



VERVE IMMAGINARE. CO-CREARE.
TRASFORMARE IL FUTURO
NELLE AREE RURALI



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

TESAF



Finanziato
dall'Unione Europea

Immaginare il futuro delle aree rurali-montane: un toolkit di 25 metodi co-creativi testati sul campo

Angela Moriggi, Laura Secco, Kelli Rose Pearson e
Epaminondas Christophilopoulos

Con i contributi di: Riccardo Da Re, Giulia Corradini, Matilda Todesco,
Deborah Vedovetto e Maria Tengö



IMMAGINARE IL FUTURO DELLE AREE RURALI-MONTANE: UN TOOLKIT DI 25 METODI CO-CREATIVI TESTATI SUL CAMPO

**Angela Moriggi, Laura Secco, Kelli Rose Pearson e
Epaminondas Christophilopoulos**

Con i contributi di: Riccardo Da Re, Giulia Corradini, Matilda Todesco,
Deborah Vedovetto e Maria Tengö



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

T=SAF



**Finanziato
dall'Unione Europea**

VERVE (co-creative Visioning procEsses for tRansformative social innoVation in rural arEas) è finanziato dall'Unione Europea attraverso le Azioni Marie Skłodowska-Curie (VERVE H2020-MSCA-IF-2020, convenzione di sovvenzione n.101025710). Le opinioni espresse sono tuttavia solo quelle degli autori e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea. Né l'Unione Europea né l'autorità che ha concesso il finanziamento possono essere ritenute responsabili per esse.

Come citare il toolkit:

Moriggi A., Secco L., Pearson K.R., Christophilopoulos E. (2025). Immaginare il futuro delle aree rurali-montane: un toolkit di 25 metodi co-creativi testati sul campo. Dipartimento Territorio e Sistemi Agro-Forestali, Università degli Studi di Padova. Padova, Italia.

DOI: https://doi.org/10.25430/VERVE_4

Foto di copertina Giulia Corradini
Graphic design by **Evidenzia**



Attribuzione - Non Commerciale - Condividi allo stesso modo

Questa licenza permette agli utenti di distribuire, remixare, adattare, e basarsi sui materiali per le proprie opere, in ogni mezzo o formato, solo per usi non commerciali, e solo riconoscendo una menzione di paternità adeguata (un'attribuzione), al creatore del materiale originario. Se remixi, trasformi il materiale o ti basi su di esso, devi distribuire i tuoi contenuti con la stessa licenza del materiale originario.

INDICE

SEZIONE 1 - INTRODUZIONE.....	p. 5
1.1 Sul Toolkit	p. 6
Elenco degli eventi partecipativi	p. 6
Cosa troverai nel Toolkit	p. 7
Caratteristiche principali del Toolkit	p. 7
Chi può utilizzare questo Toolkit	p. 7
Il progetto VERVE	p. 8
1.2 Concetti guida.....	p. 9
Verso la rigenerazione dei sistemi socio-ecologici	p. 9
L'alfabetizzazione ai futuri.....	p. 10
L'importanza delle aree rurali-montane	p. 11
SEZIONE 2 - DALLA PROGETTAZIONE ALLA VALUTAZIONE.....	p. 13
2.1 La progettazione del processo	p. 14
2.2 Flusso e fasi del processo.....	p. 16
2.3 Elementi base per la progettazione.....	p. 17
2.4 Valutazione.....	p. 19
Il viaggio di apprendimento	p. 19
Feedback istantaneo su poster	p. 20
Questionario anonimo	p. 21
SEZIONE 3 - PERCORSI E METODI	p. 23
Percorso 1: Noi siamo il futuro: le prospettive dei giovani sui futuri rurali-montani	p. 24
1. Filo delle storie	p. 25
2. Dialogo generativo con spunti per conversazioni rurali.....	p. 26
3. Cerchio della condivisione	p. 28
Percorso 2: Allargare gli orizzonti: integrare prospettive interne ed esterne sui futuri rurali-montani e i percorsi di innovazione	p. 29
1. Cerchio degli oggetti.....	p. 30
2. Espandere i futuri con le Carte rurali.....	p. 31
3. Tre orizzonti e dialogo col Fishbowl.....	p. 35
4. Scambio di parole essenziali.....	p. 38

Percorso 3: Dai semi all'azione: visioni bioculturali per il futuro delle aree rurali-montane	p.	39
1. Cerchio degli oggetti.....	p.	41
2. Speranze e intenzioni.....	p.	42
3. Ruote di futuro e Semi di buon Antropocene	p.	43
4. Risveglio dei sensi.....	p.	46
5. Riflessioni in camminata.....	p.	47
6. Lettere da futuri altri.....	p.	49
7. Albero delle visioni.....	p.	50
8. Tre orizzonti e dialogo col Fishbowl.....	p.	51
9. Backcasting.....	p.	52
10. Raccolto e contributi	p.	53
11. Cartoline di promesse.....	p.	54
Percorso 4: Promuovere futuri inclusivi per le aree rurali-montane da una prospettiva di genere	p.	55
1. Cerchio di ispirazione	p.	57
2. Dalla riflessione alla condivisione con il journaling.....	p.	58
3. Carte ispirazionali	p.	60
4. Poesie di resistenza e connessione.....	p.	61
5. Lettere da futuri altri	p.	62
6. Tre orizzonti e dialogo col Fishbowl.....	p.	63
7. Prototipi di luoghi inclusivi.....	p.	64
8. Invito all'azione	p.	65
9. Scambio di parole essenziali.....	p.	66
Percorso 5: Imparare dalla natura: visione umane e non umane per sistemi socio-ecologici in salute	p.	67
1. Breve meditazione guidata.....	p.	68
2. Assemblea dei viventi e dei sistemi vitali.....	p.	70
3. Intuizioni chiave	p.	72
SEZIONE 4 - BIBLIOGRAFIA	p.	75
Manuali e risorse pratiche	p.	76
Articoli e libri scientifici.....	p.	77
Siti e blog.....	p.	79
Video.....	p.	79
SEZIONE 5 - BIOGRAFIE E RINGRAZIAMENTI	p.	81
Biografie degli autori	p.	82
Biografie dei collaboratori	p.	84
Ringraziamenti	p.	85

MATERIALI SUPPLEMENTARI

1. Spunti per conversazioni rurali del progetto VERVE
2. Carte rurali del progetto VERVE
3. Carte archetipo del progetto VERVE



© Giulia Corradini

SEZIONE 1 - INTRODUZIONE

1.1 SUL TOOLKIT

Il Toolkit di VERVE include **25 metodi creativi e orientati al futuro** per stimolare il dialogo, incoraggiare il pensiero critico, approfondire la riflessione e sviluppare competenze pratiche. Questi metodi sono organizzati in **cinque percorsi**, ciascuno incentrato su una **leva trasformativa** - un'area chiave che, quando attivamente coinvolta, promuove la diversità, la giustizia e amplifica le voci sottorappresentate. Le leve qui incluse sono: giovani, donne, esseri ed entità non umane, biodiversità culturale e pratiche innovative. Nell'insieme, i metodi offrono un approccio fresco e pratico alla **creazione collaborativa di conoscenza**. Il nostro obiettivo finale è sostenere le **trasformazioni sostenibili** nella costruzione di comunità, nell'educazione, nelle politiche e nella progettazione di programmi di sviluppo.

I metodi di questo Toolkit sono stati progettati e testati sul campo nelle Alpi italiane tenendo conto sia delle sfide che del potenziale inespresso delle **regioni rurali-montane**. Queste aree, ricche di biodiversità e spesso all'avanguardia nelle soluzioni innovative per lo sviluppo rigenerativo, affrontano ostacoli reali, tra cui l'isolamento, il limitato supporto istituzionale e il declino socio-economico (Perpiña Castillo et al 2023). Per **ispirare futuri di speranza, migliorare il benessere e rigenerare le risorse naturali**, un cambiamento duraturo richiede la collaborazione con le **comunità locali**, il rispetto della loro esperienza vissuta e l'utilizzo di approcci creativi e coinvolgenti che co-creino conoscenza profonda e aprano nuove possibilità.

Ci auguriamo che questo Toolkit stimoli la vostra creatività, sostenga il vostro lavoro e ispiri nuove idee e motivazione!

ELENCO DEGLI EVENTI PARTECIPATIVI IN CUI I METODI SONO STATI TESTATI

- Laboratorio di Photovoice a Belluno (IT) il 10/06 e il 24/06/2023;
- Workshop presso il Centre for Place, Space, and Society dell'Università di Wageningen & Research, Wageningen (NL) il 20/02/2024;
- Laboratorio di Visioning a Seren del Grappa, Belluno (IT) il 5-6/04/2024;
- Workshop alla Summer School "Food and Innovation for Rural Transition: the Tuscany case" presso l'Università di Pisa, Garfagnana (IT) il 17-18/07/2024;
- Workshop con adolescenti per scopi di divulgazione pubblica a Spert, Belluno (IT) il 22/07/2024;
- Festival "Cansiglio InVita" ad Alpago, Belluno (IT) il 28-29/09/2024;
- Laboratorio di Visioning su genere e rigenerazione a Trichiana, Belluno (IT) il 16/10 e 23/10/2024;
- Lezione nel corso "Sociologia dell'Ambiente e del Territorio" presso l'Università di Padova, Padova (IT) il 27/11/2024.



COSA TROVERAI NEL TOOLKIT



5 Percorsi: ogni percorso si concentra su una specifica leva di trasformazione.



25 Metodi: strumenti flessibili che possono essere utilizzati singolarmente o combinati all'interno o tra i percorsi.



5 Processi partecipativi testati sul campo: schemi pronti all'uso, basati sull'esperienza e su applicazioni nel mondo reale.



24 Carte archetipo: immagini e storie che rappresentano diverse prospettive umane e non umane.



66 Carte rurali: immagini che raffigurano fenomeni e pratiche rurali-montane attuali e future.



24 Spunti per conversazioni rurali: cartoline per stimolare il dialogo sul futuro delle aree rurali-montane.

Nota: Sebbene i metodi siano stati sviluppati per l'uso in presenza, la maggior parte può essere facilmente adattata per formati online.

CARATTERISTICHE PRINCIPALI DEL TOOLKIT

- **Orientamento pratico:** Fornisce una guida passo-passo e tempistiche realistiche, convalidate attraverso l'applicazione nel mondo reale.
- **Approccio olistico:** Combina metodi razionali e creativi per rendere le attività più coinvolgenti ed efficaci e per stimolare il pensiero innovativo.
- **Focus su sostenibilità e rigenerazione:** Affronta temi come le relazioni umani-natura, la gestione delle risorse e la conservazione della biodiversità, soprattutto nelle aree rurali e montane.
- **Ottica inclusiva ed equa:** Valorizza e sostiene le voci dei gruppi marginalizzati, tra cui i giovani, le donne e le prospettive non umane.
- **Approfondimento sulla progettazione dei processi:** Fornisce consigli chiari per la pianificazione e la valutazione di eventi e impegni, e per rendere le attività partecipative più incisive.
- **Risorse supplementari:** Include un kit di risorse scaricabile, basato sulle ricerche più recenti, per fornire un supporto operativo alla facilitazione.

CHI PUÒ UTILIZZARE QUESTO TOOLKIT

Questo Toolkit è pensato per sostenere professionisti di qualsiasi settore interessati a processi partecipativi, inclusivi e orientati al futuro. I metodi funzionano bene con **gruppi multi-stakeholder, giovani, leader locali, comunità, detentori di conoscenze tradizionali e agenti di cambiamento** in generale. È utile per persone che:

- Lavorano negli ambiti della sostenibilità, sviluppo comunitario e innovazione sociale, come ricercatori, professionisti o coordinatori di progetto.
- Esplorano metodi partecipativi, come studenti, educatori o facilitatori.
- Guidano il cambiamento, come politici, imprenditori o sostenitori della giustizia sociale.
- Cercano strumenti per coinvolgere le parti interessate, affrontare questioni complesse e promuovere approcci inclusivi e lungimiranti.



VERVE IMMAGINARE, CO-CREARE,
TRASFORMARE IL FUTURO
NELLE AREE RURALI

IL PROGETTO VERVE

VERVE è l'acronimo di "Immaginare, co-creare, trasformare il futuro nelle aree rurali". È un progetto di ricerca-azione partecipativa, iniziato a settembre 2022 e conclusosi a gennaio 2025, che ha coinvolto gruppi multi-settoriali e multi-livello di stakeholder nelle aree rurali-montane, utilizzando metodi di futuro, creativi e visivi. Si basa su teorie sull'innovazione sociale trasformativa ed esplora i modi innovativi di pensare, comprendere ed agire che possono sostenere cambiamenti culturali e cambiamenti di paradigma, quando si trattano questioni riguardanti la sostenibilità e relative soluzioni.

L'obiettivo principale del progetto era di esplorare e co-creare visioni rigenerative per le aree rurali montane, mettendo in discussione i percorsi di sviluppo estrattivi e



© Yufan Sun

le relazioni umani-natura antropocentriche. VERVE ha fatto emergere visioni di futuri diversi - dal punto di vista bioculturale - e inclusivi, in sinergia con e potenziando iniziative e attori locali. Il progetto si è rivolto in particolare a giovani, donne e comunità locali impegnate in iniziative dedicate all'innovazione socio-culturale e alla rigenerazione delle risorse naturali. Il caso studio di VERVE è la Val Belluna, un'area rurale montana della regione del Veneto, nelle Alpi nord-orientali italiane. I nostri partner locali comprendevano il Gruppo di Azione Locale (GAL) Prealpi e Dolomiti, una partnership pubblico-privata creata dal programma LEADER dell'Unione Europea, e la Fondazione G. Angelini, un centro culturale e di studi locale focalizzato sulle montagne.

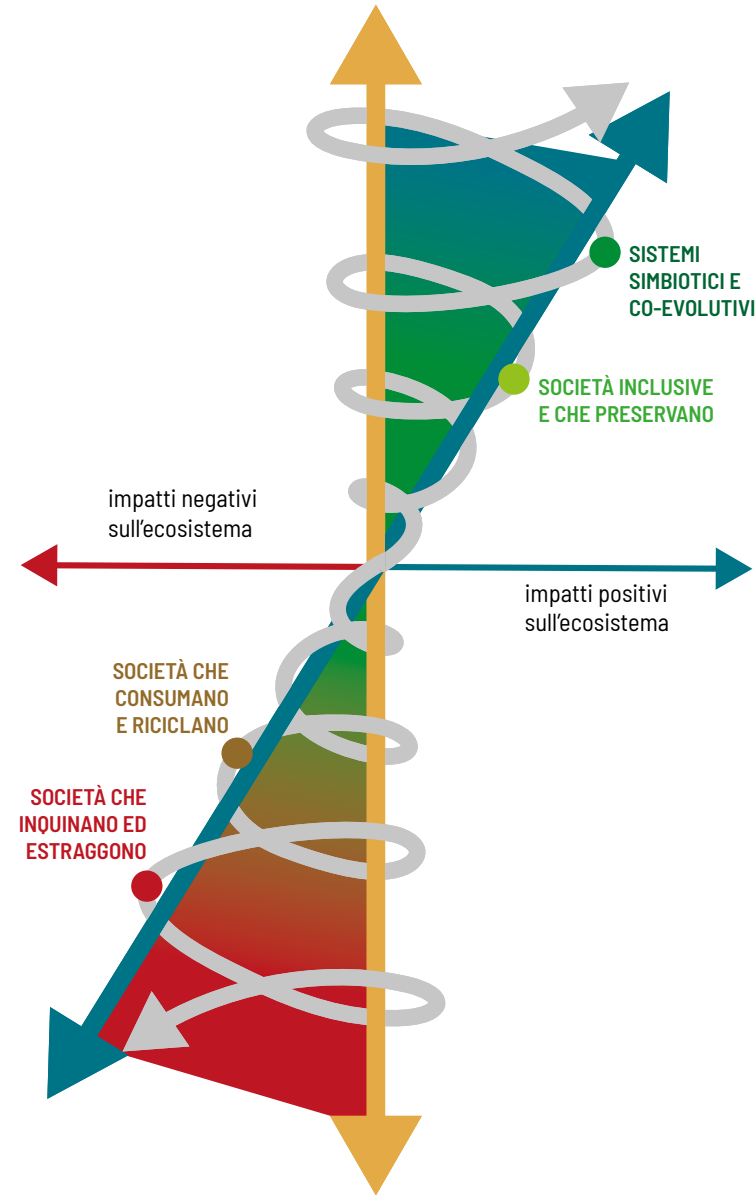


1.2 CONCETTI GUIDA

VERSO LA RIGENERAZIONE DEI SISTEMI SOCIO-ECOLOGICI

Un sistema socio-ecologico è un sistema complesso e interconnesso in cui la società umana e l'ambiente naturale interagiscono e si influenzano a vicenda. Nel mondo di oggi, non è sufficiente ridurre i danni o utilizzare le risorse in modo più efficiente. Abbiamo bisogno di **cambiamenti che ripristinino e rigenerino attivamente le risorse dei sistemi socio-ecologici** (Mang e Reed 2012, Buckton et al 2023). Raggiungere un futuro che sia genuinamente sostenibile e rigenerativo richiede un **approccio olistico** che:

- *Collega i punti:* Valorizza l'interdipendenza del benessere umano, animale e ambientale.
- *Riconosce il contesto spaziale:* Riconosce che i sistemi socio-ecologici sono inseriti in specifiche località geografiche, dalla scala locale a quella globale.
- *Rispetta la saggezza ancestrale:* Attinge alle conoscenze e pratiche tradizionali.
- *Impara dalla natura:* Emula la resilienza e l'efficienza dei sistemi naturali.
- *Rafforza le comunità:* Sostiene le iniziative dal basso e la leadership locale.
- *Promuove la collaborazione:* Incoraggia le partnership interdisciplinari e la condivisione di conoscenze.
- *Nutre l'innovazione:* Si basa su soluzioni esistenti e ispira nuove idee.
- *Educa e ispira:* Promuove la consapevolezza e la comprensione delle pratiche rigenerative.
- *Coltiva la speranza:* Supera la negatività e abbraccia il potenziale umano di creare e guarire.



PRATICHE

RIGENERATIVE

(es: che migliorano la vita)

PROTETTIVE

(es: ripristino dell'ecosistema)

NON DANNOSE

(es: neutralità climatica, sostenibile)

DI RELATIVO MIGLIORAMENTO

(es: soluzioni «verdi»)

DANNOSE

(es: modello di business convenzionale)

Immagine degli autori, adattata da Reed 2007 e Lemille 2021

L'IMPORTANZA DELLE AREE RURALI-MONTANE

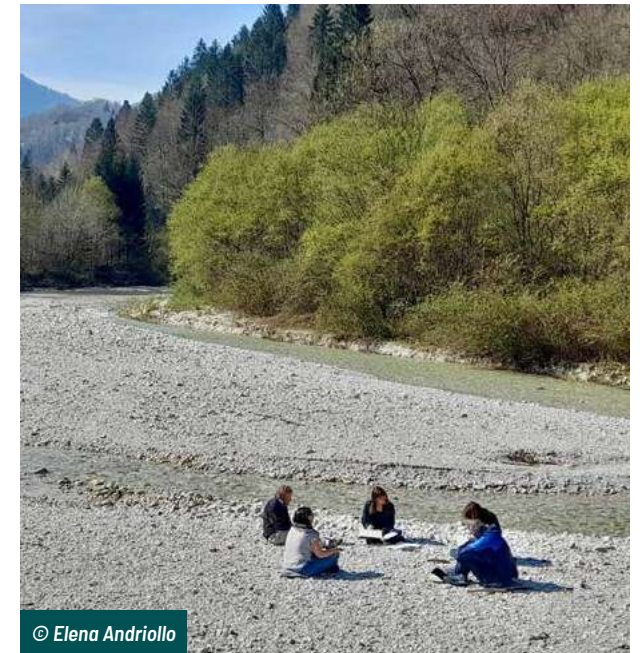
Il Toolkit del progetto VERVE è stato creato con un focus specifico sulle **regioni rurali-montane**, riconoscendone le caratteristiche uniche, le sfide e il potenziale. Queste regioni sono ricche di biodiversità e svolgono un ruolo cruciale nella regolazione di **ecosistemi vitali**, come ad esempio bacini idrografici che forniscono acqua pulita alle aree circostanti e supportano terreni sani, e foreste che aiutano a stabilizzare il clima, immagazzinare carbonio e mantenere l'equilibrio atmosferico (Lavorel et al 2023). Nonostante il loro contributo sia essenziale per la salute dell'ambiente e per il benessere umano, questi servizi ecosistemici sono spesso sottovalutati e visti solo come risorse economiche. Oltre alla loro importanza ecologica, molte comunità rurali-montane preservano **conoscenze tradizionali** e **pratiche sostenibili** che incarnano relazioni armoniose tra umani e natura (Wyss et al 2022).

Nonostante la loro importanza, le aree rurali-montane sono frequentemente marginalizzate, viste come poco più che luoghi ricreativi per turisti o sfondi periferici ai centri urbani. Questa **prospettiva limitante ed estrattiva** ha contribuito a politiche mal concepite che si basano in maniera sproporzionata sul turismo di massa. Il conseguente sovraccollamento turistico ha portato a un circolo vizioso di degrado ambientale, indebolimento delle economie locali e aumento delle pressioni socio-economiche sulle comunità. Inoltre, **sfide strutturali** come lo spopolamento, il debole supporto istituzionale e le minacce alla biodiversità e al patrimonio culturale esasperano le difficoltà affrontate da queste regioni (Varotto 2020).

Eppure, le aree rurali-montane detengono un enorme potenziale per contribuire a trovare soluzioni ad alcune delle sfide globali ad oggi più urgenti, tra cui il cambiamento climatico, la scarsità di risorse e la disuguaglianza sociale. Basandosi sulle conoscenze tradizionali e sostenendo **iniziative locali guidate dalla comunità**, queste regioni possono offrire modelli potenti per futuri sostenibili e rigenerativi. La gestione e la governance delle risorse basate sulla saggezza antica e su **approcci radicati nei luoghi** possono fornire preziose intuizioni su come gli esseri umani possano vivere in armonia con la natura rafforzando al contempo la **resilienza ecologica** e la **diversità culturale**, e garantendo la gestione e la rigenerazione delle risorse naturali. Per realizzare questo potenziale è necessario lavorare a stretto contatto con le comunità locali, amplificare le **voci marginalizzate** ed incoraggiare soluzioni innovative che rafforzino il capitale sociale (Secco et al 2016).

Molti dei metodi in questo Toolkit cercano di riformulare le percezioni stereotipate e obsolete delle aree rurali-montane offrendo approcci pratici ed **orientati al futuro** per affrontare questioni strutturali chiave. Nel complesso, il Toolkit si concentra sul valorizzare le pratiche rigenerative esistenti, promuovere la collaborazione tra settori e costruire alleanze che sostengono le trasformazioni verso la sostenibilità.

Sebbene progettati e testati sul campo specificamente in contesti rurali-montani, i metodi in questo Toolkit sono adattabili ad altre regioni che affrontano sfide simili.







© Giulia Corradini

SEZIONE 2 – DALLA PROGETTAZIONE ALLA VALUTAZIONE

2.1 LA PROGETTAZIONE DEL PROCESSO

Il successo di qualsiasi processo di coinvolgimento dipende non solo dalla qualità dei singoli metodi, ma dalla **progettazione** e dall'**esecuzione** complessive. Un processo ben progettato richiede un'attenta pianificazione per garantirne la **coerenza, la pertinenza e l'efficacia**. Prima di qualsiasi attività partecipativa, è importante identificare e comprendere a fondo una serie di aspetti chiave.

La "**Bussola per la progettazione**" riportata di seguito è uno strumento per pensare alle diverse componenti di qualsiasi tipo di incontro (ad esempio: un workshop, un evento, una lezione), seguendo un approccio orientato allo scopo e basato sui bisogni. La "Bussola per la progettazione" trae ispirazione dalla Medicine Wheel (Biester e Mehlmann 2020) e dal lavoro di Job Van Den Berg e Neza Krek¹.



Le seguenti domande guida possono essere utilizzate per progettare qualsiasi tipo di evento partecipativo:

- **SCOPO:** Qual è lo scopo di questo evento partecipativo? Perché lo stiamo facendo? Quali risultati vogliamo ottenere, sia in termini di contenuti che di processo? Quali informazioni specifiche desideriamo raccogliere per obiettivi di ricerca (se presenti)?
- **CONTESTO:** A quali bisogni/lacune, minacce e opportunità stiamo rispondendo? Quali risorse danno energia al sistema di riferimento e ne sostengono la vitalità? Qual è la storia e il background del luogo e della comunità? Quali sono le risorse chiave? Qual è il contesto istituzionale?
- **VISIONE:** Cosa vogliamo che i partecipanti si portino a casa? (in termini di conoscenza, ma anche reti, esperienze, competenze trasversali, relazioni, ecc.)? Qual è il nostro background, i nostri valori ed orientamento normativo e come desideriamo che si riflettano nella progettazione?

1. <https://www.nezakrek.com/>

- **FACILITATORE (HOST):** Quali competenze e abilità (hard e soft, scientifiche e non) ci servono per raggiungere lo scopo? Quali possediamo nel team e quali devono essere integrate?
- **PARTECIPANTI:** Chi dovrebbe essere coinvolto (compresi esseri umani e non umani)? Chi è essenziale per raggiungere lo scopo? Chi o cosa è attualmente invisibile, marginalizzato o ha bisogno di una voce? Come possiamo garantire diversità e partecipazione equilibrata?
- **PROGRAMMA:** Quale schema complessivo e metodi specifici dovrebbe includere il programma? Quali metodi e strumenti sono più adatti al contesto? Cosa sarà utile nel momento specifico, con il target selezionato, in quel particolare luogo e per quello specifico scopo? Come rendere il processo pertinente, efficace, d'impatto, divertente, coinvolgente ed arricchente?
- **RISORSE:** Quali risorse sono necessarie? (ad esempio: esperti, fondi, attrezzature, materiali, locali). Chi nel team può contribuire e quali compiti possono essere delegati? Dovrebbe essere coinvolto un esperto esterno, ad esempio un facilitatore qualificato?



2.2 FLUSSO E FASI DEL PROCESSO

In questo Toolkit, ci ispiriamo alla Teoria U e all'Indagine elogiativa (*Appreciative Inquiry*) come framework di facilitazione consolidati per guidare la struttura di un processo partecipativo e i suoi passaggi specifici. Sia la Teoria U che l'Indagine elogiativa spostano l'attenzione dalla risoluzione dei problemi alla costruzione di possibilità, promuovendo la collaborazione per identificare e realizzare le visioni future desiderate dal gruppo. La Teoria U invita i partecipanti a sospendere il giudizio, mettere in discussione paradigmi interiorizzati ed **esplorare nuove prospettive**, liberandosi dai modi abituali di pensare e, al contempo, connettendosi a **motivazioni e valori profondi** (Scharmer, 2017). L'Indagine elogiativa è un approccio basato sui **punti di forza** che sfrutta il dialogo per scoprire ed amplificare le potenzialità all'interno di comunità, organizzazioni o team (Zandee e Cooperrider 2008). Oltre alla Teoria U e all'Indagine elogiativa, i percorsi offerti in questo Toolkit attingono ai principi dell'apprendimento trasformativo, del *design thinking* e del pensiero sistemico (Reason e Bradbury 2008).

Basarsi su questi framework ci permette di raggiungere **coerenza nella progettazione**, aiutando a prevenire la dissonanza cognitiva e il disimpegno. La figura sottostante illustra le principali fasi del processo, ispirati alla Teoria U e all'Indagine elogiativa.

RIUNIRSI: La fase di apertura introduce i temi chiave dell'evento partecipativo, chiarisce gli obiettivi e favorisce un'atmosfera collaborativa, inclusiva e accogliente.

ESPLORARE: La fase "divergente" incoraggia i partecipanti a generare un'ampia gamma di idee e prospettive, scoprendo nuove possibilità e aprendo le menti.

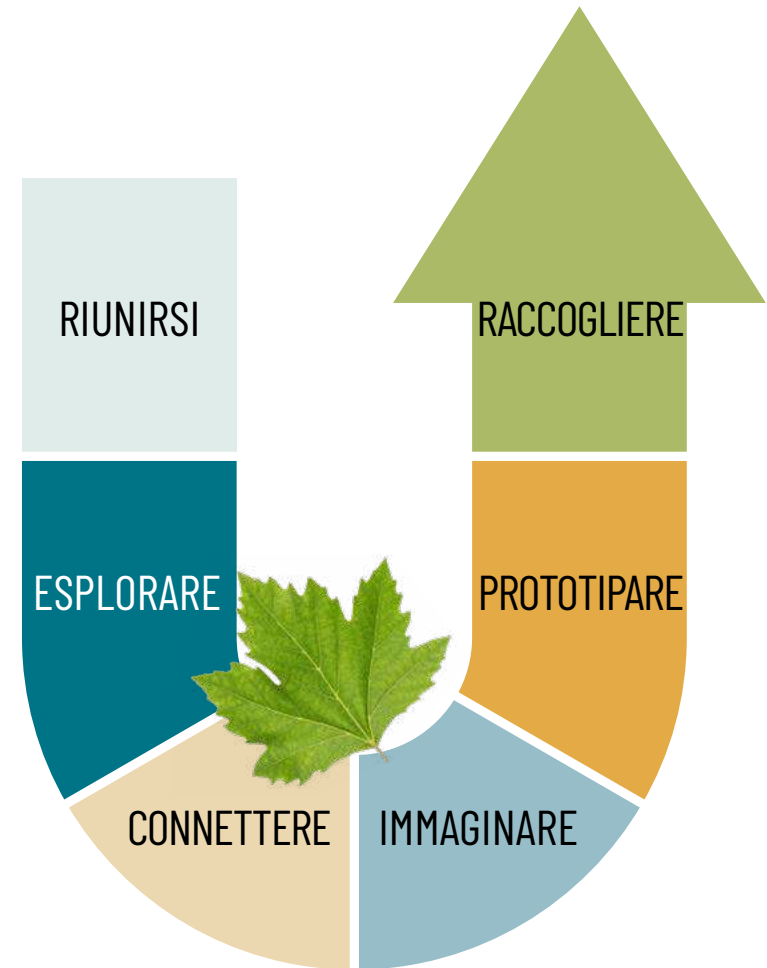
CONNETTERE: La fase riflessiva collega le motivazioni personali, le convinzioni e le fonti di saggezza dei partecipanti all'argomento in questione.

IMMAGINARE: La fase di immaginazione esplora futuri ideali e sviluppa un senso di scopo e azione.

PROTOTIPARE: La fase "convergente" dettaglia scenari futuri, passa dalla visione agli obiettivi e sviluppa piani attuabili.

RACCOGLIERE: La fase di chiusura si concentra sul raccolto delle intuizioni chiave e sull'identificazione di possibili impegni futuri.

Dividere il processo in fasi aiuta a identificare i metodi più efficaci e i risultati desiderati per ciascuna fase. I cinque percorsi in questo Toolkit seguono questa struttura, anche se non tutti i percorsi comprendono ogni fase.



Design by Moriggi, drawing from Theory U

2.3 ELEMENTI BASE PER LA PROGETTAZIONE

Una facilitazione efficace dipende da un mix di elementi essenziali, tangibili e intangibili. Sulla base della nostra esperienza con i Laboratori del progetto VERVE e grazie ai riscontri dei partecipanti, abbiamo identificato i seguenti elementi come cruciali:



1. **Convivialità:** create un'atmosfera calda e informale, tenendo presente che i partecipanti sono, prima di tutto, esseri umani. I rinfreschi sono importanti: puntate a cibi e bevande gustosi, di provenienza locale e prodotti in modo sostenibile, quando possibile.
2. **Flessibilità:** prevedete movimento e fluidità, tra esterno e interno, tra l'angolo caffè e biscotti e il lavoro di gruppo, tra spazi per la condivisione e spazi per la privacy. Ad esempio, per consentire la partecipazione di giovani madri, potete incoraggiarle a portare i loro bambini, se necessario, e mettere a disposizione una stanza extra, comunicante con lo spazio plenario, per possibili allattamenti o altre esigenze personali.
3. **Facilitatore presente:** rimanete presenti e connessi, fate sentire le persone al sicuro e guidate, condividete la struttura generale e le intenzioni. Fidatevi del processo, anche quando vi sentite sopraffatti dal "caos co-creativo".
4. **Ascolto attivo:** incoraggiate i partecipanti a praticare l'ascolto attivo durante tutta la sessione. Potete invitare i partecipanti a: andare oltre il semplice ascolto delle parole pronunciate, cercare di sintonizzarsi con i pensieri e i sentimenti sottostanti di chi parla; concentrarsi pienamente sulla persona che parla senza pianificare in anticipo la propria risposta o reazione; sforzarsi di avvicinarsi a ciò che viene detto con una mente aperta, priva di giudizio, con l'obiettivo di comprendere veramente.
5. **Silenzio:** accogliete il silenzio e create spazio perché emerga ogni volta che è necessario. Il silenzio è generativo, consente la manifestazione di idee e intuizioni e l'espressione del linguaggio del corpo.



© Giulia Corradini

6. **Curiosità:** rimanete curiosi riguardo alle persone coinvolte e agli argomenti e alle dinamiche che emergono. Evitate di essere giudicanti, paternalistici o di ricorrere alla "facipulazione" (la facilitazione manipolatoria). Utilizzate materiali che suscitino curiosità e alternate metodi individuali e di gruppo per mantenere vivi energia e interesse. N.B. Curiosità e cura condividono le stesse radici etimologiche!
7. **Reciprocità:** concentratevi non solo su ciò che volete ottenere come ricercatori-facilitatori, ma anche su ciò che potete offrire come gesti di gratitudine. Onorate il tempo e l'impegno dei partecipanti con un pensiero premuroso, come una bella penna e un quaderno all'arrivo, un allestimento esteticamente gradevole e una breve relazione che riassume i risultati dell'evento partecipativo a posteriori.
8. **Sedie mobili:** si può fare a meno dei tavoli, ma le sedute fisse sono un problema! Visitate la sede dell'evento in anticipo per assicurarvi che soddisfino le esigenze dell'evento partecipativo.
9. **Consenso informato:** assicuratevi che i partecipanti forniscano il consenso scritto per eventuali foto, video o registrazioni per proteggere la loro privacy e, se necessario, per l'elaborazione e l'utilizzo dei dati. Assicuratevi che i moduli di consenso informato siano conformi alle normative vigenti sulla protezione dei dati. Se necessario per scopi di ricerca, fornite anche un protocollo etico approvato da un comitato scientifico.
10. **Team:** i processi più semplici possono essere gestiti da due persone. Per quelli più complessi, cercate di avere tre-quattro membri del team presenti, con ruoli e responsabilità chiare. Perché quattro? Per facilitare il lavoro di gruppo, prendere appunti, gestire i moduli di consenso e il foglio presenze, documentare il workshop, preparare i materiali, gestire lo spazio e assistere con altre attività, se necessario (ad esempio, accogliere i partecipanti in ritardo).

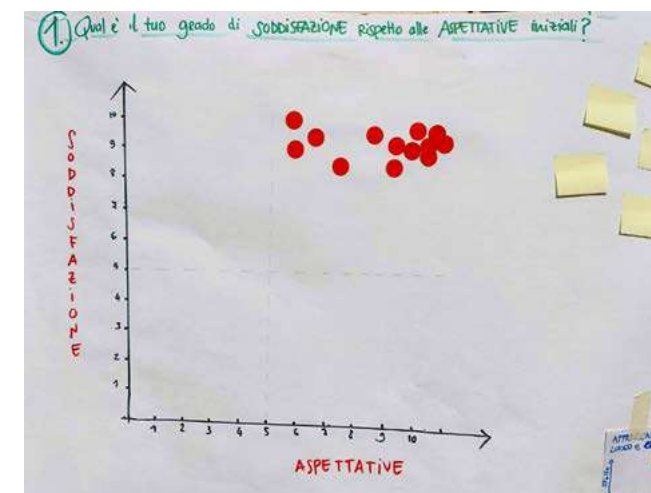
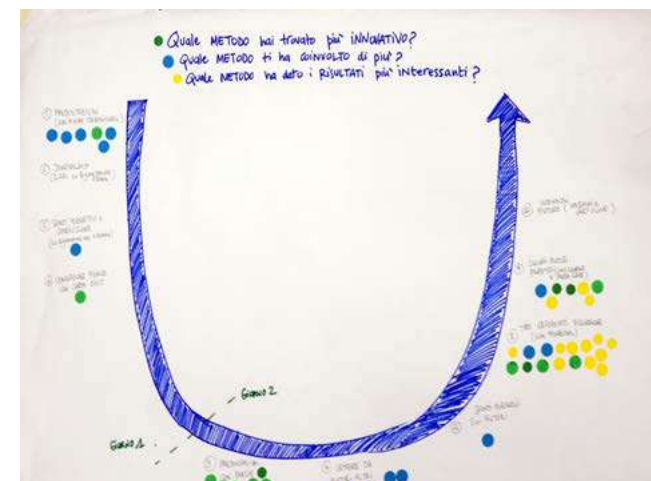
Per un elenco più completo di ingredienti vincenti per una facilitazione efficace, si prega di fare riferimento a Pearson et al. 2018 (pp. 9-14) e a Chambers 2002.



FEEDBACK ISTANTANEO SU POSTER

I partecipanti forniscono feedback anonimi e individuali al termine della sessione utilizzando appositi poster predisposti in anticipo, che vengono appesi al muro in un angolo appartato o all'esterno della stanza (per garantire l'anonimato), dove i partecipanti possono esprimere le proprie opinioni utilizzando pallini adesivi colorati. Questo approccio è rapido, accessibile a tutti, e spesso genera preziose intuizioni per il progetto. Nel progetto VERVE, abbiamo utilizzato i poster per raccogliere feedback su tre aspetti:

1. *Soddisfazione generale*: i partecipanti hanno valutato la loro esperienza complessiva rispetto alle aspettative iniziali.
2. *Apprezzamento generale*: i partecipanti hanno valutato la loro esperienza dell'evento in base all'approccio creativo e partecipativo utilizzato, nonché alla sua percepita utilità.
3. *Efficacia dei metodi*: utilizzando diversi pallini adesivi colorati, i partecipanti hanno risposto a ciascuno dei seguenti prompt:
 - Quali metodi hai trovato più innovativi?
 - Quali metodi hai trovato più coinvolgenti?
 - Quali metodi hanno prodotto i risultati più interessanti?



QUESTIONARIO ANONIMO

Un questionario anonimo può offrire ulteriori approfondimenti sull'efficacia del processo. Nel progetto VERVE, abbiamo distribuito il sondaggio 2-3 mesi dopo l'evento partecipativo, insieme ad una relazione di sintesi che evidenziava i principali risultati del processo.

Il questionario includeva circa 15 domande e richiedeva circa 20 minuti di tempo per essere compilato. Comprende argomenti come:

- Esperienza pregressa dei partecipanti con processi co-creativi;
- Valutazione complessiva dell'evento partecipativo;
- Fattori chiave che hanno contribuito al suo successo;
- Suggerimenti per il miglioramento;
- Cambiamenti o impatti personali derivanti dall'evento partecipativo.
- Abbiamo anche chiesto se l'evento partecipativo avesse contribuito a migliorare una serie di competenze personali definite dal Framework degli **Obiettivi di Sviluppo Interiore** (*Inner Development Goals - IDGs*). Il Framework comprende 23 "abilità trasformative per lo sviluppo sostenibile", raggruppate attorno a cinque dimensioni: Essere, Pensare, Relazionarsi, Collaborare, Agire. Alcuni esempi di queste competenze includono: consapevolezza di sé, pensiero critico, fiducia, consapevolezza della complessità, ottimismo e umiltà.
- Una panoramica completa degli Obiettivi di Sviluppo Interiore è disponibile qui:



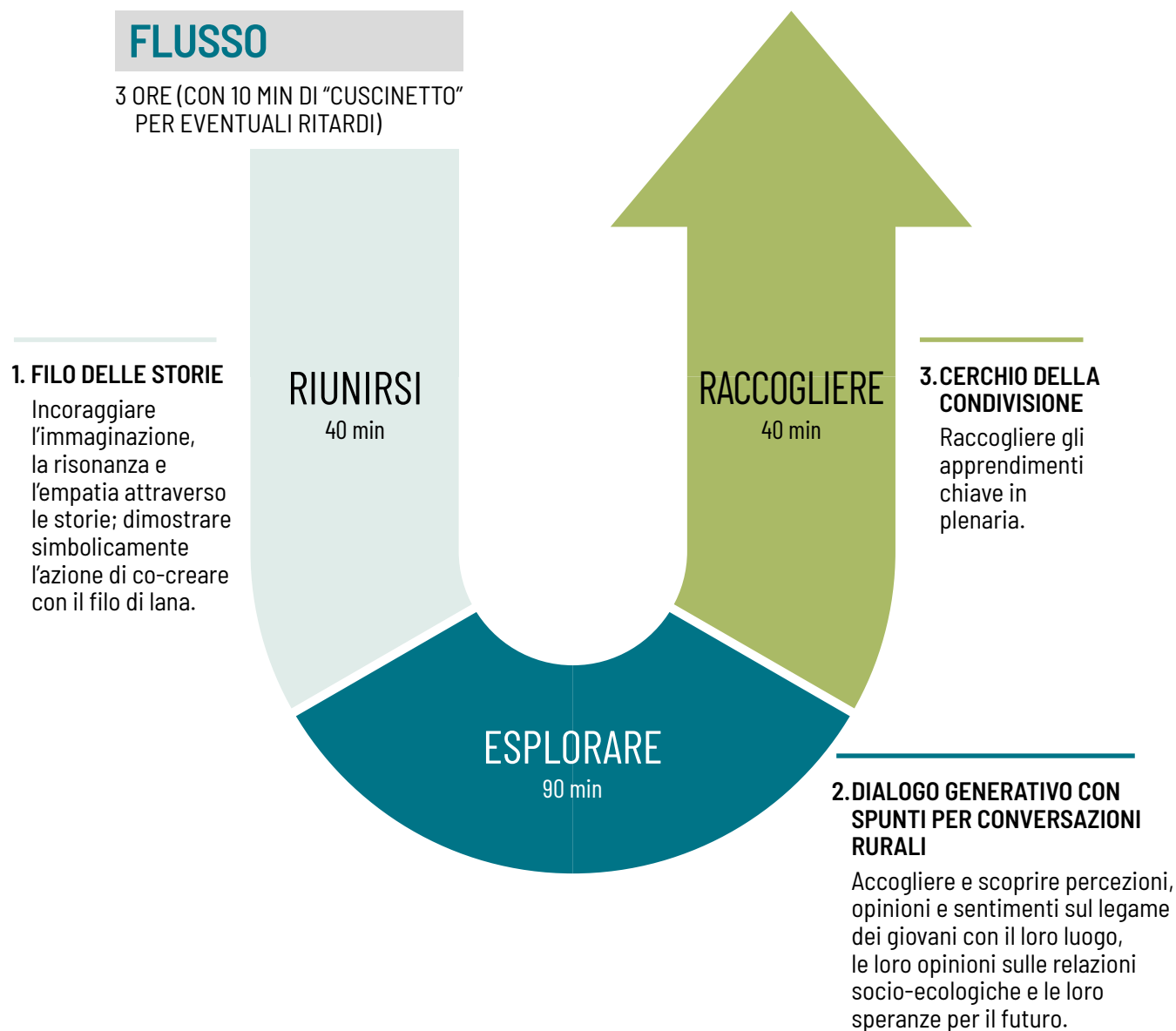









SEZIONE 3 – PERCORSI E METODI

Percorso 1. Noi siamo il domani: le prospettive dei giovani sui futuri rurali-montani

DOMANDA GUIDA	Qual è la percezione dei giovani dei luoghi rurali-montani in cui vivono o dove vorrebbero vivere e cosa vogliono per il futuro?
OBIETTIVI CHIAVE	<ul style="list-style-type: none"> • Raccogliere idee, speranze e visioni dei giovani; • Dipingere un quadro più ricco e complesso delle aree rurali montane, andando oltre le storie stereotipate o semplificate; • Approfondire il legame e l'apprezzamento dei giovani per il loro territorio; • Costruire opportunità per fare rete e per creare massa critica.
IL CASO DI VERVE	<p>Cosa: un workshop di tre ore con focus specifico sui giovani;</p> <p>Dove: provincia di Belluno, regione del Veneto, Italia;</p> <p>Chi: 23 partecipanti (età: 13-18 anni), abitanti della zona.</p>







 SCOPO E DESCRIZIONE	Un modo per liberare il potere della narrazione, praticare l'ascolto attivo e incarnare il concetto di "co-creatività". Creando una trama collettiva, i partecipanti stabiliscono un contatto visivo e creano un senso di unità nella diversità. L'atto di passare il filo di lana mentre si nominano gli altri, spinge i partecipanti a ricordare i nomi delle altre persone.
 DURATA	20 - 40 minuti (a seconda del numero di partecipanti, 2 minuti a persona)
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Un gomitolo di lana (possibilmente di produzione locale, con colori naturali);• Preparare lo spazio in modo che le persone possano stare in cerchio e vedersi l'un l'altro.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Chiedi ai partecipanti di disporsi in cerchio e fornisci loro i seguenti spunti di condivisione: "Mi chiamo..." "Quando ero bambino/a/da adulto/a, la mia storia preferita era/è.... perché...." "Passo il filo a... (nome di qualcuno)"• Nei Laboratori di VERVE, abbiamo utilizzato questo metodo come introduzione al dialogo generativo. Al termine della condivisione, abbiamo utilizzato la metafora del filo per evidenziare gli ingredienti principali dell'esercizio seguente.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Abbiamo sperimentato una versione di questo metodo alla conferenza "Play, perform, learn, grow" (Grecia, 2019).• Questo metodo è stato a lungo utilizzato come rompighiaccio in molti contesti. Vedi, ad esempio, il video "Hall of icebreakers": https://www.youtube.com/watch?v=pnnV38PXZ-U;• Sulla co-creatività, si veda: Franklin 2021.



Qui, il termine co-creatività si riferisce all'integrazione di "collaborazione" - lavorare con gli altri - e "creatività", intesa come "incarnare un modo generativo di pensare ed essere, vedere e fare, derivante da forme relazionali di pratica della conoscenza"

(rif. Franklin 2021, p. 2).

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Questa attività invita i partecipanti a riflettere sul legame dei giovani con il loro territorio, sulle loro opinioni in merito alle relazioni socio-ecologiche e sulle loro aspirazioni per il futuro. Ispirata al concetto di “dialogo generativo” di Scharmer (2018), promuove conversazioni più profonde che vanno oltre le chiacchiere di tutti i giorni, suscitando nuove intuizioni e una comprensione condivisa che può portare a cambiamenti significativi.</p> <p>I partecipanti utilizzano gli “Spunti per conversazioni rurali del progetto VERVE”, una serie di cartoline create durante il “Laboratorio di Photovoice”, che puoi scaricare come Materiali Supplementari n.1 di questo Toolkit. Ciascuna cartolina, scritta da un giovane residente o appassionato di un’area rurale montana, offre storie personali che arricchiscono e mettono in discussione rappresentazioni altrimenti semplicistiche o astratte della vita rurale. Queste narrazioni esplorano temi quali le relazioni socio-ecologiche, il senso del luogo, il cambiamento socio-economico, la gestione delle risorse e le aspirazioni per una vita buona. Riflettendo e commentando queste cartoline, i partecipanti sono incoraggiati a pensare criticamente, scambiare idee e sviluppare una comprensione più ricca delle dinamiche socio-ecologiche rurali.</p>
 DURATA	<p>60 - 90 minuti (5’ per le istruzioni, 5’ per la creazione dei gruppi, 10’ per la lettura delle cartoline, 45’ per la discussione)</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Disponi lo spazio in modo che i partecipanti possano riunirsi in piccoli gruppi e sedersi comodamente guardandosi l’un l’altro;• Disponi gli Spunti per conversazioni rurali (su un tavolo o per terra) dove i gruppi si siederanno. Puoi selezionare circa 10 cartoline per gruppo;• Fornisci pennarelli e fogli per annotare i punti principali che emergono dal dialogo (opzionale)..
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Mentre siete in plenaria, ricorda ai partecipanti le regole di base dell’ascolto attivo (vedi la sezione introduttiva di questo Toolkit);• Spiega lo scopo dell’esercizio e del dialogo generativo, e che troveranno una selezione di cartoline che potranno utilizzare come spunti di conversazione per il dialogo. Puoi descrivere il dialogo come un approccio in cinque fasi, guidato da domande specifiche;



CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓



FLUSSO

- Fornisci loro le domande per ogni fase, possibilmente scritte su un foglio che ogni gruppo può portare con sé:
 1. Cosa ti colpisce delle immagini e delle storie? (ad esempio, cosa ti tocca, ti disturba, ti interroga...)
 2. Di cosa parlano? Quali argomenti sono rappresentati? Qual è il contesto in cui sono inserite e quali sono i fattori coinvolti?
 3. Quali, se presenti, sono le somiglianze tra le immagini? E cosa, se presente, le rende diverse? Ci sono temi ricorrenti? Ci sono temi che sembrano più marginali? C'è qualcosa che pensi sia stato tralasciato in queste storie?
 4. Cosa ti raccontano le storie del rapporto dei giovani con il loro territorio?
 5. Quali pensieri emergono riguardo al tuo rapporto personale con il territorio?
- Formate gruppi di 3-5 persone, assegnando i partecipanti casualmente a ciascun gruppo;
- Spiegate che una volta raggiunto il loro gruppo, dovrebbero seguire queste istruzioni:
 - Nel caso in cui non ci sia una facilitazione guidata per ciascun gruppo, identificate una persona che tenga traccia del tempo e un'altra persona che prenda degli appunti (quest'ultima cosa è facoltativa);
 - Dedicate 5-10 minuti a guardare le cartoline e a leggerne i testi. Quindi scegliete due cartoline a persona;
 - Iniziate la conversazione, seguendo le domande nell'ordine fornito sopra.








ISPIRAZIONE

- Per la Teoria U e il dialogo generativo, si veda Scharmer 2018;
- Per la Photo elicitation e il Photovoice, si veda Kong et al. 2015.

Per saperne di più sul Laboratorio di Photovoice del progetto VERVE, si veda



© Giulia Corradini

 SCOPO E DESCRIZIONE	Uno spazio sicuro in cui i partecipanti possono esprimersi e riflettere sulla propria esperienza; un modo per raccogliere idee, sentimenti e intuizioni emersi durante il dialogo generativo. Questa pratica aiuta a creare significato e connessione, garantendo al contempo che la voce di tutti venga ascoltata senza fretta.
 DURATA	20 - 40 minuti (a seconda del numero di partecipanti, almeno 2' per partecipante)
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• La stanza dovrebbe essere organizzata in modo che tutti possano sedere in cerchio e vedersi l'un l'altro;• Un oggetto simbolico (ad esempio, un bastoncino di legno) può essere posto al centro della stanza, in modo che chiunque voglia parlare possa prenderlo e rimetterlo al centro quando ha finito di condividere;• Post-it e penne (opzionale).
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Riunisci tutti in cerchio e invitali a sedersi comodamente;• Riassumi brevemente il lavoro svolto durante il workshop;• Spiega lo scopo dell'esercizio e fornisci alcuni spunti per la condivisione, come ad esempio:<ul style="list-style-type: none">- <i>Qual è un messaggio chiave che porti a casa e condividerai con i tuoi amici o colleghi dopo il workshop?</i>- <i>Cosa ti piacerebbe vedere di più in attività partecipative future?</i>• Concedi alcuni minuti di riflessione silenziosa oppure, in alternativa, fornisci post-it e penne in modo che tutti possano annotare i propri pensieri;• Invita chi è pronto a condividere le proprie impressioni;• Assicurati che tutti nel cerchio abbiano avuto la possibilità di dire qualcosa, se lo desiderano;• Ringrazia tutti per l'impegno e la condivisione.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Per un uso simile del metodo si veda Pearson et al 2018 (metodo n. 26) "Closing Circle", p. 55;• Per i cerchi di condivisione nella terapia forestale, si veda Clifford 2018 e https://silvotherapy.co.uk/articles/sharing-circles.



© Giulia Corradini

Percorso 2. Allargare gli orizzonti: integrare prospettive interne ed esterne sui futuri rurali- montani e i percorsi di innovazione

DOMANDA GUIDA	In che modo differenti pratiche innovative e paradigmi di sviluppo possono coesistere ed ampliare lo spettro dei futuri possibili?
OBIETTIVI CHIAVE	<ul style="list-style-type: none"> • Approfondire ed ampliare la conoscenza delle tendenze, pratiche e caratteristiche di specifiche aree rurali-montane; • Raccogliere diverse opinioni sul futuro delle aree rurali-montane; • Facilitare il dialogo tra prospettive locali e globali, e tra molteplici settori, collegando intuizioni di insider e outsider (rispetto all'area geografica); • Portare all'attenzione pratiche innovative ed esplorare il loro potenziale ruolo nel plasmare i futuri rurali-montani.
IL CASO DI VERVE	<p>Cosa: un dialogo di tre ore che ha coinvolto molteplici stakeholder, progettato per scopi educativi. Ha riunito studenti di una summer school internazionale e stakeholder locali. La summer school, intitolata "Cibo e Innovazione per la Transizione Rurale: il caso Toscana" è organizzata dall'Università di Pisa e dal Laboratorio Sismondi.</p> <p>Dove: Garfagnana, regione Toscana, Italia;</p> <p>Chi: 30 partecipanti, di cui 15 studenti internazionali e 15 stakeholder locali e regionali provenienti da vari settori legati ai sistemi alimentari (ad esempio, turismo, agricoltura, silvicoltura, istituzioni locali, istruzione).</p>

FLUSSO

2.5 ORE (CON 10 MIN DI "CUSCINETTO")

1. CERCHIO DEGLI OGGETTI

Creare un senso di unità nella diversità utilizzando l'impatto sensoriale ed emotivo di oggetti e delle storie personali per creare uno spazio condiviso.

RIUNIRSI
25 min

2. ESPANDERE I FUTURI CON LE CARTE RURALI

Esplorare le percezioni delle persone sul futuro del loro territorio, presentando un ventaglio diversificato di possibilità.

ESPLORARE
45 min

RACCOLGERE
10 min






3. SCAMBIO DI PAROLE ESSENZIALI

Esprimere una parola per ciascuno, come rito di chiusura.

IMMAGINARE
60 min





3. TRE ORIZZONTI E DIALOGO COL FISHBOWL

Ispirare ed esplorare visioni per il futuro e percorsi per raggiungerle attraverso il dialogo interculturale.

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Presentarsi attraverso gli oggetti: un modo per creare connessioni significative ed empatiche. Gli oggetti raccontano storie, memorie e legami con luoghi ed eventi specifici, creando un terreno comune con gli altri. Questo metodo incoraggia la curiosità e il rispetto, riconoscendo somiglianze e differenze e stabilendo un'atmosfera generativa fin dai primi momenti di qualsiasi incontro.</p>
 DURATA	<p>20 - 30 minuti (a seconda del numero di partecipanti, 1 minuto a persona o 2 minuti se il tempo lo permette)</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Organizza la stanza in modo che tutti possano stare in un ampio cerchio, assicurandoti che tutti i partecipanti possano vedersi;• Prevedi alcune sedie per chi potrebbe aver bisogno di sedersi;• Porta con te degli oggetti extra nel caso in cui qualcuno (o tu come facilitatore/facilitatrice!) dimentichi il proprio.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Alcuni giorni prima dell'evento, chiedi ai partecipanti di portare un oggetto o un'immagine che rappresenti il loro lavoro e/o il loro impegno per il loro territorio;• Durante il workshop, invita le persone a disporsi in cerchio con i loro oggetti;• Chiedi ai partecipanti di presentarsi e di presentare l'oggetto che hanno portato, e dopo aver condiviso, di posizionarlo al centro del cerchio;• Chiedi a una persona del team di facilitazione di iniziare a condividere, presentando il proprio oggetto e il pensiero ad esso collegato per stabilire il tono e il ritmo dell'esercizio;• Permetti a ciascuno di condividere quando è pronto, senza seguire un ordine particolare (stile pop-corn);• Pratica l'ascolto attivo durante la condivisione e mostra apprezzamento per le storie raccontate.• Ringrazia tutti per aver condiviso al termine del cerchio.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Per un uso simile del metodo si veda Pearson et al. 2018, Metodo 1 "Circle of objects".



© Yufan Sun

 <p>SCOPO E DESCRIZIONE</p>	<p>Un metodo visivo utilizzato per raccogliere diverse percezioni sul futuro delle aree rurali-montane e per ampliare la comprensione delle pratiche, dei fenomeni e delle tendenze che influenzano le regioni rurali-montane in Europa.</p> <p>Le Carte Rurali del progetto VERVE comprendono 66 immagini che raffigurano pratiche attuali ed emergenti, come la telemedicina, il benessere basato sulla natura, le cooperative di comunità, e i megatrend (le "megatendenze") come il cambiamento climatico. Abbinata al Cono dei Futuri, queste Carte invitano ad immaginare ciò che potrebbe essere possibile, probabile o impossibile. Innescano anche conversazioni sulle innovazioni emergenti, nonché su pratiche già consolidate e sul loro potenziale nel plasmare il futuro delle aree rurali-montane.</p>
 <p>DURATA</p>	<p>25 - 45 minuti</p>
 <p>MATERIALI E DISPOSIZIONE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Carte Rurali (vedi Materiale Supplementare n. 2 di questo Toolkit); un poster di dimensioni A1 con tre cerchi concentrici, ciascuno intitolato: probabile, possibile, impossibile; • Le carte e i poster sono idealmente posizionati su grandi tavoli, con le persone in piedi attorno ad essi; • Una versione stampata o digitale (mostrata su una presentazione PPT) del Cono dei Futuri.
 <p>FLUSSO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Puoi condurre l'esercizio in gruppi o in plenaria. Se in gruppi, dividi le persone - minimo 4, massimo 6 persone per gruppo. Se in plenaria, puoi avere fino a 15 persone attorno al tavolo; • Introduci brevemente le diverse dimensioni del Cono dei Futuri che verranno utilizzate durante l'esercizio. • Posiziona la carta sopra il poster e poni alle persone le seguenti domande: <ul style="list-style-type: none"> <i>Osserva le immagini. Queste pratiche/fenomeni rimarranno (o diventeranno) dominanti in futuro?</i> <ul style="list-style-type: none"> - Sì, è probabile (è verosimile che accada) - Forse, è possibile (potrebbe accadere) - No, è impossibile (non accadrà mai) <i>Scegli una carta per risposta e posizionala sul cerchio corrispondente del poster. Cerca di pensare da una prospettiva neutrale: non ciò che preferiresti che fosse probabile o possibile, ma ciò che pensi possa realisticamente accadere in base alle tue conoscenze.</i> • Una volta scelte e distribuite le carte sul poster, chiedi ai partecipanti di condividere il ragionamento alla base delle loro scelte e invita una breve discussione. È importante che tutti abbiano la possibilità di spiegare le carte che hanno scelto; • Se il tempo lo permette, può seguire un altro giro di domande: <ul style="list-style-type: none"> <i>Ora, per favore, riorganizzate le carte in base al vostro futuro preferibile:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Cosa vi piacerebbe vedere come probabile, come possibile e come impossibile? - Ci sono innovazioni che pensate possano aiutare a realizzare i vostri futuri preferibili? (opzionale) • Discuti i principali spunti emersi. <p>Per passare al metodo successivo, quello dei Tre Orizzonti, invita ogni partecipante a selezionare due carte, tenendo a mente l'obiettivo finale. Nel Laboratorio di VERVE, l'obiettivo finale erano le "trasformazioni dei sistemi alimentari in uno specifico contesto socio-ecologico rurale-montano".</p> <p>Una carta dovrebbe rappresentare una sfida o una limitazione nel sistema attuale che i partecipanti vogliono lasciarsi alle spalle (Orizzonte 1). L'altra carta dovrebbe rappresentare un elemento essenziale per il sistema futuro che i partecipanti aspirano a creare e che vogliono portare avanti (Orizzonte 3). Quindi, posiziona le due carte sul poster dei Tre Orizzonti.</p>

CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓

Questo metodo si ispira al Cono dei Futuri, un diagramma a forma di cono, utilizzato per rappresentare visivamente la varietà di futuri alternativi (potenziali). La prima visualizzazione conosciuta fu creata da Hancock e Bezold nel 1994.

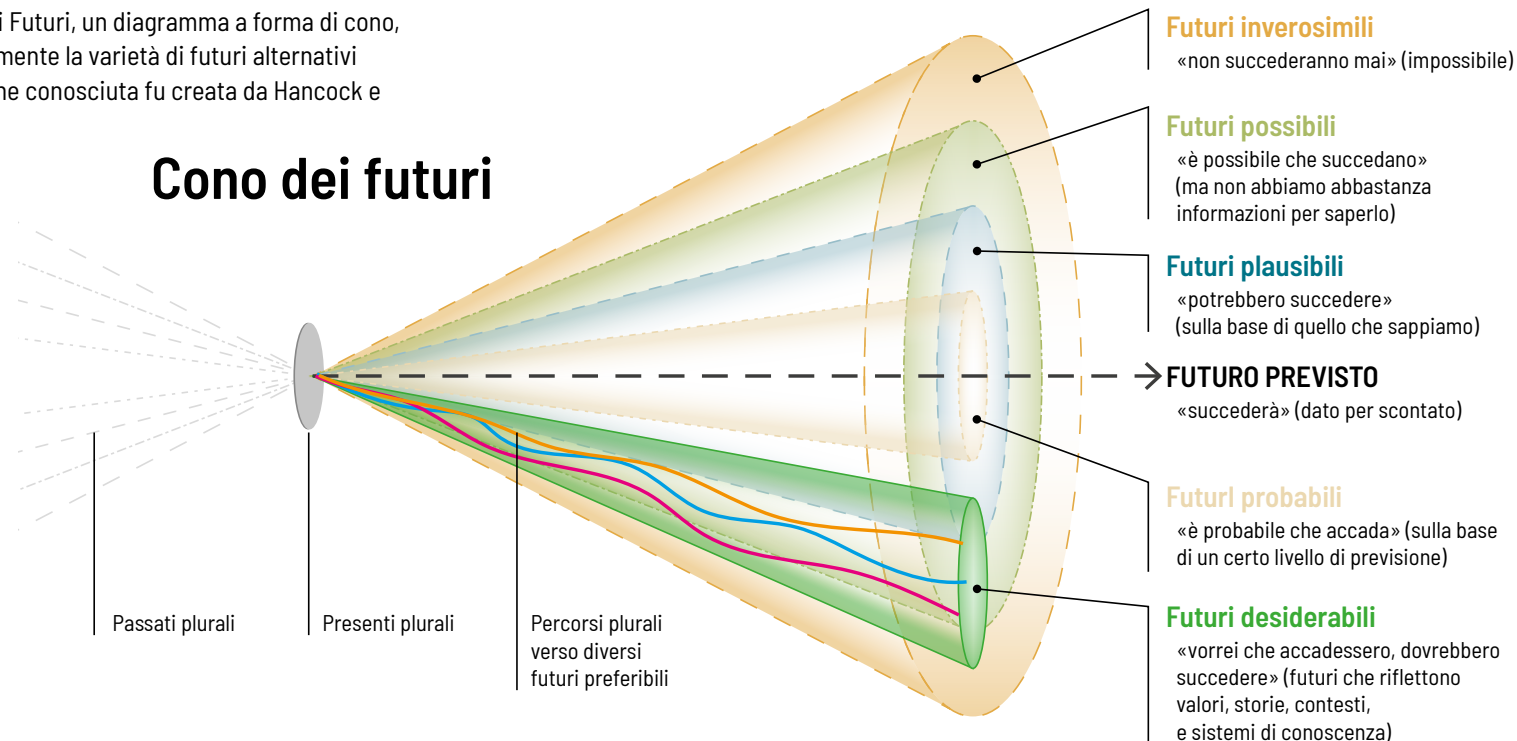


Immagine degli autori, adattata da Cork et al 2023

ISPIRAZIONE

- Per la versione più comune e conosciuta del Cono dei Futuri, si veda Voros 2017;
- Per una versione recente del Cono, si veda Christophilopoulos 2024;
- Si veda anche Chambers J. 2024.

Si veda anche il Progetto Ruralization e il loro set di carte.



CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓



Oltre al loro utilizzo con il Cono dei Futuri, le **Carte Rurali del progetto VERVE** possono essere applicate in molti modi diversi.

Ecco un esempio che abbiamo testato a scopo educativo: all'inizio di una lezione, utilizza le carte come esercizio di riscaldamento per valutare la conoscenza degli studenti in merito a megatendenze, fenomeni e pratiche rurali-montane. Disponi le carte su un tavolo e chiedi a ogni studente di sceglierne tre, guardando solo le immagini, non le descrizioni sul retro. Due carte dovrebbero rappresentare fenomeni che sono in grado di descrivere e una dovrebbe rappresentare qualcosa a loro sconosciuto. Chiedi loro di condividere le loro scelte, spiegare il loro ragionamento e, se necessario, fornire ulteriori informazioni riguardanti i temi rappresentati nelle carte.

CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓

Carte rurali del progetto VERVE

Settore agricolo	Settori non agricoli	Governance e società	Fenomeni ambientali	Servizi e infrastrutture
1. Impollinazione artificiale	18. Turismo eco/lento/verde	31. Gestione forestale collaborativa	45. Attacchi da bostrico	56. Centro rurale comunitario
2. Agricoltura di precisione	19. Turismo culturale e del patrimonio	32. Comunità intenzionali/verdi/energetiche	46. Eventi climatici estremi	57. Dighe e invasi
3. Utilizzazioni forestali	20. Turismo di massa	33. Movimenti di protesta	47. Grandi predatori	58. Università nei territori rurali
4. Agricoltura verticale	21. Terapie e benessere basati sulla natura	34. Cooperative e partenariati	48. Fauna selvatica	59. Infrastrutture di telecomunicazione
5. Agroforestazione	22. Educazione in foresta	35. Rifiuti e consumismo	49. Erosione del suolo e siccità	60. Telemedicina
6. Allevamento estensivo	23. Terapia assistita da animali	36. Cambiamenti nei ruoli di genere	50. Inquinamento ambientale	61. Mobilità sostenibile
7. Agricoltura intensiva e meccanizzazione	24. Artigianato rurale	37. Spopolamento e invecchiamento della popolazione	51. Degradazione degli ecosistemi	62. Seconde case e case vacanza
8. Allevamento intensivo	25. Prodotti selvatici non-legnosi	38. Cittadinanza attiva	52. Instabilità idrogeologica	63. Servizi di prossimità
9. Sistemi alimentari alternativi	26. Sequestro di carbonio	39. Economia circolare	53. Biodiversità	64. Edilizia sociale
10. Filiera alimentare corta	27. Caccia e pesca	40. Integrazione di migranti	54. Ritiro dei ghiacciai	65. Infrastrutturazione, accessibilità e connessione
11. Agricoltura sociale ed educativa	28. Miniere ed estrazione di risorse	41. Lavoro da remoto e imprenditoria digitale	55. Specie aliene invasive	66. Attività ricreative per giovani
12. Biodiversità culturale	29. Energie rinnovabili su suolo agricolo	42. Poli di innovazione rurale		
13. Agricoltura biologica e rigenerativa	30. Uso dell'acqua	43. Villaggi Smart		
14. Giovani agricoltori		44. Eventi culturali e festival		
15. Organismi Geneticamente Modificati (OGM)				
16. Usi tradizionali del suolo				
17. E-commerce rurale				



SCOPO E DESCRIZIONE

Il metodo dei Tre orizzonti offre una struttura semplice e intuitiva per collegare i sistemi attuali con le possibilità future e identificare le azioni visionarie necessarie per muoversi verso un futuro condiviso desiderato. Aiuta i gruppi a esaminare i modelli sistemici, a determinare quali modelli dominanti sono obsoleti e dovrebbero essere abbandonati, a immaginare i modelli che appartengono a un futuro desiderato e a esplorare come le tendenze emergenti possono facilitare la transizione dai sistemi presenti ai sistemi futuri. Combinato con la tecnica del Fishbowl ("la bolla del pesce"), il framework dei Tre orizzonti consente un dialogo strutturato e mirato, permettendo a tutte le voci di essere ascoltate e a diverse visioni di emergere in modo democratico.

I Tre orizzonti (3H) sono rappresentati visivamente come un grafico utilizzando i due assi—Tempo e Prevalenza—per mostrare come diverse idee, pratiche o sistemi si prevede che si evolveranno nel tempo. Nello specifico, i tre percorsi di sviluppo (H1, H2 e H3) rappresentano traiettorie distinte:

H1 - Si concentra sul sistema attuale, mappandone le sfide e identificando le caratteristiche che sono ancora necessarie ma che probabilmente giocheranno un ruolo minore in futuro;

H2 - Evidenzia le innovazioni emergenti, che possono sia sfidare che sostenere il sistema attuale e sono rilevanti nella fase di transizione tra presente e futuro;

H3 - Comprende sia le visioni di futuro che le pratiche di nicchia che attualmente mostrano un potenziale positivo. Queste pratiche virtuose potrebbero evolvere fino a diventare la norma in un futuro desiderato.

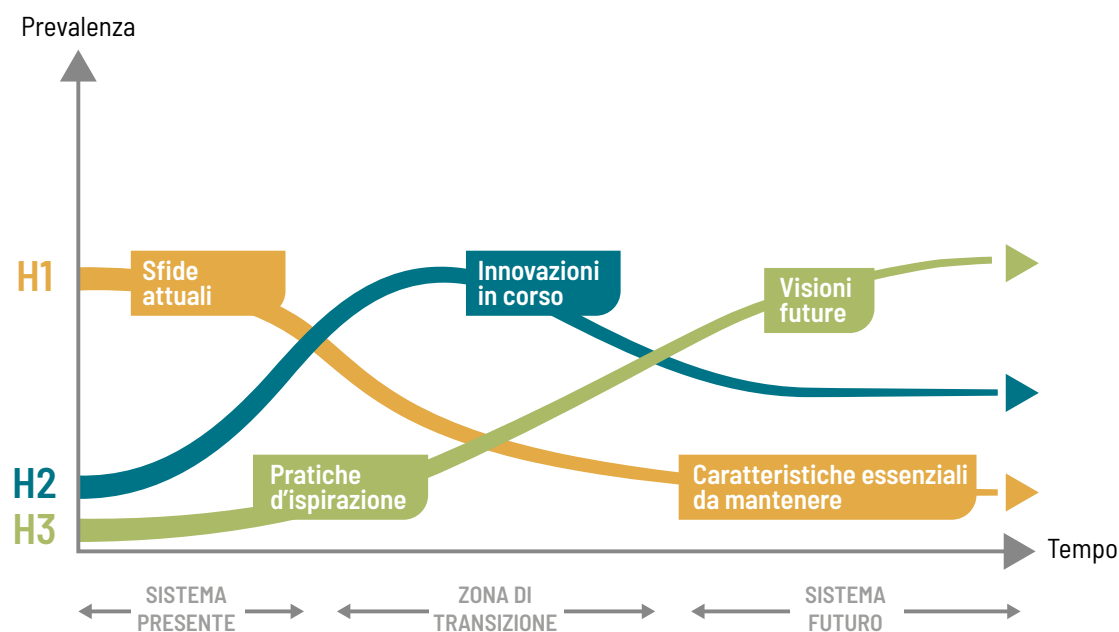






Immagine degli autori, adattato da Sharpe et al 2016






CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓

 DURATA	60 minuti
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Poster di dimensioni A0 (o più grande) con il grafico dei 3H già disegnato;• Post-it o ritagli di carta; pennarelli; Carte rurali del progetto VERVE;• Per il Fishbowl, disponi le sedie in due cerchi concentrici. Il numero di sedie varia, ma di solito non il cerchio interno comprende al massimo 5-6 sedie. Le rimanenti vengono posizionate all'esterno del cerchio interno.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Spiega le regole di base del metodo dei 3 orizzonti e del Fishbowl;• Riassumi i temi rappresentati dalle "Carte rurali" scelte dai partecipanti nella fase precedente e posizionate sulle traiettorie H1 e H3;• Chiedi al pubblico di convalidare, arricchire e integrare questa rappresentazione, seguendo le regole del Fishbowl (vedi sotto);• Ricorda ai partecipanti che la discussione verte su due domande principali. Ad esempio, nel Laboratorio di VERVE, ci siamo concentrati specificamente sulle trasformazioni dei sistemi alimentari e abbiamo chiesto: <i>Cosa dovrebbe essere lasciato indietro dei sistemi attuali? Quali caratteristiche, ora prevalenti, non sono più adatte allo scopo?</i> <i>Quali elementi dovrebbero essere presenti nel sistema futuro?</i> <ul style="list-style-type: none">• Annota i pensieri condivisi dai partecipanti su post-it separati e raggruppalili man mano che emergono;• È importante che la conversazione non diventi troppo astratta e vaga. Mantieni i partecipanti ancorati al contesto e alla scala in questione;• Di tanto in tanto, evidenzia diverse prospettive, elementi di maggiore consenso e possibili punti ciechi;• Riassumi i contributi chiave al termine del dialogo.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Per una rapida spiegazione dei 3H, guarda questo video del Doughnut Economics Action Lab: https://www.youtube.com/watch?v=_5KfRQJqpPU;• Per un'applicazione accademica dei 3H, si veda Fazey et al. 2020;• Per una spiegazione del Fishbowl e altre tecniche partecipative, si veda R. Chambers 2002.

CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓



Il **Fishbowl** (“bolla del pesce”) è un dialogo strutturato che consente una discussione dinamica e mirata. È un metodo altamente democratico che impedisce alle voci dominanti di monopolizzare la conversazione. Solo le persone sedute nel cerchio interno possono parlare. Una volta terminata la conversazione sull’argomento in questione, devono lasciare la sedia e chiunque seduto nel cerchio esterno può occupare il posto vuoto. Gli altri ascoltano attentamente. Nella versione “open fishbowl” utilizzata nel progetto VERVE, una sedia nel cerchio interno veniva lasciata sempre vuota.

 SCOPO E DESCRIZIONE	Un modo per sintetizzare un pensiero o un'emozione che i partecipanti si portano a casa dal workshop. Un breve momento di condivisione che dà voce a tutti e conclude l'incontro con un rituale.
 DURATA	5 - 10 minuti (a seconda del numero di partecipanti, 30 secondi a persona)
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	Prepara la stanza in modo che tutti possano disporsi in cerchio e vedersi l'un l'altro.
 FLUSSO	Chiedi a ciascuno di condividere, in una sola parola, ciò che si porta a casa dal workshop.
 ISPIRAZIONE	Per applicazioni di tale metodo nel contesto del <i>forest bathing</i> , si veda Clifford 2018.



© Yufan Sun

Percorso 3. Dai semi all'azione: visioni bioculturali per il futuro delle aree rurali-montane

DOMANDA GUIDA	Come può la biodiversità culturale essere un motore per la rigenerazione di un'area rurale-montana remota?	IL CASO DI VERVE	Cosa: Un workshop di un giorno e mezzo per la raccolta dati (ai fini della ricerca) e per lo sviluppo della comunità. Dove: Una valle remota e spopolata sul Monte Grappa (sito MAB UNESCO), regione del Veneto. Chi: 15 partecipanti provenienti da diversi settori pubblici e privati, alcuni residenti nella zona e alcuni esterni interessati al futuro del luogo. Tutti sostengono, in modi più o meno diretti e da diverse prospettive, la biodiversità culturale. Le pratiche specifiche includono: rigenerazione della biodiversità coltivata; custodia e coltivazione di semi antichi in campi sperimentali; filiere corte locali integrate di piante medicinali; restauro dell'architettura tradizionale e di ecosistemi di nicchia; conservazione genetica di alberi di castagno; educazione ambientale di percorsi e paesaggi locali.
OBIETTIVI CHIAVE	<ul style="list-style-type: none">• Promuovere i semi emergenti di innovazione per innescare visioni future e piani d'azione;• Creare uno spazio di dialogo e connessione tra <i>insider</i> (residenti dell'area) e <i>outsider</i> (residenti delle aree circostanti della regione);• Incoraggiare nuove prospettive e sfidare modi di pensare radicati, soprattutto apprendendo dalla saggezza del mondo non umano;• Fornire un percorso strutturato per far emergere sogni, valori e riflessioni profonde.		

Percorso 3. Dai semi all'azione: visioni bioculturali per il futuro delle aree rurali-montane

FLUSSO

1.5 GIORNI

1. CERCHIO DEGLI OGGETTI

Creare un'atmosfera di unità nella diversità attraverso il potere sensoriale degli oggetti e delle storie individuali.

2. SPERANZE E INTENZIONI

Permettere ai partecipanti di identificare e condividere speranze e intenzioni per il workshop.

PARTE FORMATIVA

Fornire conoscenze concettuali chiave sull'alfabetizzazione ai futuri e sulle principali sfide e opportunità nell'area remota.

3. RUOTA DEI FUTURI E SEMI DI BUON ANTROPOCENE

Esplorare i potenziali impatti che le buone pratiche attuali potrebbero avere per il futuro dell'area remota.

GIORNO 1

RIUNIRSI
30 min

ESPLORARE
90 min

CONNETTERE
90 min

4. RISVEGLIO SENSORIALE

Aiutare i partecipanti a riconnettersi con i propri corpi e con l'ambiente circostante.

5. RIFLESSIONI IN CAMMINATA

Promuovere la riflessione individuale in maniera critica e profonda, al di là di ciò che viene dato per scontato.

GIORNO 2

RACCOGLIERE
40 min

PROTOTIPARE
180 min

IMMAGINARE
180 min

6. LETTERE DA FUTURI ALTRI

Dare voce a storie utopiche del futuro e a voci marginalizzate per narrare le loro visioni rigenerative.

7. ALBERO DELLE VISIONI

Raccogliere tutte le visioni in un'unica immagine.

11. PROMESSE SU CARTOLINE

Chiudere ritualmente condividendo fonti di gratitudine e intenzioni personali per il futuro col resto del gruppo.

10. RACCOLTA E CONTRIBUTI

Chiedere ai partecipanti di riflettere su ciò che si portano a casa e su come hanno contribuito.

9. BACKCASTING

Passare dalla visione agli obiettivi e alle azioni concrete.

8. TRE ORIZZONTI E DIALOGO COL FISHBOWL

Identificare azioni concrete, atteggiamenti e strutture che potrebbero aiutare a realizzare le visioni future.

 SCOPO E DESCRIZIONE

 DURATA






 MATERIALI E DISPOSIZIONE

 FLUSSO

 ISPIRAZIONE





(PER LA DESCRIZIONE COMPLETA, SI VEDA IL METODO 1, PERCORSO 2)



 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Un metodo visivo per scoprire le speranze e le intenzioni dei partecipanti per il workshop, invitandoli a essere parte attiva del processo e a plasmarne la direzione. Un modo per acquisire consapevolezza degli obiettivi e delle motivazioni del gruppo, favorendo un senso di scopo collettivo.</p>
 DURATA	<p>10 - 20 minuti</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Post-it di due colori diversi, quattro post-it per partecipante (due per colore); • Pennarelli; • Poster di dimensioni A1, diviso in due parti.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none"> • Distribuisci a ciascun partecipante il materiale necessario e chiedi loro quanto segue: <ul style="list-style-type: none"> - Quali sono le tue speranze per i workshop? In altre parole, cosa speri di ottenere? - Quali sono le tue intenzioni? Come desideri impegnarti/contribuire al processo? <p>Scrivi due intenzioni e due speranze. Ogni risposta deve essere scritta su un post-it separato, in lettere maiuscole e in modo chiaro. Usa colori diversi per le due domande.</p> • Lascia alcuni minuti ai partecipanti per scrivere le proprie risposte. Una volta terminato, possono posizionare i post-it sul poster; • Chiedi a tutti di alzarsi e di leggere in silenzio i contributi degli altri. Se c'è sufficiente tempo, invitali a commentare o a fare domande di chiarimento.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Per metodi di riscaldamento (warm-up) e altre tecniche, si veda R. Chambers 2002.



© Elena Andriollo

 <p>SCOPO E DESCRIZIONE</p>	<p>Un metodo per la raccolta delle idee (brainstorming) per identificare impatti e implicazioni che una specifica attività potrebbe avere in futuro. È anche un modo per visualizzare le interconnessioni tra gli elementi all'interno del sistema. Aiuta ad anticipare il cambiamento, esplorare questioni critiche e immaginare sviluppi alternativi da quelli dati per scontato. La Ruota dei futuri, inventata nel 1971 da Jerome Glenn, è un metodo simile al <i>Mind Mapping</i> e al <i>Webbing</i>, ed è ampiamente utilizzato da futuristi, pianificatori aziendali e consulenti di politiche pubbliche a livello globale per identificare problemi, opportunità e strategie.</p> <p>Nel progetto VERVE, abbiamo selezionato attività che possono essere considerate Semi di buon Antropocene. I semi sono pratiche, modi di vivere e idee innovative attualmente marginali o di nicchia, ma potenzialmente utili nel trasformare il futuro verso la rigenerazione socio-ecologica.</p> <p>Abbiamo esplorato le domande: <i>Cosa succederebbe se questa attività (il seme) diventasse dominante in futuro? Quali saranno gli impatti sull'area remota in esame?</i></p> <p>Gli impatti diretti vengono collocati nel primo anello della ruota e gli impatti indiretti nel secondo anello. Può anche essere discussa una terza ondata di impatti.</p> <p>Nell'immagine visiva della ruota, il primo anello include gli impatti diretti, il secondo anello include gli effetti a catena secondari o le onde di cambiamento. Può anche essere aggiunto un terzo anello.</p>
 <p>DURATA</p>	<p>60 minuti</p>
 <p>MATERIALI E DISPOSIZIONE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Post-it o fogli di carta ritagliati (cm 8,5 x 8,5); pennarelli; poster A1; colla. Tutti questi materiali devono essere posizionati su tavoli separati, disposti in modo da consentire a ciascun gruppo di discutere, senza essere disturbato dagli altri; • Extra: carte dei Megatrend (vedi sotto); scenari futuri per i Semi di buon Antropocene selezionati; • È preferibile lavorare prima su un tavolo e poi incollare le Ruote sui muri. • N.B. i post-it a forma di esagono sono difficili da trovare!
 <p>FLUSSO</p>	<p>PRIMA DEL LABORATORIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Scegli 3-4 Semi di buon Antropocene (esempi di buone pratiche) che siano importanti per le specifiche aree rurali-montane interessate dal workshop; • Scrivi uno scenario futuro per ciascun Seme ipotizzando che sia diventato la normalità, descrivendone le caratteristiche future (vedi esempi di scenari a p. 45). <p>DURANTE IL LABORATORIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leggi lo scenario per ciascun Seme e chiedi ai partecipanti su quale Seme vorrebbero lavorare; • Su questa base forma i gruppi (4-5 persone ciascuno), con ogni gruppo focalizzato su una ruota specifica con un Seme specifico; • Quando i gruppi sono formati, posiziona il Seme al centro della Ruota. Chiedi ai partecipanti di pensare agli impatti diretti e di scrivere le loro intuizioni sui post-it, creando un cerchio attorno al Seme. • Se il tempo lo permette, si può aggiungere un secondo cerchio facendo brainstorming sugli impatti indiretti, • Per arricchire il brainstorming, si possono considerare ulteriori questioni, come: <ul style="list-style-type: none"> - <i>effetti su vari aspetti della sostenibilità: (S)ociale, (T)ecnologico, (E)conomico, (A)mbientale, (P)olitico e (V)aloriale, utilizzando l'approccio STEEP-V;</i> - <i>fattori abilitanti e disabilitanti e la loro influenza sui possibili impatti;</i> - <i>Megatrend e la loro influenza sui potenziali impatti;</i> - <i>altre pratiche e fenomeni, attingendo dalle "Carte Rurali del progetto VERVE".</i> • Riunitevi in plenaria e osservate le diverse ruote. Chiedete ai partecipanti: <i>cosa notate? Gli approcci sono diversi o simili? In che modo? Potrebbero emergere impatti reciproci tra le diverse aree.</i> • Riassumete i punti chiave, per fissare i principali apprendimenti acquisiti.

CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓

Gli **impatti** sono gli effetti o le influenze di qualcosa (ad esempio, un evento, un fenomeno, un progetto, un'azione) su qualcuno o qualcos'altro. Gli impatti si riferiscono a tutti i possibili cambiamenti, intenzionali o non intenzionali, diretti o indiretti, positivi o negativi. Possono verificarsi su diverse scale temporali (ma sono tipicamente osservati nel medio e lungo termine), influenzare diversi attori ed essere rilevanti a diverse scale (ad es. locale o regionale).

I **MEGATREND** (o megatendenze) sono le grandi forze trainanti che, attraverso profondi cambiamenti sociali, economici, istituzionali, demografici, ambientali e tecnologici, stanno rimodellando e continueranno a rimodellare i futuri globali. La versione utilizzata in questo Toolkit è stata creata e progettata da Ispra con un focus specifico sull'Europa (vedi link nei riferimenti).



ISPIRAZIONE

- Per un esempio di applicazione del metodo della Ruota dei futuri e dell'approccio STEEP-V (unitamente ai Tre Orizzonti), si veda Hickert et al 2019;
- Per una spiegazione del concetto di Ruota dei futuri, consultare Glenn e Gordon (a cura di) 2009;
- Per approfondimenti su innovazione sociale e valutazione d'impatto, si veda Secco et al 2016.

Per informazioni sui Semi di buon Antropocene, consultare il progetto:



LE NARRATIVE DI SCENARIO dei Semi di buon Antropocene utilizzati nelle Ruote dei futuri

Gli scenari qui elencati, utilizzati nei Laboratori del progetto VERVE, erano radicati nelle realtà locali. Questi scenari sono stati sviluppati attraverso un accurato processo di raccolta dati, che ha incluso interviste con informatori chiave, ricerca documentale e analisi approfondita dell'area di studio. Ciò ha garantito che gli scenari fossero direttamente rilevanti per le sfide e le aspirazioni della comunità locale.

Seme 1 – AGRITURISMO

Nei prossimi quindici anni (entro il 2040), il modello di agriturismo locale si sarà espanso e sarà stato replicato in molte aree rurali e montane d'Italia. Una rete di agriturismi biologici emergerà in valli scarsamente popolate, collaborando con produttori biologici locali dedicati alla conservazione di varietà di piante antiche e particolari. Questi agriturismi offriranno una vasta gamma di prodotti stagionali durante tutto l'anno, dando priorità alla salute del suolo e alla cura sia dei terreni coltivati che delle aree di margine.

Questi agriturismi funzioneranno come centri multifunzionali, fornendo servizi aggiuntivi come attività agricole educative e sociali. La rete porrà l'accento sulla sostenibilità attraverso pratiche come l'edilizia verde (ad esempio, il restauro dell'architettura tradizionale), l'efficienza energetica e la gestione oculata delle risorse a rischio, tra cui acqua, flora e fauna selvatica e piantagioni.

L'offerta educativa andrà oltre le attività stagionali come i centri estivi per bambini o i corsi di formazione per adulti, per includere un asilo nido e una scuola nel bosco aperti tutto l'anno, strettamente integrati con i sistemi educativi regionali e nazionali. Queste scuole saranno coinvolte in progetti pensati sia per che con le scuole locali.

I ristoranti si concentreranno su autentiche specialità locali preparate con ingredienti a "chilometro zero", pur incorporando innovazioni culinarie esterne e fornendo opzioni vegetariane e vegane. Gli agriturismi fungeranno da oasi di pace e benessere, nonché da centri culturali che promuovono la creatività e il senso di comunità.

Questi spazi coinvolgeranno una serie di professionisti, come guide naturalistiche che offrono attività come bagni di foresta, bioenergetica o raccolta e lavorazione di erbe alimurgiche; artigiani che restaurano strutture rurali come muretti a secco e canali di drenaggio; esperti di medicina tradizionale; e artisti che organizzano eventi come fiere, danze tradizionali e manifestazioni storiche che onorano le tradizioni spirituali e artigianali.

Seme 2 – MUSEO DIFFUSO E AMPIA RETE SENTIERISTICA

Nei prossimi quindici anni (entro il 2040), l'area diventerà un museo diffuso a cielo aperto di pratiche ambientali sostenibili, dove i visitatori potranno sperimentare paesaggi rurali in equilibrio con la natura e apprendere come questo equilibrio viene mantenuto e rafforzato nel tempo. Questa trasformazione sarà supportata da una rete ampliata e ben mantenuta di sentieri e percorsi ciclo-pedonali in tutto il Bellunese e oltre, collegandosi a reti simili in tutta Italia ed Europa. La Valle di Seren, ad esempio, offre già oltre 60 km di sentieri con diversi livelli di difficoltà.

Questi percorsi saranno un esempio di mobilità sostenibile e a basso impatto, progettati non solo per attività ricreative come passeggiate e ciclismo, ma anche per soddisfare le esigenze di trasporto quotidiane. La rete sarà messa in sicurezza, separata dal traffico automobilistico con barriere fisiche, e la larghezza sarà sufficiente per accogliere sia i veicoli che altre attività, come l'escursionismo.

I sentieri saranno mantenuti e valorizzati in modo accurato per evidenziare elementi del paesaggio naturale, nonché caratteristiche storiche, artistiche, archeologiche, etnografiche e artigianali. La segnaletica e l'orientamento saranno chiari e gli eventi organizzati e i progetti educativi promuoveranno il turismo lento e incoraggeranno la riscoperta del territorio. I visitatori avranno l'opportunità di interagire con tecniche tradizionali e sostenibili per la costruzione, l'agricoltura e la gestione delle risorse.






Esempi di attività includono il restauro di muretti a secco, tecniche manuali di sfalcio dei prati, tecniche agronomiche di coltivazione biologica in orti sperimentali, analisi in laboratorio della qualità del suolo, ricette tradizionali e innovative per ridurre lo spreco alimentare, interventi di cura e pulizia del bosco, pratiche di conservazione dell'acqua e per l'uso di materiali naturali. Le scuole svolgeranno un ruolo attivo in progetti di narrazione, sottolineando l'importanza storica e sociale delle vie di comunicazione che attraversano territori oggi meno antropizzati, che hanno storicamente avuto un ruolo importante per lo sviluppo socio-economico di intere regioni.

SEME 3 – COOPERATIVA DI COMUNITÀ

Nei prossimi quindici anni (entro il 2040), le cooperative di comunità saranno diventate un modello di punta per l'attività economica in molte aree interne. Queste cooperative opereranno come modelli di business democratici, in cui i cittadini gestiscono collettivamente beni e servizi, comprese le attività culturali, principalmente a beneficio dei residenti e dei nuovi arrivati attratti dall'atmosfera vivace e innovativa della zona. Sussidiarietà, multifunzionalità e responsabilità condivisa costituiranno il fondamento di queste cooperative.





Le cooperative si concentreranno sulla promozione dell'area attraverso il marketing territoriale e turistico, valorizzando al contempo i beni naturali e culturali del territorio. Si integreranno con le comunità energetiche installando pannelli fotovoltaici, adottando fonti di energia rinnovabile e utilizzando materiali naturali per le ristrutturazioni in bioedilizia. Saranno creati spazi per sensibilizzare le persone sull'uso efficiente e sostenibile delle risorse, come una "casa dell'acqua", mentre apriranno piccoli negozi per vendere prodotti agroalimentari locali, compresi semi antichi, insieme a prodotti artigianali. Saranno istituiti un centro di informazioni e accoglienza turistica, un polo culturale e uno spazio di incontro comunitario. Inoltre, la riapertura di una scuola materna e di una scuola primaria nella valle rafforzerà la comunità, mentre attrezzature condivise e servizi di consulenza ottimizzeranno le competenze e ridurranno i costi.

Le cooperative sosterranno anche i ristoranti locali, avvieranno programmi scolastici e faciliteranno la distribuzione dei prodotti delle aziende agricole del luogo. Assumeranno un ruolo rivitalizzato nella promozione della Pro Loco e collaboreranno con le associazioni sociali e culturali già attive nel territorio. I profitti generati dalle cooperative saranno reinvestiti per garantire la stabilità occupazionale dei soci e sostenere le attività all'interno della rete più ampia. Una parte di questi profitti sarà anche destinata alla manutenzione e al miglioramento del territorio, compresa la cura di prati e pascoli, sentieri, bio-edifici tradizionali, feste ed eventi culturali che celebrano il patrimonio della regione.

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Una pratica per risvegliare e affinare la percezione e la consapevolezza sensoriale dei partecipanti. Aiuta ad approfondire e stimolare la consapevolezza di essere “nel qui e ora”. Si tratta di coinvolgere attivamente i cinque sensi – vista, udito, tatto, gusto e olfatto – per intensificare la nostra esperienza del mondo e focalizzare l’attenzione sul momento presente.</p>
 DURATA	<p>10 - 20 minuti</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • (opzionale) Una campana – un suono delicato per segnare la fine del momento di risveglio dei sensi. • Se possibile, porta i partecipanti in un luogo tranquillo all’aperto come una foresta, un ruscello o un parco. Assicurati che siano vestiti adeguatamente per il meteo e che possano sedersi o stare in piedi comodamente.
 FLUSSO	<p>Una volta arrivati sul posto (5-7 minuti), invita tutti a trovare un posto comodo dove sedersi o stare in piedi in una posizione rilassata vicino a te, abbastanza vicini da sentire la tua voce. Incoraggiali a fare qualche respiro profondo (2 minuti). Quindi, guidali attraverso i seguenti passaggi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Osservazione e Respirazione (2 min.): <i>“Osserva tutto ciò che ti circonda, guardando lontano e vicino. Fai 3-4 respiri profondi con la pancia, espandendo l’addome come un palloncino. Con ogni inspirazione, immagina di assorbire l’energia della natura e con ogni espirazione, rilascia ogni tensione. Sentiti radicato e connesso”;</i> 2. Ascolto (3 min.): <i>“Se ti senti a tuo agio, chiudi gli occhi e concentrati sui suoni intorno a te. Per prima cosa, ascolta i suoni lontani [pausa], poi sposta l’attenzione sui suoni più vicini [pausa] e infine, sintonizzati sui suoni interni, come il battito del cuore o il respiro” [pausa];</i> 3. Tatto e Sensazioni (3 minuti): <i>“Tenendo gli occhi chiusi, percepisci il contatto dei tuoi vestiti con la pelle e la connessione tra il tuo corpo o i piedi e il terreno. Tocca gli elementi naturali intorno a te o la tua stessa pelle, sentendo le consistenza e le sensazioni che questo contatto fornisce. Nota come l’aria e la luce toccano la tua pelle e gli occhi chiusi. Cambia leggermente la tua posizione, magari muovendo una mano o girando la testa, e osserva come cambiano le sensazioni”;</i> 4. Odori (2 min.): <i>“Fai qualche respiro profondo e porta la tua attenzione sui profumi intorno a te. Nota cosa evoca ogni profumo e come ti fa sentire. Se lo desideri, prendi qualcosa da terra, annusa la tua stessa pelle o immagina un profumo naturale preferito, come un fiore”;</i> 5. Riapertura degli Occhi e Osservazione (2 min.): <i>“Fai ancora qualche respiro profondo e, quando ti senti pronto, apri delicatamente gli occhi. Osserva il mondo intorno a te, prestando attenzione ai colori, ai motivi e alle forme, e nota se qualcosa sembra diverso”;</i> 6. Silenzio e Gratitudine (1 min.): <i>“Prendiamoci qualche altro momento di silenzio per goderci l’esperienza. Se lo desideri, esprimi silenziosamente gratitudine per questo luogo che ci ha accolto e per la nostra pratica di oggi [pausa]. Ora, muovi lentamente il tuo corpo, riconnettendoti con il luogo e gli altri. Torniamo alla sede per la prossima attività”.</i> <p>(Nota: i tempi suggeriti per ogni fase sono flessibili e possono essere adattati in base alle circostanze. Ad esempio, se ci sono molti suoni piacevoli nell’ambiente, puoi scegliere di prolungare la fase di ascolto.)</p>
 ISPIRAZIONE	<p>Per tecniche di risveglio sensoriale nei bagni di foresta (<i>forest bathing</i>), si veda Clifford 2018.</p>



© Elena Andriollo

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Una passeggiata silenziosa all'aperto offre un'opportunità per una profonda introspezione personale. L'ambiente naturale spesso suscita intuizioni inaspettate che arricchiscono il processo di riflessione. Nel progetto VERVE, questa passeggiata è stata progettata per aiutare i partecipanti a riflettere su due temi chiave: convinzioni bloccanti e gruppi marginalizzati. Durante la passeggiata, i partecipanti sono stati incoraggiati a identificare e annotare:</p> <ol style="list-style-type: none">Una convinzione profondamente radicata che li ostacola personalmente, per poi riformularla in un pensiero costruttivo e proattivo in grado di aprire nuove prospettive e favorire il cambiamento. Queste intuizioni sono state successivamente incorporate nella matrice dei Tre orizzonti.Gruppi marginalizzati, sia umani che non umani, che potrebbero essere stati trascurati durante le discussioni del workshop fino a quel momento. Questo esercizio mirava a portare alla luce prospettive diverse, affrontare squilibri di potere e garantire che queste voci fossero integrate nelle successive attività del workshop, a partire dall'esercizio "Lettere da futuri altri". <p>Per migliorare l'esperienza, la passeggiata è stata preceduta da un'attività di risveglio sensoriale (p. 46 di questo Toolkit). Questa pratica ha aiutato i partecipanti a connettersi più profondamente sia con il proprio io interiore che con il mondo naturale, creando una base per una riflessione efficace e (ri)attivando la loro capacità di prestare attenzione a sensi nascosti o sottoutilizzati, come l'intuizione.</p>
 DURATA	60 minuti
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">Ogni partecipante riceve una serie scritta di domande su un foglio di carta individuale, insieme a una penna per annotare le proprie risposte;La passeggiata all'aperto può essere preceduta da un momento di risveglio sensoriale, iniziando in cerchio;Prima dell'evento partecipativo, comunica alle persone che dovranno attrezzarsi per la passeggiata, con scarpe e vestiti adeguati, adatti alla stagione. Se è umido, puoi suggerire che portino qualcosa di impermeabile per sedersi. Puoi anche consigliare loro di portare un orologio per tenere traccia del tempo durante la passeggiata e poter lasciare il telefono e altre distrazioni digitali nella stanza del workshop. In alternativa, puoi chiedere loro di non allontanarsi troppo dalla sede e utilizzare un richiamo (ad esempio, un fischio o una campana) per farli tornare alla fine.
 FLUSSO	<p>Spiega l'esercizio e distribuisce i fogli con le domande.</p> <p>Domande per la parte a), relativa alle "convinzioni bloccanti":</p> <ol style="list-style-type: none">Quale credenza, profondamente radicata in te, ti impedisce di cambiare, sia a livello personale che all'interno della tua comunità?Quale pensiero nuovo e costruttivo puoi mobilitare per allontanarti da quella convinzione, per favorire il cambiamento e vedere le cose da una prospettiva diversa?





FLUSSO

Domande per la parte b), relativa ai “gruppi marginalizzati”:

1. Quali voci mancavano nella nostra discussione di oggi?
2. Quali prospettive diverse, sia umane che non umane, dovremmo incorporare per costruire un futuro più rigenerativo? Perché?

- Invita le persone a rimanere in silenzio durante la camminata e a rispettare il silenzio degli altri durante l'esercizio;
- (opzionale) Conduci il momento di risveglio sensoriale;
- Invita le persone a iniziare a camminare in qualsiasi direzione desiderino, oppure a sedersi o stare in piedi da qualche parte per la riflessione individuale;
- Dopo 30 minuti, richiamale in modo delicato (ad esempio, usando una campana);
- Raccogli i fogli con le risposte e chiedi loro di condividere una parola con il gruppo, stando in cerchio (vedi p. 38);
- Le risposte possono essere raccolte e riassunte, per poi essere utilizzate nelle attività successive.



ISPIRAZIONE

- Per approfondimenti sull'Analisi causale stratificata (CLA), si veda Inayatullah 1998;
- La sezione dedicata ai “gruppi marginalizzati” trae ispirazione dal metodo “Inclusivity Train” presente nel Toolkit RECOMS (<https://recoms.eu/Metodo/inclusivity-train>), e dalle carte sul futuro elaborate da UN Global Pulse (<https://linktr.ee/futurecardsunglobalpulse>);
- La sezione relativa alle “convinzioni bloccanti” è stata ispirata da un workshop condotto da Rouzbeh Tavakkoli (www.rouzhehtavakkoli.com) durante la conferenza “Berlin Change Days goes Alpine 2022”.

Le domande sulle “convinzioni bloccanti” si ispirano al metodo di futuro dell'**Analisi causale stratificata** (*Casual Layered Analysis - CLA*), che esplora il presente esaminando le cause sottostanti che lo hanno plasmato. Questo approccio inizia con gli elementi più visibili e gradualmente si addentra in strati nascosti, scoprendo infine i miti e le narrazioni che influenzano le nostre credenze e i nostri valori.








© Giulia Corradini

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Una tecnica narrativa che stimola la connessione con valori e sogni personali, aprendo uno spazio all'immaginazione di futuri rigenerativi, persino quelli che appaiono irrealizzabili. Invita i partecipanti a immaginare un futuro rigenerativo attraverso gli occhi di un altro essere, umano o non umano, superando le logiche antropocentriche ed egocentriche.</p>
 DURATA	<p>90 minuti</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Carta e penne di qualità per scrivere le lettere (una per persona); • Immagini stampate di vari esseri (un po' più dei partecipanti), possibilmente legati all'ecosistema locale e rilevanti per il loro lavoro e la loro vita. Se non hai tempo di cercare e stampare le immagini, puoi usare le "Carte archetipo del progetto VERVE" che trovi nei Materiali Supplementari n.3 di questo Toolkit (vedi Percorso 5, p. 68-71)
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none"> • Presenta l'esercizio, illustrandone le finalità, e mostra le immagini delle diverse creature; • Invita ciascun partecipante a scegliere una carta e a prendere il materiale necessario per scrivere. Qualora più persone volessero la stessa carta, suggerisci gentilmente di optare per un'altra; • Riporta i seguenti spunti per la lettera, trascrivendoli in modo chiaro su un cartellone o proiettandoli su uno schermo di grandi dimensioni. Se possibile, stampa alcune istruzioni scritte per chi preferisce scrivere la lettera all'aperto: <i>Immagina di essere nel 2060, tra 40 anni, e descrivi un luogo nell'area rurale-montana dove vivi o operi dalla prospettiva di un altro essere, umano o non umano. Adotta una visione rigenerativa, immaginando il miglior futuro possibile per la specie a cui appartieni. Scrivi una lettera a te stesso nel presente, rispondendo liberamente, senza un ordine prestabilito, alle seguenti domande:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Cosa vedi intorno a te? Come si presenta questo luogo? - Quali attività e pratiche vengono svolte in questo luogo? Chi lo frequenta? - Quali sono le tue sensazioni? Cosa ti fa stare bene? • Durante la fase di istruzioni, è fondamentale che i partecipanti siano consapevoli che il contenuto delle lettere verrà condiviso con gli altri membri del gruppo; • Fai precedere l'esercizio da un breve momento di presa di consapevolezza (mindfulness) (vedi Metodo pp. 68-69 per favorire la riconnessione con il respiro e il corpo, agevolando l'immedesimazione nel nuovo "personaggio"); • (Facoltativo) Incoraggia i partecipanti a presentarsi brevemente nei panni del nuovo essere; • Invita i partecipanti a trovare un luogo tranquillo e confortevole dove scrivere la propria lettera, concedendo loro un tempo minimo di 20 minuti e massimo di 30 minuti; • Al termine del tempo previsto, richiamali delicatamente (ad esempio, con un suono di campana), suddividili in piccoli gruppi (composti da un massimo di 4 persone) e chiedi loro di accomodarsi in un luogo silenzioso per leggere ad alta voce le proprie lettere, mentre gli altri si esercitano nell'ascolto attivo; • (Facoltativo) Annota le parole chiave principali emerse dalle lettere e utilizzale in conformità alle indicazioni del metodo successivo - l'Albero delle Visioni.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Per un esempio di applicazione simile, consulta il toolkit di Pearson et al 2018, Metodo n.15. "Inviting non-human stakeholders", p. 38; • Per approfondimenti sulla creazione di legami con i non umani, si veda Haraway 2016.



© Elena Andriollo

 SCOPO E DESCRIZIONE	Una metodologia di brainstorming, ispirata alla metafora dell'albero, che consente di raccogliere intuizioni attraverso tre raggruppamenti. Nell'ambito del progetto VERVE, il metodo è stato impiegato per raggruppare le parole chiave emerse dalle Lettere da futuri altri, con le radici a rappresentare le risorse, il tronco le azioni e la chioma e i rami le emozioni e/o sensazioni. L'albero consente al gruppo di visualizzare similarità e differenze, nonché di sintetizzare in modo conciso la ricchezza delle visioni espresse dai partecipanti.
 DURATA	20 - 40 minuti
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Mini post-it (possibilmente di colori diversi per ogni gruppo); pennarelli;• Poster di dimensioni A1 con il disegno di un albero.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Mentre vengono lette le Lettere, prendi nota delle parole chiave principali che emergono dai racconti, scrivendo una sola parola chiave per ciascun post-it;• Le parole chiave devono rappresentare i seguenti elementi narrati all'interno delle lettere:<ul style="list-style-type: none">- <i>Emozioni e sensazioni;</i>- <i>Azioni e pratiche;</i>- <i>Risorse (ad es. umani, animali, piante, cose).</i>• Raggruppa i post-it sull'Albero delle visioni. Posiziona le emozioni sui rami, le azioni sul tronco e le risorse sulle radici;• Invita le persone a osservare l'Albero in silenzio, per vedere quali temi emergono e ricorrono;• Invita alcuni commenti sui contenuti emersi;• Fai riferimento a questi temi nelle fasi successive dell'evento partecipativo.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Per informazioni sull'Albero delle visioni e l'Indagine elogiativa (Appreciative Inquiry) con comunità rurali, si veda Ashford e Patkar 2001.







© Elena Andriollo






Se l'Albero delle visioni viene utilizzato come un puro metodo di brainstorming (non come seguito all'esercizio Lettere da futuri altri come abbiamo fatto in VERVE), puoi fornire alle persone i seguenti suggerimenti:






Al fine di realizzare il futuro desiderato per l'area in questione:

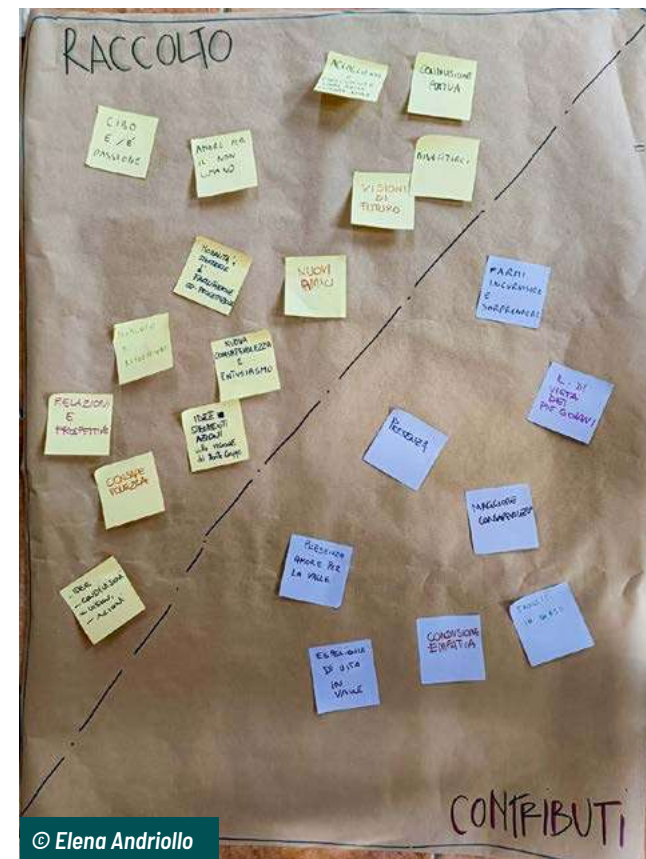
1. Quali risultati desideri ottenere? (rami con foglie e frutti)
2. Quali azioni intraprenderai per raggiungere tale obiettivo? (tronco)
3. Di quali risorse hai bisogno e possono essere mobilitate? (radici)

 SCOPO E DESCRIZIONE	
 DURATA	(PER LA DESCRIZIONE COMPLETA, SI VEDA IL METODO 3, PERCORSO 2)
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	
 FLUSSO	<p>Durante il Visioning Lab del progetto VERVE a Seren del Grappa, la matrice dei Tre orizzonti è stata inizialmente compilata dal team di ricerca utilizzando gli spunti raccolti dall'attività "Riflessioni in camminata" alla fine del primo giorno. I partecipanti hanno poi validato e arricchito questa rappresentazione iniziale utilizzando la tecnica del Fishbowl. Il dialogo ha permesso di esplorare altre prospettive, costruire consenso e identificare le priorità condivise.</p> <p>In questo Percorso, dopo aver introdotto il framework dei Tre orizzonti e le regole di discussione del Fishbowl, il team di ricerca ha presentato un riassunto dei temi forniti dai partecipanti e mappati sul grafico dei Tre orizzonti e sull'Albero delle visioni. I partecipanti sono stati quindi invitati a rispondere alle seguenti domande: <i>Pensando al futuro rigenerativo che vorresti per questa zona di montagna:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• <i>C'è qualcosa che vuoi cambiare o aggiungere al riassunto che abbiamo fatto?</i>• <i>C'è un argomento che ti sembra particolarmente importante e su cui vuoi dire qualcosa di più?</i> <p>La discussione si è evoluta in modo naturale a partire da questi punti di partenza. Ulteriori domande guida che il team di facilitatori ha posto durante il processo sono:</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Quali innovazioni emergenti possono aiutare (o ostacolare) la transizione verso i futuri desiderati?</i>• <i>Cosa dovremmo mantenere del sistema attuale in futuro, ma non come elemento prevalente?</i> <p>Quando si facilita una discussione orientata al futuro per un luogo specifico, è bene tenere a mente i seguenti punti:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Rimanere ancorati al territorio: Ricordare periodicamente ai partecipanti di ancorare i loro pensieri al contesto locale, evitando idee troppo astratte o generiche (ad esempio, "abbiamo bisogno di più giovani nelle aree rurali"). Incoraggiarli a proporre azioni tangibili e specifiche per il luogo, che possano confluire nella fase successiva del processo, come l'esercizio del Backcasting.2. Incoraggiare le sfumature: Aiutare i partecipanti a evitare visioni polarizzate sui temi chiave (ad esempio, il ruolo della tecnologia nei sistemi passati, presenti e futuri). Utilizzare le traiettorie della matrice dei Tre orizzonti - Prevalenza e Tempo - per guidare i partecipanti nell'esplorazione di un'ampia gamma di possibilità e prospettive. <p>Per dare profondità alla discussione e portare alla luce questioni che altrimenti verrebbero trascurate, si consiglia di incorporare le carte dei MegaTrend e/o le Carte Rurali del progetto VERVE.</p>








 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Un approccio di pianificazione strategica che parte da una visione del futuro e lavora a ritroso per definire passaggi attuabili. Collega il futuro immaginato alla situazione odierna, seguendo la catena di causalità. Una volta identificato un obiettivo a medio o lungo termine, i partecipanti tracciano i passi necessari per raggiungere l'obiettivo. Il Backcasting è l'inverso concettuale della previsione. Quando fatto in modo collaborativo, questo approccio favorisce un senso di responsabilità sia sulla visione, sia sulle azioni, sia sul percorso per realizzarla. I primi esercizi di backcasting furono eseguiti da Elise Boulding.</p>
 DURATA	<p>60 minuti</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Poster di dimensioni A1 (uno per gruppo); • Pennarelli, penne, post-it; • Tavoli e sedie devono essere disposti in modo che i partecipanti possano lavorare sui loro poster in gruppo.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none"> • Illustra lo scopo dell'esercizio e invita alcuni volontari a individuare una visione che desiderano trasformare in un piano d'azione concreto. Nell'ambito del progetto VERVE, le visioni hanno origine dal metodo dei Tre orizzonti; • Costituisci i gruppi in funzione delle idee presentate. Ciascun partecipante può aderire volontariamente al piano che preferisce. Si consiglia di formare gruppi composti da un minimo di due e un massimo di cinque persone; • Puoi fornire ai partecipanti le seguenti istruzioni passo-passo: <ul style="list-style-type: none"> - Traduci la visione in un obiettivo e decidi un arco di tempo per il raggiungimento dell'obiettivo. L'obiettivo deve essere SMART per essere attuabile, ovvero: Specifico, Misurabile, Ancorato al contesto e ai partecipanti (Rilevante), Raggiungibile, e Temporalmente circoscritto; - Identifica una serie di azioni necessarie per raggiungere l'obiettivo, a lungo, medio e breve termine; - Fai un brainstorming sul tipo di risorse necessarie, sia interne che esterne al gruppo coinvolto nell'evento (e al di fuori dell'area) per realizzare le azioni proposte. Le risorse possono essere di diversa natura, ad esempio: materiali, finanziarie, umane, naturali. • Passare dalla visione a un obiettivo SMART non è scontato. Consigliamo ai facilitatori di seguire da vicino ogni gruppo e di aiutarli a creare un piano concreto; • Al termine della fase di elaborazione dei piani, ogni gruppo può mostrare il proprio poster di backcasting agli altri. In tale occasione, sarà possibile integrare ulteriori riflessioni nei piani e individuare sinergie tra i diversi piani elaborati. <div data-bbox="1075 821 2116 1316" style="text-align: right;"> </div> <p>Immagine degli autori, adattato da The Natural Step 2011</p>
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Per approfondimenti sui primi esercizi di backcasting, si veda Boulding e Russell 2000; • Per applicazioni del backcasting con stakeholder operanti in contesti rurali, si veda Sisto et al. 2018.

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Un metodo visivo impiegato per sintetizzare gli apprendimenti chiave emersi durante il workshop. Tale metodo può essere utilizzato per rivisitare e riflettere sulle "Speranze e intenzioni" (vedi p. 42) espresse all'inizio dell'evento.</p>
 DURATA	<p>10 - 20 minuti</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Post-it di due colori diversi, fino a cinque post-it a persona per colore; • Pennarelli; • Poster di dimensioni A1, diviso in due parti: "raccolto" e "contributi".
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none"> • Distribuisci a ogni partecipante i materiali occorrenti e poni i seguenti quesiti: <ul style="list-style-type: none"> - Quali sono i messaggi chiave che ti porti a casa dal workshop? - In che modo ritieni di aver contribuito al processo? • Ricorda a tutti i partecipanti che è necessario utilizzare un post-it per ciascun pensiero espresso (e che le risposte devono essere scritte chiaramente e in lettere maiuscole); • Concedi alcuni minuti ai partecipanti per annotare le proprie risposte. Una volta terminato, potranno collocare i post-it sul poster; • Invita tutti i partecipanti ad alzarsi e a leggere in silenzio i post-it degli altri. Successivamente, potranno seguire commenti liberi o richieste di chiarimento.
 ISPIRAZIONE	<p>Per approfondimenti su metodi di raccolta e altre tecniche, vedi R. Chambers. 2002.</p>



© Elena Andriollo

 SCOPO E DESCRIZIONE	Un rituale di chiusura del workshop che permette ai partecipanti di esprimere collettivamente la propria gratitudine e di definire le intenzioni per il futuro. Le cartoline vengono spedite ai partecipanti a distanza di qualche settimana, con lo scopo di ricordare loro le riflessioni maturate e gli impegni assunti durante la sessione.
 DURATA	10 - 20 minuti
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Cartoline illustrate di qualità, possibilmente in linea con il tema del workshop o raffiguranti il luogo in cui si è svolto;• Penne o pennarelli;• Francobolli per l'affrancatura delle cartoline.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Invita i partecipanti a disporsi in cerchio e mostra loro una selezione di cartoline tra cui scegliere liberamente;• Illustra la logica che sottende al metodo e fornisci i seguenti spunti di riflessione: <i>"Sono grato/a per... Nei prossimi mesi, desidero..."</i>• Incoraggia i partecipanti a esprimersi in modo spontaneo, senza riflettere eccessivamente. Ricorda loro di indicare sulla cartolina il proprio indirizzo di spedizione;• Il metodo è più efficace se ciascuno condivide ad alta voce almeno una parte del contenuto della propria cartolina.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Per un esempio di applicazione simile, si consulti il metodo n. 29 del Toolkit di Pearson et al 2018, intitolato "Learning & Commitment", a p. 59;• Questo metodo trae ispirazione anche da un'attività proposta durante la conferenza Transformations 2017, svoltasi a Dundee.



Nell'ambito di VERVE, sono state utilizzate cartoline sonore realizzate dal progetto educativo locale **"Rigenera Montagna"**. Tali cartoline ritraevano immagini di pratiche rigenerative tradizionali, come lo sfalcio manuale dei prati, che vengono ancora praticate nella stessa zona in cui si è svolto il Laboratorio di futuro. Il suddetto progetto si prefiggeva di mettere in contatto gli studenti delle scuole superiori con gli anziani del luogo, depositari di competenze relative a queste pratiche tradizionali. Ciascuna cartolina era dotata di un codice QR che rimandava a un breve racconto riguardante l'attività educativa.

Percorso 4. Promuovere futuri inclusivi per le aree rurali-montane in una prospettiva di genere

DOMANDA GUIDA	In che modo le prospettive di genere e femministe possono contribuire a plasmare visioni plurali del futuro delle aree rurali-montane?
OBIETTIVI CHIAVE	<ul style="list-style-type: none"> • Attirare e stimolare l'energia delle donne protagoniste del cambiamento impegnate a promuovere la rigenerazione sociale ed ecologica; • Fornire un ambiente sicuro per esprimere i bisogni, le aspirazioni e le sfide vissute dalle donne in zone rurali-montane; • Raccogliere visioni di futuri desiderabili che tengano conto di una pluralità di bisogni, soprattutto di gruppi sottorappresentati (ad es. bambini, anziani, disabili, donne vittime di violenza, non umani). Questi bisogni specifici sono direttamente collegati agli interessi e alle competenze delle partecipanti coinvolte; • Creare un'opportunità di creazione di rete e di capacitazione.
IL CASO DI VERVE	<p>Cosa: un workshop di un giorno e mezzo, per scopi di raccolta dati e di animazione sociale.</p> <p>Dove: Valbelluna, provincia di Belluno, Italia.</p> <p>Chi: 20 donne operanti in diversi settori e aree della provincia, tra cui: difesa dei diritti di genere, istruzione, pubblica amministrazione, agricoltura, benessere in natura.</p>

FLUSSO

1,5 GIORNI

GIORNO 1

1. CERCHIO DI ISPIRAZIONE

Creare un'atmosfera di unità nella diversità, attraverso il potere sensoriale degli oggetti e delle storie individuali.

RIUNIRSI
30 min

2. DALLA RIFLESSIONE ALLA CONDIVISIONE CON IL JOURNALING

Esplorare i potenziali impatti che le buone pratiche attuali potrebbero avere sul futuro dell'area rurale-montana.

ESPLORARE
150 min

PARTE FORMATIVA E DISCUSSIONE

Fornire conoscenze concettuali ed empiriche sul legame tra genere e rigenerazione.

RACCOGLIERE
30 min

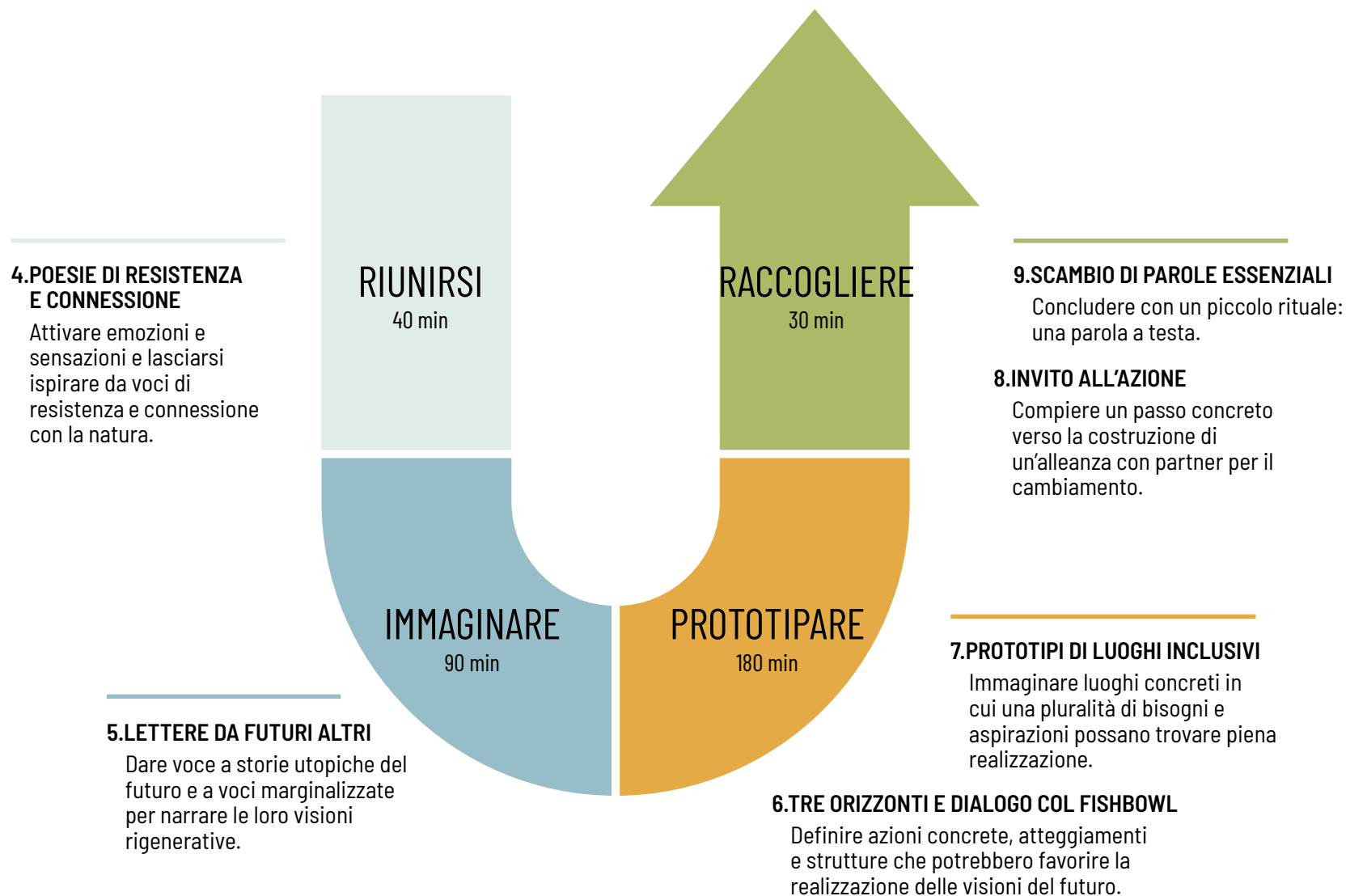
3. CARTE ISPIRAZIONALI




Incoraggiare il pensiero laterale e intuitivo per sintetizzare i principali apprendimenti emersi dalla sessione.

CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓

Percorso 4. Promuovere futuri inclusivi per le aree rurali-montane in una prospettiva di genere





GIORNO 2



 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Una modalità attraverso cui i partecipanti possono presentarsi reciprocamente condividendo storie di donne che hanno avuto un impatto significativo sulla loro vita. Questo metodo si concentra su figure femminili che hanno promosso cambiamenti positivi, portando alla luce storie, sia personali che pubbliche, che spesso rimangono in secondo piano, e svelando al contempo aspetti unici della personalità di ciascun partecipante. Tali narrazioni stimolano la curiosità, favoriscono l'empatia e creano un senso di connessione e di forza collettiva, raccontandoci la resilienza e la saggezza delle generazioni che ci hanno preceduto.</p>
 DURATA	<p>30 - 40 minuti (a seconda del numero di partecipanti, 2' a partecipante)</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Disponi la stanza in modo da potersi riunire in un cerchio abbastanza grande dove tutti possano vedersi e avere uno spazio centrale vuoto per posizionare gli oggetti.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Qualche giorno prima dell'evento partecipativo, invita i partecipanti a portare con sé una foto, un libro o un oggetto che rappresenti <i>una figura femminile che è stata d'ispirazione nel loro impegno nei confronti della comunità e/o dell'ambiente</i>;• Durante l'evento, invita i partecipanti a disporsi in cerchio con i loro oggetti. Metti a disposizione delle sedie per coloro che dovessero averne bisogno;• Invita i partecipanti a presentarsi, a presentare le figure femminili che li ispirano e quindi a collocare i loro oggetti al centro del cerchio;• Al fine di definire il tono e il ritmo dell'esercizio, chiedi a un membro del team di facilitazione di iniziare;• Consenti a ciascuno di condividere il proprio contributo quando si sente pronto, senza seguire un ordine prestabilito, in stile "pop-corn";• Durante la condivisione, pratica l'ascolto attivo e ringrazia i partecipanti al termine dell'attività.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Due metodi che hanno ispirato questo sono la "Warm-up question" e il "Circle of objects" contenuti nel Toolkit di Pearson et al. 2018;• Relativamente all'attivismo femminile per la giustizia sociale ed ecologica, si veda Shiva 1998.



© Chiara Zannelli

 <p>SCOPO E DESCRIZIONE</p>	<p>Questo metodo, articolato in tre fasi, promuove la co-creazione di conoscenza enfatizzando le esperienze vissute, la riflessione personale e la condivisione con gli altri: (1) Journaling: I partecipanti iniziano con un'introspezione individuale, utilizzando il <i>journaling</i> (simile alla scrittura di un diario) per esprimere liberamente i propri pensieri e le proprie idee, senza timore di giudizio. Questa fase incoraggia la chiarezza personale e una riflessione senza filtri. (2) Condivisione in piccoli gruppi: All'interno di piccoli gruppi, i partecipanti condividono le proprie riflessioni in un ambiente sicuro e di supporto reciproco. Questa fase rafforza i legami interpersonali, approfondisce la comprensione reciproca e crea un senso di comunità attorno a prospettive sia condivise che diverse. (3) Discussione in plenaria: In conclusione, il gruppo si riunisce in plenaria per mettere in relazione le intuizioni emerse dalle riflessioni individuali e di gruppo. Questa discussione più ampia integra le idee chiave, offrendo una prospettiva olistica e promuovendo uno slancio collettivo sul tema in questione. Nell'ambito del progetto VERVE, abbiamo impiegato questo metodo per esplorare il legame tra genere e rigenerazione socio-ecologica nelle aree rurali-montane, dando priorità alla conoscenza, sia esplicita che tacita, delle partecipanti, prima di fornire dati, fatti e conoscenze scientifiche relativi all'argomento.</p>
 <p>DURATA</p>	<p>1.5 - 2 ore</p>
 <p>MATERIALI E DISPOSIZIONE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Carta o quaderni. Prima dell'evento, i quaderni possono essere posizionati sulle sedie dei partecipanti come regalo di benvenuto; • Penne e matite; pennarelli blu e rossi; post-it; poster di dimensioni A0; • Un cronometro, per tenere traccia del tempo per ogni domanda; • (opzionale) Una campanella - un suono delicato per segnare la transizione tra le domande del journaling; • Un cartellone o una presentazione ppt che mostri ogni domanda del journaling (una domanda alla volta). • Per l'allestimento, assicurarsi che i partecipanti siano seduti comodamente, preferibilmente in cerchio, durante la fase di journaling e la discussione plenaria. Durante la condivisione in piccoli gruppi, le sedie possono essere girate per creare piccoli gruppi.
 <p>FLUSSO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ricorda ai partecipanti le regole del journaling: <ul style="list-style-type: none"> - <i>Scrivi liberamente, lasciando che i tuoi pensieri fluiscono sulla pagina. Non preoccuparti della punteggiatura o di dare un senso alle frasi. Continua a muovere la penna. Se ti senti bloccato, disegna o scarabocchia, in modo che la penna rimanga sulla pagina;</i> - <i>Hai 4-5 minuti per rispondere a ciascuna domanda. Quando il tempo è scaduto, posa la penna, anche se non hai finito di scrivere.</i> • Leggi (e mostra) la prima domanda e concedi 4-5 minuti ai partecipanti per rispondere. Poi la seconda, e così via. Ecco le domande che abbiamo posto durante il Laboratorio di VERVE: <p><i>Sulla base della tua comprensione ed esperienza, se dovessi considerare la rigenerazione socio-ecologica da una prospettiva di genere e/o femminile:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Quali parole assoceresti a tale concetto? Cosa ti viene in mente di getto?</i> 2. <i>In che modo la vedi manifestarsi in pratiche e azioni concrete?</i> 3. <i>Ne hai avuto esperienza diretta in questo territorio?</i> 4. <i>Come la immagineresti nel tuo mondo ideale?</i>

CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓



FLUSSO

- Terminato il tempo a disposizione, invita i partecipanti a rileggere i propri testi in silenzio e a sintetizzare le intuizioni principali, seguendo le indicazioni riportate di seguito:
 - Con un pennarello rosso, sottolinea le **parole più importanti** nel tuo testo;
 - Con un pennarello blu, sottolinea le parole che **ti hanno stupito di più**.
- Dopo alcuni minuti, inizia la parte di condivisione. Queste istruzioni possono essere utili:
 - *Dividetevi in gruppi di tre o quattro. Ogni persona condivide a turno per cinque minuti mentre gli altri ascoltano attentamente. Una persona funge da verbalizzatore, scrivendo parole chiave sui post-it. Non sono consentite interruzioni o commenti durante il tempo di condivisione. In seguito, puoi esprimere gratitudine per la condivisione.*
- Quando la condivisione del gruppo è completa, raccogli i post-it e raggruppalì su un poster. Questo potrebbe richiedere del tempo, quindi puoi suggerire di fare una breve pausa;
- Una volta completato il riepilogo visivo, rivedi i temi principali e apri il dibattito in plenaria. Possibili spunti possono essere:
 - *Cosa ti ha colpito delle conversazioni che hai avuto nei piccoli gruppi?*
 - *Pensi che questo esercizio ti abbia aiutato ad acquisire nuove intuizioni e maggiore chiarezza rispetto al legame tra genere e rigenerazione?*



ISPIRAZIONE






- Sulla tecnica del journaling nella Teoria U, si veda: <https://www.u-school.org/journaling>;
- Sulla relazione tra genere e approcci bioculturali, si veda Diaz-Reviriego et al. 2024.








© Chiara Zannelli



© Chiara Zannelli

 SCOPO E DESCRIZIONE	Un rituale per concludere la sessione, aiutando i partecipanti a sintetizzare gli apprendimenti più significativi e ad attingere dalla saggezza collettiva. L'uso delle carte incoraggia il pensiero laterale e intuitivo, superando i limiti del ragionamento logico, accedendo ad intuizioni nuove e inaspettate.
 DURATA	10 - 20 minuti
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Carte illustrate con immagini creative (come ad esempio quelle del gioco da tavolo Dixit o del mazzo di carte Moodboard);• Organizza la stanza in modo tale che i partecipanti possano disporsi in cerchio e vedersi reciprocamente.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Disponi le carte sul pavimento o su un tavolo, al centro del cerchio dei partecipanti e chiedi: <i>Qual è una lezione preziosa o un pensiero d'ispirazione che porti con te dall'esperienza di oggi? Usa una carta per stimolare la tua riflessione. Condividi le tue intuizioni con una parola o una breve frase.</i>• Invita i partecipanti, uno per uno, a scegliere una carta, mostrarla al gruppo e condividere le proprie intuizioni con una singola parola o una breve frase;• Il resto del gruppo pratica l'ascolto attivo mentre ogni persona condivide. Alla fine, ringrazia tutti per la condivisione.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Un metodo simile è l' "Online harvest with Dixit cards", del Toolkit di Re.imaginary, versione online: https://www.reimaginary.com/methods/online-harvest-with-dixit-cards;• Carte di Dixit: https://www.libellud.com/en/our-games/dixit/• Carte di Moodboard: https://kaleidosgames.com/en/moodboard-eng/







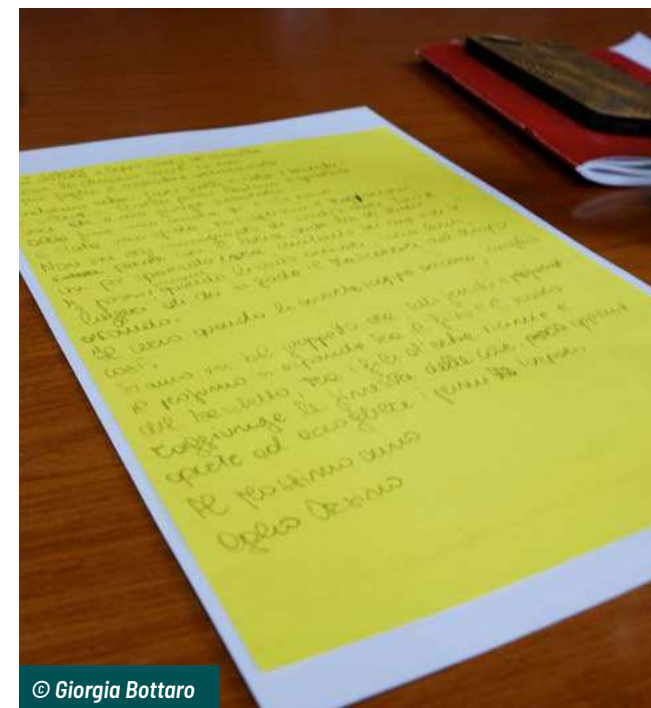
 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Un modo per connettersi con il proprio mondo interiore attraverso le narrazioni emotive, esperienziali e sensoriali espresse in poesie selezionate. Nel progetto VERVE, le poesie scelte trattano temi di giustizia sociale, consapevolezza ecologica, autodeterminazione, tutti declinati da prospettive femminili. Celebrano le voci di donne di diversa provenienza culturale ed epoca storica, che hanno usato la poesia come mezzo per la scoperta di sé e per il cambiamento sociale.</p>
 DURATA	<p>30 - 40 minuti (può variare a seconda del numero di partecipanti)</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Poesie stampate su fogli individuali, arrotolate con uno spago. Il testo dev'essere scritto in una lingua accessibile a tutti i partecipanti; • Un poster di dimensioni A1 posizionato a terra, al centro del cerchio dei partecipanti; • Strisce di carta di dimensioni 7x50 cm; • Piccoli pezzi di carta colorata o post-it a forma di esagono; • Pennarelli.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none"> • Prima dell'evento partecipativo, stampa da 10 a 20 poesie scritte da autrici donne (almeno una per partecipante); • Arrotola le poesie e disponile a terra, in modo che i partecipanti possano sceglierne una a caso; • Fornisci ai partecipanti i seguenti suggerimenti: <ul style="list-style-type: none"> - Scegli una poesia a caso, aprila e leggila in silenzio; - Scegli un verso e scrivilo sul foglio di carta fornito; - Scrivi un'emozione e una sensazione connesse alla poesia sui post-it colorati; • Uno per uno, i partecipanti dicono il loro nome e il nome della poesia. Mentre leggono ciò che hanno scritto, posizionano tutti i fogli sul poster comune a terra; • Dopo un giro completo di condivisione, ringrazia i partecipanti e chiedi se qualcuno desidera aggiungere qualcosa o commentare come si è sentito durante l'attività; • Per evitare pregiudizi, nel Laboratorio di VERVE, non abbiamo rivelato i nomi degli autori fino al termine del momento di condivisione.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Questo metodo è ispirato dal lavoro di Fern Smith (http://www.emergence-uk.org/) e di Susanne Moser (http://www.susannemoser.com/); • Sulla poesie femminile come espressione di attivismo femminista, si veda LaFollette K. 2018.







© Giorgia Bottaro

Nel progetto VERVE, abbiamo selezionato diverse poesie di autrici italiane e straniere, assicurandoci che fosse inclusa una prospettiva decoloniale. Tutte le poesie sono state tradotte in italiano. Ecco l'elenco di poesie e autrici: "Dormire nella foresta" e "Oche selvatiche" di Mary Oliver; "Lode alla pioggia" e "C'era un tempo" di Joy Harjo; "Fiorire - è il risultato" di Emily Dickinson; "Ancora mi solleverò" di Maya Angelou; "Nonne e api" di Hollie McNish; "Mollerò gli ormeggi" di Virginia Woolf; "Fluviale" di Helen Moore; "Ti prego, fiore" di Clarissa Munger Badger; "Achiltibuie" di Nan Sheperd; "Io sono verticale" di Sylvia Plath; "Io scientificamente mi domando" di Patrizia Cavalli; "Prati" e "Precoce autunno" di Antonia Pozzi; "Ma lo sentite il dolore profondo dell'umanità" di Rahma Nur; "Conchiglia", "Vento" e "Erbette del marciapiede" di Alessandra Berardi Arrigoni; "In attesa" e "Il seme" di Mariangela Gualtieri; "Dunque c'è la luce" e "Pane del bosco" di Chandra Livia Candiani.

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>(PER LA SPIEGAZIONE COMPLETA DEL METODO, SI VEDA IL METODO 6, PERCORSO 3)</p>
 DURATA	
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	
 FLUSSO	<p>Nel progetto VERVE, abbiamo utilizzato questo metodo con alcune piccole variazioni rispetto alla versione nel Percorso 3.</p> <ul style="list-style-type: none">• Abbiamo preselezionato carte raffiguranti vari elementi del paesaggio e dell'ecosistema riconoscibili e pertinenti per i partecipanti. Similmente, abbiamo scelto figure umane che si allineassero agli specifici interessi e impegni delle donne coinvolte nel Laboratorio;• Non ci siamo concentrati su un luogo specifico del territorio, ma abbiamo chiesto ai partecipanti di immaginare il futuro di un luogo che conoscono personalmente, possibilmente all'interno dell'area della Valbelluna, ovvero dove si è svolto il workshop.




© Giorgia Bottaro

 SCOPO E DESCRIZIONE	
 DURATA	(PER LA DESCRIZIONE COMPLETA, SI VEDA IL METODO 3, PERCORSO 2)
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	
 FLUSSO	<p>Durante il Laboratorio di VERVE con le donne, il cartellone dei Tre orizzonti è stato inizialmente compilato dal team di ricerca con una sintesi degli spunti condivisi dalle partecipanti durante l'attività di journaling del primo giorno. Le partecipanti hanno quindi utilizzato la tecnica del Fishbowl per arricchire e affinare queste idee, esprimendo prospettive diverse e identificando aree di consenso. Questo processo non solo ha evidenziato le diverse visioni del futuro, ma ha anche portato alla luce temi e priorità condivisi, preparando il terreno per la fase finale del Lab.</p> <p>Dopo aver introdotto il framework dei Tre orizzonti e le regole del Fishbowl, il team di ricerca ha presentato un riepilogo dei temi raccolti in precedenza e mappati sul cartellone. I partecipanti sono stati invitati a convalidare o contestare questo riepilogo. Sono state poi poste le seguenti domande guida:</p> <p><i>Pensando a un futuro rigenerativo per la tua area rurale-montana, che riconosca bisogni e aspirazioni plurali e che tenga conto sia della giustizia sociale che ecologica:</i></p> <ol style="list-style-type: none"><i>1. Quali caratteristiche dovrebbero avere i sistemi futuri? Puoi pensare alle seguenti dimensioni (sia a livello individuale che collettivo):</i><ul style="list-style-type: none">• <i>condizioni e interventi strutturali (ad es. leggi, regolamenti, ecc.)</i>• <i>pratiche concrete</i>• <i>discorsi e narrazioni</i>• <i>modi di fare</i>• <i>modi di pensare e sistemi di credenze</i><i>2. Cosa dovrebbe essere lasciato indietro dai sistemi attuali? Quali caratteristiche, ora prevalenti, ostacolano il cambiamento?</i><i>3. Quali strategie metti in atto, nella tua vita di tutti i giorni, per costruire il futuro che vorresti?</i> <p>La discussione si è sviluppata in modo naturale a partire da questi spunti di riflessione. Durante l'esercizio, a intervalli regolari, è utile ricordare ai partecipanti di rimanere ancorati al contesto specifico del territorio e alla tematica in esame, evitando affermazioni eccessivamente astratte o generiche (ad esempio, "dobbiamo fermare la discriminazione di genere nei luoghi di lavoro"). Inoltre, è utile incoraggiare i partecipanti a integrare aspetti ecologici nelle loro riflessioni, per un maggiore equilibrio delle discussioni, poiché il focus tende a concentrarsi prevalentemente sulle dimensioni sociali.</p>








© Giorgia Bottaro

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Un metodo per visualizzare e realizzare un prototipo in scala ridotta delle caratteristiche fisiche di un luogo futuro, in grado di soddisfare le esigenze e le aspirazioni di diversi gruppi, sia umani che non umani. Attraverso l'impiego di materiali che favoriscono l'espressione creativa e il pensiero intuitivo, questo approccio sfrutta la "conoscenza tacita" presente nelle nostre mani. Il coinvolgimento in questo processo pratico può condurre a intuizioni inattese e di grande valore.</p>
 DURATA	<p>60 - 90 minuti</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Immagini pre-tagliate per collage, da diversi tipi di riviste (ad es. arte, cibo, cultura, vita sostenibile, politica, ecc.); • Argilla/pasta da modellare (suggeriamo il fai-da-te, con una semplice ricetta di "pasta di sale". Per 2-3 persone, ingredienti e proporzioni sono: 1 tazza di sale fino, 2 tazze di farina multiuso, 1 tazza di acqua tiepida. Le quantità vanno regolate in base al numero di partecipanti); • Materiali di diverse forme (possibilmente naturali, e non in plastica, senza distruggere la flora selvatica): piccole pietre, fagioli, pasta corta, fili di lana, spago, bottoni, scovolini (per pipa); • Grandi fogli di carta (ad es. poster A1) o cartoni per la base del prototipo; • Organizza i materiali in modo ordinato in piccole scatole, in modo che siano facilmente accessibili ed esteticamente stimolanti.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none"> • Spiega lo scopo dell'esercizio e chiedi ad alcuni volontari di condividere un luogo esistente o archetipico (ad es: una scuola, un parco, un luogo pubblico) che vorrebbero re-immaginare per il futuro; • Forma gruppi di lavoro attorno alle idee proposte, lasciando che i partecipanti scelgano l'idea che li entusiasma di più. Assicurati che ci siano almeno due e massimo cinque persone per gruppo; • Durante il Laboratorio di VERVE è stato dato il seguente suggerimento: <i>"Pensate a un posto a cui siete legati, ma che oggi non è in grado di soddisfare i bisogni di tutti o non rispetta l'ambiente. Immaginate come potrebbe migliorare per rispondere alle esigenze di tutti e create un piccolo modello di come lo vedete, un posto dove tutti, persone e natura, possano stare bene."</i> • Incoraggia tutti a iniziare a costruire il modello mentre ne parlano, lasciando che le idee vengano dalle mani, e non solo dalla testa; • Concedi almeno 45 minuti per il lavoro di gruppo. Verso la fine, chiedi alle persone di dare un titolo conciso al loro prototipo; • Posiziona i prototipi al centro dello spazio in modo che tutti possano vederli; • Riunitevi attorno al prototipo e concedi alcuni minuti ad ogni gruppo per spiegare cosa ha creato; • Se il tempo lo consente, invita i partecipanti a condividere le proprie intuizioni e prospettive sui prototipi degli altri.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none"> • Per applicazioni simili di questo metodo, si veda il Toolkit di Pearson et al 2018, metodi n.19 "Maquette" and n.18 "Collage".



© Giorgia Bottaro

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Un modo per incentivare i partecipanti a intraprendere azioni concrete, invitandoli a contattare una persona o un gruppo specifico con cui desiderano avviare una collaborazione finalizzata al raggiungimento di visioni condivise. Questo viene fatto scrivendo un messaggio personalizzato su un biglietto, nel quale viene espressa l'intenzione di entrare in contatto e di stringere un'alleanza. La stesura del messaggio rappresenta sia un passo pratico che un gesto simbolico, consentendo ai partecipanti di articolare le proprie intenzioni e di impegnarsi a collaborare. Questo metodo si ispira alla teoria dell'apprendimento trasformativo, che pone l'accento sulla riflessione e sull'azione. Mediante l'esternazione dei pensieri in forma scritta, i partecipanti compiono un passo verso la realizzazione delle proprie intenzioni.</p>
 DURATA	10 - 15 minuti
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Biglietti e buste di qualità (un dettaglio apprezzabile è l'utilizzo di decorazioni con motivi ispirati alla natura e/o di carta riciclata o certificata ecologicamente);• Penne; fogli supplementari per la stesura delle bozze (se necessario);• Istruzioni visualizzate su un cartellone, una lavagna o schermo.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Illustra lo scopo dell'esercizio e distribuisce i materiali necessari;• Fornisci le seguenti indicazioni:<ul style="list-style-type: none">- <i>C'è qualcosa di concreto che potresti fare, a partire da oggi, per realizzare un aspetto della tua visione del futuro?</i>- <i>C'è una persona o un gruppo che potrebbe aiutarti a raggiungere questo obiettivo?</i>- <i>Scrivi un messaggio a questa persona o gruppo, spiegando la tua intenzione e includendo una proposta specifica.</i>- <i>Conserva la cartolina e consegnala o inviala al destinatario entro i prossimi giorni.</i>
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Per la teoria dell'apprendimento trasformativo, si veda Mezirow 1997.



© Angela Moriggi



SCOPO E
DESCRIZIONE



DURATA



MATERIALI E
DISPOSIZIONE



FLUSSO



ISPIRAZIONE

(PER LA DESCRIZIONE COMPLETA, SI VEDA IL METODO 4, PERCORSO 2)



© Chiara Zannelli

Percorso 5. Imparare dalla natura: visioni umane e non umane per sistemi socio-ecologici in salute

DOMANDA GUIDA	<p>Cosa possiamo imparare dalla foresta e dagli altri ecosistemi rurali-montani per comprendere meglio come sono legate tra loro la salute delle persone, quella degli animali e quella dell'ambiente nel suo complesso?</p>
OBIETTIVI CHIAVE	<ul style="list-style-type: none"> • Tradurre concetti astratti (ad es. interdipendenza tra umani e non umani, benessere socio-ecologico, rigenerazione) in pratiche esperienziali; • Dare voce ai non umani e alle loro percezioni dell'ecosistema foresta; • Promuovere empatia e compassione per altre specie; • Aumentare la consapevolezza della complessità e fragilità delle aree rurali-montane; • Migliorare la comunicazione e il senso di fiducia.
IL CASO DI VERVE	<p>Cosa: un workshop creativo aperto al pubblico, successivo a un seminario scientifico, tenutosi durante la 2a edizione del Festival "Cansiglio InVita" (Sett. 2024);</p> <p>Dove: Foresta del Cansiglio, provincia di Belluno, Italia;</p> <p>Chi: 20 persone, tra cui circa 10 esperti (relatori del seminario) e circa 10 persone del pubblico, che hanno partecipato volontariamente.</p>

FLUSSO

180 MINUTI (INCL. 10 MIN "CUSCINETTO")

INTRO

Spiega la storia del metodo e gli obiettivi del workshop.

RIUNIRSI

10 min

CONNETTERE

30 min

RACCOGLIERE

40 min

IMMAGINARE

90 min

4. INTUZIONI CHIAVE





Raccogli gli insegnamenti più importanti tratti da questa esperienza.

1. BREVE MEDITAZIONE GUIDATA

Invita le persone a connettersi a un archetipo umano o non umano, stimolando i sensi e l'immaginazione.

2. ASSEMBLEA DEI VIVENTI E DEI SISTEMI VITALI

Incoraggia i partecipanti a esprimere le proprie percezioni nei panni del loro "nuovo essere"; esplora i loro bisogni e le loro visioni per il futuro benessere della propria specie e dell'ecosistema nel suo complesso.

 SCOPO E DESCRIZIONE	<p>Un metodo volto a ristabilire una connessione con la propria saggezza interiore e la propria dimensione fisica, attraverso l'impersonificazione di un personaggio, sia umano che non umano. Le indicazioni fornite ai partecipanti li incoraggiano a sperimentare sensazioni e movimenti propri del personaggio scelto, agevolando una più profonda immersione nel processo di impersonificazione. Il personaggio viene selezionato dal set di "Carte archetipo del progetto VERVE" (si veda il metodo successivo).</p>
 DURATA	<p>20 - 30 minuti</p>
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Scarica e stampa le Carte archetipo del progetto VERVE (Materiali Supplementari n.3 di questo Toolkit). Attacca un filo di lana a ciascuna, in modo che le persone possano indossarle al collo;• Disponi le carte ordinatamente a terra, in modo che tutti possano vederle;• In base al numero di partecipanti e al focus della sessione, puoi fare una selezione a priori delle carte. Nel workshop di VERVE, ad esempio, abbiamo fornito solo quattro carte raffiguranti esseri umani, per invitare i partecipanti ad assumere prevalentemente la prospettiva di animali o elementi non umani;• Organizza le sedie in cerchio, assicurandoti che tutti possano vedersi e sentirsi al sicuro e a proprio agio. Se l'ambiente circostante (e il tempo) si prestano a una pratica di mindfulness, valuta la possibilità di svolgere esercizio all'aperto;• (opzionale) Una campanella - un suono delicato per segnare la fine del momento di mindfulness.
 FLUSSO	<p>Per guidare l'attività di mindfulness, puoi seguire questi passaggi e suggerimenti:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Esplorazione delle carte (fase di preparazione - 5 min): <i>"Esplora le Carte archetipo senza sceglierne una. Prenditi il tuo tempo, lasciando che la curiosità e l'intuizione guidino la scelta"</i>;2. Selezione della carta: <i>"Scegli una carta che risuona con te. Appendi la carta al collo (con il filo di lana), in modo che tutti possano vedere gli archetipi selezionati"</i>;3. Incarnare l'archetipo: <i>"Assumi una posizione comoda, seduta o in piedi come preferisci. Aggiusta la postura, allungati o muovi il corpo per sentirti a tuo agio. Fai respiri profondi con la pancia, gonfiando l'addome come un pallone, e chiudi gli occhi quando sei pronto"</i>.



© Luca Tavoso

CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓



FLUSSO

"Concentrati sulle sensazioni del tuo nuovo essere":

- Inizia con la superficie del corpo: *"Com'è la superficie del tuo corpo? Sei caldo o freddo?"*
- Esplora la struttura fisica: *"Hai uno scheletro? Quanto sei grande? Sei più largo che alto?"*
- Sposta l'attenzione sull'ambiente: *"Dove sei? Sei a terra, sotto terra, fluttuante o stai volando?"*
- Rifletti sulla percezione sensoriale: *"Che tipo di organi di senso hai? Come percepisci il mondo: attraverso l'udito, la vista, l'olfatto o il tatto? Quale senso è più importante per te? Quali suoni senti, se ce ne sono?"*
- Interazione con l'ambiente e gli altri: *"Quali caratteristiche del tuo ambiente circostante sono più rilevanti? Quali altri esseri o cose sono più alti o più piccoli di te?"* Chi sono i tuoi vicini o coinquilini? *"Vivi dentro un altro essere, o un altro vive dentro di te?"* *"Chi sono i tuoi alleati, amici o nemici? Cosa ti preoccupa o ti spaventa degli altri intorno a te? Con chi potresti stringere un'alleanza?"*
- Movimento e suono: *"Mentre respiri profondamente, inizia a sentire la forma del tuo corpo e come si muove nel suo ambiente ideale. Lascia che il tuo corpo si muova naturalmente: dimenandosi, raggomitandosi, allungandosi o girandosi verso il sole. Muoviti nello spazio in un modo che ti sembri autentico per il tuo essere. Usa la tua immaginazione se necessario. Quali suoni produce il tuo corpo? Esplora eventuali vocalizzazioni o movimenti che potrebbe fare il tuo personaggio."*
- Ritorno alla quiete: *"Torna alla quiete e al silenzio. Fai alcuni respiri profondi finali, riconnettendoti con il tuo corpo. Quando ti senti pronto, apri delicatamente gli occhi".*

Al termine di questa attività, i partecipanti avranno incarnato l'archetipo scelto, ottenendo intuizioni sul loro "nuovo essere" e sulla sua relazione con l'ambiente circostante e gli altri esseri.



ISPIRAZIONE

- Per un'applicazione simile del metodo, si veda "More than human live action roleplay", dal manuale di Collective imagination practices: <https://www.collectiveimagination.tools/>
- Per la mindfulness in natura, si veda Cornell 2014.



© Luca Tavoso



SCOPO E DESCRIZIONE

Questo metodo incoraggia i partecipanti a superare le prospettive antropocentriche, promuovendo empatia e compassione per tutti gli esseri viventi, nonché per gli elementi naturali non viventi. Stimola un apprezzamento più profondo per altre specie (e singoli membri al loro interno) e per i componenti degli ecosistemi (ad es: suolo e acqua), i loro contributi alla salute dell'ecosistema e le sfide che affrontano a causa dell'attività umana. Attraverso l'apprendimento esperienziale e ludico, il metodo facilita la comprensione della complessità, promuovendo una comprensione più personale dell'interconnessione reciproca tra il benessere animale, ambientale e umano. Inoltre, favorisce la costruzione della fiducia, una migliore comunicazione e il rafforzamento del senso di comunità tra i partecipanti. Dando a tutti lo stesso potere e creando conoscenza insieme in modo democratico e inclusivo, il metodo crea uno spazio per una collaborazione autentica. Il metodo è ispirato al *Council of All Beings*, ideato da Joanna Macy e John Seed.

Il processo è guidato dalle "Carte archetipo del progetto VERVE" - un set di 24 carte, create ad hoc, raffiguranti otto umani, otto animali e otto elementi ambientali tipici degli ecosistemi rurali-montani. Ogni carta combina accuratezza scientifica con una narrazione coinvolgente, evidenziando i contributi unici di questi esseri ed elementi alla salute e alla resilienza socio-ecologica.



DURATA

60 - 90 minuti



MATERIALI E DISPOSIZIONE

- Scrivi in maniera chiara le domande guida su uno schermo o su un grande poster;
- Mantieni l'organizzazione dello spazio del metodo precedente, con le sedie disposte a semicerchio in modo che tutti possano vedersi;
- Come facilitatore, posizionati di fronte al semicerchio, mantenendo una presenza stabile e attenta, al fine di guidare i partecipanti. Usa il tuo linguaggio del corpo e il movimento per moderare la conversazione in modo discreto - avvicinati a qualcuno che è eccessivamente loquace per suggerire di lasciare spazio agli altri, usa il contatto degli occhi e la gestualità per invitare i partecipanti più silenziosi a condividere. Comunica con il tuo corpo, limitando le parole e creando un'atmosfera accogliente e dinamica.



© Giulia Corradini

CONTINUA NELLA PAGINA SEGUENTE ↓



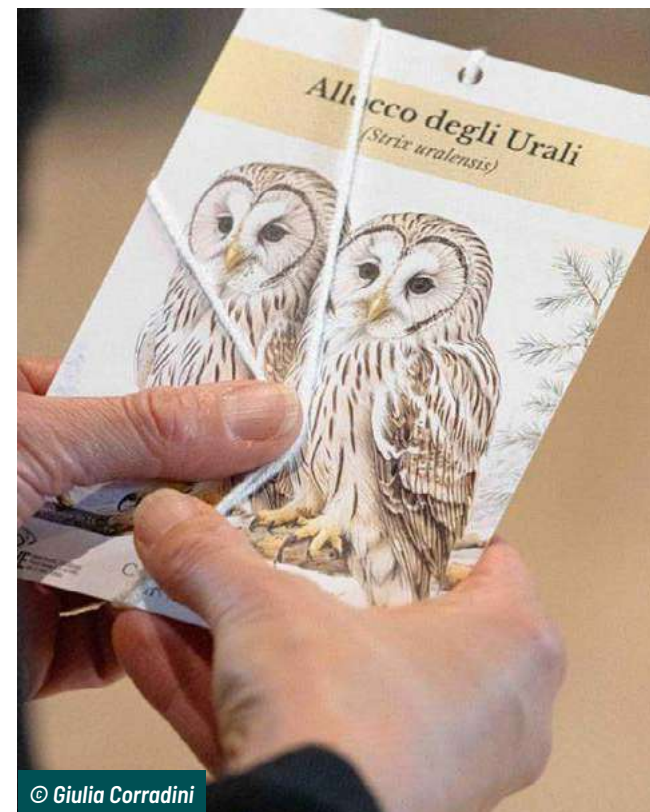
FLUSSO

- Spiega ai partecipanti che il dialogo sta per iniziare e che dovranno esprimersi e agire dalla prospettiva del nuovo essere che hanno scelto;
- Ricorda ai partecipanti le regole di base dell'ascolto attivo (vedi sezione 2 di questo Toolkit);
- Introduci il primo round di discussione, chiedendo a ciascun personaggio di presentare brevemente il proprio nuovo essere, seguendo queste domande:
 - *Chi sei? Come vedi il mondo dalla prospettiva del tuo essere?*
 - *C'è una questione importante per la specie o l'elemento ambientale che rappresenti che desideri portare all'attenzione di questa assemblea?*
- Dopo che tutti si sono presentati, inizia un altro round di discussione, usando questo suggerimento:
 - *Cosa può fare concretamente questa assemblea per sostenere il tuo benessere?*
- La conversazione può durare circa un'ora;
- Invita tutti i partecipanti a concludere la sessione, chiedendo loro di chiudere gli occhi e di ritornare alla propria identità originaria.








ISPIRAZIONE

- Per una spiegazione teorica del Council of All Beings, si veda Seed e Macy 1988;
- Per suggerimenti pratici sull'implementazione del Council of All Beings, si veda Work that reconnects: <https://workthatreconnecteres.org/>;
- Per applicazioni simili, si veda il Metodo n.15, p.38 "Inviting non-human stakeholders" e il Metodo n.20, p. 45 "More-than-human intervision", del Toolkit di Pearson et al. 2018;
- Si veda anche The Council of Care di de la Rosa e Ressorio Campodorio 2024.



© Giulia Corradini

 SCOPO E DESCRIZIONE	Un metodo per raccogliere gli apprendimenti più significativi e interessanti emersi durante l'Assemblea dei viventi e dei sistemi vitali, e per valutare l'efficacia del dialogo attraverso una discussione qualitativa collettiva.
 DURATA	30 - 40 minuti
 MATERIALI E DISPOSIZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Mantieni la stessa impostazione del dialogo, con i partecipanti seduti a semicerchio;• Puoi invitare a unirsi al cerchio anche persone che hanno osservato il dialogo, anche se non hanno partecipato attivamente. Le loro prospettive come ascoltatori possono fornire spunti preziosi. Anche i facilitatori e membri del team sono invitati a sedersi nel cerchio.
 FLUSSO	<ul style="list-style-type: none">• Fornisci i seguenti spunti di riflessione per promuovere una discussione aperta e inclusiva, assicurandoti che nessun singolo partecipante monopolizzi la conversazione, garantendo a tutti l'opportunità di condividere i propri pensieri:<ul style="list-style-type: none">- <i>Come hai vissuto questa esperienza?</i>- <i>Quali emozioni hai provato durante l'esercizio?</i>- <i>Quanto è stato facile o difficile incarnare il personaggio che hai scelto?</i>- <i>Quali nuove intuizioni sono emerse attraverso l'impersonificazione del personaggio?</i>- <i>Qual è stato l'aspetto più sorprendente?</i>- <i>Quale comprensione aggiuntiva hai maturato riguardo all'interconnessione tra esseri umani, esseri non umani e gli altri elementi che compongono l'ecosistema?</i>• Concludi ringraziando tutti i partecipanti per aver condiviso le proprie prospettive.
 ISPIRAZIONE	<ul style="list-style-type: none">• Il metodo è ispirato dal The Council of Care di Gabriela de la Rosa e Adriana Ressorio Campodorio: https://www.geos-project.org/projects/the-council-of-care



Materiali supplementari



Finanziato dall'Unione Europea

Spunti per conversazioni rurali del progetto VERVE

Materiali supplementari n. 1 del Toolkit VERVE "Immaginare il futuro delle aree rurali-montane" (2025)

Angela Moriggi, Matilda Todesco, Deborah Vedovetto, Giulia Corradini, Laura Secco



Spunti per conversazioni rurali del progetto VERVE

DOWNLOAD



Finanziato dall'Unione Europea

Carte rurali del progetto VERVE

Materiali supplementari n. 2 del Toolkit VERVE "Immaginare il futuro delle aree rurali-montane" (2025)

Angela Moriggi, Giulia Corradini, Matilda Todesco, Deborah Vedovetto, Laura Secco



Carte rurali del progetto VERVE

DOWNLOAD



Finanziato dall'Unione Europea

Carte archetipo del progetto VERVE

Materiali supplementari n. 3 del Toolkit VERVE "Immaginare il futuro delle aree rurali-montane" (2025)

Angela Moriggi, Kelli Rose Pearson, Deborah Vedovetto, Matilda Todesco, Laura Secco



Carte archetipo del progetto VERVE

DOWNLOAD





SEZIONE 4 - BIBLIOGRAFIA

MANUALI E RISORSE PRATICHE

- ASHFORD G. AND PATKAR S. (2001). *The Positive Path. Using Appreciative Inquiry in Rural Indian Communities*. International Institute for Sustainable Development. https://www.iisd.org/system/files/publications/ai_the_positive_path.pdf
- BIESTER U. & MEHLMANN M. (ED.) (2020). *A Transformative Edge: Knowledge, Inspiration and Experiences for Educators of Adults*. Transformation Hosts International Publications. ISBN 978-3-9822033-0-0. <https://legacy17.org/project/a-transformative-edge/>
- BIGGS R., DE VOS A., PREISER R. CLEMENTS H., MACIEJEWSKI K., SCHLÜTER M. (2021). *The Routledge Handbook of Research Methods for Social-Ecological Systems*, Taylor & Francis Group. <https://www.stockholmresilience.org/publications/publications/2022-02-26-the-routledge-handbook-of-research-methods-for-social-ecological-systems.html>
- CHAMBERS J., PATANGAY S., & WEIDEMANN G. (ED.) (2023). *Creative collectives for utopia*. <https://www.uu.nl/en/research/urban-futures-studio/initiatives/imagining-the-future-for-transformation>
- CHAMBERS R. (2002). *Participatory workshops: a sourcebook of 21 sets of ideas & activities*. Taylor & Francis.
- Collective imagination Practices Toolkit*. <https://www.collectiveimagination.tools/>
- FUTURE STATION. (2023). *Are you ready for the future? Foresight Toolkit*. <https://www.teachthefuture.org/partner-library/are-you-ready-for-the-future%3F-foresight-toolkit?lang=af>
- HICHERT T., BIGGS R., AND PREISER R. (2019). *Generating visions of good Anthropocenes: The Manoa mash-up scenario methodology*. CST Toolkit.
- IFRC SOLFERINO ACADEMY. (2023). *The strategic foresight book*. <https://solferino-academy.com/the-strategic-foresight-book/>
- INTERNATIONAL CIVIL SOCIETY. (2024). *Toolkit for tomorrow: Anticipating civil society futures*. <https://solidarityaction.network/toolkit-for-tomorrow-anticipating-civil-society-futures/>
- PEARSON, K. R., BACKMAN, M., GRENNI, S., MORIGGI, A., PISTERS, S., & VRIEZE DE, A. (2018). Arts-based methods for transformative engagement. A toolkit. SUS-PLACE. DOI: 10.18174/441523
- RECOMS PROJECT. *Creative methods in research & community engagement*. <https://recoms.eu/method>
- Re-imaginary Toolkit. Re-imagining possibilities for just and ecological societies*. <https://www.reimaginary.com/>
- RURALIZATION project. *Rural Trends*. <https://ruraltrends.eu/>
- SALLE, E., ZOMER, B., IADECOLA, F., ARCURI, S. (2022). *Foresight exercise. Alternative rural futures: how to get there?* SHERPA Position Paper. DOI: 10.5281/zenodo.6474919
- THAILAND INSTITUTE OF JUSTICE. (2021). *The Futures thinking curriculum. A foresight approach to social justice*. <https://knowledge.tijthailand.org/en/publication/detail/futures-thinking-booklet#book/>
- U School. *Guided journaling*. <https://www.u-school.org/journaling>
- UN Global Pulse. *Futures Cards to shape inclusive foresight*. <https://www.unglobal-pulse.org/document/futures-cards/>

ARTICOLI E LIBRI SCIENTIFICI

- AHVENHARJU, S., MINKKINEN, M., & LALOT, F. (2018). The five dimensions of Futures Consciousness. *Futures*, 104: 1–13. DOI: [10.1016/j.futures.2018.06.010](https://doi.org/10.1016/j.futures.2018.06.010)
- BOULDING J. RUSSELL. (2017). "Peace Culture: An Overview (2000)" in J. R. Boulding (Ed.) *Elise Boulding: A Pioneer in Peace Research, Peacemaking, Feminism, Future Studies and the Family*. Switzerland: Springer, pp. 115–20. https://www.researchgate.net/profile/Stuart-Candy/publication/338558408_Backcasting/links/5e61c530299bf182deed7292/Backcasting.pdf
- BUCKTON S. J., FAZEY I., SHARPE B., OM E. S., DOHERTY B., BALL P., DENBY K., BRYANT M., LAIT R., BRIDLE S., CAIN M., CARMEN E., COLLINS L., NIXON N., YAP C., CONNOLLY A., FLETCHER B., FRANKOWSKA A., GARDNER G., JAMES A., KENDRICK I., KLUCZKOVSKI A., MAIR S., MORRIS B., SINCLAIR M. (2023). The Regenerative Lens: A conceptual framework for regenerative social-ecological systems. *One Earth*, 6 (7): 824–842, <https://doi.org/10.1016/j.oneear.2023.06.006>
- CHRISTOPHILOPOULOS N. (2021). Special Relativity Theory Expands the Futures Cone's Conceptualisation of the Futures and The Pasts. *Journal of Futures Studies*, 26(1): 83–90. <https://jfsdigital.org/articles-and-essays/vol-26-no-1-september-2021/special-relativity-theory-expands-the-futures-cones-conceptualisation-of-the-futures-and-the-pasts/>
- CLIFFORD A. (2018). *Your guide to forest bathing: Experience the healing power of nature*. Newburyport: Conari Press.
- CORK, S., ALEXANDRA, C., ALVAREZ-ROMERO, J. G., BENNETT, E. M., BERBÉS-BLÁZQUEZ, M., BOHENSKY, E., BOK, B., COSTANZA, R., HASHIMOTO, S., HILL, R., INAYATULLAH, S., KOK, K., KUIPER, J. J., MOGLIA, M., PEREIRA, L., PETERSON, G., WEEKS, R., & WYBORN, C. (2023). Exploring Alternative Futures in the Anthropocene. *Annual Review of Environment and Resources*, 48: 25–54. <https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev-environ-112321-095011>
- CORNELL J. B. (2014). *Listening to nature: How to deepen your awareness of nature*. Crystal Clarity Publishers.
- DALLA TORRE, C., RAVAZZOLI, E., DIJKSHOORN-DEKKER, M., POLMAN, N., MELNYKOVYCH, M., PISANI, E., ... SECCO, L. (2020). The role of agency in the emergence and development of social innovations in rural areas. Analysis of two cases of social farming in Italy and The Netherlands. *Sustainability*, 12(11), 4440. <https://doi.org/10.3390/su12114440>
- DIAZ-REVIRIEGO I., TORRABLA M., VIZUETE B., ORTIZ-PRZYCHODZKA S., PEARSON J., HEINDORF C., LLANQUE ZONTA A., OTEROS-ROZAS E. (2024). Disentangling gender and social differences for just and transformative biocultural approaches. *People and Nature*, 6(4): 1394–1406;
- FAZEY I., SCHÄPKE N., CANIGLIA G. HODGSON A., KENDRICK I., ET AL. (2020). Transforming knowledge systems for life on Earth: Visions of future systems and how to get there. *Energy Research & Social Science*, 70: 101724. <https://doi.org/10.1016/j.erss.2020.101724>.
- FRANKLIN A. (2022). Introduction: Sustainability as co-creative research praxis. In Franklin A. (Ed.) *Co-creativity and engaged scholarship: Transformative methods in social sustainability research*. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-84248-2>
- GLENN, J. C., & GORDON, T. J. (EDS.). (2009). *Futures research methodology Version 3.0*. The Millennium Project. <https://millennium-project.org/publications-2/futures-research-methodology-version-3-0-2/>
- INAYATULLAH S. (1998). Causal layered analysis: Poststructuralism as method. *Futures*, 30 (8): 815–829. [https://doi.org/10.1016/S0016-3287\(98\)00086-X](https://doi.org/10.1016/S0016-3287(98)00086-X)
- KONG T. M., KELLNER K., AUSTIN D. E., ELS Y., AND ORR B. J. (2015). Enhancing Participatory Evaluation of Land Management through Photo Elicitation and Photovoice. *Society & Natural Resources*, 28 (2): 212–229, DOI: 10.1080/08941920.2014.941448
- LAFOLLETTE K. (2018). "The opposite of the skeleton inside of me": Women's poetry as feminist activism. *Art/Research International: A transdisciplinary journal*, 3 (1): 178–189. DOI: <https://doi.org/10.18432/ari28922>

- LAVOREL, S., ANQUETIN, S. & BUCLET, N. (2023). Trajectories of socio-ecological change in mountains. *Regional Environmental Change* 23 (73). <https://doi.org/10.1007/s10113-023-02063-w>
- LAZURKO, A., SCHWEIZER, V., PINTÉR, L., & FERGUSON, D. (2023). Boundaries of the future: A framework for reflexive scenario practice in sustainability science. *One Earth*, 6: 1703-1725. <https://doi.org/10.1016/j.oneear.2023.10.027>
- MANG P. & REED B. (2012) Designing from place: a regenerative framework and methodology, *Building Research & Information*, 40:1, 23-38, DOI: 10.1080/09613218.2012.621341
- MEZIRROW J. (1997). Transformative learning: Theory to practice. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 74: 5-12. <http://dx.doi.org/10.1002/ace.7401>
- PERPIÑA CASTILLO, C., JACOBS-CRISIONI, C., BARRANCO, R., CURTALE, R., KOMPIL, M., VALLECILLO, S., AUTERI, D. AND DIJKSTRA, L. (2023). Opportunities and challenges for remote rural areas in the European Union. European Commission, Joint Research Centre, JRC135398. Retrieved from: <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC135398>
- REASON P. AND BRADBURY H. (EDS.) (2008). *The Sage handbook of action research: Participative inquiry and practice*. London: Sage Publications.
- REED B. (2007). Shifting from 'sustainability' to regeneration. *Building Research & Information*, 35(6): 674-680. <https://doi.org/10.1080/09613210701475753>
- SECCO L., PISANI E., BURLANDO C., DA RE R., PETTENELLA D., NIJNIK M., MILLER D., SLEE B., GEZIK V., KLUVÁNKOVÁ T. (2016). Guidelines to identify and analyse existing methods to assess social innovation and impacts. Deliverable 4.1, Social Innovation in Marginalised Rural Areas (SIMRA). Retrieved from <https://cordis.europa.eu/project/id/677622/results>
- SEED J., MACY J., FLEMING P., NAESS A. (1988). *Thinking like a mountain: Towards a council of all beings*. New Catalyst Books.
- SHARPE, B., A. HODGSON, G. LEICESTER, A. LYON, AND I. FAZEY. 2016. THREE HORIZONS: A PATHWAYS PRACTICE FOR TRANSFORMATION. *ECOLOGY AND SOCIETY* 21(2):47. <http://dx.doi.org/10.5751/ES-08388-210247>
- SHIVA V. (1988). *Staying alive: Women, ecology, and development*. London: Zed Books.
- SISTO R., LOPOLITO A., VAN VLIET M. (2018). Stakeholder participation in planning rural development strategies: Using backcasting to support Local Action Groups in complying with CLLD requirements. *Land Use Policy*, 70: 442-450, <https://doi.org/10.1016/j.landusepol.2017.11.022>.
- VAROTTO M. (2020). *Montagne di mezzo. Una nuova geografia*. Einaudi.
- VOROS J. (2017). Big history and anticipation: Using Big History as a framework for global foresight, In Poli (Ed): *Handbook of anticipation: Theoretical and applied aspects of the use of future in decision making*, Springer international. https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-3-319-31737-3_95-1
- WYSS R. LUTHE T., PEDOTH L., SCHNEIDERBAUER S., ADLER C., APPLE M., ERAZO ACOSTA E., FITZPATRICK H., HAIDER J., IKIZER G., IMPERIALE A. J., KARANCI N., POSCH E., SAIDMAMATOV O., THALER T. (2022). Mountain Resilience: A Systematic Literature Review and Paths to the Future. *Mountain Research and Development*, 42(2):A23-A36. <https://doi.org/10.1659/MRD-JOURNAL-D-21-00044.1>
- ZANDEE, D. P., & COOPERRIDER, D. L. (2008). Appreciable worlds, inspired inquiry. In P. Reason & H. Bradbury (Eds.), *The Sage handbook of action research: Participative inquiry and practice* (pp. 190-199).

SITI E BLOG

CHAMBERS J. (2024). "Around the future in eighty worlds". <https://www.uu.nl/en/ opinie/around-the-future-in-eighty-worlds>

DE LA ROSA G. AND CAMPODORIO RESSIORE A. (2024). *The Council of Care*. <https:// www.geos-project.org/projects/the-council-of-care>

Future consciousness test. <https://futuresconsciousness.utu.fi/>

Seeds of Good Anthropocene project. <https://goodanthropocenes.net/>

UNESCO. *Futures Literacy & Foresight*. <https://www.unesco.org/en/futures-literacy>

Work that Reconnects Network. *Council of All Beings*. <https://workthatreconnects.org/resources/council-of-all-beings/>

VIDEO

DAMHOF L. (2022). *Futures Literacy: shaping your present by reimagining futures*. TedX Youth Groningen. <https://www.youtube.com/watch?v=IGvFS6nAMml>

Doughnut Economics Action Lab. *The Three Horizons Framework - a quick introduction*. https://www.youtube.com/watch?v=_5KfRQJqpPU

Hall of icebreaker: Yarn web. <https://www.youtube.com/watch?v=pnnV38PXZ-U>

MEADOWS D. (1994). *Envision a sustainable world*. <https://donellameadows.org/archives/envisioning-a-sustainable-world-video/>

VERVE's Photovoice Lab: <https://www.angelamoriggi.com/photovoice-lab/>





© Luca Celi

SEZIONE 5 - BIOGRAFIE DEGLI AUTORI

AUTHORS' BIOS



Angela Moriggi

Angela è una scienziata sociale che lavora a progetti transdisciplinari per la sostenibilità dal 2013, con particolare attenzione all'innovazione sociale e al cambiamento nelle aree rurali e montane. È Principal Investigator del Progetto Marie Curie VERVE presso il Dipartimento Territorio e Sistemi Agro-Forestali (TESAF) dell'Università di Padova. Il filo conduttore del suo lavoro è la progettazione, l'uso e la valutazione di metodi partecipativi e co-creativi e approcci di facilitazione. È co-fondatrice di [Re.imaginary](#), un database online di metodi creativi e co-autrice del libro per bambini "C'era una volta il futuro: [Avventure quotidiane per cambiare il mondo](#)". Ha conseguito il dottorato di ricerca presso l'Università di Wageningen, con uno studio sulle pratiche di Green Care in Finlandia.

www.angelamoriggi.com



Laura Secco

Laura (Dottorato di ricerca in economia ed estimo territoriale, Laurea Magistrale in Scienze Forestali) è Professoressa Associata presso il Dipartimento TESAF e Vice-Coordinatrice della Scuola di Dottorato [LERH](#) presso l'Università di Padova. La sua ricerca si concentra su politica e governance

forestale, innovazione sociale, approcci partecipativi, relazioni uomo-natura anche in termini di salute e benessere. Ha contribuito a numerosi progetti di ricerca (in ambito internazionale, ad esempio, [SIMRA](#), [RESONATE](#), [OptFORESTS](#), [Green4C](#), [CONNATURALP](#)) ed è co-fondatrice dello spin-off Etifor srl. Laura ha pubblicato oltre 220 tra articoli scientifici, report di progetti e altro; è Assistant Editor nelle riviste *peer-reviewed Conservation Letters* e *Forest Policy and Economics*. Ha sviluppato diversi corsi online, tra cui due MOOCs su [Innovazione sociale nelle aree rurali](#) e [parità di genere nel settore forestale](#). Prima di entrare in accademia, Laura ha lavorato come consulente per la certificazione ambientale e forestale per oltre 10 anni, co-fondando FSC-Italia. Recentemente, si è anche qualificata come guida di "bagni di foresta" e ha co-ideato e co-organizzato il [Festival Cansiglio InVita](#).



Kelli Rose Pearson

Kelli è co-fondatrice del collettivo Re.imaginary, che supporta la leadership nella sostenibilità attraverso metodi creativi, narrazione, comunicazione, facilitazione e coinvolgimento degli stakeholder. Lavora anche come Direttrice della Sostenibilità per l'Economic Transformations Group (ETG), una società di consulenza per lo sviluppo regionale. Ha esperienza nel supportare sistemi alimentari sostenibili, pianificazione dello sviluppo urbano, iniziative di turismo regionale sostenibile e gestione di filiere verdi. Ha creato un corso online open source "Utopie ambigue" sul ruolo dei metodi speculativi per immaginare futuri positivi. Infine, è un'autrice di fantascienza, con un focus su "ri-narrare" la nostra immaginazione attraverso visioni di un futuro rigenerativo. Il suo progetto collaborativo per ragazzi delle scuole medie, "C'era una volta il futuro: Avventure quotidiane per cambiare il mondo", combina la scienza per la sostenibilità con il realismo magico e fornisce materiali di supporto per gli educatori.



Epaminondas Christophilopoulos

Epaminondas è titolare della Cattedra UNESCO sugli studi di futuro, ospitata presso il FORTH (Foundation for Research and Technology), e Presidente esecutivo dei Musei MOMus. È borsista della Onassis Foundation e ha conseguito un dottorato di ricerca in previsione strategica, mentre il suo profilo accademico include anche studi in fisica (BSc), ambiente (MSc) e relazioni internazionali. Lavora nel campo della ricerca sui futuri dal 2010, progettando e implementando una varietà di progetti, e ha ricoperto il ruolo di Chief Scientific Officer for Foresight presso l'Ufficio del Primo Ministro. È membro del comitato di pianificazione del Millennium Project e membro di ESIR, un gruppo di esperti di alto livello che fornisce consulenza politica alla Commissione Europea su come sviluppare una politica di ricerca e innovazione lungimirante e trasformativa.

BIOGRAFIE DEI COLLABORATORI

Riccardo Da Re

Riccardo è il Good Vibe, Facilitation & Culture Manager di Etifor srl, uno spin-off dell'Università di Padova, per il quale si occupa principalmente di coinvolgimento degli stakeholder in processi partecipativi in diversi progetti italiani ed europei. Laureato in Scienze Statistiche, Demografiche e Sociali, ha un dottorato di ricerca in Ingegneria Gestionale ed Estimo in Economia Territoriale e un Master in Facilitazione.

Il suo contributo al toolkit: Riccardo ha contribuito alla progettazione di alcuni dei Laboratori di VERVE, rilevanti per i Percorsi 1, 3 e 4. Ha anche svolto il ruolo di co-facilitatore per il Laboratorio di visioning a Seren del Grappa.

Giulia Corradini

Giulia Corradini è assegnista di ricerca presso il Dipartimento TESAF dell'Università degli Studi di Padova. È anche una consulente forestale, specializzata in sviluppo rurale e servizi ecosistemici. Ha esperienza in gestione di progetti e sviluppo di corsi formativi. Parallelamente alla ricerca, Giulia è un'appassionata fotografa e organizza workshop e seminari fotografici. Ha un Dottorato di ricerca in Territorio, Ambiente, Risorse e Salute e una Laurea specialistica in Scienze Forestali e Ambientali.

Il suo contributo al toolkit: Giulia ha co-creato le Carte rurali di VERVE, realizzando la maggior parte delle immagini per la collezione. Ha anche contribuito ai laboratori di Photovoice, portando la sua esperienza in fotografia e gestione delle risorse naturali (pertinente al Percorso 1 e agli Spunti di conversazione sul rurale).

Matilda Todesco

Matilda è assegnista di ricerca presso il Dipartimento TESAF, con una Laurea magistrale in Scienze Forestali e Ambientali conseguita presso l'Università degli Studi di Padova. Attualmente è coinvolta nel progetto AGRITECH, finanziato da NextGenerationEU, dove sta sviluppando e implementando protocolli per la valutazione dei servizi ecosistemici associati a pratiche di gestione agronomica e forestale.

Il suo contributo al toolkit: Matilda ha co-creato le immagini delle Carte archetipo, ha curato la grafica e l'editing delle Carte Rurali di VERVE e degli Spunti di conversazione sul rurale.

Deborah Vedovetto

Deborah è una studentessa magistrale in Forest Sciences e assegnista di ricerca presso il Dipartimento TESAF dell'Università di Padova. È attivamente coinvolta nel progetto europeo [RESONATE](#), contribuendo specificamente allo sviluppo di un Resilience Hub nella città di Padova per promuovere la cooperazione tra gli stakeholder nel settore del green care in ambito urbano.

Il suo contributo al toolkit: Deborah ha co-creato i testi delle Carte Archetipo e ha supportato l'editing degli altri Materiali Supplementari.

Maria Tengö

Maria Tengö è Principal Scientist in Scienze per la sostenibilità presso lo Stockholm Resilience Centre e detiene la Cattedra Speciale del Nature College in relazioni uomo-natura nell'Antropocene presso il Forest and Nature Conservation Policy Group, Wageningen University and Research (WUR) nei Paesi Bassi. È anche consulente senior presso SwedBio. Il lavoro di Maria si concentra sulla conservazione e l'uso sostenibile della biodiversità e degli ecosistemi, mutuando dalla teoria dei sistemi socio-ecologici.

Il suo contributo al Toolkit: Maria ha fornito un supporto durante la fase di ideazione dei Visioning Lab del progetto VERVE, in particolare per quanto riguarda il Percorso 3, e ha dato dei suggerimenti riguardo la struttura generale e la logica del toolkit.

RINGRAZIAMENTI

Desideriamo esprimere il nostro profondo apprezzamento alle tante persone che hanno contribuito allo sviluppo di questo toolkit.

Innanzitutto, ringraziamo di cuore tutti i partecipanti che sono stati coinvolti negli eventi partecipativi descritti nei cinque percorsi del manuale. Le loro preziose riflessioni, il riscontro fornitoci e la partecipazione attiva sono stati essenziali per testare e perfezionare i metodi e gli approcci qui presentati. Per mantenere l'anonimato dei partecipanti, i loro nomi non sono riportati.

Gli autori desiderano anche ringraziare una serie di persone e istituzioni, elencate di seguito:

- Il Dipartimento di Territorio e Sistemi Agro-Forestali dell'Università degli Studi di Padova, e in particolare il personale amministrativo e tecnico per il continuo supporto;
- La Fondazione G. Angelini e il progetto "Rigenera Montagna" (finanziato da Cariverona, fondi FORMAT), e il Gruppo di Azione Locale "GAL Prealpi e Dolomiti" per il continuo supporto pratico, lo scambio intellettuale e la partecipazione attiva ai Lab. Un ringraziamento speciale a Anna Angelini, Alessia Andreini, Matteo Aguanno, Ester Cason e Sarah Sommovilla;
- Il Forest and Nature Conservation Policy Group e il Centre for Space, Place, and Society presso la Wageningen University and Research, per il feedback e l'ispirazione durante le Visiting Fellowships di Angela Moriggi per il progetto VERVE;
- Tutti i colleghi che hanno fornito feedback e conversazioni stimolanti sui metodi e gli argomenti trattati in questo Toolkit: Giulia Sonetti, Anke De Vrieze, Jeanne Neil, Kaisa Resare Sahlin, Josie Chambers, Jay Marisca, Dirk Roep, Bettina Bock, Davide Pettenella, Mauro Masiero, Elena Pisani, Aynur Mammadova, Francesco Loreggian, Gaia Pasqualotto e molti altri;
- Tutte le persone che hanno aiutato con il supporto logistico e pratico durante gli eventi partecipativi in cui i metodi sono stati testati: Giorgia Bottaro, Elena Andriollo, Chiara Zannelli, Carla Dalla Stella, Alice Stiletto, Sebastiano Da Re e Andrea Ceppatelli;
- La Summer School "Food and Innovation for Rural Transition: the Tuscany case", organizzata dall'Università di Pisa e dal Laboratorio Sismondi, dove è stato ospitato il Percorso 2. Un ringraziamento speciale a Paola Scarpellini, Brigida Marovelli e Ljuba Tagliasacchi;
- Naturalmente Val di Seren e il progetto "Seren - La valle della biodiversità" (finanziato da Cariverona, fondi Habitat) per il supporto e la collaborazione durante il Laboratorio di visioning a Seren;
- L'Associazione Belluno-Donna per la collaborazione durante il Laboratorio di visioning a Trichiana;
- Il Centro Servizi Volontariato di Belluno e il Casel di San Siro (Seren del Grappa) per il supporto logistico;
- Altre organizzazioni e istituzioni che hanno supportato le attività di VERVE in diverse fasi: Comune di Alpago, Istituto secondario superiore "Antonio Della Lucia" di Feltre, Liceo "Giorgio Dal Piaz" di Feltre, Polo di Alta Formazione dell'Università degli Studi di Padova - sede di Spert, Società Selvatica e il Festival Cansiglio InVita;
- Luca Celi ed Evidenzia Srl per la collaborazione per la grafica di questo Toolkit.

