Luogo, data

**Giornate nazionali dei caffè narrativi dal 17 al 19 novembre 2023**

**Contro i pregiudizi, per la condivisione: la Svizzera si ascolta**

**Nella frenesia della vita quotidiana, in molti abbiamo disimparato ad ascoltare senza giudicare. Durante le Giornate nazionali dei caffè narrativi, dal 17 al 19 novembre 2023, la Rete caffè narrativi lancia un segnale a favore della condivisione: le persone partecipanti condividono i ricordi della loro vita – e si ascoltano reciprocamente. Il XX novembre a XX alle ore XX avrà luogo un caffè narrativo.**

Un caffè narrativo è un formato di scambio di idee ed esperienze, animato da una moderatrice o un moderatore. Non è né un gruppo di auto-aiuto, né un dibattito o un incontro conviviale. Durante il caffè narrativo, delle persone si incontrano per raccontarsi storie personali della loro vita. Non si fanno distinzioni tra giusto e sbagliato, non si giudica e non si discute su ciò che è stato detto. Chi lo desidera può partecipare dando il suo contributo.

**Nessun pregiudizio**

A volte capita di incorrere nella cattiva abitudine di giudicare. Oppure di ascoltare distrattamente. Chi partecipa a un caffè narrativo presta attenzione alle altre persone. “Un caffè narrativo è un metodo di comprovata efficacia per spazzare via i pregiudizi e apprezzare le persone che ci stanno di fronte”, afferma [nome e cognome], moderatrice dei caffè narrativi di XXX. “Fa sentire le persone meno sole e permette di creare nuovi legami. È qualcosa che nessun tipo di intelligenza artificiale al mondo riuscirà mai a fare.”

L’associazione Rete caffè narrativi, a cui si deve questa iniziativa, promuove lo scambio senza pregiudizi di idee ed esperienze su tutto il territorio svizzero e contribuisce ad alleviare la solitudine.

**Caffè narrativo a XXX**

[Nome e cognome] il XX novembre alle ore XX a XX modererà un caffè narrativo sul tema “Ascoltare”.

Su [www.caffenarrativi.ch/giornatenarrativi](https://www.caffenarrativi.ch/giornatenarrativi) sono riportati tutti gli eventi.

Un caffè narrativo funziona così: [video esplicativo](https://www.netzwerk-erzaehlcafe.ch/wp-content/uploads/2022/12/Erzaehlcafe_210422_IT-ohne-Outro-1.mp4)

**Informazioni:**

nome, cognome, indirizzo e-mail, telefono

\* \* \* \* \* \*

*Il metodo dei caffè narrativi è impiegato in svariati ambiti: nei musei, nei caffè o nelle biblioteche, nelle attività con le giovani generazioni, con le persone anziane o all’interno della comunità. I partecipanti si confrontano su un tema della vita quotidiana, sperimentando un senso di comunanza, la propria autoefficacia e un sentimento di appartenenza.*

*Dal 2015 la Rete caffè narrativi Svizzera è una piattaforma partecipativa per le persone interessate all’esperienza della narrazione e dell’ascolto, alla moderazione e all’organizzazione dei caffè narrativi. Promuove lo scambio di idee ed esperienze tra persone diverse per percorsi di vita ed età, rafforzando in tal modo la coesione sociale. La Rete Caffè narrativi Svizzera è un progetto comune del Percento culturale Migros, di Promozione Salute Svizzera e della Scuola universitaria professionale della Svizzera nordoccidentale. Dipende dalle donazioni e dai contributi dei benefattori.*