



# smartBoHomeLAB

## “CAPACITAZIONE”

Negli ultimi mesi BMM ha intrapreso un percorso editoriale all'interno del progetto SmartBoHomeLab che vede al centro l'anziano, il caregiver e le problematiche correlate alla cura e al benessere. In questo numero esaminiamo l'esigenza di socialità e di quali sono le possibilità di soddisfacimento. Il primo passo è quello di capire se si vuole aderire al mondo del volontariato come soggetto attivo o passivo: ovviamente i confini non sono così netti e irrevocabili ma capire sommariamente se si vuole avere un ruolo più operoso o se si vuole aderire a iniziative già preposte, è indispensabile per soddisfare al meglio le proprie esigenze e desideri. Il secondo parametro che si deve prendere in considerazione è l'ambito di intervento: analizzare introspektivamente i propri interessi e le proprie passioni permetterà di inserirsi in un ambiente socializzante con il quale rispecchiarsi e mantenere quindi alta la motivazione e la partecipazione; banalmente se si è interessati al giardinaggio è poco fruttuoso partecipare ad arene teatrali ma non è da escludere come strategia, in quanto non è detto che la frequentazione di ambienti diversi da quelli ipotizzati

possa essere spunto per nuove passioni. In sostanza diversificare ed aprirsi a nuove opportunità sicuramente porta a benefici. Prima di inserirsi all'interno di qualunque contesto di aggregazione sociale è importante capire e considerare la disponibilità di tempo che si vuole dedicare a questa attività: valutare le proprie risorse per poterle impiegare al meglio è fondamentale per non incappare in situazioni "pseudo stressanti" o "poco stimolanti". Spesso non si presta attenzione anche al contesto nel quale si è già inseriti ovvero la zona in cui si abita: presi dalla quotidianità non facciamo attenzione a quello che ci circonda e alle possibilità che il proprio quartiere offre; in ogni quartiere le bacheche pubbliche sono ricche di volantini e di possibilità aggregative interessanti. Le case di quartiere sono un ottimo primo passo per avvicinarsi al mondo dell'associazionismo: in questi luoghi, diverse realtà associative condividono spazi e creano occasioni di incontro con i cittadini. Durante il reperimento di nuove opportunità aggregative, non bisogna escludere le ricerche on line, infatti internet e i motori di ricerca, in particolar modo i portali dedicati al terzo settore come Yubos (per approfondimenti vedi il numero di febbraio 2022 di BMM), ottimizzano e amplificano le risorse del terzo settore illustrando in modo semplice e intuitivo le proposte attive sul territorio. Inoltre, "l'associazionismo digitale" permette di partecipare ed includere ad iniziative in streaming tutti quei soggetti che per diverse motivazioni temporanee o permanenti, sono impossibilitati alla partecipazione in loco alle attività. In questi ultimi anni caratterizzati dal confinamento domestico dovuto alla pandemia, si è dimostrato che è possibile instaurare una modalità diversa di partecipazione alla socialità che non si arresta nonostante le evidenti difficoltà logistiche aggregative. Concludendo il mondo dell'associazionismo permette di esprimersi secondo desideri ed attitudini, non resta che partecipare...