



IO1 · ERASMUS+



WIDEN INTERACTIONS FOR INNOVATIVE INCLUSION

Guida al legame intergenerazionale per un'educazione inclusiva

Tredici attività concrete per avvicinare giovani e anziani

Progetto n. 2024-1-FR-KA220-SCH-000243585

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Una guida costruita da sei paesi

La Guida IO1 è stata elaborata nell'ambito del progetto WIFII, Widen Interactions for Innovative Inclusion. Costituisce uno dei principali risultati del progetto e intende offrire uno strumento strutturato, pratico e trasferibile per promuovere le relazioni intergenerazionali tra giovani e persone anziane.

Questa guida è il frutto di un lavoro collettivo e collaborativo che ha coinvolto organizzazioni partner, insegnanti e studenti dei paesi partecipanti: Francia, Italia, Spagna, Turchia, Islanda e Grecia. Rispecchia l'impegno comune, le esperienze e i contributi di tutti i partner coinvolti nel progetto, riunendo prospettive e pratiche diverse nel campo dell'educazione inclusiva e dell'apprendimento intergenerazionale.

La guida risponde all'esigenza di rafforzare l'inclusione, la diversità e il benessere negli ambienti educativi e sociali, favorendo interazioni significative tra le generazioni. Propone una raccolta completa di attività, metodologie e raccomandazioni elaborate insieme da studenti ed educatori dei paesi partner, con l'obiettivo di promuovere la comprensione reciproca, lo scambio di conoscenze e la coesione sociale.

REALIZZATA CONGIUNTAMENTE DALLE ORGANIZZAZIONI PARTNER

ASS Tourquenoise de Gestion — Francia

I.E.S. Alhaken II — Spagna

Mykonos International Initiative — Grecia

Liceo Cannizzaro — Italia

Gaziantep Anadolu Lisesi — Turchia

Fjölbrautaskóli Vesturlands — Islanda

Finalità e obiettivi

Lo scopo principale di questa guida è sostenere scuole, istituzioni e comunità nell'avviare pratiche intergenerazionali durature. Intende creare occasioni di dialogo e di collaborazione tra giovani e anziani, affrontando al tempo stesso problematiche come l'isolamento sociale, la mancanza di comunicazione tra le generazioni e il bisogno di ambienti inclusivi.

Più nello specifico, la guida si propone di promuovere l'inclusione e la diversità, rafforzare le competenze sociali ed emotive degli studenti, favorire il benessere cognitivo ed emotivo dei partecipanti anziani e fornire strumenti pratici per realizzare attività intergenerazionali in contesti diversi.

Perché i legami intergenerazionali sono importanti

L'interazione intergenerazionale svolge un ruolo importante nella costruzione di società inclusive. Ai giovani offre l'occasione di sviluppare empatia, capacità comunicative e consapevolezza delle prospettive storiche e culturali. Per le persone anziane contribuisce a ridurre la solitudine, a mantenere attive le capacità cognitive e a rafforzare il senso del proprio valore e dell'appartenenza alla società.

Su un piano più ampio, le iniziative intergenerazionali contribuiscono alla coesione sociale colmando il divario tra le generazioni, promuovendo la solidarietà e favorendo la trasmissione di saperi, valori e patrimonio culturale.

Come sono nate le attività

Le attività intergenerazionali presentate in questa guida sono il risultato di un processo collaborativo e partecipativo portato avanti dagli studenti dei paesi partner nell'ambito del progetto WIFII. Sono state raccolte ed elaborate grazie a una piattaforma digitale condivisa, Padlet, che è servita da spazio per generare idee, scambiare pratiche e costruire insieme i contenuti.

Gli studenti sono stati invitati a riflettere su come instaurare e mantenere nel tempo interazioni significative tra giovani e persone anziane. Nel corso di questo processo hanno proposto un'ampia gamma di attività, basate sulle proprie esperienze, sui propri contesti culturali e sulla propria percezione dell'inclusione e delle relazioni intergenerazionali. I contributi sono stati poi esaminati, raggruppati e organizzati in un insieme coerente di proposte, che costituisce la base di questa guida.

Tra queste figurano attività creative e artistiche, esercizi cognitivi e di memoria, iniziative di inclusione digitale, scambi sociali e culturali, oltre a pratiche fisiche e orientate al benessere. Questa varietà consente di adattare la guida a contesti istituzionali e a profili di partecipanti diversi.

Un approccio fondato sulla reciprocità

Gli studenti hanno anche riconosciuto l'importanza della musica, della narrazione e dello scambio culturale come potenti strumenti di comunicazione tra le generazioni. Sono state proposte attività all'aperto ed esercizi fisici leggeri per sostenere il benessere, mentre i pasti condivisi e i laboratori di cucina sono stati visti come occasioni per trasmettere il patrimonio culturale e favorire un'interazione informale.

È importante sottolineare che i contributi non si sono concentrati soltanto sulle attività condotte dagli studenti. Hanno messo in luce anche il ruolo attivo che i partecipanti anziani possono svolgere nello scambio intergenerazionale. Gli anziani sono stati riconosciuti come protagonisti fondamentali, grazie alla condivisione delle loro esperienze di vita, delle loro conoscenze culturali, dei loro saperi tradizionali e dei loro consigli personali.

Inoltre, gli studenti hanno evidenziato il valore delle attività che favoriscono un'interazione a lungo termine, come gli scambi di lettere, i circoli di lettura intergenerazionali e i progetti collaborativi sulla memoria. Queste iniziative contribuiscono a costruire relazioni durature e a garantire una continuità che vada oltre i singoli eventi.

PRINCIPI CHIAVE

Le attività proposte in questa guida si fondano su alcuni principi chiave che ne garantiscono l'efficacia e il carattere inclusivo: il rispetto delle capacità e dei bisogni dei partecipanti, l'accessibilità delle attività, l'incoraggiamento alla partecipazione attiva e la promozione di uno scambio reciproco anziché di un apprendimento a senso unico. Le attività dovrebbero essere adattabili, inclusive e pensate per creare un ambiente sicuro e accogliente per tutti i partecipanti. Per ogni attività sono indicati obiettivi chiari, i materiali necessari e lo svolgimento passo dopo passo.

Laboratori creativi (arte e manualità)

45–60 min

OBIETTIVO

Stimolare la creatività, favorire l'espressione di sé e creare un clima disteso che faciliti l'interazione.

MATERIALI

Carta, matite, tempere, pennelli, pennarelli colorati, forbici, colla, semplici materiali per lavori manuali (cartone, stoffa, elementi decorativi).

CONSIGLI

Proporre compiti semplici che non richiedano grande precisione nella motricità fine. Assicurarsi che i materiali siano accessibili e sicuri.

SVOLGIMENTO

1. I partecipanti prendono posto in piccoli gruppi misti di studenti e anziani.
2. Il facilitatore propone un semplice compito creativo, come disegnare un ricordo, dipingere un tema comune (ad es. «la mia infanzia» o «un luogo felice») o realizzare biglietti d'auguri.
3. Si fa una breve dimostrazione dell'attività, verificando che le istruzioni siano chiare; i partecipanti lavorano poi al proprio ritmo.
4. Gli studenti aiutano gli anziani quando serve, ma evitano di sostituirsi a loro nel lavoro.
5. Al termine della sessione, i partecipanti presentano le proprie creazioni e ne spiegano il significato.

Giochi da tavolo e attività cognitive

30–45 min

OBIETTIVO

Stimolare la memoria, la concentrazione e l'interazione sociale.

MATERIALI

Giochi da tavolo (scacchi, domino, dama, Uno), carte da gioco, puzzle, quiz o cruciverba stampati.

CONSIGLI

Evitare regole troppo complesse.
Incoraggiare la conversazione durante il gioco per favorire l'interazione.

SVOLGIMENTO

1. I partecipanti vengono suddivisi in piccoli gruppi misti.
2. Il facilitatore presenta il gioco e ne spiega le regole lentamente e con chiarezza.
3. Le squadre riuniscono studenti e anziani, per favorire la cooperazione più che la competizione.
4. I giochi vengono scelti perché semplici e conosciuti; le sessioni si svolgono in un clima disteso.
5. I facilitatori tengono d'occhio il livello di coinvolgimento e di stanchezza dei partecipanti.

Laboratori digitali (supporto tecnologico)

45–60 min

OBIETTIVO

Promuovere l'inclusione digitale e mettere gli anziani in condizione di usare la tecnologia in autonomia.

MATERIALI

Smartphone, tablet o computer portatili; connessione a Internet.

CONSIGLI

Usare un linguaggio semplice, ripetere le istruzioni con pazienza e lasciare il tempo di esercitarsi. Evitare di sovraccaricare i partecipanti con troppi compiti.

SVOLGIMENTO

1. Ogni studente viene abbinato a un anziano.
2. All'inizio della sessione si chiede agli anziani quali siano le loro esigenze specifiche (inviare messaggi, fare videochiamate, usare applicazioni).
3. Gli studenti mostrano ogni passaggio lentamente e con chiarezza, lasciando che siano gli anziani a ripetere da soli la procedura.
4. Le attività possono comprendere la scrittura di un'e-mail, l'invio di foto, l'uso di app di messaggistica o la scoperta dei social media.
5. Nelle sessioni più avanzate si possono affrontare la sicurezza online e il riconoscimento dei siti web affidabili.

Sessioni di musica e canto

30–45 min

OBIETTIVO

Stimolare la memoria, creare legami emotivi e favorire la coesione del gruppo.

MATERIALI

Dispositivo audio, playlist di canzoni di generazioni diverse, testi delle canzoni stampati (a caratteri grandi).

CONSIGLI

Mantenere un volume moderato ed evitare una stimolazione eccessiva. Incoraggiare la partecipazione senza mettere pressione.

SVOLGIMENTO

1. Il facilitatore prepara una playlist che alterna canzoni familiari agli anziani e canzoni conosciute dagli studenti.
2. I partecipanti ascoltano insieme e sono invitati a cantare.
3. Gli studenti possono presentare canzoni attuali e spiegarne il significato.
4. Segue una discussione in cui i partecipanti condividono i ricordi legati a determinate canzoni.
5. Si possono proporre semplici passi di danza o balli da seduti, adattati alle capacità fisiche.

Attività fisiche e all'aperto

30–45 min

OBIETTIVO

Promuovere il benessere fisico e l'interazione sociale informale.

MATERIALI

Uno spazio comodo per camminare (parco, giardino), acqua, abbigliamento adeguato.

CONSIGLI

Garantire la sicurezza, tenere sotto controllo le condizioni fisiche dei partecipanti e adattare il ritmo di conseguenza.

SVOLGIMENTO

1. I partecipanti svolgono attività fisiche leggere, come una passeggiata in un parco o in un giardino.
2. Gli studenti accompagnano gli anziani in coppia o in piccoli gruppi; durante la passeggiata si incoraggia la conversazione.
3. Facoltativo: osservazione della natura (riconoscere piante o uccelli) o semplici esercizi di gruppo come lo stretching o uno yoga dolce.

Laboratori di cucina

60–90 min

OBIETTIVO

Favorire lo scambio culturale e la condivisione delle tradizioni.

MATERIALI

Attrezzatura da cucina di base, ingredienti per ricette semplici.

CONSIGLI

Scegliere ricette semplici e sicure.
Garantire in ogni momento l'igiene e la supervisione.

SVOLGIMENTO

1. Gli anziani sono invitati a condividere ricette tradizionali, mentre gli studenti aiutano nella preparazione.
2. I compiti vengono distribuiti in base alle capacità dei partecipanti.
3. L'attività comprende la preparazione, la cottura e la degustazione.
4. Durante la sessione, i partecipanti parlano dell'origine delle ricette e di ciò che rappresentano per ciascuno di loro.

Sessioni di lettura e narrazione

30–45 min

OBIETTIVO

Promuovere la comunicazione, il recupero dei ricordi e la riflessione condivisa.

MATERIALI

Libri, racconti brevi, giornali, testi stampati.

CONSIGLI

Scegliere testi coinvolgenti e accessibili. Prevedere delle pause per la discussione.

SVOLGIMENTO

1. Gli studenti leggono ad alta voce, a un ritmo moderato, brevi testi, poesie o articoli.
2. Dopo la lettura, i partecipanti sono invitati a discutere del contenuto.
3. Gli anziani sono incoraggiati a condividere racconti o esperienze personali legati al testo.
4. In alternativa, le sessioni possono concentrarsi sui racconti di vita degli anziani, mentre gli studenti ascoltano e pongono domande con rispetto.

Gruppi di discussione intergenerazionali

30–40 min

OBIETTIVO

Facilitare il dialogo e la comprensione reciproca.

MATERIALI

Domande guida preparate in anticipo.

CONSIGLI

Evitare gli argomenti delicati, a meno che i partecipanti non si sentano a proprio agio. Incoraggiare una partecipazione equilibrata di tutti.

SVOLGIMENTO

1. I partecipanti vengono suddivisi in piccoli gruppi.
2. Il facilitatore propone semplici temi di discussione: l'infanzia, la vita scolastica, le tradizioni, la vita quotidiana di ieri e di oggi.
3. Gli studenti sono incoraggiati ad ascoltare in modo attivo e rispettoso.
4. Un partecipante può guidare la discussione per mantenerla scorrevole, senza renderla formale.

Laboratori di saperi tradizionali (condotti dagli anziani)

45–60 min

OBIETTIVO

Promuovere la trasmissione dei saperi e del patrimonio culturale.

MATERIALI

A seconda dell'attività: ferri da maglia, kit da cucito, attrezzi da giardinaggio.

CONSIGLI

Preparare i materiali in anticipo. Dare istruzioni semplici e chiare.

SVOLGIMENTO

1. Gli anziani mostrano tecniche tradizionali come il lavoro a maglia, il cucito o la realizzazione di oggetti artigianali.
2. Gli studenti osservano e poi si esercitano sotto la loro guida.
3. La sessione procede lentamente, in modo che gli studenti possano seguire ogni passaggio.
4. Gli anziani forniscono spiegazioni e riscontri sul lavoro svolto.

Progetto di condivisione dei ricordi

45–60 min

OBIETTIVO

Documentare le esperienze e rafforzare i legami emotivi.

MATERIALI

Quaderno, dispositivo di registrazione (facoltativo), fotografie.

CONSIGLI

Rispettare la privacy e ottenere il consenso prima di registrare o condividere qualsiasi informazione.

SVOLGIMENTO

1. Gli studenti intervistano gli anziani con domande aperte sulle loro esperienze di vita.
2. Uno studente può prendere appunti o registrare la conversazione (con il consenso dell'interessato).
3. I racconti raccolti possono poi essere riuniti in un opuscolo, in un documento digitale o in una presentazione.

Cineforum: film e discussione

1,5–2 h (discussione inclusa)

OBIETTIVO

Stimolare la riflessione e il dialogo intergenerazionale.

MATERIALI

Schermo, proiettore, film scelto in precedenza.

SVOLGIMENTO

1. I partecipanti guardano insieme un film, preferibilmente legato a temi comuni o a epoche diverse.
2. Dopo la proiezione si organizza una discussione guidata, in cui i partecipanti condividono opinioni e riflessioni personali.

CONSIGLI

Scegliere film adatti agli interessi dei partecipanti e alla loro capacità di attenzione.

Giardinaggio e progetti collaborativi

45–60 min per sessione

OBIETTIVO

Promuovere la cooperazione e un impegno a lungo termine.

MATERIALI

Piante, terriccio, attrezzi da giardinaggio, vasi.

SVOLGIMENTO

1. I partecipanti lavorano insieme per creare un piccolo giardino o una composizione di piante.
2. I compiti consistono nel mettere a dimora, annaffiare e curare le piante.
3. L'attività può proseguire per più sessioni, permettendo ai partecipanti di osservare i progressi nel tempo.

CONSIGLI

Proporre compiti semplici e garantire l'accessibilità a tutti i partecipanti.

Attività di dinamica di gruppo (benessere)

20–30 min

OBIETTIVO

Migliorare il benessere emotivo e la coesione del gruppo.

MATERIALI

Nessun materiale o quasi (musica facoltativa).

SVOLGIMENTO

1. Le attività possono comprendere la terapia della risata, giochi di gruppo o semplici esercizi di rilassamento.
2. Queste sessioni aiutano i partecipanti a esprimere le proprie emozioni, ridurre lo stress e rafforzare i legami.

CONSIGLI

Proporre attività leggere e inclusive.
Evitare di forzare la partecipazione.

Considerazioni metodologiche

La buona riuscita delle attività intergenerazionali richiede una pianificazione accurata, una facilitazione attenta e un adattamento continuo ai bisogni dei partecipanti. Le attività dovrebbero essere progettate tenendo conto delle diverse capacità fisiche, cognitive ed emotive sia dei giovani sia dei partecipanti anziani. Sono essenziali istruzioni chiare, un approccio strutturato ma flessibile e un ritmo adeguato.

L'organizzazione dei gruppi svolge un ruolo chiave: gruppi piccoli ed equilibrati favoriscono la comunicazione, la partecipazione e i legami interpersonali. La durata di ogni attività va calibrata con cura per mantenere la concentrazione ed evitare l'affaticamento, soprattutto nei partecipanti anziani.

I facilitatori hanno un ruolo centrale nel creare un clima positivo e inclusivo. Dovrebbero incoraggiare attivamente la partecipazione, promuovere una comunicazione rispettosa ed empatica e sostenere l'interazione senza imporre strutture rigide. I materiali e le risorse devono essere accessibili, gli spazi fisici sicuri e confortevoli, e tutti i partecipanti valorizzati e inclusi.

Infine, al termine di ogni attività è opportuno prevedere un momento di riflessione e di confronto. Questo permette ai partecipanti di esprimere il proprio vissuto, rafforza il processo di apprendimento e offre spunti preziosi per migliorare costantemente le attività future.

Vocabolario condiviso e risultati attesi

Un vocabolario condiviso e ben definito è fondamentale per favorire una comprensione comune delle relazioni e delle pratiche intergenerazionali. I termini individuati nell'ambito di questo progetto rispecchiano i valori e i concetti chiave su cui si fonda il lavoro intergenerazionale: legame intergenerazionale, coesione sociale, trasmissione dei saperi, solidarietà, empatia, memoria, inclusione, rispetto, autonomia e sostegno. Il vocabolario multilingue completo è disponibile nel Glossario digitale inclusivo WIFII (IO2) e sulla piattaforma del progetto.

Dalla realizzazione delle attività descritte in questa guida ci si attendono importanti ricadute positive a livello individuale, istituzionale e comunitario. Per i partecipanti, il coinvolgimento in attività intergenerazionali favorisce la nascita di relazioni significative, migliora le capacità comunicative e sociali e promuove una maggiore consapevolezza della diversità e dell'inclusione.

I partecipanti anziani potranno beneficiare di maggiori interazioni sociali, di un migliore benessere emotivo e di una stimolazione cognitiva costante, con una conseguente riduzione del senso di isolamento. Allo stesso tempo, i giovani acquisiranno conoscenze preziose, svilupperanno l'empatia e rafforzeranno il proprio senso di responsabilità sociale.

Più in generale, la guida sostiene l'adozione di pratiche inclusive nei contesti educativi e comunitari. Incoraggia la collaborazione tra scuole, strutture di assistenza e organizzazioni locali, rafforzando così i partenariati e contribuendo a una coesione sociale duratura e a una cittadinanza attiva.

Comunità più forti e più unite

La Guida IO1 offre un quadro completo e pratico per l'ideazione e la realizzazione di attività intergenerazionali. Integrando le prospettive e i contributi di studenti provenienti da contesti culturali diversi, propone una raccolta ricca e adattabile di pratiche applicabili in un'ampia varietà di ambienti educativi e sociali.

Promuovendo il dialogo, la collaborazione e il rispetto reciproco, la guida contribuisce a creare spazi inclusivi in cui persone di generazioni diverse possano incontrarsi e confrontarsi in modo autentico. In questo modo sostiene lo sviluppo di comunità più forti e più unite e alimenta una cultura dell'apprendimento permanente e dell'esperienza condivisa.



Prendi l'iniziativa e dai vita a queste attività nella tua comunità, creando legami intergenerazionali vivi che favoriscano l'inclusione e l'apprendimento e abbiano un impatto sociale duraturo.





Guida al legame intergenerazionale per un'educazione inclusiva

www.wifii.eu

WIFII · wifiierasmus

Progetto n. 2024-1-FR-KA220-SCH-000243585

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.