，助力打造更加包容强大的社区，改变人们的观念和接受度，最终实现更加健康快乐、互助互联的生活方式。

- 活动详情请见第99页

平等艺术 (Equal Arts)

www.equalarts.org.uk

平等艺术是一个促进创意老年化的慈善机构，致力于通过创意活动减少老年群体和失智症群体的孤独感，提高他们的身心福祉。该组织在50多个护理机构、学校、社区和文化机构举办了由艺术家领导的讲习班和培训会。

- 活动详情请见第92页

福克兰田庄养老院 (Falkland Grange Care Home)

www.porthaven.co.uk/falkland-grange-newbury

福克兰田庄养老院坚持以人为中心，服务贴心且到位，是上佳的居住选择。福克兰田庄敬业的服务团队提供24小时护理，服务全程重视保护个人隐私，给与尊重，促进个体独立。养老院拥有各式各样的餐厅，设有理发中心、电影院和小酒馆，而景色优美的景观花园则是夏日漫步、饮用下午茶或是举办户外活动的绝佳场所。

- 活动详情请见第55页

罗莎莉亚·格蕾西亚博士 (Dr Rosaria Gracia)

rosaria-gracia.com

罗莎莉亚·格蕾西亚博士是一位国际舞创者、民族舞编舞师和研究学者。她的专长是狂欢节和庆典式舞蹈，同时也对研究世界各地植根于文化叙事的艺术实践很感兴趣。她目前的研究兴趣是通过舞蹈与身体运动、舞蹈与健康实现文化融合。同时，她还在社区和机构中从事与老年人相关的工作，探索如何通过舞蹈和身体运动，促进老年人的身心健康和生活福祉。

- 活动详情请见第63页

简·哈里斯 (Jen Harris)

www.jennyharrisdrama.co.uk

简·哈里斯是一位戏剧从业者，开办戏剧工作坊，搭建剧场。她与不同年龄、不同能力的人一起工作，希望通过戏剧提升人们的自信心、幸福感和沟通能力。简·哈里斯工作的专业领域是失智症群体、“特殊教育需要”(SEN)人群、小学教育和早期教育。她很喜欢“故事盒子”项目的工作，该项目主要为失智症群体及其护理者和家人服务。项目的各种活动融合了不同的艺术形式，趣味十足。

- 活动详情请见第68页

玛丽亚·哈维-拉文 (Maria Harvey-Lavin)

www.roamingaromas.co.uk

玛丽亚是一位临床感官香薰理疗师，为护理机构和收容所提供服务，目前就职于伦敦中央塞西尔之家(C&C Housing)。她曾在1992年接受了滴莎兰德学院的临床芳香疗法培训。此外，她还跟随林本壮医生学习过太极拳和养生气功。玛丽亚是1995年中央塞西尔之家的开拓性项目“老年人的替代保健方式”的首席治疗师，并于2019年在皇家马斯登医院的养老院介绍芳香疗法和多感官活动。

- 活动详情请见第72页

罗杰·希尔 (Roger Hill)

www.thebluecoat.org.uk

罗杰·希尔是一位导演、表演者、艺术和教育顾问、作家、讲师和播音员。他是英国广播公司默西塞德电台最长寿的另类音乐节目的主持人，主持时长超过35年。他曾担任“归属艺术社区”项目(Belong)的艺术顾问，该项目由利物浦“蓝衫”当代艺术中心(Bluecoat)、失智症群体创意活动机构“归属”(Belong)合作开发，并由巴林基金会(Baring Foundation)和英格兰艺术委员会(Arts Council England)通过“庆祝老龄”(Celebrating Age)项目提供资助。

- 活动详情请见第47、61页

苏珊·霍姆斯（Susan Holmes）

www.susanholmesgallery.wixsite.com/website

苏珊·霍姆斯是一位以大自然为灵感的多媒体艺术家，曾在不同的护理机构担任休闲理疗师。目前，苏珊·霍姆斯主要在安养院担任表现主义艺术家，提供表现主义艺术理疗。2018年，苏珊·霍姆斯作为核心人物出现在康涅狄格州共济会的杂志上。此外，她以教育家和发言嘉宾的身份出席了第20届和第21届美国阿尔茨海默症协会会议。目前苏珊·霍姆斯居住在康涅狄格州东南部临海地区。

- 活动详情请见第23页

胡特创意艺术（Hoot Creative Arts）

www.hootcreativearts.co.uk

胡特创意艺术是一家位于西约克郡的艺术和健康慈善机构。18年来，它持续开发了大量创意活动，助力促进18岁以上成年人的健康和福祉，其中包括老年人群体、失智症群体和相关的护理人员。该机构认为，在正确的方法和引领之下，老龄化和失智症不会成为人们享受新体验和获得新技能的障碍。

- 活动详情请见第113页

独立艺术（Independent Arts）

www.independentarts.org.uk

独立艺术是一个位于怀特岛的小型慈善机构，以艺术和创造力为工具，帮助改善健康和福祉状况，减少社交孤立。独立艺术致力于帮助4-104岁的弱势人群，让艺术改善生活。该机构在怀特岛各地的养护院和社区开办创意工作坊。

- 活动详情请见第29页

林可夫草地养老院（Lincroft Meadow Care Home）

www.porthaven.co.uk/lincroft-meadow-kidlington

林可夫草地养老院是一个适宜安居的非凡之所，拥有富有同情心的专业团队，全天候提供量身定制的护理和帮助。每位住户都配有私人卧室，室内设施包括电影院、小型餐吧、公共休息区、理发中心和用于特别家庭聚会的私人餐室。环境优美的花园十分适合午后漫步，每位住户都能找到适合自己的引人入胜的活动项目。

- 活动详情请见108页

麦克斯菲尔德丝绸博物馆 (Macclesfield Silk Museum)

macclesfieldmuseums.co.uk/have-a-dabble

麦克斯菲尔德丝绸博物馆内藏有欧洲最大的提花丝绸手工织布机，展出见证了丝绸工业兴衰的展品以及玛丽安·布罗克赫斯特（Marianne Brocklehurst）收藏的古埃及工艺品。丝绸博物馆馆址最初是查尔斯·通尼利夫（Charles Tunnicliffe）就读的麦克斯菲尔德艺术学校的所在地，这里也展出了他的许多作品。这里既是创意与艺术中心，也是了解当地历史的一个窗口。

- 活动详情请见58页

曼彻斯特室内乐团 (Manchester Camerata)

www.manchestercamerata.co.uk/community

自2012年以来，曼彻斯特室内乐团坚持通过其以研究为导向的获奖项目“乐入人心”（Music In Mind），为失智症群体及其护理人员提供重要的初级保健服务。“乐入人心”项目由该乐团的音乐家和驻团音乐治疗师组成专业演奏团队实施，运用团队为基础的即兴音乐创作，鼓励和赋能失智症人士勇敢表达自我，用音乐与他人交流，减少孤独感和孤立感。

- 活动详情请见第69页

流动记忆舞团

(Moving Memory Dance Theatre Company)

www.movingmemordance.com

自2010年以来，流动记忆舞剧团制作了视觉大胆的当代表演作品，将舞台搬到剧场、艺术节、购物中心、商业街等众多场所，完成了众多震撼人心的当代艺术表演，为许多家庭观众带来了惊喜和欢乐。核心表演团与创意总监希安·斯蒂文森（Sian Stevenson）合作，融合数字图像、音乐和口语诗，共同制作和表演参与式的艺术项目。作品本身及其制作方式挑战年龄歧视的态度，并促进年龄和老龄化的积极的跨代的应对方式。

- 活动详情请见第86页

圣约翰骑士团关爱信托基金

(The Orders of St John Care Trust)

切尔滕纳姆蒙克斯克罗夫特养老中心

(Monkscroft Care Centre)

www.osjct.co.uk/care-home/monkscroft-care-centre

蒙克斯克罗夫特养老中心隶属于圣约翰骑士团关爱信托基金，位于切尔滕纳姆的中心。该中心风景迷人，环境舒适，以人为本，为多达80位住户提供一流且友好的失智症与一般性护理服务。该中心在质量认证中心（CQC）评级中被评为“优秀”，在护理中心网站carehome.co.uk的评估中获得9.9分（满分为10分）（2021年4月）。（注：carehome.co.uk是一个面向消费者的网站，可以查看到住户及其家人对此类机构的评论和评分。）

- 活动详情请见第60页

表演合奏团（The Performance Ensemble）

www.theperformanceensemble.com

“表演合奏团”是一家由老年演员组成的合奏剧团，总部位于利兹，以人生经历作为艺术创作的灵感来源。合奏团的受众是来自不同文化背景的人士合作，创作空间介于专业和社区艺术实践之间，为全年龄段的观众上演当代戏剧作品。

- 活动详情请见第80页

玛丽·普雷斯蒂奇（Mary Prestidge）

www.thebluecoat.org.uk

玛丽·普雷斯蒂奇的舞蹈生涯跨越50余载，现在依然活跃在全国各地以及所在的利物浦地区，不断探索新式舞蹈和实验性舞蹈的发展之路，并且在其中发挥着关键的作用。玛丽曾是“艺术归属地”（Where the Arts Belong）项目的艺术顾问——该项目是利物浦当代艺术中心“蓝衫”和失智症群体创意活动提供方“归属”之间的开创性合作项目，由巴林基金会和英格兰艺术委员会通过“庆祝老龄”（Celebrating Age）项目提供资助。

- 活动详情请见第56页

德比郡Quad艺术中心（Derby Quad）

www.derbyquad.co.uk

德比郡Quad艺术中心集电影院、画廊、咖啡厅、酒吧、数字资源平台和工作坊等各项功能为一体，向所有人开放。我们相信任何人都可以参与艺术、电影和数字媒体。这里是一个创意中心，将大众和企业与艺术和电影联系起来，为娱乐、教育和参与创造机会。德比郡Quad艺术中心始终坚持积极参与艺术和电影事业，用行动改变生活。

- 活动详情请见第42页

皇家交易所剧院（Royal Exchange Theatre）

www.royalexchange.co.uk/the-elders

位于曼彻斯特的皇家交易所剧院是一家获奖的制作型剧院，在创新性社区参与工作方面拥有丰富的经验和深厚的底蕴，旗下组织包括老年剧团、青年剧团和地方交易所剧团。其中本地剧团是大曼彻斯特社区开发的一项创意项目，由在当地招募的大使担任项目负责人。老年剧团是皇家交易所剧院的旗舰团体，成立于2014年，因其勇于挑战社会对于老龄化的刻板印象、积极促进晚年生活的创造力、帮助减少社会孤立现象而在英国国内和国际舞台得到广泛的认可。

- 活动详情请见37、39、49、101页

维多利亚·鲁多克和妮可拉·阿布拉罕博士 (Victoria Ruddock and Dr Nicola Abraham)

@vic2ria2285 @DrNickyA

维多利亚·鲁多克是帝国理工学院医疗保健NHS信托基金失智症护理团队中提供医疗保健支持的失智症专家，妮可拉·阿布拉罕博士现任皇家中央演讲和戏剧学院应用戏剧实践课程的讲师。二人目前正在开展项目合作，作为学生知识交流项目的一个组成部分，将应用戏剧引入短期急症病房，为失智症人士提供创意项目。该项目由英格兰研究部与学生办公室联合资助。

- 活动详情请见第20页

比萨卡·萨克尔 (Bisakha Sarker MBE)

www.chezfred.org.uk/chat

比萨卡·萨克尔是一位舞者、编舞家和活动策划人，员佐勋章获得者。她曾接受过古典和创意印度舞的训练，在英国各地表演并牵头举办了多场工作坊和大型会议。此外，她还是恰图兰卡舞蹈团 (Chaturangan Dance Company) 的创始人、丘吉尔协会 (Churchill Fellow) 会员。

- 活动详情请见第52页

感知信托 (Sensory Trust)

www.sensorytrust.org.uk

感知信托是康沃尔郡一家全国性的信托机构，其愿景是让所有人走出家门体验户外活动，无惧年龄、残障和社会环境的制约。创意空间 (Creative Spaces) 是感官信托旗下聚焦失智症人士的旗舰项目，支持康沃尔郡的失智症群体及其护理人员走出户外，享受大自然的回馈。

- 活动详情请见第78页

“小东西大创意”项目 (Small Things Creative Projects)

www.smallthings.org.uk

“小东西大创意”项目是一个由艺术家带领的社会团体，通过创造力和想象力助力学习、发展和变革，具体方式是开发各种项目、建立干预措施，为多种不同的机构打造思考和共聚的空间。近年来，“小东西大创意”借助“故事盒子”项目 (Storybox Project) 专为失智症群体开发创意活动。“故事盒子”是一个协作式的故事创作项目，关注人们在活动当下的想象力和参与度。

- 活动详情请见第36、68页

原地旋转创意运动 (Spin Turn Creative Movement)

www.facebook.com/EKSpinTurn

原地旋转创意运动为逐渐步入老年的群体和失智症人士举办创意活动，同时也制作名为“移动肖像”的一对一短篇电影，对象为失智症人士，内容是探索运动记忆、故事和共享的经历。原地旋转位于苏格兰海伦斯堡，由伊莱·柯蒂斯 (Elaine Kordys) 负责运营。

- 活动详情请见第94页

理查德·塔尔博特博士和克莱尔·多曼博士 (Dr Richard Talbot and Dr Clare Dormann)

www.rtalbot9.wixsite.com/ludicresearch

理查德·塔尔博特博士是一位曾获殊荣的表演创作者、索尔福德大学表演学科的高级讲师，主持该校喜剧创作与表演专业文学学士学位的教学工作。他擅长肢体式喜剧和数字化小丑扮演，创作参与式的表演，合作对象包括从墨尔本到萨格勒布各地的大学、地方政府和博物馆。

克莱尔·多曼博士是伦敦大学学院交互中心 (UCLIC Interaction Centre) 的高级研究员，其研究领域包括幽默研究、游戏设计和老年学。

- 活动详情请见33页

泰恩和怀尔博物馆 (Tyne and Wear Museums)

www.twmuseums.org.uk/adult-health-and-wellbeing

白金计划 (The Platinum Programme) 是泰恩和怀尔档案博物馆的一个文化和遗产项目，为55岁以上的人群开展多种鼓舞人心的活动。该计划的资源旨在为护理人员、健康与社会关怀的专业人员提供支持，使用博物馆作为他们护理工作的一部分。该计划得到了诺森比亚大学健康和生命科学学院 (Northumbria Universities' Faculty of Health and Life Sciences) 以及一个由多学科背景的健康与社会关怀从业者和学者组成的指导小组的帮助。

- 活动详情请见第27、44页

飞跃马戏团 (Upswing)

www.upswing.org.uk

飞跃马戏团是一家获奖的当代马戏团。他们将人体作为表达工具，娱乐大众，激发好奇心并建立互联，用不寻常的方式讲述新故事，放大并颂扬多元化艺术家和社区的故事、技能和创意才华。他们对马戏怀有无限热情，不仅视其为一种艺术形式，还将其发展为一套具有适应性的工作方式，帮助人们想象和塑造他们希望生活其中的世界。

- 活动详情请见第107页

安德里亚·沃格勒 (Andrea Vogler)

安德里亚·沃格勒是一位接受过古典音乐熏陶的打击乐手，为工作坊担任自由职业策划人。她在英国北方皇家音乐学院 (RNCM) 任教，担任讲师。她的外展工作包括为“现场音乐进行时” (Live Music Now)、杰西基金会 (Jessie's Fund)、“凡人制造” (Made by Mortals) 和北方皇家音乐

学院等机构进行项目设计、员工培训和项目指导。她还是曼彻斯特室内乐团（Manchester Camerata）的获奖项目“乐入人心”（Music in Mind）的一员并以此为豪。

- 活动详情请见第74页

西伊顿疗养院（West Eaton Nursing Home）

www.heritagemanor.co.uk/locations/west-eaton

西伊顿位于赫里福德郡莱明斯特郊外的乡村，但步行可达市中心。疗养院分作两层，为33名住户提供住宿，有单人间和双人间可供选择。这里规模虽小却更为私人化，氛围愉快，环境温馨，提供24小时高质量的护理服务。

- 活动详情请见第35页

惠特沃斯老年友好计划 （The Whitworth Age Friendly Programme）

www.whitworth.manchester.ac.uk/learn/adults/agefriendly

惠特沃斯老年友好计划始于2009年，主要为曼彻斯特老年人提供惠及全市的文化服务。这个对老年人十分友好的项目以创意视觉艺术为重点，设有由艺术家带领的创意工作坊、讲座、游览和研究等活动。该项目还涉及其他艺术形式，例如：创意写作、表演、广播和艺术节工作坊等。

- 活动详情请见第18页

伍德兰庄园养老院 （Woodland Manor Care Home）

www.porthaven.co.uk/woodland-manor-buckinghamshire

伍德兰庄园养老院以人为本，提供不同凡响的住宿、看护、失智症群体护理和暂托护理服务，可依据个人需求定制短期或长期服务。所有住户都能从这个充满爱与关怀的环境中受益，个人的尊严、尊重、独立性和幸福感获得提升。每位住户均可享有带卫生间的私人卧室。此外，该院还有电影院、咖啡厅、公共休息区、理发中心、用于特别家庭聚会场合的私人餐厅以及优美迷人的花园景观。

- 活动详情请见第102页

东米德兰兹创意写作协会 (Writing East Midlands)

www.writingeastmidlands.co.uk

东米德兰兹创意写作协会是位于东米德兰地区的文学发展机构。该组织认为，一个开放的社会应该让每个人都能平等地获得创意和表达的方式。这一理念决定了该组织的工作内容、工作领域和工作对象。此外，为践行这一理念，该组织也持续通过其所有的创意写作计划和项目，与当代社会开展对话。

- 活动详情请见第26页

约克郡舞团 (Yorkshire Dance)

www.yorkshiredance.com

作为一家慈善机构，约克郡舞团以宣传舞蹈的价值、发展约克郡舞蹈事业为己任，为所有年龄、背景和能力的人创造机会，观赏、制作和参与高品质的舞蹈表演。舞团促进创意与创新，挑战大众对舞蹈形式和舞者的刻板印象。约克郡舞团与老年群体的合作得到了英国“一支舞”（One Dance UK）的全国认可，并获得该组织2020年“舞蹈倡导奖”（Dance Advocacy Award 2020）

- 活动详情请见第30、104页

创意老龄化 的其他资源

所有资源均可查阅我们的网址：

www.baringfoundation.org.uk

《老年群体艺术活动锦囊》第一卷

(*Treasury of arts activities for older people, Volume 1*)

莉兹·波斯尔思韦特，2019年

《关键工作者：疫情封锁期间与之后的创意老龄化事业》

(*Key workers: creative ageing in lockdown and after*)

大卫·卡特勒，2020年

《论多元性与创意老龄化》

(*On diversity and creative ageing*)

巴林基金会，2020年

《越老越智慧？英国的创意老龄化（2010-2019）》

(*Older and wiser? Creative ageing in the UK 2010-19*)

丽贝卡·戈登-奈斯比特，伦敦国王学院，2019年

《环游世界之80个创意老龄化项目》

(*Around the world in 80 creative ageing projects*)

大卫·卡特勒，2019年

《英国南亚移民中的艺术与失智症群体》

(*Art and dementia in the UK South Asian Diaspora*)

伊丽莎白·林奇，斯皮尔泰尔组织，2019年

《护理中心里的艺术：培训提供情况概览》

(*Arts in care homes: a rapid mapping of training provision*)

佩妮·艾伦，2018年

《一呼一吸皆珍贵：养老院艺术项目的评估》

(*Each breath is valuable: an evaluation of an arts*)

509艺术中心，2018年

《朝向终点：巴林基金会艺术与老年人活动项目（2010-2017）》

(*Towards the end: The Baring Foundation's Arts and Older People Programme 2010-2017*)

大卫·卡特勒，2017年

出版：

巴林基金会（The Baring Foundation）
8-10
Moorgate London
EC3R 6DA
www.baringfoundation.org.uk
推特：@Baring_Found
ISBN 978-1-906172-55-8

作者： 莉兹·波斯尔思韦特（Liz Postlethwaite）

编辑： 哈丽特·罗威（Harriet Lowe）

平面设计： 亚历克斯·瓦里（Alex Valy）

www.alexvalydesign.co.uk

致谢：

巴林基金会谨此感谢雷恩基金会（Rayne Foundation）对本《活动锦囊》第二卷的联合赞助。

感谢为本书提供方案和创意的众多人士（详见前页介绍）；感谢本书作者莉兹·波斯尔思韦特（Liz Postlethwaite），她凭借过人的技巧、创造力和感知力孕育出这两卷作品；感谢本书合作伙伴英国活动组织者协会（NAPA）艾莉森·蒂德（Alison Teader）和希拉里·伍德海德（Hilary Woodhead）的热情与支持；感谢雷恩基金会苏珊·奥利沙文（Susan O'Sullivan）提供的支持与建议；感谢阿尔提·帕莎（Arti Prashar）和弗吉尼亚·坦迪（Virginia Tandy）的建议；感谢罗宾·菲利普斯（Robin Phillips）在手工工作室的出色工作；以及感谢亚历克斯·瓦里（Alex Valy）提供的创意设计。

图片提供者：

本书作者及资助方诚挚感谢以下机构和个人为本书提供图片：

南亚古典舞蹈协会（25页）；埃文代尔养老院（111/112页）；夏洛特·克兰尼奇（83页）；创意生活（88页）；德比郡Quad创意活动小组（43页）；圆满艺术公司/道·佳德（98页上方）；圆满艺术公司/丽贝卡·斯威夫特（98页下方、100页）；平等艺术组织（92页）；福克兰田庄养老院（54页）；胡特创意艺术/奥利维亚·海明威（79、85页）；了解失智症（62页）；林可夫草地养老院（109页）；麦克斯菲尔德丝绸博物馆（59页）；凡人制造（75页）；玛丽亚·哈维-拉文（73页）；罗宾·菲利普斯（86页）；罗珊娜·鲁宾-梅修（57页）；皇家交易所剧院老年剧团/乔伊C·菲尔德斯（38页）；小东西大创意（18、19、22、28、34、51、67、97页）；托马斯·艾伦/飞跃马戏团（封面）；崔西·奈特/创意心灵（71页）；飞跃马戏团/马库斯·哈森伯格（106页）；惠特沃斯艺术馆（46页）；伍德兰庄园养老院（103页）；约克郡舞团（13页）。

图片库图片：约翰·博斯索/阿拉米图片社（55页）；Shutterstock（45页）。

如果您是养老机构的活动协调员、护智咖啡馆的志愿者、居家护理人员、日托中心的工作人员，或者只是老人家的家人或朋友，那么这本书里的资源或许能助您一臂之力！

《老年群体艺术活动锦囊》第一卷广受欢迎，本书作为续篇即第二卷，收录了52项方便实用、创意十足的艺术活动（一年52周每周一项），专为每一位有志于将艺术和创意融入老年人护理工作的人士而设计。

谨盼本书能够激发您的思考与灵感，帮助您开发出自己独一无二的创意实践活动，为您身边的老年群体提供激动人心的全新体验！

**The Baring
Foundation**



**The Rayne
Foundation**

Small Things