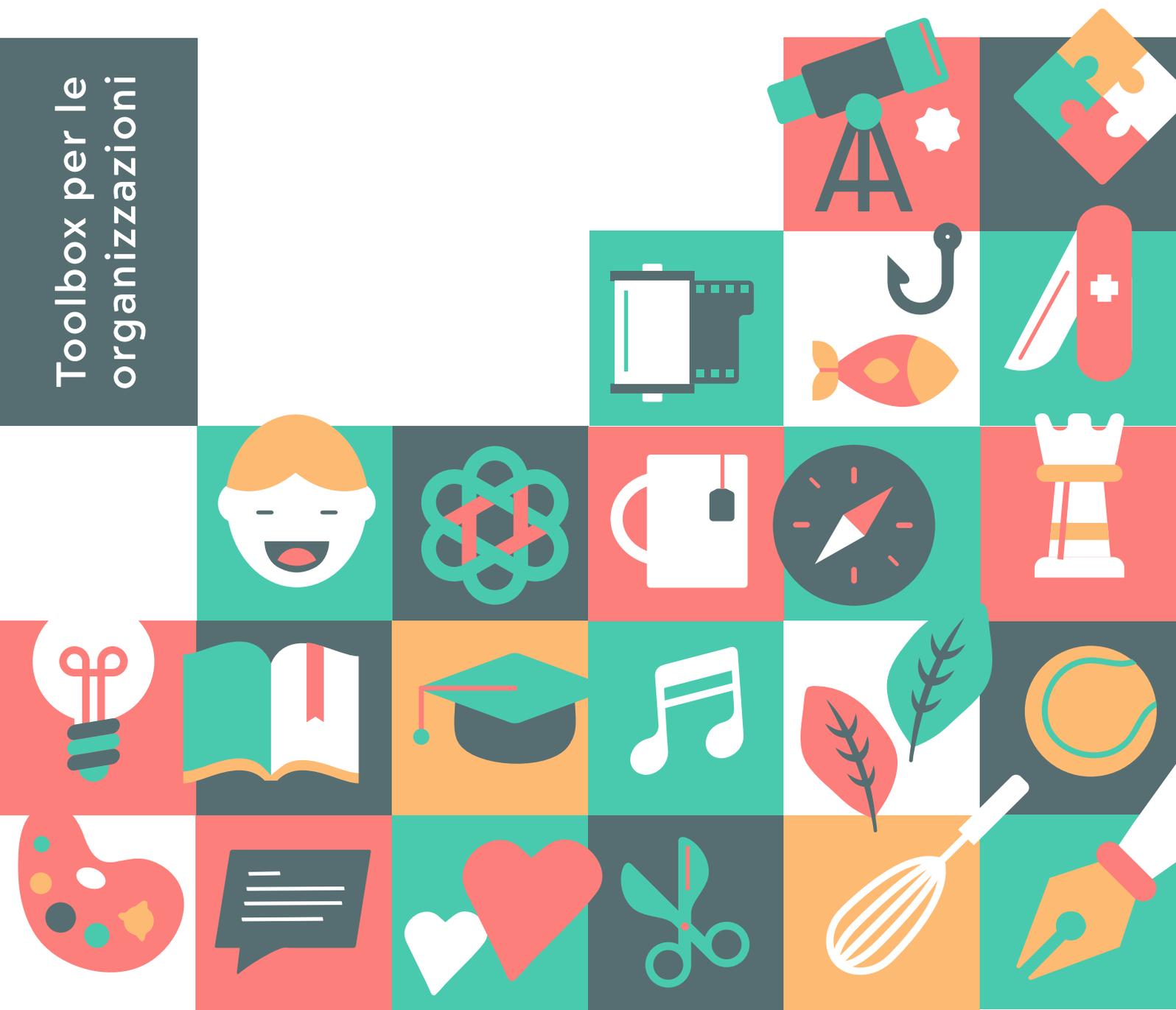


talenti *in*visibili!

Incoraggiare
e riconoscere
i talenti delle
persone 80+

Toolbox per le
organizzazioni



INDICE DEI CONTENUTI

<hr/>	
BENVENUTI AL NOSTRO TOOLBOX TALENTI INVISIBILI!	3
<hr/>	
“LE PERSONE ANZIANE SONO...” STRUMENTI PER INCORAGGIARE STAFF E VOLONTARI A RIFLETTERE SUGLI STEREOTIPI VERSO GLI ANZIANI	4
Concetti di invecchiamento.....	4
Miti da sfatare sulle persone anziane	5
Riflessione sulle esperienze individuali con le persone 80+.....	6
<hr/>	
“SONO BRAVA /O A...” STRUMENTI PER INCORAGGIARE LA RIFLESSIONE SU INTERESSI & TALENTI	7
L’Albero dei Talenti	7
Cartoncini di Riflessione sui Talenti	8
La Mappa dei Talenti	9
Cosa c’è nel mio zaino?	10
Linee di vita - Pubblicazione	11
<hr/>	
“FACCIAMO...” STRUMENTI A SOSTEGNO DELLE ORGANIZZAZIONI PER VALORIZZARE TALENTI	12
Riflessione sulla base del Test Online di Talenti inVisibili	12
Trovare insieme nuove vie	13
La Tabella delle Idee	14
Creare idee	15
<hr/>	
LA FABBRICA DEI SOGNI	
PERSONE CON DESIDERI	16
L’approccio.....	16
Una selezione degli strumenti.....	17
Il Gioco dei Valori	17
La Staffetta della Qualità	18
Il Cestino di Frutta	19
La Pietra del Filosofo	20
Tessere di Saggezza & La Casa delle Identità	21
Le Nuvole dei Sogni	22
<hr/>	
ALLEGATO	23
La Casa delle Identità	23
Creare idee	23
<hr/>	
LE ORGANIZZAZIONI PARTNER	24

BENVENUTI AL NOSTRO TOOLBOX TALENTI *INVISIBILI*!

Il Toolbox è stato sviluppato nell'ambito del progetto *Erasmus+ Talenti inVisibili*. Incoraggiare e riconoscere i talenti delle persone 80+. **Talenti inVisibili** mira a promuovere la partecipazione dei cittadini e delle cittadine anziani, in particolare gli ultraottantenni e a dare visibilità ai loro talenti, alle loro esperienze e ai loro contributi alle comunità in cui vivono. Cooperiamo con i servizi socio-sanitari, strutture residenziali e comunitarie e con ONG e gruppi di cittadini attivi con persone anziane e molto anziane.

Gli incontri e un Test Online elaborato dal partenariato di **Talenti inVisibili** incoraggiano le organizzazioni interessate a chiedersi: valorizziamo, e se sì come, contributi delle persone anziane? Sosteniamo gli anziani a sviluppare ulteriormente e a contribuire i loro talenti? Diamo visibilità ai loro contributi, interessi ed esperienze? Come potremmo dare loro ancora maggiore visibilità, nella nostra organizzazione e nella nostra comunità?

Le organizzazioni che hanno partecipato al nostro progetto hanno mostrato un forte interesse verso strumenti concreti e attività per favorire il lavoro con le tematiche di **Talenti inVisibili** e per questo abbiamo deciso di rendere disponibili materiali testati durante i seminari e gli incontri organizzati con staff e volontari impegnati con le persone anziane e con cittadine e cittadini nelle fasi avanzate della vita.

Il Toolbox fornisce esempi concreti di come poter gestire pregiudizi che riguardano

gli anziani, strumenti per la (ri)scoperta dei "talenti", dei sogni e delle risorse per valorizzarli. Alcune delle attività descritte, ad esempio gli strumenti per incoraggiare la riflessione da parte di staff e volontari sui pregiudizi, si riferiscono a lavori di gruppo insieme ad anziani, altre sono specificamente destinati agli anziani stessi. *La Fabbrica dei Sogni*, una metodologia di lavoro sviluppata e attuata nei Paesi Bassi, si è rivelata di grande ispirazione e nel paragrafo *La Fabbrica dei Sogni - Persone con desideri* abbiamo incluso una breve introduzione all'approccio utilizzato e una selezione degli strumenti elaborati.

Con il Toolbox vorremmo sostenere organizzazioni e singoli interessati a:

- ❑ RIFLETTERE SUI PREGIUDIZI POSITIVE E NEGATIVI E SULLE DISCRIMINAZIONI BASATE SULL'ETÀ.
- ❑ DIALOGARE SU "TALENTI NASCOSTI" DELLE PERSONE ANZIANE.
- ❑ FAR CRESCERE UNA "CULTURA DELL'APPREZZAMENTO" E VALORIZZARE I "TALENTI".
- ❑ SOSTENERE GLI ANZIANI A RI-SCOPRIRE I PROPRI DESIDERI E INTERESSI.

UN SUGGERIMENTO: per dettagli delle esperienze nei vari Paesi e delle attività con le organizzazioni Partner potete leggere il pieghevole di **Talenti inVisibili**: www.invisible-talents.eu/outcomes.

Buona lettura & esplorazione!

“LE PERSONE ANZIANE SONO...” STRUMENTI PER INCORAGGIARE STAFF E VOLONTARI A RIFLETTERE SUGLI STEREOTIPI VERSO GLI ANZIANI

Gli stereotipi vengono definiti come convinzioni comuni rispetto a un gruppo sociale o a un tipo di individui. Gli stereotipi possono essere sia positivi che negativi, ma nella maggior parte dei casi sono stigmatizzanti. Quelli che riguardano l'età sono ostacoli potenziali alla partecipazione sociale egualitaria delle persone anziane e molto anziane. Influenzano la presa di coscienza o meno dei talenti, contributi, opinioni e vari studi dimostrano come i nostri stereotipi nei confronti delle persone anziane influenzano il nostro modo di porci verso di loro e persino gli argomenti che scegliamo per le nostre conversazioni con loro.

Se siete interessati a riflettere sui modelli di ruolo e sugli stereotipi basati sull'età le attività descritte di seguito potrebbero fornire spunti iniziali interessanti, come contributo al loro superamento, per determinare e analizzare attitudini discriminatorie basate sull'età.

Concetti di invecchiamento

Questa attività mira ad aumentare la consapevolezza rispetto a diversi concetti di invecchiamento, diversità degli stili di vita, talenti e interessi degli anziani. I partecipanti sono incoraggiati a riflettere sulla propria percezione dell'età e sui (possibili) stereotipi rispetto alle persone anziane.

Immagini, fotografie o cartoline con diverse rappresentazioni dell'invecchiamento e di anziani vengono appese a una parete o esibite su un tavolo e i partecipanti invitati a sceglierne una che riflette le proprie preferenze. Le domande seguenti vengono usate per stimolare lo scambio di opinioni sulle diverse percezioni:

- PERCHÉ HO SCELTO PROPRIO QUEST'IMMAGINE?
- QUALI SONO LE RAPPRESENTAZIONI DEGLI ANZIANI CHE PREFERISCO?
- CHE ATTITUDINE E ASPETTATIVE HO RISPETTO AL MIO DIVENTARE ANZIANA / ANZIANO?
- A CHE ETÀ MI CONSIDERO “VECCHIO / VECCHIA”?

I partecipanti discutono queste e altre domande simili e condividono le rispettive prospettive.

Materiali necessari: Varie immagini, fotografie o cartoline che rappresentino anziani.

Miti da sfatare sulle persone anziane

L'attività è una riflessione su stereotipi e miti riguardanti gli anziani e il processo di invecchiamento.

Sulla base dei dieci miti comuni riportati di seguito, i partecipanti sono incoraggiati a valutare e discutere i propri pregiudizi sull'età e riflettere su come possano influenzare la propria percezione sia degli anziani che dell'invecchiare.

SUGGERIMENTI: Preparate esempi che demistifichino questi miti (studi, esempi di buone pratiche, esperienze) e sollecitate l'espressione delle opinioni ed esperienze dei partecipanti. L'attività potrebbe concludersi con uno scambio di idee su come contrastare questi pregiudizi negativi, raccogliendo esempi dai partecipanti, favorendo la considerazione delle persone al di là delle etichette e come singoli con esperienze, preferenze e interessi specifici.

Materiali necessari: un manifesto su cui scrivere una selezione di miti sugli anziani.

Scrivete i miti seguenti su un manifesto e discuteteli con il gruppo di partecipanti:

1. LA MAGGIOR PARTE DEGLI ANZIANI VIVONO IN ISTITUZIONI DI CURA.
2. IL PENSIONAMENTO È MENO DIFFICILE PER LE DONNE CHE PER GLI UOMINI.
3. LA DEMENZA, LE MALATTIE E LE DISABILITÀ SONO CONNESSE ALL'INVECCHIAMENTO.
4. I LAVORATORI ANZIANI SONO MENO PRODUTTIVI DI QUELLI GIOVANI.
5. GLI ANZIANI NON IMPARANO, SONO CHIUSI NELLA LORO ROUTINE E SONO INCAPACI DI CAMBIARE.
6. GLI ANZIANI SONO DEBOLI, INDIFESI, DOLCI, GENTILI E IN PACE CON IL MONDO.
7. GLI ANZIANI SONO NOIOSI, SMEMORATI, IMPRODUTTIVI, IRRITABILI E IRASCIBILI.
8. L'ETÀ ANZIANA INIZIA CON I 60 ANNI.
9. GLI ANZIANI SONO TROPPO VECCHI PER ESSERE CONSULTATI SU QUALSIASI ARGOMENTO – PERSINO LE LORO STESSE PREFERENZE E IDEE.
10. LA MAGGIORANZA DEGLI ANZIANI SI PERCEPISCONO DEBOLI DAL PUNTO DI VISTA DELLA SALUTE, SONO SOLI E ISOLATI DALLE PROPRIE FAMIGLIE/AMICI.

Riflessione sulle esperienze individuali con le persone 80+

I partecipanti sono staff e volontari che lavorano con e per gli anziani e la riflessione può essere organizzata durante un seminario interno.

Le domande che possono essere discusse come base per la riflessione sono:

1. QUAL'È LA VOSTRA ESPERIENZA CON LE PERSONE MOLTO ANZIANE?
2. QUALI SONO I PUNTI DI FORZA DELLE PERSONE MOLTO ANZIANE?
3. QUALI SONO GLI OSTACOLI ALLA COLLABORAZIONE?

Altre tematiche che possono essere utili da affrontare sono:

- IL CONCETTO DI “PERSONE MOLTO ANZIANE”, COME VIENE PERCEPITO E CHE ETÀ COMPRENDE?
- IL CONCETTO DI “TALENTI”, COME VIENE COMPRESO? È FORSE FUORVIANTE?
- IL CONCETTO DI “PARTECIPAZIONE”, QUALI SONO LE CONDIZIONI CHE LA RENDONO POSSIBILE?

E' probabile che dalla discussione emergeranno ambiti di attività e priorità che riflettono quelli delle organizzazioni partecipanti e questo favorirà una forma di apprendimento comparativo fra i diversi ambiti di lavoro e argomenti , tutti però legati all'impegno con le persone anziane e molto anziane.

Materiali necessari: Fogli di carta e penne per prendere appunti.

SUGGERIMENTI: E' consigliabile invitare rappresentanti di diverse organizzazioni per conoscere le diverse modalità di affrontare il tema e per favorire una riflessione creativa collettiva.

Cartoncini di Riflessione sui Talenti

Un modo efficace per attivare conversazioni e/o riflessioni sui talenti, gli interessi o le capacità è quello delle “domande provocatorie”. Pur essendo disponibili cartoncini prestampati con domande standard su punti di forza, interessi e abilità, è facile crearne autonomamente.

Le domande che seguono possono essere uno spunto per ispirare storie, riflessioni ed emozioni:

- L'ELENCO DEI MIEI PUNTI DI FORZA INIZIA CON...
- MI SENTO FORTE QUANDO...
- HO UNA PASSIONE SPECIALE PER...
- LE MIE CARATTERISTICHE POSITIVE SONO...
- TUTTI HANNO TALENTI. LE CINQUE COSE CHE MI RIESCONO VERAMENTE BENE SONO...
- QUESTO È PARTICOLARMENTE FACILE PER ME...

Abbiamo usato cartoncini in diverse varianti: con la scritta scoperta, con i partecipanti che scelgono coscientemente e possono poi completare la frase scelta. O con la scritta coperta e che viene conosciuta dopo che uno dei cartoncini è stato scelto.

Successivamente i partecipanti scambiano le rispettive risposte in gruppi di 2-3 persone oppure in plenaria. Ognuno legge il proprio cartoncino presentando risposte e condividendo idee e input.

I *cartoncini di riflessione* sono stati usati nel nostro progetto anche come “rompighiaccio” per far conoscere i partecipanti fra di loro e avviare il confronto, in modo rilassato e potenzialmente divertente, fra persone che non si conoscevano prima per poi approfondire il tema dei talenti dei partecipanti più anziani.

Materiali necessari: Cartoncini con domande prestampate / preparate autonomamente - Disponibili in tedesco, *Stärken-Schatzkiste für Therapie und Beratung (Beltz Therapiekarten) von Falk Scholz*, e in inglese: *At My Best Strength Cards, Empowering Questions Cards*.

La Mappa dei Talenti

L'idea della mappa è di rendere visibili i talenti di persone anziane, molto anziane, di giovani e delle organizzazioni e strutture che all'interno della comunità sostengono la valorizzazione dei talenti.

Questo strumento può essere usato durante eventi, come ad esempio le giornate pubbliche per la salute o attività di comunità.

I partecipanti vengono invitati a indicare le loro località, organizzazioni, attività preferite come sedi ideali per la condivisione dei loro talenti, che possono anche essere visualizzati attraverso una "bolla dei talenti" e aggiunti poi alla mappa.

Il concetto può essere facilmente adattato per una molteplicità di eventi sia pubblici che privati.

Materiali necessari: Una mappa della comunità, città a regione, cartoncini e matite.

SUGGERIMENTI: Preparate prima dell'attività, insieme ad organizzazioni, gruppi e istituzioni che promuovono i talenti degli anziani e dei giovani. Valutate in anticipo, in modo da poter preparare tutto l'occorrente, se qualcuno può essere motivato a produrre una "bolla dei talenti". Le persone parteciperanno più facilmente se alcuni esempi sono già disponibili / visibili sulla mappa.



Cosa c'è nel mio zaino?

Questa attività utilizza la metafora di uno zaino per incoraggiare i partecipanti a disfare i contenuti dello zaino esplicitando le proprie caratteristiche. L'idea è semplice: ciascuno di noi porta con sé "uno zaino" pieno di tutte le nostre esperienze. La maggior parte delle persone tende a ricordare quelle negative, l'attività serve invece a far emergere e valorizzare quelle positive e a condividere le storie solitamente non condivise.

Ai partecipanti viene chiesto di disegnare il proprio zaino e riempirlo con le esperienze, i ricordi, le storie e le idee positive della loro vita. Gli "zaini" vengono poi disfatti insieme e ognuno racconta la sua storia, favorendo così lo scambio di prospettive e pensieri orientati al futuro.

Materiali necessari: Fogli di carta e matite colorate.

SUGGERIMENTI: Per rendere i racconti più vivaci si possono usare zaini e oggetti reali.

Per facilitare il compito dei partecipanti che non vogliono disegnare, basta rendere disponibili immagini di zaini da affiancare poi con altre che rappresentano ciò che vuole essere condiviso.

Anche se questo strumento di lavoro è pensato per far emergere esperienze positive, la rievocazione di esperienze personali può coinvolgere aspetti sensibili della vita delle persone e chi coordina l'attività dovrebbe tenerlo presente, per gestirne, in caso di necessità, con equilibrio e a beneficio di tutto il gruppo, la trattazione.

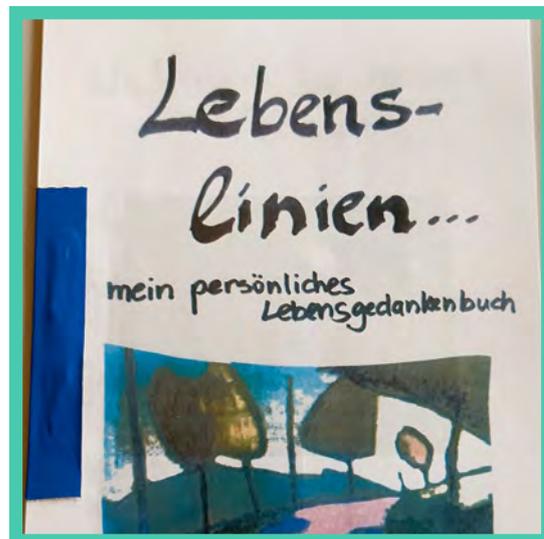
Linee di vita - Pubblicazione

La pubblicazione, in formato di libretto, può essere usata come base di conoscenza per lo staff infermieristico delle case di cura per anziani e in contesti paragonabili. Può essere tenuta a portata di mano dallo staff per rispondere ad esigenze degli ospiti, che sono invitati a crearne di personali con i principali avvenimenti della loro vita, ad esempio con le risposte, ma anche con fotografie, rispetto a temi come:

- IMMAGINI CHE MI RITRAGGONO...
- CIÒ CHE AMO FARE...
- MOMENTI IMPORTANTI DELLA MIA VITA...
- MOMENTI TRISTI / DIFFICILI...
- QUELLO CHE MI HA SOLLEVATO / CIÒ IN CUI CREDO...
- CIÒ CHE MI RENDE DI BUON UMORE...
- I MIEI AMATI "PICCOLI PECCATI"...
- I FAMILIARI / LE PERSONE IMPORTANTI NELLA MIA VITA...
- ALLE PERSONE CHE MI SONO CARE DIREI...

Una possibile aggiunta da includere può essere una sorta di dedica personalizzata, del tipo: "questo libretto è stato scritto con la mia approvazione e" – nome e cognome di una persona – "dovrebbe riceverlo nelle prossime settimane / in futuro".

Materiali necessari: Fogli di carta A4, rilegatore, penna, fotografie / immagini.



SUGGERIMENTI: Se usato in una casa di riposo, il libretto dovrebbe essere tenuto nello stesso posto in ogni stanza, così che lo staff possa farne uso facilmente quando necessario.

“FACCIAMO...” STRUMENTI A SOSTEGNO DELLE ORGANIZZAZIONI PER VALORIZZARE TALENTI

Cosa rende un'organizzazione “amica dei talenti”? In questa sezione vorremmo fornire suggerimenti a beneficio della raccolta di idee concrete per la promozione dei talenti delle persone anziane e su come poterli valorizzare.

Riflessione sulla base del Test Online di Talenti *inVisibili*

Sulla base del *Test Online* di **Talenti *inVisibili*** le seguenti domande potrebbero essere discusse insieme a dipendenti e volontari di organizzazioni che lavorano con e per anziani.

- VALORIZZIAMO I CONTRIBUTI DI PERSONE ANZIANE E SE SÌ, COME?
- SOSTENIAMO ANZIANI E SVILUPPARE E CONDIVIDERE I PROPRI TALENTI?
- DIAMO VISIBILITÀ AI LORO CONTRIBUTI, INTERESSI E ESPERIENZE?
- COME POTREMMO AUMENTARE LA VISIBILITÀ DEI CONTRIBUTI DEGLI ANZIANI ALL'INTERNO DELLA NOSTRA ORGANIZZAZIONE E DELLA NOSTRA COMUNITÀ?

In base a quanto grande è il numero dei partecipanti le domande potrebbero essere prima discusse in piccoli gruppi e poi in plenaria. La discussione favorisce lo scambio di idee e, idealmente, sfocia in nuove misure all'interno dell'organizzazione per migliorare e aumentare lo spazio dato ai talenti degli anziani.

Materiali necessari: Penne, fogli di carta, parete per la presentazione, lavagna a fogli mobili o lavagna.

SUGGERIMENTI: I contributi possono essere scritti su singoli fogli di carta, successivamente condivisi, oppure direttamente sulla lavagna / lavagna a fogli mobili che facilita gli appunti e l'elaborazione di nuove idee. E' consigliabile, per favorire il maggior scambio di idee possibile, di invitare rappresentanti di organizzazioni diverse fra loro.

Trovare insieme nuove vie

L'attività seguente potrebbe dimostrarsi utile per organizzazioni motivate a conoscere gli interessi e le abilità dei partecipanti nelle proprie iniziative/ clienti / associati e trovare insieme nuovi modi per valorizzarli.

Ai partecipanti si chiede di riunirsi in piccoli gruppi di 2-3 persone per raccontare degli interessi e hobby praticati nel passato, quelli di oggi e quelli che vorrebbero praticare in futuro, scritti successivamente su cartoncini di diverso colore.

Esempio: quelli del passato su cartoncini blu, quelli del presente su cartoncini rosa e quelli del futuro su cartoncini verdi.

Chi coordina appende poi i diversi cartoncini su una lavagna o una parete e guida i partecipanti nella discussione su come realizzare quello che si desidera, tenendo conto anche delle esperienze passate che di quelle presenti. Sogni comuni potrebbero emergere e la loro realizzazione condivisa potrebbe essere esplorata. La visualizzazione di interessi e desideri aiuta anche a trovare nuove vie all'interno delle organizzazioni e a scoprire nuove modalità di azione per un più intenso coinvolgimento degli anziani.

Materiali necessari: Cartoncini in tre diversi colori, penne, una lavagna o una parete o una lavagna a fogli mobili, puntine da disegno, magneti.

SUGGERIMENTI: L'attività va adattata in base al tipo di partecipanti. Se il lavoro di gruppo non è possibile o accettato, chi coordina può fare l'esercizio anche con una sola persona.

La Tabella delle Idee

Una tabella delle idee è un insieme di idee. Aiuta i gruppi a raccogliere e comunicare visivamente le idee e ad elaborare una visione per l'inizio di un progetto o un'iniziativa. Nel progetto Talenti (in)Visibili le organizzazioni partner hanno usato questo strumento per processi di brainstorming. Ad esempio: staff e volontari di una casa di riposo l'hanno utilizzato per la domanda: Come potremmo supportare persone anziane a contribuire i loro talenti e aumentarne la visibilità all'interno della nostra struttura ?

Hanno sviluppato e raccolto le idee iniziali per attività concrete su una tabella delle idee. In una prima fase i partecipanti , che sono stati invitati a condividere commenti, domande e sensazioni individuali, hanno lavorato in gruppi di 3-4 persone e concordato su aspetti che tutti ritenevano rilevanti. Per incoraggiare il pensiero creativo tutta una serie di materiali sono stati messi a disposizione: ritagli di giornale e riviste, immagini, prese di posizione stampate, insieme a evidenziatori e matite di diversi colori.

Le tabelle sono state poi presentate e discusse in plenaria e in base alle diverse prospettive ed idee emerse è stato deciso di avviare tutta una serie di piccole iniziative per favorire la condivisione dei talenti dando ad essi maggiore visibilità.

Materiali necessari: Lavagna a fogli mobili, colla, forbici, matite colorate, gessetti, evidenziatori, riviste, immagini e fotografie, ispirazione virtuale da Internet, logo dell'organizzazione, e così via.



SUGGERIMENTI: ogni tabella delle idee è unica perchè risultato delle diverse personalità dei partecipanti e non ci sono “regole” che impongono quello che una tabella deve o non deve contenere. I gruppi e i singoli godono di una “libertà creativa” e possono inserire tutto ciò che a loro appare rilevante e appropriato. E per catturare impressioni, pensieri e sensazioni, i partecipanti possono anche condividere fotografie, immagini o altro che sia di ispirazione per loro.

Creare idee

L'esercizio può essere utile come sostegno dei gruppi ad elaborare nel dettaglio idee e pianificare attività. Le domande seguenti possono servire a strutturare la ricerca di idee per un seminario o un incontro di gruppo:

- QUAL'È LA NOSTRA IDEA? COSA VORREMMO REALIZZARE?
- DI COSA ABBIAMO BISOGNO PER REALIZZARLA (MATERIALI, PREVENTIVO)?
- DEL SOSTENGO DI CHI ABBIAMO BISOGNO PER LA REALIZZAZIONE (PARTNER, ESPERTI)?
- QUAL'È LA SOSTENIBILITÀ DELLA NOSTRA ATTIVITÀ?

In base al numero dei partecipanti due opzioni sono possibili: le domande potrebbero essere discusse da tutti i partecipanti insieme, con una persona che facilita, fissa i punti della discussione e i risultati. Oppure i partecipanti si suddividono in piccoli gruppi di 2-3 persone, approfondiscono le domande e i risultati vengono poi condivisi in una sessione plenaria.

Materiali necessari: Per visualizzare le domande iniziali è bene scriverle su un grande foglio / un manifesto visibile a tutti i partecipanti (allegato un esempio).

SUGGERIMENTI: Preparare il foglio / il manifesto con una grafica accattivante può facilitare il processo creativo.

LA FABBRICA DEI SOGNI PERSONE CON DESIDERI

L'approccio

Il metodo *La Fabbrica dei Sogni - Persone con desideri* è stato sviluppato nell'ambito di **Talenti inVisibili** dall'organizzazione Partner dei Paesi Bassi *Stichting Bij de Tijd*, in cooperazione con il gruppo *Sweet 70 & Rebel* e con *Modestraat Amsterdam-North*¹.

La Fabbrica dei Sogni mira a mobilitare e rendere visibile il “dare potere” a persone (molto) anziane. Attraverso un processo collettivo (fino a 10 incontri) e attraverso metodologie motivanti, un gruppo di 8-10 persone (molto) anziane esplicitano e condividono i propri desideri e sogni e si sostengono a vicenda per la loro realizzazione. Si può trattare di desideri rimasti nel cassetto per tutta la vita, ma anche di quelli più recenti nati da eventi specifici. Vengono definiti “desideri oltre il limite”: si vuole qualcosa, ma per ottenerlo si deve superare un limite che non può essere superato da soli. Esempi di desideri discussi sono stati:

- ... VORREI PULIRE PER BENE IL LUOGO DOVE VIVO, MA NON CE LA FACCIO.
- ... MI PIACEREBBE COLTIVARE UN ORTO, MA NON DA SOLO / SOLA.
- ... VOGLIO USCIRE DI CASA PIÙ SPESSO, MA PER LA STRADA NON MI SENTO SICURA / SICURO.

I partecipanti sono invitati a condividere i propri sogni e lo scopo degli incontri della *Fabbrica dei Sogni* è attivare il processo che ne permette la realizzazione. Tutti vengono incoraggiati a mettere in comune i propri talenti, conoscenze, abilità, relazioni. Alcuni sogni possono diventare realtà velocemente, altri richiedono aggiustamenti. Ad esempio: “Mi piacerebbe andare sulla luna” potrebbe diventare “Vorrei volare in elicottero sul parco nazionale Veluwe”. “Vorrei trovare qualcuno da amare” potrebbe trasformarsi in “Voglio conoscere qualcuno con cui avere belle conversazioni nel mio quartiere”.

Oltre a chi facilita il processo è sostenuto da studenti e/o volontari che partecipano regolarmente agli incontri e alle attività che ne derivano, contribuendo alle discussioni, dando suggerimenti e, se necessario, trascorrendo tempo con i partecipanti per la realizzazione dei loro desideri.

Nei paragrafi seguenti presentiamo brevemente alcuni degli strumenti utilizzati nel processo della *Fabbrica dei Sogni*, con l'avvertenza che la metodologia della *Fabbrica* va oltre ciascuno di essi e prevede piuttosto sinergie per la realizzazione dei sogni esplicitati.

Può però rivelarsi stimolante, per avviare una riflessione sui loro sogni e desideri, provarne alcuni con lo staff, i volontari e/o i partecipanti anziani delle diverse attività delle vostre organizzazioni.

¹ *Modestraat Amsterdam-North* è un centro culturale di comunità che sostiene la realizzazione dei sogni delle persone e a rendere le vite delle persone “più colorate”. I dettagli sono disponibili sul sito (in olandese): www.broedstraten.nl/modestraat/overig/projecten

Una selezione degli strumenti

Il Gioco dei Valori

Lo scopo del *Gioco dei Valori* è rendere familiare con la domanda: Chi sono e cosa trovo importante nella fase attuale della mia vita?

In altre parole: Per cosa sto vivendo? *Il Gioco dei Valori* può essere un primo appropriato esercizio per esprimere motivazioni e desideri personali.

Cartoncini ciascuno dei quali rappresenta un valore – ad esempio l'amore, il denaro, il potere, il prendersi cura, i contatti sociali – vengono sparpagliati su di un tavolo. Ciascun partecipante sceglie i valori più significativi per lui / per lei e li presenta in un sotto gruppo e dopo la discussione le conclusioni vengono presentate in una riunione plenaria. Questo anche per riflettere sul significato e l'importanza delle dinamiche dei valori in una società pluralistica e democratica. *Il Gioco* aiuta a creare fiducia reciproca, un requisito per la condivisione di pensieri e prospettive personali.

Materiali necessari: Cartoncini con la rappresentazione di valori. Varie liste di valori base sono disponibili in Internet.



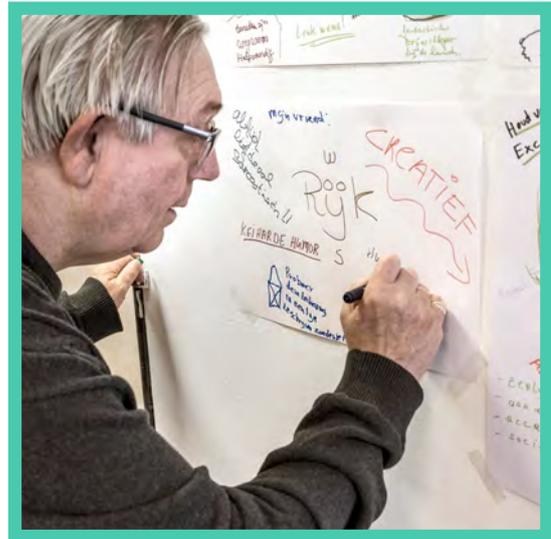
La Staffetta della Qualità

La staffetta è stata ideata per visualizzare le qualità del carattere delle persone.

I partecipanti siedono ad un tavolo rotondo, ciascuno di loro con davanti un foglio bianco A3. Al centro del tavolo sono sparsi cartoncini, che servono da ispirazione, con le scritte di aggettivi che rimandano a qualità, come “di aiuto”, “disponibile”, “brillante”, “capace di ascoltare”. Ogni partecipante pesca un cartoncino che pensa rifletta la propria personalità e aggiunge una o più qualità ulteriori che ritiene di avere, componendo così una sorta di “autoritratto”. Quando tutti hanno finito, ogni partecipante mostra alla sua sinistra il proprio “autoritratto” e la persona seduta alla sinistra aggiunge qualità percepite, passandolo poi al vicino successivo di tavolo alla sinistra, fino a quando il giro è completato e l’“autoritratto” ritorna al suo possessore.

Gli “autoritratti” vengono appesi a una parete / lavagna e vengono discussi in coppie di due persone. L’effetto positivo è sorprendente !

Materiali necessari: Cartoncini con le scritte di aggettivi che rimandano a qualità, parete / lavagna a fogli mobili, penne / pennarelli.



Il Cestino di Frutta

Ai partecipanti viene chiesto di immaginare la vita come un cestino di frutta, che col tempo diventa sempre più vuoto, ma richiede anche cambiamenti. Una mela tende a marcire e la conversazione può partire dalla mela marcia che tutti vorrebbero rimuovere. Lo scambio di opinioni può non essere facile per tutti, ma con un buon coordinamento può portare a una sensazione di pace e sollievo per tutti, risultando in un contributo alla coesione del gruppo.

Materiali necessari: Un cestino pieno di frutta (o anche una rappresentazione di un cestino di frutta).

SUGGERIMENTI: I partecipanti possono in alternativa disegnare ciascuno il proprio *Cestino di Frutta*, indicando sia i frutti freschi che quelli che nelle loro vite tendono a marcire.

La Pietra del Filosofo

L'idea è materializzare quello da cui ci si vuole liberare. Ogni partecipante riceve, o porta con sé, un sasso o una piccola pietra e ci scrive sopra – con gessetti o matite – una parola o un'immagine che rappresenta ostacoli da eliminare: il completamento di “Basta con...” è un'utile frase di partenza.

Mentre vengono fatte le scritte / i disegni la conversazione continua in maniera informale, per verbalizzare quello che si vuole cambiare lo scambio di idee diventa più profondo, ricordi sgradevoli emergono, ma anche storie belle. I sassi vengono poi raccolti e portati in un posto all'aperto, preferibilmente vicino all'acqua, dove vengono gettati a turno. Se le persone lo desiderano, con una breve spiegazione, che, solitamente, ha un forte impatto su tutto il gruppo.

Nell'ambito della *Fabbrica dei Sogni* l'esercizio è stato fatto insieme a un'escursione ad un parco nelle vicinanze, con un pranzo comune.

Materiali necessari: Sassi / piccole pietre, gessetti e matite colorati.



Tessere di Saggezza & La Casa delle Identità

Lo scambio di idee sulla *Casa delle Identità* di ciascuno è un importante passo verso la formulazione di desideri e sogni. La Casa è uno spazio con cinque stanze, dove ogni stanza rappresenta uno specifico settore della nostra vita: corpo & mente, contatti sociali, situazione materiale, lavoro & attività / partecipazione, valori & ispirazione (si veda l'allegato).

Una buona e rilassata preparazione dei partecipanti alla *Casa delle Identità* è l'esercizio *Tessere di Saggezza*.

Dopo una breve spiegazione, che ciascun partecipante riceve su fogli di carta, della Casa, tutti vengono invitati a raccogliere, e scriverli su tessere fotocopiate, proverbi e aforismi sulle diverse stanze della Casa. E' un'usanza nei Paesi Bassi riprodurre proverbi o detti di saggezza popolare su tessere, spesso in ceramica bianca e blu (nello stile Delftware), appendendole come decorazioni.

In altri Paesi proverbi e aforismi potrebbero essere scritti su cartoncini, che possono poi essere appesi a una parete, una lavagna / lavagna a fogli mobili. I partecipanti leggono e commentano insieme ciò che è stato scritto, un buon modo per iniziare una conversazione su diverse prospettive di vita.

Successivamente si esplora la Casa delle Identità, rispondendo a domande come: In quale stanza mi sento a mio agio? In quale stanza mi sento vulnerabile? Quale stanza vorrei ridecorare? Qualcuno?

Materiali necessari: Lavagna / lavagna a fogli mobili, rappresentazione della *Casa delle Identità* (si veda l'allegato), tessere fotocopiate, fogli di carta, cartoncini, pennarelli / penne colorate.

SUGGERIMENTI: L'esperienza dimostra che questo esercizio aiuta i partecipanti a formulare sogni e desideri. Può facilitare se chi modera, sulla base dei contributi espressi, formula domande specifiche, del tipo: E' forse questo un sogno che vorresti portare alla discussione? O anche esplicita riferimenti condivisi in precedenza in singoli commenti.



Le Nuvole dei Sogni

Per incoraggiare la discussione su sogni e desideri, chi modera disegna su una lavagna / una lavagna a fogli mobili nuvole dei sogni, con brevi testi, a volte anche solo una singola parola.

Si può trattare di immagini e testi ideati dal moderatore oppure la rappresentazione di sogni e desideri suggeriti dai partecipanti.

Alcune nuvole vengono lasciate vuote per poterci inserire sogni che possono emergere durante la discussione.

I partecipanti vengono invitati a identificare il sogno che li caratterizza maggiormente, eventualmente anche aggiungendo pochi concetti per qualificarlo o, qualora hanno dei dubbi, punti di domanda.

I partecipanti leggono i sogni indicati, li discutono e fanno domande alle quali si risponde collettivamente, ad esempio: Ci sono sogni condivisi che potrebbero essere realizzati insieme? Ci sono sogni per la cui realizzazione siete disponibili a dare una mano?

Materiali necessari: Lavagna / lavagna a fogli mobili, nuvole dei sogni preparate prima dell'incontro, penne.

SUGGERIMENTI: Se il gruppo si ritrova per la prima volta, può essere utile sondare prima dell'incontro sui sogni e desideri dei partecipanti. Sulla base dei risultati di questo "sondaggio informale" potrebbero venire preparati esempi. Alcuni di quelli raccolti durante gli incontri della *Fabbrica dei Sogni* nei Paesi Bassi sono stati:

- "VORREI ESSERE MAGGIORMENTE APPREZZATA."
- "LA VITA NE CONDOMINIO DOVE ABITO È ANONIMA. VORREI CHE CON LE PERSONE CHE CI ABITANO CI SI POTESSE SALUTARE E FARE COSE INSIEME."
- "MI PIACEREBBE INIZIARE UN GRUPPO DI CUCINA."
- "VORREI CHE LE PERSONE CHE CONOSCO FOSSERO ATTIVE E DI DESSERO DA FARE; DI SOLITO LA MAGGIOR PARTE DI LORO SONO PASSIVE."
- "MI PIACEREBBE AVERE PIÙ CONTATTI SOCIALI, MA NON SO COME FARE."
- "VORREI ANDARE A FARE UNA VACANZA."



ALLEGATO

La Casa delle Identità



Fonte Immagine basata su Huis van de Identiteit, Houben, P. (2009). Interactief levensloopbeleid. Amsterdam: SWP.

Creare idee



LE ORGANIZZAZIONI PARTNER

Hanno contribuito al Toolbox:

Coordinamento europeo & attuazione del progetto in Austria

queraum. cultural and social research
Anita Rappauer & Michael Stadler-Vida
rappauer@queraum.org
www.queraum.org



Germania

ISIS Sozialforschung · Sozialplanung · Politikberatung
Karin Stiehr & Lamia Chérif
stiehr@isis-sozialforschung.de
cherif@isis-sozialforschung.de
www.isis-sozialforschung.de



Questa pubblicazione è finanziata con il sostegno della Commissione Europea, riflette esclusivamente le idee degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso venga fatto delle informazioni qui contenute.

Italia

Lunaria
Angela Pagano & Sergio Andreis
andreis@lunaria.org
www.lunaria.org

Paesi Bassi

Stichting Bij de Tijd
Laura Christ & Kees Penninx
laura.christ@xs4all.nl
www.stichtingbijdetijd.nl

Lituania

Dipartimento di Lavoro Sociale, Facoltà di Scienze Sociali, Università Vytautas Magnus
Rasa Naujaniene & Lina Danuseviciene
rasa.naujaniene@vdu.lt
lina.danuseviciene@vdu.lt
www.vdu.lt

Impressum

Questo Toolbox fa parte dell'Output Intellettuale "Strumento Online" (O3) sviluppato nell'ambito del progetto Erasmus+ **Talenti inVisibili**. *Incoraggiare e riconoscere i talenti delle persone 80+*. K2 – Azione chiave: Cooperazione per l'innovazione e lo scambio di buone pratiche. Partenariati Strategici per l'educazione degli adulti. Il sito del progetto è www.invisible-talents.eu

Publicato da: queraum. cultural and social research
Redazione linguistica in inglese: Siobhán Denham
Design: Verena Blöchl
Fotografie: Caro Bonink e le organizzazioni Partner

Il progetto è sostenuto da AGE Platform Europe.



invisible-
talents.eu