



Netzwerk Erzählcafé  
Réseau Café-récits  
Rete caffè narrativi

Visita un caffè narrativo  
della tua regione:  
[www.caffenarrativi.ch](http://www.caffenarrativi.ch)



# Storie di vita che uniscono.

Incontrare altre persone.  
Raccontare qualcosa della propria vita.  
Essere per un po' di tempo parte di una comunità.

Con l'appoggio di:



**MIGROS**  
Percento culturale

Parte integrante dell'impegno sociale  
del Gruppo Migros:  
[migros-engagement.ch](http://migros-engagement.ch)



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



Fachhochschule Nordwestschweiz  
Hochschule für Soziale Arbeit

# Il caffè narrativo unisce. Ecco come funziona.

**Le conversazioni che si spingono in profondità sono rare. Nei caffè narrativi si parla della vita così com'è. Ci raccontiamo ciò che abbiamo già visto, sentito e sperimentato a proposito di un determinato tema. E ci ascoltiamo a vicenda, imparando in tal modo qualcosa della vita di altre persone. Un'esperienza indimenticabile!**



## Prima parte

Una moderatrice o un moderatore introduce il tema e fa in modo che chi desidera dare un contributo personale possa prendere la parola. Si parte da temi della vita quotidiana come "circostanze nuove" o "situazioni che si ripresentano ogni anno". Ci si ascolta a vicenda, senza giudicare.

## Seconda parte

Nella seconda parte, le persone partecipanti hanno la possibilità di porsi delle domande e di conoscersi in maniera informale.

## Non sono necessarie conoscenze pregresse

Non sono necessarie conoscenze pregresse, poiché ogni persona ha una storia da raccontare che merita di essere ascoltata.

**"Il caffè narrativo mi è piaciuto molto. Ti siedi attorno a un tavolo per una mezz'ora, un'ora e partecipi alla vita di persone che non conosci. Vieni a conoscenza di un frammento della loro vita. Ascolti e poi parli di te. Uno scambio informale e libero. Solo così si conoscono davvero le persone e le si vede da un'altra prospettiva."**

## La Rete caffè narrativi offre:

- > Calendario degli eventi per i caffè narrativi in Svizzera
- > Consulenza specifica per gruppi target finalizzata all'organizzazione e alla comunicazione dei caffè narrativi
- > Dati di contatto di moderatrici e moderatori con esperienza
- > Guide e schede informative per lo svolgimento dei caffè narrativi
- > Formazioni per istituti, ad es. case di riposo e di cura o enti culturali
- > Eventi di confronto per moderatrici, moderatori e istituzioni ospitanti

## Come partecipare

### Lasciati ispirare

Incontri persone con un percorso di vita che forse non avrebbe mai incrociato il tuo. Parlare di percorsi di vita diversi apre nuove prospettive e ti induce a guardare con altri occhi anche la tua vita.

### Metti a disposizione uno spazio

Nel tuo ambiente privato o professionale puoi usare i caffè narrativi come metodo per favorire la partecipazione e l'integrazione sociale, offrendo anche uno spazio di autoriflessione. La Rete caffè narrativi ti mette volentieri in contatto con persone esperte in materia di moderazione.

### Moderare un caffè narrativo

Hai già fatto esperienze con i caffè narrativi e desideri moderarne uno? La Rete caffè narrativi offre corsi di aggiornamento, moderazioni in tandem e materiale informativo alle persone interessate alla moderazione.

### Ecco le esperienze che potrai fare

- > Conoscere nuove persone e le loro storie di vita.
- > Riflettere sul tuo vissuto e ampliare i tuoi orizzonti.
- > Essere per un po' di tempo parte di una comunità e fornire un contributo alla coesione sociale in Svizzera.



**Il caffè narrativo in breve.**

# Diventa membro o sostieni l'associazione con una donazione!

Diventa membro  
dell'associazione!  
[caffenarrativi.ch/  
membro](http://caffenarrativi.ch/membro)



**Dona ora con  
TWINT!**



Scansiona il codice QR  
con l'app TWINT



Conferma importo e  
donazione



**Associazione Rete caffè  
narrativi Svizzera**

via Bicentenario 3, 6807 Taverne

[www.caffenarrativi.ch](http://www.caffenarrativi.ch)

[info@caffenarrativi.ch](mailto:info@caffenarrativi.ch)

Per fare una donazione: IBAN CH51 8080 8008 9526 4997 9