

ActiSenior

BONUS 7

# Baule dei Ricordi

16 incontri per conversare, ricordare e ridere con gli anni 50, 60 e 70

---

Per case di riposo, centri diurni e famiglie

# Come usare questo baule

Non è un esame di memoria: è una chiacchierata che parte da un oggetto e finisce in una storia.

## CHE COS'È LA REMINISCENZA

La reminiscenza è portare al presente i ricordi di tutta una vita e condividerli con gli altri. Non si tratta di ricordare bene né di ricordare tutto. Si tratta di conversare: di raccontare com'era, chi c'era, che cosa si provava. Quello che conta è la chiacchierata, non il dato esatto.

## A CHE COSA SERVE

| Che cosa migliora       | Che cosa si vede durante l'incontro                                                                |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| L'umore                 | La persona ride, si entusiasma ed esce dalla chiusura di tutti i giorni.                           |
| L'identità              | Torna a farsi vedere chi è stata: il suo mestiere, la sua casa, la sua famiglia, i suoi traguardi. |
| La parola               | Si parla di più e meglio; riaffiorano parole che erano addormentate.                               |
| Il legame               | Il gruppo si conosce, si ascolta e crea nuove amicizie.                                            |
| Il lavoro dell'équipe   | Si capisce meglio ogni persona e questo fa sì che la si assista meglio.                            |
| La visita dei familiari | C'è di che parlare quando far visita è diventato difficile o imbarazzante.                         |

## CHI PUÒ COORDINARE

Chiunque abbia pazienza e voglia di ascoltare: un animatore, un assistente, un volontario, un figlio o un nipote. Non serve una formazione precedente. Basta leggere la sessione prima, raccogliere gli oggetti e poi lasciar parlare.



### L'unica cosa indispensabile

Ascoltare davvero. Se il coordinatore ha fretta o guarda l'orologio, il gruppo se ne accorge e si chiude. Mezz'ora ascoltata bene vale più di un'ora di corsa.

# Come costruire un incontro

Tra i 30 e i 45 minuti, sempre con la stessa forma. La ripetizione dà sicurezza.

| Momento         | 30 min | 45 min | Che cosa fare                                                                                |
|-----------------|--------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 · Accogliere  | 5 min  | 5 min  | Salutare ognuno per nome, formare il cerchio e dire di che cosa parleremo oggi.              |
| 2 · L'oggetto   | 5 min  | 8 min  | Tirare fuori lo spunto e passarlo di mano in mano. Che lo tocchino prima che qualcuno parli. |
| 3 · Le domande  | 12 min | 20 min | Il cuore dell'incontro. Una domanda per volta, senza fretta, facendo il giro del cerchio.    |
| 4 · L'attività  | 5 min  | 8 min  | Cantare, scrivere, disegnare o fare una lista tutti insieme. Qualcosa di fatto in comune.    |
| 5 · La chiusura | 3 min  | 4 min  | Ognuno dice con che cosa se ne va. Ringraziare e annunciare il tema della prossima volta.    |

## QUATTRO REGOLE CHE REGGONO L'INCONTRO

- Una domanda per volta, e silenzio dopo. È il silenzio imbarazzante quello che fa parlare.
- Mantieni lo stesso ordine tutte le settimane: stesso giorno, stessa ora, stesso cerchio.
- Segui il gruppo, non il foglio. Se un tema li appassiona, resta lì e lascia le altre domande per un altro giorno.
- Chiudi sempre con qualcosa fatto tutti insieme. L'incontro finisce nell'allegria, non nella nostalgia.



### La dimensione del gruppo

Da 4 a 8 persone è l'ideale. Con più di dieci, i silenziosi spariscono. Se il gruppo è grande, dividilo in due cerchi o lavora con due coordinatori.

# Che nessuno resti fuori

Preparare la sala e adattare il ritmo è quello che separa una bella chiacchierata da un lungo silenzio.

## PRIMA CHE ARRIVI IL GRUPPO

- ☐ Ho letto tutta la sessione e ho scelto 6 o 8 domande dalla lista.
- ☐ Ho raccolto gli oggetti e li tengo a portata di mano, coperti con un panno.
- ☐ Ho disposto le sedie in cerchio: tutti si vedono in faccia, nessuno resta di spalle.
- ☐ Ho spento la televisione e abbassato tutti i rumori di fondo.
- ☐ Ho acqua, fazzoletti e un foglio per prendere appunti.
- ☐ Ho avvisato l'équipe che per quei 40 minuti il gruppo non si interrompe.

## SE QUALCUNO PARLA POCO

- Mettilo vicino a te e guardalo in faccia quando gli parli.
- Non farlo iniziare per primo: lascia che ascolti due o tre turni prima.
- Chiedigli qualcosa a cui si risponde con una parola o con un gesto, e solo dopo allarga.
- Mettigli un oggetto in mano: molte volte l'oggetto parla prima della persona.
- Dai valore a quello che aggiunge anche se è una sola frase, e non completarla tu.
- Se preferisce guardare e ascoltare, va bene. Stare nel cerchio è già partecipare.

## SE LA PERSONA HA UNA DEMENZA

- Lavora con i ricordi lontani: sono quelli che si conservano meglio.
- Usa oggetti, odori e musica: entrano dai sensi, senza bisogno di parole.
- Frasi corte, un'idea per volta, e aspetta la risposta fino a dieci secondi.
- Se mescola le epoche o aggiunge dati che non tornano, stai al gioco: il sentimento è vero anche se il dato non lo è.
- Gruppi piccoli, di tre o quattro persone, e sempre nello stesso posto.
- Se si agita, cambia tema o fai una pausa con musica dolce.

# Quello che non bisogna fare

Bastano pochi errori frequenti per rovinare un incontro che stava andando bene.

| Invece di questo                                                    | Fai così                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| Correggere un ricordo: "no, quello è stato un altro anno"           | Lasciar correre. Il ricordo è della persona; la data esatta non conta.           |
| Chiedere "ti ricordi?" come se fosse un esame                       | Chiedere "com'era?" oppure "raccontami di...". Così nessuno può sbagliare.       |
| Insistere su un tema che la persona evita                           | Cambiare tema senza farlo notare. Se vuole tornarci, ci torna da sola.           |
| Parlare tu più del gruppo                                           | Chiedere e stare zitto. Racconta qualcosa di tuo solo per sbloccare un silenzio. |
| Parlare della persona in terza persona davanti a lei                | Rivolgiti sempre a lei, anche se un altro risponde al posto suo.                 |
| Usare la voce da bambini, diminutivi o soprannomi che non ha scelto | Parlare come con qualsiasi adulto: chiaro, tranquillo e da pari a pari.          |
| Mettere fretta a chi fatica a trovare la parola                     | Aspettare. Se te lo chiede, offri una parola; se no, aspetta ancora un po'.      |
| Interrompere perché il tempo è finito                               | Chiudere sempre con il giro finale e con l'annuncio del prossimo tema.           |

## SE AFFIORA UN RICORDO DOLOROSO

- Non cambiare tema di colpo: così si insegna che qui ci sono cose che non si possono dire.
- Abbassa la voce, avvicinati e resta un momento in silenzio accanto alla persona.
- Di' che cosa sta succedendo: "questo ti fa ancora male". Basta questo.
- Proponile di uscire un momento dalla sala accompagnata, e di tornare se vuole.
- Avvisa l'équipe dopo l'incontro e mettilo per iscritto.



### I temi difficili

Guerre, fame, perdite, trasferimenti forzati: non si propongono come tema. Se arrivano perché è la persona a portarli, si ascoltano con rispetto e non si indaga oltre quello che vuole raccontare.

# Sessione 1 · La musica della giovinezza

La musica apre la memoria più in fretta di qualsiasi domanda.

## PER INIZIARE

Metti una musica strumentale dolce, molto bassa, mentre il gruppo si sistema. Lascia sul tavolo un vecchio disco e qualcosa per farlo suonare. Chiedi che cosa fa venire in mente quel suono.

## DOMANDE PER CONVERSARE

- Che musica si sentiva a casa tua quando eri giovane?
- C'era qualcuno in famiglia che cantava o suonava uno strumento?
- Che musica si sentiva alle feste del paese o del quartiere?
- Dove ascoltavì la musica: alla radio, in piazza, a un ballo?
- Avevate un apparecchio per ascoltare la musica in casa? Com'era?
- Qual era la canzone che ti piaceva cantare e quale non sopportavi?
- C'è una canzone che ti fa venire in mente una persona in particolare?
- Hai mai cantato davanti alla gente? Raccontami com'è andata.
- Che cosa si cantava a casa tua per far addormentare i bambini?
- Che musica ti piace ancora oggi?

## CHE COSA PORTARE

- Un lettore con altoparlante e musica strumentale dell'epoca.
- Un disco, una cassetta o una vecchia custodia per dischi.
- Uno strumento semplice: tamburello, maracas, sonagli.
- Fogli grandi e un pennarello per annotare i titoli che vengono fuori.
- Foto di orchestre, bande del paese o sale da ballo.

## PER CHIUDERE

Scegliete insieme una canzone che conosca la maggior parte e cantatela senza fretta. Se nessuno se la sente, canticchiate la melodia o battete il ritmo con le mani.



### Consiglio per il coordinatore

Non serve cantare intonati né arrivare fino in fondo. Se qualcuno si commuove, lascialo fare: abbassa il volume, aspetta in silenzio e riprendi quando è pronto.

## DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 2 · Il cinema e la radio

Prima della televisione, lo spettacolo del sabato e la radio in cucina scandivano la settimana.

### PER INIZIARE

Porta una radio a pile e accendila qualche secondo in mezzo al cerchio. Cerca una stazione a caso, lasciala suonare e chiedi a che ora si ascoltava la radio a casa loro.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- C'era la radio a casa tua? In che stanza stava?
- Che cosa si ascoltava e in che ora del giorno?
- Chi decideva che cosa mettere?
- Raccontami della prima volta che sei andato al cinema.
- Con chi ci andavi e quanto costava il biglietto?
- Com'era la sala dentro?
- Che tipo di film ti piacevano di più?
- Quando è arrivata la televisione a casa tua? Chi la guardava?
- Ci si riuniva tra vicini per ascoltare o per guardare qualcosa?
- C'è stata una storia alla radio che ti è rimasta impressa?

### CHE COSA PORTARE

- Una radio a pile che funzioni.
- Vecchi biglietti del cinema o un'imitazione fatta a mano.
- Foto di sale cinematografiche e di vecchi apparecchi radio.
- Un foglio grande per costruire il palinsesto della giornata.
- Un pacchetto di caramelle di una volta, se l'équipe lo consente.

### PER CHIUDERE

Costruite insieme il palinsesto di una giornata ideale di radio: che cosa andrebbe la mattina, a mezzogiorno, il pomeriggio e la sera. Scrivetelo su un foglio grande e appendetelo.



#### Consiglio per il coordinatore

Se qualcuno comincia a imitare la voce di un annunciatore o a raccontare un film intero, lascialo continuare. Sono quei momenti che il gruppo ricorda dopo.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 3 · La cucina di casa

Gli odori riportano ricordi interi, con la casa e la gente dentro.

### PER INIZIARE

Porta cose da annusare: caffè macinato, cannella, erbe secche, buccia d'arancia. Passale di mano in mano e chiedi di dire la prima cosa che viene in mente.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Chi cucinava a casa tua?
- Com'era quella cucina? Che cosa c'era dentro?
- Che cosa si mangiava nei giorni feriali e che cosa la domenica?
- Qual era il tuo piatto preferito da bambino?
- C'era un piatto che non sopportavi?
- Dove si comprava da mangiare? Si usciva tutti i giorni?
- Si conservava il cibo per l'inverno? Come si faceva?
- Hai imparato a cucinare? Con chi?
- Che cosa si preparava quando arrivavano ospiti?
- C'è un odore che ti riporta dritto in quella cucina?

### CHE COSA PORTARE

- Barattoli con spezie, erbe e caffè da annusare.
- Un cucchiaino di legno, una grattugia e un vecchio macinino.
- Un grembiule e uno strofinaccio ricamato.
- Fogli grandi per scrivere la ricetta tutti insieme.
- Foto di cucine, mercati e negozi di alimentari d'epoca.

### PER CHIUDERE

Scegli una ricetta che diverse persone conoscano e scrivetela insieme, passo per passo, su un foglio grande. Che ognuno aggiunga la sua variante e firmi sotto.



#### Consiglio per il coordinatore

Non far assaggiare niente senza chiedere prima all'équipe sanitaria: ci sono allergie, diete e problemi di deglutizione. Annusare e toccare basta e avanza.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 4 · I balli e le feste

Tutti hanno avuto una pista da ballo, fosse anche il cortile di casa.

### PER INIZIARE

Metti una musica dal ritmo marcato molto bassa e batti il tempo con le mani. Quando il gruppo comincia ad accompagnare, chiedi dove si ballava quando erano giovani.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Dove si ballava nel tuo paese o nel tuo quartiere?
- Con chi andavi ai balli?
- Come ti preparavi per uscire?
- Chi invitava a ballare chi?
- Che cosa faceva chi non sapeva ballare?
- C'era musica dal vivo o con l'apparecchio?
- Fino a che ora ti lasciavano restare?
- Hai conosciuto qualcuno di importante a un ballo?
- Quale ballo ti riusciva meglio?
- Che cosa si mangiava e si beveva a quelle feste?

### CHE COSA PORTARE

- Lettore con musica strumentale dal ritmo chiaro.
- Fazzoletti colorati e un ventaglio.
- Una ghirlanda di carta per creare l'atmosfera.
- Foto di sale da ballo, sagre e feste all'aperto.
- Spazio libero in mezzo al cerchio.

### PER CHIUDERE

Fate un ballo da seduti: battere il ritmo con i piedi, muovere le spalle, passarsi un fazzoletto di mano in mano. Bastano due o tre minuti.



#### Consiglio per il coordinatore

Se qualcuno si alza a ballare, accompagnalo standogli vicino e controlla il pavimento e le scarpe. Nessuno deve alzarsi: da seduti si balla lo stesso.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 5 · La scuola

L'aula, il grembiule e il maestro sono ancora lì, intatti, settant'anni dopo.

### PER INIZIARE

Metti sul tavolo un quaderno a righe, una matita e una gomma. Chiedi che ognuno scriva il proprio nome come lo scriveva a scuola, con la stessa calligrafia.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Com'era la scuola in cui andavi?
- Come ci arrivavi?
- Che cosa ti mettevi per andare in classe?
- Che cosa portavi nella cartella o nella borsa?
- Com'era il tuo maestro o la tua maestra?
- Quale materia ti piaceva e quale ti costava fatica?
- Che cosa succedeva se qualcuno si comportava male?
- A che cosa giocavate durante la ricreazione?
- Fino a che età sei andato a scuola?
- Che cosa hai imparato lì che ti è servito per tutta la vita?

### CHE COSA PORTARE

- Quaderno a righe, matita e gomma.
- Una lavagna piccola e il gesso.
- Una vecchia carta geografica arrotolata e una riga di legno.
- Un campanello per segnare la ricreazione.
- Foto di aule e di classi scolastiche d'epoca.

### PER CHIUDERE

Scrivete insieme, sulla lavagna, le materie che c'erano a quell'epoca. Poi ognuno segna con una croce quella che gli piaceva di più.



#### Consiglio per il coordinatore

Non tutti sono andati a scuola né hanno potuto finirla, e qualcuno non legge né scrive. Chiedi sempre "com'era" prima di dare qualcosa per scontato.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 6 · I mestieri e il lavoro

Quasi tutti hanno una storia di lavoro che non gli ha mai chiesto nessuno.

### PER INIZIARE

Porta attrezzi da mano: un metro da falegname, un ditale, una chiave, delle forbici grandi. Falli girare nel cerchio e chiedi chi sa a che cosa serve ognuno.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Qual è stato il tuo primo lavoro?
- Quanti anni avevi quando hai iniziato?
- Chi ti ha insegnato il mestiere?
- Com'era una giornata normale di lavoro?
- Che attrezzi usavi?
- Con chi lavoravi? Siete diventati amici?
- Quanto guadagnavi e in che cosa se ne andavano i soldi?
- Qual era la cosa più difficile di quello che facevi?
- Di quale tuo lavoro ti senti orgoglioso?
- Quali mestieri di quell'epoca non esistono più?

### CHE COSA PORTARE

- Attrezzi da mano sicuri, senza lame né punte.
- Un grembiule da lavoro e dei guanti consumati.
- Un quadernetto dei conti e una matita da falegname.
- Monete e banconote antiche.
- Foto di officine, fabbriche e lavori di campagna.

### PER CHIUDERE

Fate insieme la lista dei mestieri che non si vedono più. Ogni persona spiega in una frase in che cosa consisteva quello che ha scelto.



#### Consiglio per il coordinatore

Il lavoro di molte donne è stato in casa o senza stipendio. Chiamalo lavoro e chiedi con lo stesso dettaglio: crescere i figli, cucire, accudire e assistere è anche quello un mestiere.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 7 · Il quartiere e i vicini

La strada dell'infanzia si percorre a memoria, angolo per angolo.

### PER INIZIARE

Metti un foglio bello grande in mezzo al tavolo e disegna una strada con due angoli. Chiedi che dicano che cosa c'era in ognuno e annotalo lì per lì.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Com'era la strada dove hai vissuto da bambino?
- Che negozi c'erano vicino a casa tua?
- Chi era il vicino che conoscevano tutti?
- Ci si prestavano le cose tra vicini?
- Dove si ritrovava la gente a chiacchierare?
- Che rumori si sentivano da casa tua?
- Passava qualcuno a vendere per strada? Che cosa gridava?
- Com'era casa tua dentro?
- Si lasciava la porta aperta?
- Che cosa è cambiato di più in quel quartiere?

### CHE COSA PORTARE

- Carta grande, pennarelli grossi e nastro di carta.
- Una riga lunga per tracciare le strade.
- Foto antiche di strade, piazze e negozi.
- Un campanello o una trombetta di quelli che usavano i venditori ambulanti.
- Un cartello bianco per dare un nome alla strada.

### PER CHIUDERE

Finite la mappa del quartiere con tutti i negozi che sono stati nominati. Date un nome alla strada tutti insieme e appendi la mappa in sala.



#### Consiglio per il coordinatore

Se qualcuno ha vissuto in campagna, chiedigli della strada, della scuola di campagna e del paese più vicino. La mappa si fa lo stesso, cambiano solo le distanze.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 8 · I viaggi e le vacanze

Basta una giornata in campagna o un viaggio in treno perché torni l'estate intera.

### PER INIZIARE

Porta una valigia piccola chiusa e aprila davanti al gruppo. Dentro metti un cappello, degli occhiali da sole, un asciugamano e una cartina. Tira fuori le cose una per una, senza parlare.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Nella tua famiglia si andava in vacanza? Dove?
- Come viaggiavate?
- Che cosa portavate nel bagaglio?
- Chi preparava tutto prima di partire?
- Dove alloggiavate?
- Che cosa facevate durante il giorno?
- Qual è stato il viaggio più lungo che hai fatto?
- C'è stato un viaggio andato male?
- Quale posto ti piacerebbe rivedere?
- Se potessi partire domani, dove andresti?

### CHE COSA PORTARE

- Una valigetta di quelle di una volta.
- Cappello, occhiali da sole e un asciugamano.
- Una cartina pieghevole grande.
- Cartoline usate e una vecchia macchina fotografica.
- Fogli per annotare la valigia ideale del gruppo.

### PER CHIUDERE

Preparate insieme la valigia ideale: ogni persona sceglie una cosa che non può mancare e racconta perché. Annota la lista completa e leggila ad alta voce alla fine.



#### Consiglio per il coordinatore

C'è gente che non è mai andata in vacanza. Allarga la domanda: una gita, una giornata in campagna o una visita a un parente lontano contano anche loro come viaggio.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 9 · I vestiti e la moda

Il vestito buono si teneva da parte tutto l'anno per metterlo un giorno solo.

### PER INIZIARE

Porta una scatola con tessuti diversi: lana, seta, cotone, pizzo, velluto. Falli passare perché li tocchino a occhi chiusi prima di cominciare a chiedere.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Come ti vestivi tutti i giorni?
- Che cosa ti mettevi per le occasioni importanti?
- Chi faceva o aggiustava i vestiti a casa tua?
- Dove si compravano i vestiti?
- Portavi il cappello, il foulard o i guanti?
- Che pettinatura si usava quando eri giovane?
- C'è stata una moda che ai tuoi genitori non piaceva?
- Qual è stato il capo che hai desiderato di più?
- I vestiti passavano da un fratello all'altro?
- Che cosa si faceva con i vestiti rotti?

### CHE COSA PORTARE

- Ritagli di tessuti molto diversi al tatto.
- Una scatola da cucito con bottoni, rocchetti e nastri.
- Un cappello, un foulard di seta e un paio di guanti.
- Uno specchietto a mano.
- Foto di gente in ghingheri per un'occasione speciale.

### PER CHIUDERE

Fai girare la scatola dei bottoni e che ognuno scelga quello che gli piace di più. Poi racconta su quale capo lo metterebbe e perché ha scelto proprio quello.



#### Consiglio per il coordinatore

Questa sessione si presta a ridere. Chiedi delle mode che oggi sembrano strane e lascia che si prendano in giro da soli: anche la risata è lavoro del gruppo.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

# Sessione 10 · I giochi dell'infanzia

Si giocava per strada, con poco e finché non faceva buio.

## PER INIZIARE

Metti sul tavolo una pallina, delle biglie, una corda e un mazzo di carte. Chiedi con quale di quelle cose giocavano loro e lascia che le maneggino.

## DOMANDE PER CONVERSARE

- A che cosa giocavi quando eri bambino?
- Dove giocavate: per strada, in cortile, in campagna?
- Con chi giocavi?
- I giocattoli si compravano o si facevano in casa?
- Qual è stato il giocattolo che hai desiderato di più?
- C'erano giochi da maschi e giochi da femmine?
- A che cosa si giocava in casa nei giorni di pioggia?
- Ti sei mai fatto male giocando?
- Come facevate a capire che era ora di tornare a casa?
- Che gioco insegneresti oggi a un bambino?

## CHE COSA PORTARE

- Biglie, una palla morbida e una corda.
- Carte e un gioco da tavolo semplice.
- Carta per fare una barchetta o un aeroplanino.
- Gesso per disegnare per terra, se si può uscire.
- Una trottola, una girandola o un giocattolo di legno.

## PER CHIUDERE

Scegliete un gioco che si possa fare da seduti e fate un giro corto: passarsi la palla, indovinare, una mano di carte. Cinque minuti bastano.



### Consiglio per il coordinatore

Se qualcuno sa fare un giocattolo di carta, chiedigli di insegnarlo lui. Che una persona anziana insegni qualcosa al gruppo vale più di qualsiasi attività porti tu.

## DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

# Sessione 11 · I primi elettrodomestici

C'è stato un giorno in cui è entrato in casa il primo frigorifero, e nessuno l'ha dimenticato.

## PER INIZIARE

Porta un oggetto della casa di una volta: un ferro da stiro pesante, un macinino a mano, una frusta. Chiedi che lo sollevino e che raccontino quanta fatica costava usarlo.

## DOMANDE PER CONVERSARE

- Come si lavavano i panni a casa tua?
- Come si conservava il cibo prima del frigorifero?
- Come si stirava?
- Qual è stato il primo apparecchio elettrico entrato in casa tua?
- Chi l'ha scelto e come l'avete pagato?
- Che cosa dicevano i vicini quando arrivava qualcosa di nuovo?
- C'era la luce elettrica nella casa dove sei cresciuto?
- Con che cosa si scaldava la casa d'inverno?
- Quale lavoro di casa ti portava via più tempo?
- Quale apparecchio di oggi ti sembra il più utile di tutti?

## CHE COSA PORTARE

- Un vecchio ferro da stiro, freddo e ben pulito.
- Un macinino o una frusta a mano.
- Un'asse per lavare e un panetto di sapone.
- Una candela e una lanterna.
- Foto di cucine, lavanderie e pubblicità d'epoca.

## PER CHIUDERE

Fate insieme una lista dei lavori di casa di una volta, con quanto tempo portava via ognuno. Confrontate quei tempi con quelli di oggi.



### Consiglio per il coordinatore

Gli oggetti pesanti si passano uno alla volta e con te accanto. Se c'è il rischio che cadano su un piede, mostrali in mano e non farli girare.

## DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 12 · Le lettere e il telefono

Bisognava aspettare giorni una risposta, e quell'attesa faceva parte della storia.

### PER INIZIARE

Porta una busta chiusa con dentro una lettera scritta a mano. Aprila piano davanti al gruppo, tira fuori il foglio e leggi ad alta voce soltanto il saluto iniziale.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Scrivevi lettere? A chi?
- Chi scriveva a te?
- Quanto ci metteva ad arrivare una lettera?
- C'era il telefono a casa tua o nel quartiere?
- Come si faceva per chiamare qualcuno che stava lontano?
- Che notizia importante hai ricevuto per lettera o per telefono?
- Hai conservato qualche lettera?
- Mandavi cartoline quando partivi per un viaggio?
- Com'erano le lettere d'amore a quell'epoca?
- Che cosa ne pensi del modo in cui comunichiamo adesso?

### CHE COSA PORTARE

- Carta da lettere, buste e francobolli.
- Una penna stilografica e una carta assorbente.
- Un vecchio telefono a disco.
- Cartoline usate e una lente d'ingrandimento.
- Una bella scatola per conservare le lettere del gruppo.

### PER CHIUDERE

Ognuno scrive qualche riga a chi vuole. Possono spedirle davvero o conservarle nella scatola del gruppo per leggerle più avanti.



#### Consiglio per il coordinatore

Se qualcuno fatica a scrivere, scrivi tu quello che ti detta, parola per parola e senza aggiustare niente. Poi rileggiglielo perché lo approvi.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

# Sessione 13 · I mezzi di trasporto

Il primo viaggio in treno o la prima auto di famiglia sono ricordi con una data.

## PER INIZIARE

Metti sul tavolo un vecchio biglietto, una chiave della macchina e una trombetta da bicicletta. Suona la trombetta una volta sola e chiedi come si spostavano loro da giovani.

## DOMANDE PER CONVERSARE

- Come ti spostavi quando eri bambino?
- Hai imparato ad andare in bicicletta? Chi te l'ha insegnato?
- C'era l'automobile in famiglia? Com'era?
- Chi guidava a casa tua?
- Com'era viaggiare in treno o in autobus?
- Quanto ci si metteva ad arrivare al paese più vicino?
- Si viaggiava con gli animali o con il carro?
- Qual è stato il primo viaggio che hai fatto da solo?
- Sei arrivato a guidare? Come hai imparato?
- Che cosa aveva di bello viaggiare piano?

## CHE COSA PORTARE

- Vecchi biglietti del treno o dell'autobus.
- Una chiave della macchina e una trombetta da bicicletta.
- Una carta stradale bella grande.
- Foto di treni, automobili e carri d'epoca.
- Un foglio per mettere in fila i trasporti dal più vecchio al più nuovo.

## PER CHIUDERE

Fate insieme la lista di tutti i mezzi di trasporto che hanno usato almeno una volta e metteteli in fila dal più antico al più nuovo.



### Consiglio per il coordinatore

Questa sessione porta spesso lunghe storie di viaggi. Se il tempo stringe, interrompi il giro e lascia metà delle domande per un secondo incontro.

## DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 14 · Le feste di fine anno

La tavola lunga, la gente che arrivava da lontano e l'attesa dei bambini.

### PER INIZIARE

Porta gli addobbi: una ghirlanda, una candela, una tovaglia ricamata, delle belle stoviglie. Apparecchia la tavola davanti al gruppo mentre chiedi chi la apparecchiava a casa loro.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- Come si festeggiava la fine dell'anno a casa tua?
- Chi veniva a mangiare?
- Chi cucinava e chi apparecchiava?
- Che cosa si mangiava in quel giorno e in nessun altro?
- Si facevano i regali? Com'erano?
- Come si addobbava la casa?
- C'era qualche usanza tutta vostra in famiglia?
- Fino a che ora restavate svegli?
- Che cosa si chiedeva per l'anno che arrivava?
- Quale festa ti è rimasta nel cuore per sempre?

### CHE COSA PORTARE

- Ghirlande, una candela e le lucine.
- Una tovaglia ricamata e il servizio buono.
- Carta da regalo, nastro e forbici senza punta.
- Bigliettini colorati per scrivere i desideri.
- Musica strumentale di festa, dolce.

### PER CHIUDERE

Ognuno scrive o detta un desiderio per l'anno che viene. Fate una ghirlanda con i bigliettini e appendetela in sala, dove la vedano tutti.



#### Consiglio per il coordinatore

Le feste portano anche le assenze. Se qualcuno si rattrista, nomina quella persona con rispetto, lascia un silenzio e riprendi senza fretta quando il gruppo è pronto.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

## Sessione 15 · Gli animali e l'orto

La terra, gli animali di casa e quello che si raccoglieva per mangiare.

### PER INIZIARE

Porta della terra in un piatto fondo, dei semi e un vaso piccolo. Chiedi che tocchino la terra con le mani e che annusino i semi prima di partire con le domande.

### DOMANDE PER CONVERSARE

- C'erano animali a casa tua? Quali?
- Hai avuto un animale preferito? Come si chiamava?
- Chi si occupava di dargli da mangiare?
- Si coltivava qualcosa a casa tua?
- Che cosa si piantava e in che periodo dell'anno?
- Chi lavorava la terra?
- Che cosa si faceva con quello che avanzava del raccolto?
- C'era qualche pianta curativa a casa tua?
- Come si capiva che stava per piovere?
- Che cosa ti piacerebbe tornare a piantare?

### CHE COSA PORTARE

- Terra, semi e un vaso con il nome del gruppo.
- Un annaffiatoio piccolo e un paio di guanti da giardino.
- Rametti e foglie di piante aromatiche da annusare.
- Foto di campagna, di orti e di animali da fattoria.
- Un cartellino da mettere nel vaso.

### PER CHIUDERE

Piantate un seme tutti insieme nel vaso. Dategli il nome del gruppo e lasciatelo in sala per annaffiarlo ogni settimana e vedere come cresce.



#### Consiglio per il coordinatore

Se c'è un cortile o un giardino, fai questa sessione all'aperto. Il ricordo affiora meglio con il sole addosso e il rumore della strada lontano.

### DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

# Sessione 16 · Il matrimonio e la famiglia

Le foto di matrimonio raccontano una storia che quasi mai è stata raccontata fino in fondo.

## PER INIZIARE

Chiedi alle famiglie con una settimana di anticipo una foto di matrimonio o una vecchia foto di famiglia. Mettile tutte insieme sul tavolo, rivolte verso l'alto.

## DOMANDE PER CONVERSARE

- Come si sono conosciuti i due di questa foto?
- Com'erano i fidanzamenti a quell'epoca?
- Chi doveva dare il permesso?
- Com'è andato il giorno del matrimonio?
- Come vi siete vestiti quel giorno?
- Chi c'era e chi è mancato?
- Dove avete vissuto all'inizio?
- Com'era la tua famiglia quando eri bambino?
- Quale usanza di casa tua conservi ancora oggi?
- Che consiglio daresti a qualcuno che sta per sposarsi?

## CHE COSA PORTARE

- Le foto mandate dalle famiglie, ben protette.
- Un album vuoto e una matita morbida per scrivere sul retro.
- Un mazzo di fiori e un fazzoletto bianco.
- Una lente d'ingrandimento per guardare i dettagli delle foto.
- Fogli per annotare i nomi che vengono fuori.

## PER CHIUDERE

Ognuno presenta la sua foto: chi c'è, dove e quando. Annota i nomi sul retro a matita, così quell'informazione non si perde mai più.



### Consiglio per il coordinatore

Non tutti si sono sposati né hanno avuto figli. Chiedi della famiglia in senso ampio: fratelli, amici, vicini, chi li ha cresciuti. Sono tutte famiglie anche quelle.

## DA ANNOTARE DOPO L'INCONTRO

| Chi | Che cosa ha raccontato e conviene riprendere la prossima volta |
|-----|----------------------------------------------------------------|
|     |                                                                |
|     |                                                                |
|     |                                                                |

# Per il coordinatore: appunti e registro

Quello che esce dal baule serve per le prossime sessioni e per tutta l'équipe.

## COME PRENDERE APPUNTI SENZA INTERROMPERE LA CHIACCHIERATA

- Scrivi parole sciolte durante l'incontro, mai frasi lunghe: un nome, un luogo, un mestiere.
- Lascia cinque minuti alla fine, ormai senza il gruppo, per completare quello che hai annotato.
- Avvisa all'inizio che prendi appunti e a che cosa servono: nessuno deve sentirsi studiato.
- Annota anche quello che non ha funzionato: una domanda caduta male, un oggetto che non ha interessato.
- Passa all'équipe solo quello che è utile per l'assistenza, e conserva con discrezione quello che è intimo.

## CHE COSA GUARDARE IN OGNI PERSONA

- Quali temi la accendono e quali la spengono.
- Come partecipa: parlando, ascoltando, toccando gli oggetti, cantando.
- Per quanto tempo resta attenta prima di stancarsi.
- Quale oggetto o spunto ha funzionato meglio con lei.

| Nome | Temi che la accendono | Temi da evitare | Come partecipa | Note |
|------|-----------------------|-----------------|----------------|------|
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |
|      |                       |                 |                |      |



### Conserva quello che viene fuori

Liste, ricette, mappe e desideri: raccogliete tutto in una cartella del gruppo. Dopo un anno, quella cartella è il regalo più bello per le famiglie e la prova migliore del lavoro fatto.