



Idee ed eccellenze dall'ecosistema territoriale

SCHEDA PROGETTO

# How do you feel?

## Promuovere la cultura della salute mentale in biblioteca

NOME ENTE / ORGANIZZAZIONE

**La Casa nel Parco ETS - Genova**

DESCRIZIONE DEL PROGETTO

Il progetto è nato alla fine del 2023 in risposta a una call di European Cultural Foundation, The Europe Challenge, che mette al centro le biblioteche come luoghi di democrazia e partecipazione, chiedendo ai territori di lavorare a una sfida locale. La sfida scelta è stata la salute mentale, per portarla fuori dalla sfera solo sanitaria e provare a renderla abitante di uno spazio pubblico, informale, in un quartiere dalle mille fragilità economiche e sociali, dove prendersi cura di sé, tra mille problemi di soldi e salute, non è quasi mai una priorità.

Siamo partiti dalla domanda che dà il titolo al progetto: Come ti senti? Immaginando che a porla siano le biblioteche. Intorno a questa domanda abbiamo coinvolto il team di professionisti del Centro di Salute Mentale di Genova: assistenti sociali, terapisti della riabilitazione, educatori, psicologi. Insieme a loro abbiamo costruito un appuntamento fisso chiamato "Un caffè in biblioteca". Uno sportello informale, in giardino, con the e biscotti, dove le persone potevano fare due chiacchiere e, insieme, chiedere informazioni sull'accesso ai servizi di salute mentale dell'ASL 3.

In parallelo, abbiamo costruito un Toolkit, una vera e propria cassetta degli attrezzi composta da sette mazzi di carte (parole, domande, immagini e disegni) per facilitare conversazioni sul benessere psicologico e le storie. Il Toolkit può essere scaricato gratuitamente e tradotto in più lingue, con licenza Open Access. La versione italiana sarà pronta per essere diffusa alla fine del 2024. Il Toolkit è stato realizzato attraverso 6 workshop a cui hanno partecipato educatori, terapisti della riabilitazione, volontari, assistenti sociali, bibliotecari e insegnanti. Con loro, intorno alla domanda "Di cosa hai bisogno per stare bene?" abbiamo lavorato sul rapporto tra benessere personale e lettura, usando in particolare i Silent books, i libri illustrati in cui la narrazione è fatta solo di illustrazioni, senza bisogno di testo.

Abbiamo provato a rispondere con singole parole, a cui abbiamo collegato poesie, romanzi, albi illustrati, in un gioco potenzialmente infinito di ricerca di significati e possibilità di perdersi tra gli scaffali di una biblioteca, alla ricerca di risposte, o altre domande.

Un progetto a cura di



Fondazione  
Compagnia  
di San Paolo



# Cultura, Salute, Ben-essere.

Dall'analisi degli enti e delle pratiche del Nord Ovest,  
alle nuove sfide in campo.

13 NOVEMBRE 2024

E poi, ancora, abbiamo usato i libri (per generare altre domande che potessero aiutare le persone ad aprire tante piccole porte grazie ai libri: a riflettere da soli; a dialogare con gli altri; a scrivere o disegnare qualcosa. A parlare di benessere e salute mentale in uno spazio accogliente e sicuro, ognuno secondo le proprie possibilità.

**Articolo sul sito con il link per scaricare il Toolkit nell'edizione inglese**

<https://www.lacasanelparcogenova.it/index.php/2024/09/12/how-do-you-feel-the-europe-challenge/>

**Documentario di European Cultural Foundation sulla biblioteca di Casa Gavoglio**

<https://www.youtube.com/watch?v=PTrfyVCIOB4>

Un progetto a cura di



Fondazione  
Compagnia  
di San Paolo