“Nonni per tutti”: dalle storie di vita degli anziani alle favole per bambini

È ormai noto quanto sia fondamentale che le RSA rappresentino per gli anziani non solo un luogo di cura, ma anche un luogo di vita. La qualità della Long Term Care che qui si realizza non può prescindere dalla compresenza di una buona assistenza socio-sanitaria con interventi di tipo psicosociale, tesi a promuovere e rafforzare il protagonismo, il benessere, le relazioni degli anziani dentro e fuori la RSA. L’articolo presenta un’esperienza, di carattere collettivo e intergenerazionale, fondata su storie di vita.

Di Laura Capardoni *(direttrice marketing e comunicazione, Anni Azzurri Gruppo KOS)*, Lavinia Toussan *(geriatra e coordinatore medico Lazio-Toscana, Anni Azzurri Gruppo Kos)*

Ascolto, relazione e condivisione costituiscono elementi fondamentali rispetto alla qualità della vita di chi risiede in RSA: influenzano il benessere emotivo e il senso di appartenenza alla comunità, contrastando isolamento, vissuti di inutilità, solitudine e marginalità, ansia e depressione. Altrettanto risaputo è il fatto che il coinvolgimento attivo in attività collettive migliora il tono dell’umore, aiuta a mantenere il senso di autoefficacia, favorisce la partecipazione e le relazioni interpersonali. Presentiamo qui un progetto specifico, che ha coniugato idee e pratiche già note e in essere – le narrazioni delle storie di vita, gli incontri intergenerazionali – con le possibilità tecnologiche attuali, per mettere a disposizione di tutti un patrimonio altrimenti a rischio di invisibilità e di perdita.

Narrazioni delle storie di vita e incontri intergenerazionali

Fra le varie opzioni tese a migliorare la qualità della vita dei residenti in RSA e a promuoverne un ruolo attivo nella vita comunitaria rientrano gli interventi biografici e i progetti intergenerazionali, i cui effetti benefici sono sostenuti sia da studi scientifici che da buone pratiche. **La ricostruzione della biografia dell’anziano è un’attività utilizzata normalmente nelle RSA del** gruppo KOS Anni Azzurri, specie con chi ha ancora buone funzioni cognitive e memoria a lungo termine preservata; contribuisce a tenere in allenamento la mente, stimolando memoria e linguaggio verbale, ma anche a favorire un benessere generale. Stimolare gli anziani al recupero dei ricordi sulle proprie esperienze del passato, all’introspezione personale e alla riflessione sul proprio vissuto, all’analisi delle sfide affrontate e dei traguardi raggiunti, aiuta anche a far emergere emozioni positive, nascoste ma ancora intense.

Rivivere i ricordi legati alla propria vita, recuperarli, metterli in ordine e dare loro una forma ha una funzione molto importante per la salute del cervello. Lo scopo è riattivare la memoria a lungo termine, la più radicata in età avanzata: generalmente gli anziani faticano a imparare cose nuove e a fissare ricordi recenti, ma più facilmente possono ritrovare ricordi antichi, perché radicati in circuiti neuronali molto profondi. Recenti ricerche dimostrano che rivivere i ricordi fa attivare il cervello.

Raccontare la propria storia, le proprie esperienze di vita ha un potere enorme: non solo incoraggia ricordi piacevoli e sensazioni positive, ma rappresenta anche una modalità di interazione significativa fra l’anziano e l’operatore, un’occasione importante di incontro, di grande empatia. Sentirsi ascoltati e accettati, essere in relazione, confrontarsi, condividere con altre persone e altre generazioni aiuta a superare il sentimento di perdita, a mantenere autostima e fiducia in se stessi, a sentirsi importanti, a provare ancora la voglia di stare in gruppo e di sperimentare insieme cose nuove, a sentirsi protagonisti e partecipi della vita comunitaria e sociale, a sperimentare che si ha ancora tanto da dare (sia in termini di sapere ed

esperienza, sia in termini di emozione). Inoltre, i ricordi sulla propria vita sono importanti, perché rappresentano la nostra identità: se siamo quello che abbiamo passato, amato, compiuto, allora siamo quello che ricordiamo. Per questo è importante non perdere la memoria di sé: per non perdere se stessi, per rivivere, per vivere.

Trasmettere la propria storia di vita a qualcun altro, attraverso la narrazione, fornisce valore all'esperienza: si tratta non solo di un'operazione culturale, di recupero delle memorie di chi è nato in decenni lontani e appartiene a generazioni molto longeve, ma anche di un intervento che produce benessere psicologico all'anziano narratore, perché intriso di vicinanza, condivisione e arricchimento reciproco. Lo scambio intergenerazionale – intervento realizzato in diverse RSA del gruppo KOS Anni Azzurri – presenta un plus. La letteratura recente dimostra che l'incontro fra generazioni diverse, la condivisione di storie e talenti, il sostegno reciproco e la trasmissione del sapere rappresentano una forma di crescita e di guadagno per tutti, capace di creare legami significativi che vanno oltre il momento; si tratta di uno strumento vantaggioso sia per gli anziani, perché incentiva il benessere psicofisico, sia per i bambini, che traggono e riportano altrove una percezione positiva dell'esperienza e dell'età anziana.

Il progetto: obiettivi, sviluppo e prospettive

Con la finalità di migliorare la qualità della vita dei residenti in RSA e il ricorso a strumenti consolidati quali gli interventi biografici e i progetti intergenerazionali, nel 2024 ha preso vita il progetto "Nonni per tutti"; questi gli obiettivi specifici:

- **dare voce e centralità agli anziani residenti in RSA**, valorizzandone esperienze, memorie, racconti, vissuti ed emozioni, oltre che il ruolo possibile nella vita comunitaria della residenza;
- **preservare il patrimonio di ricordi degli anziani sul tempo anche lontano** che hanno attraversato, evitando così che si perda il loro cruciale ruolo sociale di ponte fra il passato e il futuro;
- **trasformare storie, esperienze ed episodi di vita degli anziani** (spesso affascinanti e avventurose, ma nell'ombra) i**n occasioni di incontro, dialogo, scambio, confronto con le nuove generazioni**.

Il progetto ha coinvolto un ampio numero di operatori di diversa professionalità (specie educatori, terapisti occupazionali, psicologi), esperti di vari campi (scrittura, comunicazione, mezzi digitali), anziani di varia età che vivono in diverse RSA del gruppo KOS Anni Azzurri, **in varie regioni d'Italia**. Si è avviato chiedendo a tutte le RSA del gruppo di far pervenire in sede centrale alcune storie di vita raccolte tramite le attività riabilitative in essere, valorizzando e rendendo visibile anche l'esperienza degli operatori, coinvolti abitualmente nell'intervento di ascolto e sollecitazione alla narrazione e condivisione di storie di vita degli anziani. Dalle oltre 100 storie pervenute sono state poi selezionate 6 storie, trasformate in favole per bambini grazie al contributo di una scrittrice esperta di letteratura per l'infanzia. Le storie, rielaborate in favola, sono state prodotte con la collaborazione di un'agenzia di comunicazione in una forma veicolabile a un'ampia platea, tramite canali digitali. Sono pubblicate sul sito del gruppo KOS Anni Azzurri, in una pagina dedicata al progetto "Nonni per tutti"; sono inoltre disponibili come podcast, sia sulla stessa pagina web che su *Spotify*, risultando quindi accessibili non solo ai familiari e alle altre persone vicine agli anziani che le hanno ispirate, ma a tutti.

Le storie selezionate e trasformate in favole sono:

- "**Gabola. L'aggiustatutto**", in cui il protagonista, abituato a raccontare storie incredibili all'osteria, salva il suo paese riparando di nascosto una diga, nonostante lo scetticismo altrui; la fiaba è ispirata alla vita avventurosa di Gianfranco (82 anni, in RSA in provincia di Torino), progettista e riparatore di macchine utensili, che ha lavorato alla costruzione della diga di Assuan, in Egitto;
- "**La ragazza meccanica**", scaturita dai ricordi di Varna (90 anni, originaria della provincia di Ferrara, in RSA in provincia di Torino) sulla sorella Clelia; protagonista della storia è una giovane appassionata di meccanica, una vera e propria maga dei motori, che sogna di portare la sua famiglia al mare con un'auto abbandonata e riparata da lei in

officina;

- "**L'inventasorrisi**", fiaba su un giovane garzone di bottega in un bar storico, che sogna di riportare la felicità nella sua città avvolta nella nebbia; ci riuscirà con una pozione magica, trasfigurazione fiabesca di un celebre cocktail creato decenni fa da Giuseppe (92 anni), che è stato barman per tutta la vita e vive in una RSA in provincia di Brescia;
- "**Scheggia di vento**", tratta dalla vita di Nadia, 76 anni, che vive in una RSA ad Ancona; la protagonista della storia è una ragazza claudicante, presa in giro dai compagni di scuola, che si rifugia nella soffitta di casa: qui trova una pergamena magica che la trasporta in un'altra realtà, in cui è il capitano di un galeone, con decine di pirati al suo servizio;
- "**Segreti di zucchero**", fiaba ispirata alla vita di Carlo, 92 anni, che vive in una RSA in provincia di Torino; la storia narra di un caramellaio strambo e felice, che parla da solo e incanta i piccoli con le sue leccornie, prodotte in grande quantità ogni notte grazie all'aiuto di una macchina magica, capace di trasformare i sogni in dolci delizie;
- "**Un amico a vapore**", ispirata alla storia di Maria (92 anni), originaria della Puglia e ora in una RSA di Milano; da bambina, durante il fascismo, Maria doveva affrontare con coraggio viaggi in treno fra Ruvo di Puglia e Bari, per aiutare la sua famiglia a procurarsi beni di prima necessità; viaggi solitari e rischiosi, anche a causa delle requisizioni fasciste sui treni.

I valori contenuti nelle storie di vita e trasmessi tramite le favole sono la forza interiore, il coraggio, l'intraprendenza, la capacità di non abbattersi di fronte alle difficoltà della vita, il potere dell'immaginazione, la determinazione nel superare i pregiudizi, la perseveranza, la fiducia nelle proprie capacità, l'ingegno, la creatività, la passione, l'importanza di credere nei propri desideri, l'importanza e la forza dei sogni, la magia nascosta nelle piccole cose quotidiane, la gentilezza, l'altruismo, la capacità di pensare e di impegnarsi per la comunità.



Fonte: materiale del progetto "Nonni per tutti" - Anni Azzurri Gruppo Kos

Figura 1 – Le fiabe del progetto ascoltabili tramite podcast

Nella realizzazione del podcast, in cui le favole sono state lette dai protagonisti delle storie di partenza o da altri anziani delle RSA del gruppo con capacità cognitive conservate, gli anziani lettori sono stati supportati dagli operatori, in un'ottica di collaborazione e di accompagnamento nel percorso. La lettura della storia di vita, propria o di un coetaneo, ha rappresentato una modalità per rendere il racconto ancora più autentico e prezioso: un racconto letto dalla viva voce di un anziano diventa di per sé memoria vera, testimonianza ricca di emozioni e di insegnamenti.



Fonte: materiale del progetto "Nonni per tutti" - Anni Azzurri Gruppo Kos

Figura 2 – Gli anziani residenti in RSA impegnati nella realizzazione del podcast

A conclusione di questa prima fase del progetto, centrato sulle storie di vita degli anziani, è stato attivato un percorso di raccolta di racconti prodotti dagli operatori delle RSA del gruppo. Riguardo alle prospettive, nelle intenzioni degli ideatori del progetto alle prime storie di vita degli anziani rielaborate in forma di favola ne seguiranno altre, scelte fra quelle già pervenute o fra quelle che perverranno in futuro. Il progetto complessivo prevede inoltre il coinvolgimento dei bambini, che entreranno in RSA per ascoltare le favole narrate dalla viva voce degli anziani, costituendo così un'ulteriore occasione di incontro intergenerazionale che si aggiunge a quanto già realizzato nelle RSA del gruppo, specie con i bambini che frequentano le scuole materne.

"Nonni per tutti" può essere definito come un progetto collaborativo, un percorso ricco di incontri significativi e di emozioni, un viaggio nella storia vissuta sulla propria pelle dagli anziani ma anche nella quotidianità condivisa da chi vive in RSA e chi si occupa di loro. Si è trattato di un vero e proprio lavoro collettivo che ha coinvolto anziani e operatori di diverse RSA del gruppo in varie parti d'Italia, oltre che di un ponte generazionale fatto di memoria e di cultura che ha utilizzato le attuali possibilità tecnologiche per comunicare e dare vita e valore a storie vere, antiche ma senza tempo. "Nonni per tutti" si configura come un contenitore che continuerà ad arricchirsi in futuro, dando voce ad altri anziani e valorizzando il patrimonio inestimabile che rappresentano, non solo per le loro famiglie ma per tutti.

Il ruolo e il contributo degli operatori

Il progetto "Nonni per tutti" ha voluto anche sottolineare l'importanza del legame che si crea fra chi vive quotidianamente la RSA: gli anziani che vi risiedono e gli operatori che vi lavorano. Gli operatori sono costantemente a contatto con gli anziani: li ascoltano, cercano di conoscerli e di comprenderli, ne custodiscono i ricordi. Educatori professionali, terapisti occupazionali e psicologi hanno accompagnato gli ospiti passo dopo passo nel percorso, dalla raccolta delle loro storie alla realizzazione del podcast: hanno così contribuito in modo rilevante a dare voce alle vite degli anziani di cui si occupano.

Proprio gli operatori sono stati protagonisti di una sezione specifica ("Nonni per tutti – il contest") e hanno avuto l'opportunità di cimentarsi nella scrittura di una favola ispirata a un aspetto significativo o a un episodio emozionante vissuto all'interno della RSA (il legame con un collega, un rapporto speciale con un anziano residente, un ricordo unico). Una giuria tecnica ha letto tutte le favole pervenute: è stata premiata quella scritta da un'educatrice professionale di una RSA in provincia di Novara, dal titolo "**Principessa Fuochira e Cavalier Costantino**", ispirata a un'amicizia speciale tra l'ospite Cesira e l'OSS Sabatino; anche questa favola è pubblicata sul sito del progetto, in forma scritta e come podcast.

BIBLIOGRAFIA

Bibliografia di approfondimento

Bohlmeijer E., Roemer M., Cuijpers P., Smit F. (2007), *The effects of reminiscence on psychological well-being in older adults: a meta-analysis*, in Aging & Mental Health, 11(3):291-300.

DeVore S., Winchell B., Rowe J.M. (2016), *Intergenerational programming for young children and older adults: an overview of needs, approaches and outcomes in the United States*, in Childhood Education, 92(3):216-225.

Gualano M.R., Voglino G., Bert F., Thomas R., Camussi E., Siliquini R. (2018), *The impact of intergenerational programs on*

children and older adults: a review, in International Psychogeriatrics, 30(4):451-468.

Hu S.H., Chuang Y.H., Ting Y.F., Lin K.Y., Hsieh C.J. (2018), *Prevalence of depressive symptoms in older nursing home residents with intact cognitive function in Taiwan*, in Research in Nursing & Health, 41(3):292-300.

Luo H., Lou V.W.Q., Chen C., Chi I. (2020), *The effectiveness of the positive mood and active life program on reducing depressive symptoms in long-term care facilities*, in The Gerontologist, 60(1):193-204.

Menn L., Corsten S., Lauer N., Wallace S.J. (2020), *The effectiveness of biographical approaches in long-term care: a systematic review*, in The Gerontologist, 60(4):e309-e328.

Potter R., Sheehan B., Cain R., Griffin J., Jennings P.A. (2018), *The impact of the physical environment on depressive symptoms of older residents living in care homes: a mixed methods study*, in The Gerontologist, 58(3):438-447.

Westerhof G.J., Slatman S. (2019), *In search of the best evidence for life review therapy to reduce depressive symptoms in older adults: a meta-analysis of randomized controlled trials*, in Clinical Psychology: Science and Practice, 26(4):e12301.