

L'esperienza di Rossella e Saverina in Lettonia

Il progetto QLE=QAA (Quality Learning Experience=Quality Active Ageing) prosegue con la tappa in Lettonia, precisamente a Jaunpils, un piccolo comune di 2000 abitanti ca, istituito nel 2009. Dall'8 al 12 maggio 2018, insieme alla stupenda compagna di viaggio Rina Amoroso, abbiamo avuto l'onore di partecipare al quinto incontro, come volontarie di Replay Network, per la ricerca di buone pratiche (Good Practices), da poter riprodurre in Europa, per un invecchiamento attivo e di qualità.

Il gruppo di lavoro, composto da due persone per ogni Associazione coinvolta nel progetto (Active Citizens Partnership GR - Community Action Dacorum GB - Jaunpils Novad Dome LV - Know and Can Association BG - Social Innovation Fund Sif LT - Fundación Escuela de Solidaridad E - Replay Network IT), facilitato dall'ambiente coinvolgente e dal perfetto coordinamento delle colleghe lettoni, è stato immediatamente affiatato.



La presentazione del Centro di sviluppo regionale Jaunpils "Rats" è stata affascinante, tutto il loro lavoro è finalizzato



all'attivazione della popolazione, per lo sviluppo sostenibile, per la cura e l'amore per la natura, per migliorare la qualità della vita.

La Lettonia è un piccolo paradiso terrestre, la densità della popolazione nella zona di Jaunpils (64 ab/kmq) permette un rapporto con la natura di assoluto rispetto, uno scambio continuo di attenzioni. Forti della capacità di socializzazione tipica dei paesi freddi, i lettoni subiscono anche un'influenza "mediterranea" inaspettata. Il partner lettone si è dimostrato fortemente motivato all'ascolto e alla condivisione, contagiando tutto il gruppo.



Dopo una breve presentazione personale e la lettura dell'agenda, siamo passati al primo workshop totalmente dedicato al riciclaggio con la creazione di un diario con materiali di riuso, rispetto per l'ambiente e creatività.

Nel pomeriggio abbiamo visitato il **Comune di Jaunpils**, conosciuto la Sindaca e l'Assessore allo Sport. Oltre alla cornice quasi surreale per chi è abituato a vivere nelle metropoli, l'atteggiamento e gli intenti di questi politici ci hanno piacevolmente sconvolti. I politici locali non interrompono le loro attività lavorative acquisendo una carica istituzionale, ricoprono quella carica istituzionale proprio grazie alle loro attività.



Così l'Assessore allo Sport è realmente uno sportivo, è l'allenatore della palestra comunale di Jaunpils, fisioterapista, attento alle esigenze in particolar modo dei senior. E' proprio con un gruppo di senior che alla fine della lezione sportiva, prepariamo una tipica cena lettone, da mangiare tutti insieme.

Il giorno successivo torniamo in visita al Comune di Jaunpils per entrare nei laboratori dell'associazione **Dzipars**, maestri della tessitura e del cucito, organizzano laboratori creativi, partecipano a fiere. Workshop per la creazione di una presina in feltro.



Nel meraviglioso **Castello di Jaunpils** in una cornice totalmente medievale, dopo un pranzo in stile, visitiamo la Biblioteca del Castello, finanziata dal Comune stesso, gestita dai cittadini che la frequentano. Non è una biblioteca convenzionale atta solo a reperire libri, ma un vero centro culturale dove oltre a presentazioni di libri, ci sono gruppi di lettura, di studio, appuntamenti al buio con i libri, mostre; tutto all'insegna dell'intergenerazionale. Nella visita alla **Stanza di Fuga**, creata nell'ambito del progetto Erasmus +, in un ambiente suggestivo abbiamo potuto mettere alla prova il nostro spirito di gruppo e esplorare metodi di apprendimento non formali.



In una stanza del castello, messa a disposizione dall'amministrazione comunale, abbiamo incontrato le **Vigriezes**, un gruppo di senior che hanno per motto "I figli crescono, i mariti invecchiano e noi ci divertiamo così". Donne che si riuniscono per laboratori di marmorizzazione di candele, ballo, cucito e coreografie. Partecipano da anni a festival con le loro performance di danza, con coreografie e vestiti creati da loro stesse.

Giovedì 10 maggio accompagnate dall'assessore allo sport, da una parte delle Vigriezes e delle senior della prima cena, partecipiamo alla **Nordic Walking**, escursione nel bosco di Jaunpils con bastoni di

supporto. Attività aperta a tutti senza limiti di età e di reddito, camminare nella natura ci riconnette a noi stessi, ci riequilibra, allontanando stress, rabbia e depressione. Dopo la camminata corredata da una specie di caccia al tesoro, picnic tra la natura. Prima di rientrare mettiamo in pratica l'attività proposta di **Photo Voice**, foto di una creazione naturale composta con il materiale raccolto durante la Nordic Walking.



Rientrando visitiamo un **birrifico locale**, nato da un anno, ritrovando il piacere di riscoprire la capacità di rilassarsi insieme agli altri, di assaggiare le birre fatte in loco e di conoscerne il ciclo produttivo. A fine giornata il partner spagnolo ci ha fornito una lezione sull'uso dei colori dandoci la possibilità di esprimere senza remore le nostre capacità artistiche.

Venerdì ci siamo spostati a Riga, la capitale, visitato il **Museo di Art Nouveau** e l'**Adult Education Association** che fornisce formazione, sia informale che formale, agli adulti. Istituzione non governativa finanziata da fondi europei, si occupa anche del recupero scolastico, di pubblicizzare i piani di istruzione governativa, di incentivare i corsi di formazione intergenerazionali e riavvio al lavoro.

L'ultimo giorno della nostra esperienza ci porta a visitare **"7balles"** un'associazione fondata nel 2010 per lo sviluppo e la conservazione delle tradizioni artigianali, rurali e culturali. Nel verde incontaminato accolgono famiglie e comitive per giornate di gioco insieme, laboratori di falegnameria, lavorazione vetro e candele tutto all'insegna del riciclo



L'incontro lettone si conclude con la visita presso la fattoria biologica **"Rogas"** dove, oltre alla lavorazione del latte, del burro e del formaggio, partecipiamo a una cena, in onore del progetto, in stile rurale, con canti, danze, consegna degli attestati e una mostra dei nostri capolavori creati durante la lezione di studio dei colori e il Photo Voice. Un bellissimo modo per dirci arrivederci alla prossima avventura.



In questo meraviglioso paradiso terrestre sembra tutto più semplice, si ha il gusto di assaporare tutto, momento per momento, proprio nell'attimo in cui succede, per cui alcune delle esperienze vissute appaiono irripetibili nella nostra frenetica metropoli. In realtà è proprio nello sviluppare questa capacità di rallentare, nel rispetto della calma "forzata" del senior che tutto può diventare ripetibile anche da noi. Anche in Lettonia, come per le precedenti esperienze, si conferma lo scambio intergenerazionale come strumento imprescindibile per un invecchiamento attivo e di qualità.

Insieme si può

Ancora e sempre Grazie

Rossella Scarponi & Saverina Amoroso