La scatola dei ricordi

Programma

Comune di Ussana

Mi Innamoravo di Tutto

MODULO 1 - ACCOGLIENZA, CONOSCENZA E SCOPERTA DI SÉ

INCONTRO 1 - ACCOGLIENZA: IL PATTO DI GRUPPO

- **Obiettivo:** creare un clima di fiducia, ascolto e accoglienza, favorendo un senso di sicurezza e appartenenza al gruppo.
- **Attività:** introduzione della metafora della scatola, elemento simbolico che accompagnerà l'intero percorso. A ogni partecipante verrà consegnata una scatola semplice, ancora da personalizzare. Attraverso colori, disegni, parole e segni personali, ciascuno potrà iniziare a renderla unica e riconoscibile. La scatola diventerà uno spazio personale, un contenitore simbolico di esperienze, emozioni, ricordi e frammenti della propria storia.

INCONTRO 2 - IO, OGGI: RACCONTARSI ATTRAVERSO I MATERIALI

- **Obiettivo**: esplorare la propria identità nel qui e ora, riconoscendo elementi, sensazioni e caratteristiche che ci rappresentano.
- **Attività:** attraverso stimoli tattili e visivi, verrà proposto un primo contatto con materiali differenti, tessili e non, caratterizzati da colori, consistenze e forme diverse. Ogni partecipante sarà invitato a scegliere liberamente ciò che sente più vicino a sé o che, in qualche modo, lo rappresenta.

MODULO 2 - I SENSI COME PORTE DI ACCESSO ALLA MEMORIA

INCONTRO 3 - OLFATTO: I PROFUMI DI UNA VITA

- **Stimolo:** un viaggio attraverso gli odori e le fragranze capaci di evocare ricordi ed emozioni. Aromi familiari come il caffè, la lavanda, il sapone di Marsiglia, il rosmarino o il profumo della terra umida.
- **Pratica:** ogni partecipante potrà scegliere le fragranze che suscitano sensazioni, ricordi o associazioni personali e realizzare un piccolo sacchetto dei profumi. Un oggetto da custodire nella propria scatola, come traccia sensoriale di un'esperienza vissuta.



INCONTRO 4 -UDITO: SUONI, MUSICHE E RUMORI DELLA MEMORIA

- **Stimolo:** un viaggio attraverso gli odori e le fragranze capaci di evocare ricordi ed emozioni. Aromi familiari come il caffè, la lavanda, il sapone di Marsiglia, il rosmarino o il profumo della terra umida.
- **Pratica:** ogni partecipante potrà scegliere le fragranze che suscitano sensazioni, ricordi o associazioni personali e realizzare un piccolo sacchetto dei profumi. Un oggetto da custodire nella propria scatola, come traccia sensoriale di un'esperienza vissuta.

INCONTRO 5 - TATTO: GLI OGGETTI CHE RACCONTANO

- **Stimolo:** esplorazione tattile di oggetti di uso quotidiano, legati al lavoro, alla casa o particolarmente significativi sul piano personale. Bottoni, monete, sassolini, sabbia, francobolli e altri piccoli oggetti saranno proposti come possibili attivatori di ricordi e associazioni.
- **Pratica:** attraverso l'utilizzo dell'argilla o di altri materiali modellabili, ogni partecipante potrà riprodurre un oggetto significativo, familiare o particolarmente vicino alla propria storia. La forma prenderà corpo attraverso il contatto diretto con la materia, trasformando un ricordo in un'esperienza concreta e tangibile.

INCONTRO 6 - VISTA: IMMAGINI, FRAMMENTI E STORIE

- **Stimolo:** esplorazione di fotografie, cartoline, immagini e ritagli di giornale. Un insieme di stimoli visivi capaci di richiamare luoghi, persone, momenti e suggestioni.
- **Pratica:** ogni partecipante potrà scegliere una o più immagini e utilizzarle per realizzare un collage personale, attraverso ritagli, sovrapposizioni e composizioni libere. In alternativa, potrà scegliere una sola immagine e accompagnarla con parole, pensieri o brevi annotazioni.

MODULO 3 - INTEGRAZIONE, RIELABORAZIONE E RESTITUZIONE

INCONTRO 7 - LA MIA SCATOLA: DARE ORDINE ALLA PROPRIA STORIA

- **Obiettivo**: ripercorrere l'esperienza vissuta e riorganizzare i materiali raccolti, riconoscendo il significato personale attribuito a ciascuno di essi.
- **Attività:** ogni partecipante sarà invitato a riaprire la propria scatola e a osservare quanto realizzato durante gli incontri. Sarà un momento dedicato alla rilettura del percorso: scegliere cosa conservare, cosa modificare, cosa aggiungere e cosa eventualmente lasciare andare.

INCONTRO 8 - CONDIVIDERE: LA STORIA DENTRO LA SCATOLA

- **Obiettivo:** valorizzare il percorso individuale e collettivo, riconoscendo il significato dell'esperienza e favorendo la condivisione delle emozioni e delle scoperte emerse.
- **Attività:** incontro conclusivo dedicato alla restituzione. Ogni partecipante, secondo i propri tempi e la propria disponibilità, potrà presentare la propria scatola, raccontare alcuni degli oggetti scelti, condividere emozioni, sensazioni e ricordi emersi durante il percorso.

- **Dai 18 ai 99+**
- Il martedì
- 9:30-11:30
- Ludoteca Comunale, Piazza Mercato 2, Ussana
- Per info e iscrizioni: info.minnamoravo@gmail.com