

Attività

I «Caffè narrativi» nei Centri diurni: quando le storie uniscono le persone

Raccontare e ascoltare: due attività semplici, ma capaci di creare legami profondi. È proprio da questa consapevolezza che nasce l'iniziativa dei Caffè narrativi, promossa nei Centri diurni (CDSA) del Cantone. Un progetto che mette in primo piano la forza delle parole condivise e che testimonia, ancora una volta, la buona collaborazione fra Enti che gestiscono i vari CDSA e che hanno aderito al progetto, con il sostegno dell'Ufficio del medico cantonale nell'ambito del Programma d'azione «Promozione della salute» 2025–2028, in collaborazione con Promozione Salute Svizzera.

Ma che cos'è, in concreto, un caffè narrativo? È uno spazio accogliente dove un gruppo di persone, che spesso non si conoscono, si ritrova attorno a un tavolo per raccontarsi aneddoti ed esperienze legate a un tema comune. Non ci sono microfoni, palchi o giudizi: solo ascolto, rispetto e curiosità. Il ruolo centrale della persona che fa da moderatore è far sì che le storie vengano raccontate in maniera naturale e lo spazio possa riempirsi di emozioni, sorrisi, ricordi e nuovi punti di vista o opinioni diverse.

Molti partecipanti raccontano di aver scoperto affinità inattese e nuove prospettive grazie a questi incontri, ma anche di aver legato amicizie che poi sono continuate al di fuori di questo contesto. Durante i Caffè narrativi non occorre essere bravi narratori: chi desidera può semplicemente ascoltare. I Centri diurni, da sempre impegnati nel promuovere benessere e socializzazione tra le persone anziane,

anche con moderato bisogno di assistenza, hanno colto con entusiasmo questa proposta. I Caffè narrativi si inseriscono perfettamente nella loro missione di favorire la partecipazione, il dialogo e l'inclusione sociale, offrendo momenti di scambio che nutrono non solo la mente, ma anche il cuore.

Il nuovo ciclo di incontri intitolato «Il filo che ci unisce» ha in programma ancora tre appuntamenti aperti a tutta la comunità, ciascuno ospitato da un Centro diurno diverso. Qui di seguito quelli ancora in programma nel 2025.

► Venerdì 14 novembre ore 13.30–15.00 presso il Centro diurno GenerazionePiù – anziani OCST, a Lugano, sul tema «I luoghi del cuore».

► Venerdì 21 novembre ore 14.00–15.30 al CDSA «La Sosta» Pro Senectute a Massagno, con il tema «A tavola insieme».

► Lunedì 1. dicembre ore 14.30–16.00 al Centro diurno Casa Andreina Unitas a Lugano, dedicato a «Momenti che ci uniscono».

Ed è proprio presso il nostro centro

diurno Casa Andreina che si terrà un corso introduttivo per la moderazione di Caffè narrativi. L'appuntamento è per lunedì 15 dicembre dalle 14.00 alle 16.00. Per questo corso è richiesta l'iscrizione scrivendo a info@caffenarrativi.ch. La partecipazione è gratuita.

Questa iniziativa rappresenta un esempio di sinergia tra diversi enti attivi in ambito sociale sul nostro territorio, dove la collaborazione diventa valore condiviso e la narrazione un mezzo per promuovere salute e coesione. Ogni racconto è un tassello di umanità che ci ricorda quanto, nonostante le differenze, siamo tutti parte della stessa trama.

Perché in fondo, come amano dire i partecipanti ai Caffè narrativi, «le storie non solo si raccontano: si intrecciano e ci tengono uniti».■

Info

www.caffenarrativi.ch

