

vivavoce

Sostare
Dieci anni.
Mille volti.
Una Casa

Inclusione

Accoglienza

Comunità

Fiducia

Condivisione

Formazione

Partecipazione

Pubblicazione di Sostare
Impresa sociale
di SOS Ticino
Nr. 2
Autunno 2025

Redazione

Pelin Kandemir Bordoli
Laura Calebasso
Joel Rodriguez

Rilettura

Chiara Orelli Vassere
Cristina Curatolo

Tiratura

l'200 copie

**Sede, informazioni
e contatti**

Sostare Sagl
Viale Stazione 31
CH-6501 Bellinzona
+41 (0)91 290 82 29
info@sostare.ch

Fotografie

Joel Rodriguez

Grafica

Gregorio Cascio
C-comunicazione e design
Lugano

Copyright

Sostare Sagl

Citazione di nomi e cognomi

Alcuni autrici e autori compaiono
senza menzione del cognome
o con un nome di protezione,
a tutela della loro privacy.

Questo numero di Vivavoce è dedicato al tema dell'Accoglienza. Un termine che unisce e sintetizza il cuore del nostro impegno, dalle attività presso il ristorante Casa del Popolo al sostegno sociale e formativo per chi vive situazioni di vulnerabilità. Tutti i contributi sono stati offerti a titolo gratuito a Sostare ed eventuali ricavati e donazioni derivanti dalla rivista andranno a beneficio delle partecipanti e dei partecipanti dei programmi di Sostare.

3

Dieci anni. Mille volti. Una Casa

4

Decennale, istruzioni per l'uso

5

Il setaccio e lo specchio

8-9

Colazione in biblioteca e dialogo
con Djarah Kan

10-15

Appuntamento con culture e sapori:
la Cena Multietnica

16-17

Il Popolo della Casa

20-21

Futuro vuol dire essere
come vuoi tu

22

Vivere la cucina
dalla Calabria al Ticino

24

Dalla gratitudine nasce la volontà
di impegnarsi per gli altri

25

Il coraggio di aprirsi al nuovo

26-31

Sostare attraverso le voci
di chi l'ha vissuta

32-37

Attraversare l'incertezza.
Un convegno sulla formazione
come veicolo di inclusione

38-41

Parole che raccontano
un cammino condiviso

42

Il filo rosso dell'accoglienza

I testi sono di proprietà dei relativi autrici e autori, che ne detengono la proprietà intellettuale. La riproduzione di testi e immagini da parte di terzi con qualsiasi mezzo è vietata senza il consenso esplicito di Sostare. Le citazioni sono consentite se accompagnate dal nome dell'autrice o dell'autore del testo e dall'indicazione della fonte.

Dieci anni. Mille volti. Una Casa

Sostare compie dieci anni: un'impresa sociale fatta di relazioni, lavoro e impegno sociale di Pelin Kandemir Bordoli, direttrice e Raoul Paglia, presidente di Sostare

Dieci anni fa siamo partiti con una ricetta semplice, ma tutt'altro che scontata. Abbiamo mescolato un pizzico di incoscienza, molta energia, una dose abbondante di impegno e quanto basta di idee coraggiose. Il tutto impastato con il desiderio di costruire qualcosa di concreto, inclusivo e duraturo. Così è nata Sostare: non da un progetto già definito nei dettagli, ma dalla volontà di sperimentare un modello di impresa che unisse l'attività economica all'integrazione e all'inserimento socioprofessionale di persone in situazione di vulnerabilità.

Da allora, quella prima ricetta ha continuato a prendere forma ogni giorno grazie al contributo di tutte le persone che hanno incrociato il cammino di Sostare: collaboratrici e collaboratori, partner, sostenitrici e sostenitori, volontarie e volontari, persone in formazione, partecipanti, clienti e presenze amiche. Ciascuna ha portato un ingrediente diverso, contribuendo a dare sapore, consistenza e significato a questo progetto collettivo.

All'inizio avevamo più domande che risposte. Abbiamo avuto giorni luminosi e altri in cui ci siamo chiesti se ce l'avremmo fatta davvero. Abbiamo imparato sul campo, facendo errori, ricalcolando le traiettorie. Ma non ci siamo mai fermati. Con la convinzione che fragilità e risorse non fossero opposti, ma parte dello stesso racconto a cui abbiamo continuato a lavorare.

Oggi, dieci anni dopo, Sostare è diventata una casa viva. Fatta di persone, storie, sogni, dubbi. Ogni giorno, tra un piatto che esce dalla cucina, una pausa caffè condivisa, una parola detta al momento giusto, si continua a cercare di contribuire a un pezzo di futuro.

Accoglienza è ancora la parola che ci tiene uniti. Accoglienza che per noi significa soprattutto volerci essere. Con lei camminano anche **inclusione, partecipazione, formazione, comunità**: non concetti astratti, ma azioni che cerchiamo di mettere in pratica con il lavoro quotidiano.

Per celebrare questo anniversario, siamo partiti proprio da quelle parole che ci accompagnano da sempre, costruendo un programma di eventi pensati come occasioni di incontro, riflessione e partecipazione.

Sarà anche un momento per rinnovare l'impegno verso il futuro. Guardando indietro, sentiamo **gratitudine**. Guardando avanti, sentiamo **fiducia**. E questo anniversario non è un punto di arrivo, ma un invito a proseguire, con lo stesso entusiasmo, la stessa cura e la stessa convinzione con cui tutto è cominciato. Non sappiamo dove porterà il prossimo tratto, ma sappiamo che percorrerlo insieme gli darà significato.

Decennale, istruzioni per l'uso

A cura della redazione

Quest'anno Vivavoce si presenta con l'abito della festa, una proposta di lettura ispirata ai cinque eventi organizzati per l'anniversario dell'impresa sociale nel corso del 2025. L'esperienza della *Colazione letteraria* che ha aperto le danze nel mese di marzo, è infatti oggetto dei primi due articoli, dedicati al lavoro di preparazione di una delle classi di pre-apprendistato che ha curato l'intervista alla scrittrice e attivista Djarah Kan, invitata per l'occasione in Biblioteca Cantonale a Bellinzona. Una riflessione critica su diversi temi, tra cui l'identità culturale, che offre la possibilità di abbandonare alcuni pregiudizi legati all'incontro fra persone provenienti da contesti diversi. Proseguono a braccetto con l'agenda le pagine dedicate alla serata multietnica, realizzata grazie all'impegno di un gruppo di donne attive nell'economia domestica, che presentano con parole loro piatti «che uniscono le persone» e che «rendono felici»: un modo molto concreto di condividere qualcosa di sé, delle proprie tradizioni e dei propri ricordi affettivi.

In continuità con gli scorsi anni, uno scorcio sulla quotidianità all'interno dei programmi: *Il Popolo della Casa* è la trascrizione dei dialoghi con le operatrici sociali che seguono le partecipanti della misura di attività di utilità pubblica. Qui emergono con delicatezza le relazioni, la solidarietà e le emozioni di persone alla ricerca di nuove opportunità nel mondo del lavoro. Opportunità messe a frutto dagli ex partecipanti e da un apprendista in procinto di diplomarsi, che nelle interviste successive riflettono sul loro percorso, toccando temi universali come la libertà, l'autodeterminazione, la gratitudine, il desiderio di rendersi utili, il ruolo della formazione e molto altro.

L'esposizione *Partecipare al futuro* sulla nascita e lo sviluppo di Sostare, aperta dal 12 giugno al primo piano del ristorante, si rispecchia nel reportage curato dalle e dai partecipanti di un'altra classe di pre-apprendistato, che ha voluto raccogliere le testimonianze dirette di chi ha dato inizio al progetto o ha contribuito ad accompagnarlo negli anni.

Non poteva mancare un approfondimento dedicato alla formazione: alle lettrici e ai lettori diamo dunque qualche anticipazione sul convegno *Attraversare l'incertezza. Formazione come veicolo d'inclusione fra scuola e lavoro* sotto forma di interviste ad alcune relatrici che hanno accettato il nostro invito ad intervenire a Trevano, venerdì 24 ottobre.

In conclusione, lasciamo spazio alle e ai rappresentanti istituzionali, così come ad alcune delle realtà che ci hanno sostenuto nel tempo, che avremo piacere di incontrare alla cerimonia di chiusura, per condividere le loro parole sul futuro. Invitiamo anche voi a fare lo stesso: leggendo, riflettendo, partecipando, e perché no, scegliendo la vostra parola all'interno dell'esposizione. Potrete affidarla all'albero simbolico cresciuto al primo piano del ristorante e presentato in occasione del vernissage del 12 giugno.

Il setaccio e lo specchio

Percorso di lettura, ascolto e confronto in preparazione all'incontro con Djarah Kan, autrice e attivista italo-ghanese di Aline Eberle, collaboratrice Sostare con Nasibullah Sarvary, Saja Alshamari, Nawid Jawid, Atta Qureshii, Narges Bayat e Hematullah Ghani Zai, partecipanti al pre-apprendistato PAI

Quando ho proposto a una delle classi del pre-apprendistato d'integrazione di partecipare a un incontro pubblico con la scrittrice Djarah Kan, la possibilità di porle le proprie domande di fronte ad altre persone ha suscitato un misto di entusiasmo, interesse e apprensione.

Il primo passo è stato conoscere meglio l'autrice attraverso le sue stesse parole, leggendo estratti dei suoi testi e ascoltando interviste. La descrizione che Djarah Kan fa di sé sul suo blog: «mi chiamo Djarah Kan, sono italo-ghanese e faccio fatica a farmi i fatti miei. Scrivo principalmente per tre ragioni diverse: perché è divertente, perché è gratis e perché c'è sempre la possibilità che possa infastidire qualcuno», ha subito catturato l'attenzione della classe, accendendo sorrisi complici.

Gli scambi si sono concentrati su concetti complessi come cultura, identità, inclusione, femminismo, discriminazione, razzismo e resistenza. Uno degli interrogativi che è emerso più di frequente è stato quello sulla cultura: come definirla? Hematullah ha osservato: «La cultura è parte della vita di tutti i giorni», e il resto della classe si è trovata d'accordo con lui. «È anche la lingua che parliamo – per questo è importante studiarla quando si arriva in un nuovo paese», ha aggiunto Nasibullah. «La cultura è una sfida», dice ancora, e in un testo di approfondimento spiega: «la cultura per me, e per le persone che come me si spostano ed emigrano è una grande sfida. Per chi cresce in una cultura e poi si ritrova in un'altra, tutto è strano, ma è necessario rispettarla e impararla.» (Nasibullah Sarvary, commento a un'intervista a Djarah Kan).

Questa riflessione ha dato il via a un confronto sul diritto di ogni persona di vivere e condividere la propria cultura, indipendentemente dal luogo in cui si trovi.

Fatima ha aggiunto un altro elemento: la cultura è «cambiamento» e si modifica con noi e con la società in cui viviamo. In un suo scritto, ha sviluppato questa idea usando l'immagine dello specchio: «penso che la cultura sia uno specchio della società in cui viviamo e, siccome la società cambia, la cultura può adattarsi a quei cambiamenti. Alla fine, penso

che la cultura non sia qualcosa da conservare solo dal passato o da proteggere: ogni persona al mondo dovrebbe imparare a relazionarsi con altre culture e vedere in modo positivo l'essere diversi.» (Fatima Kazimi, commento a un'intervista a Djarah Kan).

Nawid ha ampliato questa riflessione: «al giorno d'oggi credo che non ci siano più culture che non sono influenzate da altre culture, nel mondo dei social, della globalizzazione e della migrazione tutto viaggia e cambia di più. È importante sapere da dove si è arrivati, conoscere la propria cultura restando aperti agli altri. A volte però si deve anche usare un 'setaccio' per non far passare parti della propria cultura, o della propria storia, che non senti più tuoi.» (Nawid Jawid, commento a un'intervista a Djarah Kan).

Il setaccio e lo specchio sono diventati metafore potenti in questa riflessione collettiva. La classe ha visto in questi strumenti un modo per costruire e valorizzare la versione migliore di sé: radicandosi nelle proprie origini, imparando dalle esperienze e trasformandole in qualcosa di nuovo e personale. Un altro tema che ha acceso il dibattito in classe è stato il femminismo, e in particolare l'idea che non sia un concetto unico e immutabile, ma con sfumature diverse a seconda del contesto e delle esperienze personali.

L'autrice che abbiamo avuto il piacere di incontrare è anche molto attiva nel dibattito su razzismo e discriminazione: abbiamo parlato in classe di quali forme possono assumere oggi queste realtà e di come si possa rispondere in modo consapevole. La classe si è preparata ad approfondire questo tema, spinta soprattutto dal desiderio di dare voce ai propri vissuti, alle proprie difficoltà e acquisire nuove prospettive su come la discriminazione possa manifestarsi nel quotidiano.

Il dialogo con Djarah Kan è stato un'occasione per immergerci in temi complessi che continuano a riecheggiare dentro di noi. Non si esauriscono con una risposta, ma alimentano nuove domande – talvolta dolorose, ma necessarie – che rivolgiamo a noi stesse e a noi stessi, alle altre e agli altri e al mondo che ci circonda.



Impresa Sociale
Sostare

Integrazione
Opportunità
Lavoro
Sostegno
Formazione
Collaborazione
Orientamento



CASAD

di

SOST

di

SOST

di

SOST

di

SOST

di

SOST

di

SOST

di

SOST

Margherita Saltamacchia

Djarah Kan

Perle

Colazione in biblioteca e dialogo con Djarah Kan

di Nasibullah Sarvary, Saja Alshamari, Nawid Jawid, Atta Qureshii, Narges Bayat, Hematullah Ghani Zai, partecipanti al pre-apprendistato PAI

«Inclusione attraverso le parole» è stato il primo degli eventi organizzati per festeggiare il decennale di Sostare: una mattinata di condivisione organizzata in collaborazione con la Biblioteca Cantonale di Bellinzona, il 22 marzo 2025. L'intervista è stata realizzata da studentesse e studenti della classe del pre-apprendistato PAI, con la formatrice Aline Eberle. I passaggi più salienti dell'intervista sono stati poi trascritti e adattati, qui di seguito.

Il cortile interno della biblioteca è animato da un buon numero di partecipanti all'evento, che condividono caffè e cornetti preparati dalla Casa del Popolo. Dopo il benvenuto del direttore della biblioteca Stefano Vassere e i saluti di Pelin Kandemir Bordoli, si entra nel vivo con la lettura di alcuni passaggi delle ultime edizioni di Vivavoce, interpretati dall'attrice e regista teatrale Margerita Saltamacchia. In questa atmosfera ha inizio il dialogo che segue.

Lei è di origine ghanese ed è nata in Italia, come ha vissuto e come vive il rapporto con queste due realtà? Quali difficoltà e quali opportunità ha incontrato nel conciliare le due parti?

Non ho trovato una riconciliazione tra il fatto di essere nata da genitori ghanesi e il fatto di essere cresciuta in una realtà occidentale ed europea... non c'è una conciliazione, almeno per quanto mi riguarda, e non credo che ci sarà mai, perché la spaccatura tra quello che sei e quello che gli altri vedono credo che sia insanabile. Non si può risolvere in nessuna maniera, e soprattutto non dipende da me, sono gli altri che dovrebbero risolverla dentro di loro per capire come interagire con me. Io non ho nessuna responsabilità rispetto al modo in cui altri mi vedono. Quello che aiuta me è la scrittura, l'arte, relazionarmi con altre persone provenienti da altri paesi dell'Africa, leggere... leggere mi ha aiutata molto perché ho trovato un grande conforto e forza nelle parole di persone che hanno dedicato la loro intera esistenza alla verità, mettendosi nella posizione di essere attaccati: è un grande sacrificio, e così hanno creato una meravigliosa letteratura, che ha anche un valore politico.

C'è una cultura in cui si sente più a casa o che le dà un senso di maggiore stabilità?

Io mi sento a casa quando ho a che fare con persone a cui voglio molto bene, che mi capiscono. Non mi sento di essere radicata in una specifica cultura. Ci sono degli aspetti della cultura italiana in cui mi ritrovo e li rivendico. Ci sono aspetti bellissimi nella cultura di origine di mia madre, ma è un prendere quello che mi serve per capire meglio il mondo. Nella mia esperienza, ogni volta che ho sentito dire: «Io voglio difendere la mia cultura» mi sono trovata di fronte persone pericolose, che non si ponevano delle questioni importanti e non facevano nessun tipo di domanda alla loro cultura.

Abbiamo ascoltato una sua intervista dove dice che la cultura siamo noi, la cultura sono le persone che si spostano, le lingue che cambiano. Diceva che i luoghi non sono più gli stessi, che cambiano i confini. C'è un momento in cui il contatto con una cultura, una storia o dei valori diversi l'hanno cambiata?

Sì, certo, è successo. Per esempio, un incontro come quello di oggi con voi è un modo di entrare in contatto con persone che fanno una vita diversa dalla propria. È bello essere curiosi, senza cancellare sé stessi, è un esercizio fondamentale perché la curiosità va allenata, come un muscolo, no? Quando entri in contatto con la cultura altrui, alcuni aspetti possono sembrarti respingenti, e proprio a quel punto c'è lo scambio. Se c'è qualcosa della tua cultura che non mi piace, io posso parlarne con te e chiederti che cosa ne pensi tu, perché non tutti pensano la stessa cosa della propria cultura. Ci sono tanti modi di vedere e di vivere la propria cultura.

Secondo lei, esistono differenze nell'essere femminista a seconda del contesto culturale e geografico? Ad esempio, essere femminista con origini ghanesi, afgane o irachene può essere diverso rispetto a essere femminista con origini italiane o svizzere?

Noi non siamo solamente donne, siamo tante cose contemporaneamente. Io non sono solamente una donna, sono anche una persona nera, nata in Sud Italia da una famiglia di immigrati proletari, con uno specifico background; quindi, tutte queste cose hanno contribuito alla mia socializzazione come donna. Questi elementi mi hanno resa quella che io sono oggi.

La tua provenienza e la tua etnia in un sistema razzializzante fanno di te la persona che sei. Cambia molto essere femminista al sud o al nord del mondo, essere cresciuta con dei privilegi o senza,... anche essere una femminista bianca fa differenza. Fammi spiegare: la bianchezza non ha nulla a che vedere con il colore della pelle, io sto parlando di credenze politiche, culturali e ideologiche che si mettono sopra all'umanità e la coprono; se sei femminista ma non critichi questo modo di vedere il mondo, la tua bianchezza per me è un problema e mi chiedo se stiamo lottando veramente per le stesse cose. Questo modo bianco di affrontare le lotte per la liberazione delle donne per me è un problema.

Come reagisce quando incontra una persona con atteggiamenti razzisti? Come si mostra l'emozione che prova in quel momento?

So che alcune persone sono razziste perché sono veramente ignoranti, cioè non sono educate, sono sempre state in un posto, non hanno avuto accesso alla conoscenza, non sono interessate al resto dell'umanità e quindi restano in una sorta di sospensione. Quelle che mi fanno veramente arrabbiare sono le persone molto intelligenti e istruite, che nonostante le loro possibilità di essere migliori in quanto esseri umani... scelgono di essere razziste. Queste persone mi fanno arrabbiare, molto di più delle persone che invece semplicemente non sono interessate a quello che c'è intorno a loro.

Quando ero piccola mia madre collaborava con alcune associazioni. Le persone che lavoravano in queste associazioni trattavano mia madre come se fosse una bambina: era una donna di cinquant'anni ma parlavano con lei come se fosse una bambina piccola, che non sapeva niente del mondo. Questo modo di parlare è molto umiliante e queste persone sapevano benissimo quello che stavano facendo. Stavano umiliando una donna adulta che

meritava rispetto. Questa è una delle forme di razzismo più violente che io abbia mai visto nella mia vita, non ti dicono in faccia che tu non vali niente, però ti trattano come una persona incapace di gestire la propria vita. Queste sono cose che mi fanno arrabbiare molto.

Crede che la scrittura possa essere un mezzo efficace per combattere il razzismo e la discriminazione?

Certi scrittori e certe scrittrici ci fanno notare strutture nascoste, che da tanti sono considerate normali, e le rivelano. Scrivere significa rivelare quello che tu magari non vedi. Succede ogni volta che leggo un libro che parla di temi che non conoscevo, mi sento una persona nuova e mi trasformo, perché alcuni libri hanno questo potere. Non solamente libri che parlano di razzismo, anche romanzi, narrativa... qualsiasi cosa sia capace di farti vedere una storia o una situazione in una maniera completamente differente, alla quale non avevi mai pensato, ti fa rinascere. In un certo senso, ti trasforma in qualcosa che tu non eri prima. Quindi sì, la scrittura e la letteratura in generale sono degli strumenti trasformativi, che cambiano completamente se ti capita di leggere la cosa giusta. Bisogna avere la fortuna di incappare in un buon libro. Quindi buona fortuna!

Scrittrice e attivista italiana, Djarah Kan è l'autrice della raccolta di racconti «Ladri di denti» e di altri racconti e articoli pubblicati su giornali e riviste, fra cui La Repubblica e L'Espresso. Sul suo blog Latte Riot offre regolarmente riflessioni incisive su temi di attualità e sulla società che ci circonda. Nata e cresciuta in Campania da madre ghanese, oggi vive a Roma.



Guarda il video del dialogo con Djarah Kan.

Appuntamento con culture e sapori: la Cena Multietnica

Un momento atteso e preparato con cura, guidato quest'anno dalle conoscenze culinarie delle partecipanti attive nell'economia domestica di Joel Rodriguez, collaboratore Sostare

Anche quest'anno la cena si trasforma in un racconto fatto di spezie, aromi e tradizioni che attraversano i confini. Un vero e proprio viaggio gastronomico attraverso i sapori del mondo, reso possibile grazie all'impegno e alla passione delle signore impiegate nel settore dell'economia domestica. Ognuna di loro ha portato con sé un pezzo della propria cultura, dando vita a una cucina che è diventata spazio di incontro e condivisione.

Le partecipanti coinvolte svolgono una misura di attività di utilità pubblica della durata di sei mesi. Alcune di loro, nonostante terminassero la misura e non avrebbero potuto presenziare all'evento, hanno dato il loro contributo con impegno fino alla fine. Altre si sono unite poco prima dell'evento, portando energie nuove. Tutte, però, hanno aiutato a costruire un menù che è diventato una mappa di storie. La novità è stata la possibilità di mettere in pratica le proprie competenze in una cucina professionale, confrontandosi con un pubblico più ampio e variegato del solito.

Ripercorriamo insieme il percorso che ha portato allo svolgimento di questo evento...

Una nuova sfida

Immaginarsi che un gruppo di persone, con poca familiarità in una cucina professionale, possa preparare un banchetto per cento ospiti... sembra una sfida impossibile. Eppure, a Sostare, le sfide impossibili spesso sono solo il punto di partenza.

Quest'anno volevamo che la Cena Multietnica fosse qualcosa di speciale. Non solo parte degli eventi per il decennale, ma qualcosa con un'anima propria. E quell'anima non l'abbiamo dovuta cercare a lungo: era già lì, tra le mani esperte e i sorrisi sinceri delle partecipanti del settore economia domestica. Quando le abbiamo coinvolte, erano un po' titubanti e avevano abbastanza paura, ma hanno comunque deciso di accogliere la sfida. Per alcune, era la prima occasione per far conoscere davvero i profumi e i sapori della propria terra. Per tutte, un'opportunità di raccontarsi attraverso un gesto, una ricetta.

Da un pranzo tra colleghe a un evento memorabile

Tutto è iniziato qualche mese prima. Questo gruppo di signore aveva deciso, spontaneamente, di organizzare una piccola merenda. Ognuna portava qualcosa. Era per poche persone, ma il cuore che hanno messo nella preparazione ci ha aperto gli occhi: lì c'era un potenziale autentico.

Da quel momento, l'idea ha preso forma. Abbiamo formato i gruppi, definito i ruoli, guidato una ricerca di ricette che avessero radici profonde. E loro hanno risposto con passione, scegliendo piatti che parlavano di casa.

Ricette che viaggiano e si trasformano

Scrivere una ricetta per quattro persone è una cosa, adattarla per cento, è un'altra. Ogni cucchiaino, ogni mezza tazzina, è diventato una misurazione precisa, mezzo chilo, un litro e così via...

Le signore hanno tradotto le ricette dalla loro lingua originale, così come il significato profondo dei loro piatti. Hanno cercato nei negozi di fiducia gli ingredienti giusti, senza accettare compromessi. La qualità era imprescindibile. Per settimane hanno avuto modo di lavorare alle loro ricette, scambiandosi pareri e opinioni, e scoprendo a loro volta le ricette delle colleghe.

Le prove generali

La settimana prima dell'evento è stata intensa. La mise en place. Le ansie condivise. Le battute in cucina fra un taglio di verdura e un altro. Le mani che si aiutano. Il formatore, Andrea Bertazzoli, ha guidato il gruppo con sensibilità e precisione. Accanto a lui, lo chef Giorgio Polatti della Casa del Popolo, che ha messo cuore e competenza a disposizione di un team all'apparenza inesperto, ma carico di un desiderio potente: fare bene.

Il giorno prima, i volti si fanno seri. C'è tensione. Ma anche una consapevolezza nuova: ce la possiamo fare. E quando il ristorante chiude per l'allestimento, il 9 maggio alle 14:00, qualcosa cambia. L'energia si concentra. Le tavolate prendono forma. I profumi si diffondono. È tutto pronto.

La calma prima della tempesta

Alle 17:00 si mangia, insieme. Un attimo per rilassarsi, ridere, scambiarsi parole. Ma già alle 18:00 la concentrazione torna: è il momento del briefing. Il personale di sala e di cucina si unisce. Più che dare indicazioni, ci si carica, si crea un gruppo unito. Alle 19:00, si aprono le porte. Gli ospiti arrivano. L'aperitivo etnico li accoglie con gusto e sorpresa. Poi, il benvenuto ufficiale: si racconta il significato dell'evento, il legame con il decennale, ma soprattutto... si dà la parola alle protagoniste.

Le protagoniste si raccontano

«Il piatto che vi presento oggi si chiama Sirnike. Ha origini ucraine. Per noi non è solo un piatto, ma una parte della cultura, della tradizione e del comfort familiare...» Alina è la prima a prendere la parola, quando parla della sua cucina, lo sguardo si illumina.

«La zuppa di lenticchie rosse... per noi in Turchia è una tradizione del mattino. Questo piatto mi ricorda casa e tutti i miei parenti che lo cucinavano spesso...» Sakine ha un grande desiderio di raccontare, ed è anche molto emozionata nel farlo.

«La shawarma unisce. È semplice, ma sorprendente. È un piatto perfetto per condividere momenti di gioia con i famigliari. Ogni volta che la preparo, sento di portare un pezzo della mia Siria a tavola.» Hala sorride.

«Il Biryani è il cibo del mio villaggio. È sempre un momento di grande felicità quando ci ritroviamo seduti per poter mangiare questo piatto, in buona compagnia.» Keetha fa trasparire l'orgoglio che prova nel portare questo piatto dello Sri Lanka.

«L'Attiéke per noi è festa. È il sapore della Guinea. Mi piace cucinare questo piatto perché mi ricorda le feste che facevamo nel mio paese e mi fa restare felice.» M'mha racconta con voce sicura l'importanza che ha per lei questo piatto, le sue parole lasciano il segno.

«Cucinare è libertà. È il mio modo per ritrovare un po' di pace.» Amna, dal cuore palestinese, sussurra una verità potente.

«Ogni piatto per me rappresenta un piccolo

pezzo di cuore che posso regalare ai miei cari. La cucina rappresenta per me un mondo speciale in cui puoi fare del bene ogni giorno.» Olena, di origini ucraine, lo dice così, senza aggiungere altro.

«La cucina mi racconta una storia di vita, colpisce nell'intimo e per cucinare insieme non bisogna per forza parlare la stessa lingua, ma si riesce sempre e comunque a creare dei legami per me unici...» Sara, di origine ticinese, anche se non presente alla cena, chiude il cerchio, ricordandoci che, alla fine, cucinare è legarsi.

Il gusto dell'attesa

Gli ospiti si siedono a tavola. Le papille gustative sono state sveglate da sapori nuovi che hanno fatto nascere domande e curiosità. Si percepisce nell'aria quel fremito da «sera speciale», e tutti vogliono scoprire il menù. In cucina, le partecipanti sono pronte. L'antipasto viene impiattato con ordine e attenzione. Nessuno sbaglia, nessuno si distrae. È una danza precisa, guidata dalla tensione ma anche da una nuova fiducia.

Quando la cucina prende il volo

I primi piatti escono e in sala si sente un mormorio. I profumi si diffondono da una sala all'altra, i volti degli ospiti si illuminano, il servizio è fluido. La prova è superata.

Il gruppo prende sicurezza. Si scambiano i ruoli con naturalezza, si danno spazio, si aiutano. Non c'è confusione, ma armonia. Ed è in quel momento che accade qualcosa di speciale: alcune di loro decidono di portare personalmente il proprio piatto ai tavoli. Timide, emozionate, ma fiere, si avvicinano agli ospiti. Un sorriso, un saluto, e poi, a volte, uno sguardo che riconosce un volto noto. Ci si sente a casa.

L'arte del dietro le quinte

Ma la cucina, si sa, non è fatta solo di piatti da servire. È organizzazione e tempismo. Ed è proprio qui che il gruppo mostra tutta la sua maturità: mentre alcuni iniziano a pulire la sala dell'aperitivo, altri lavano, sistemano e preparano la portata successiva.



Si muovono in sintonia. Chi guarda da fuori, stenta a credere che non siano professioniste del settore.

Poi, una voce si alza e dice: «E se pulissimo già le sale per domani? Sarebbe un lavoro in meno». Un'osservazione semplice, ma che rivela molto. Significa sapersi vivere il presente, ma anche avere la testa nel domani. Responsabilità.

Applausi che toccano il cuore

Il dessert è servito. Il clima è dolce, sereno e grato. Le protagoniste si muovono tra i tavoli per salutare e ringraziare. Ma questa volta sono gli ospiti a voler dire grazie. E così, tutta la squadra si presenta. Le signore, i formatori, gli chef. Tutti insieme, uniti, come lo sono stati in cucina. Il ristorante esplode in un lungo applauso. Un momento che vale più di mille parole.

Quella sera, a tavola, non si è servito solo cibo: si è condivisa umanità. È stata la dimostrazione che, quando si offre spazio, fiducia e ascolto, le persone possono rivelarsi in tutta la loro forza e infondere bellezza nel mondo che le circonda.

Le ricette preparate quella sera sono state molte, ma desideriamo condividerne una fra le più apprezzate: lo Shawarma preparato da Hala, un piatto che ha saputo unire tutti con i suoi profumi intensi e il suo sapore autentico.

Ricetta dal mondo: Shawarma

Ingredienti per realizzare 6 Shawarma

- 6 pane pita/arabo
- 1 cipolla
- Q.b. olio di semi
- Q.b. olio di oliva
- Q.b. cumino
- Q.b. sale
- Q.b. pepe nero
- Q.b. aglio in polvere
- 400ml yogurt bianco magro
- 1 kg petto di pollo
- Q.b. prezzemolo
- 1 cetriolo
- 2 carote
- Q.b. paprika
- Q.b. noce moscata
- Q.b. peperoncino secco

Preparazione

Tagliare il petto di pollo a strisce. Tagliare la cipolla a rondelle. Mettere il pollo, la cipolla e le spezie in una ciotola. Aggiungere un filo di olio di oliva, lo yogurt e mescolare bene. Scaldare l'olio di semi in padella e aggiungere il composto preparato in precedenza. Cuocerlo a fuoco moderato per circa 10 minuti. Una volta pronto si possono arrotolare i shawarma, seguendo queste indicazioni: Tagliare le carote e i cetrioli a striscioline. Adagiare la pita su un piatto, e aggiungere le carote e i cetrioli. Condire a piacere, e in seguito aggiungere il pollo. A piacere ricoprire con la salsa tahina o salsa aioli, e arrotolare. Cuocere il rotolo in una padella per un paio di minuti e servire.

Tempo di preparazione: 40 minuti.



Cucina una delle nostre meravigliose ricette che puoi trovare sul nostro sito!



Il Popolo della Casa

Lo spirito di una micro-comunità allegra e solidale nelle testimonianze raccolte fra le partecipanti attive nel settore economia domestica di Sostare di Olivia Gola, collaboratrice Sostare

Il team dell'economia domestica è composto in questo momento da donne provenienti da differenti contesti culturali e linguistici: Siria, Iraq, Palestina, Guinea, Turchia e Svizzera. Cosa succede quando le difficoltà si trasformano in risorse? E come un gruppo di donne riesce a costruire, attraverso il dialogo e la comprensione reciproca, un legame che va ben oltre il lavoro? Le dinamiche di questo team ci insegnano che, quando le persone si uniscono con il cuore aperto, molte barriere possono essere superate.

Sennait Solomon, responsabile del settore, racconta: «tutte le partecipanti sono curiose di conoscere le tradizioni altrui, e creano così un ambiente di scambio e condivisione». Grazie anche alla sua esperienza come donna e migrante, Sennait comprende profondamente le difficoltà che le partecipanti possono trovarsi ad affrontare quotidianamente.

Sara, partecipante di origine ticinese, ci spiega che «le differenze culturali sono grandi, ma non rappresentano un ostacolo». Hala ci conferma questo spirito di solidarietà, affermando: «qui è così, siamo tutti insieme, come una famiglia». Yahman aggiunge che: «siamo tutti uguali, perché siamo tutti esseri umani».

Hala ci riassume in modo molto chiaro le dinamiche all'interno del gruppo: «Quando qualcuno ha bisogno di aiuto, cerco sempre di dare una mano anche con piccole cose perché quando una collega è in difficoltà è importante avere pazienza e collaborare. Mi sento più sicura a sapere di poter chiedere aiuto senza paura di essere giudicata. Per me è importante mantenere un atteggiamento positivo e promuovere un ambiente di lavoro allegro».

Yahman vive questo gruppo di donne come un'estensione della sua famiglia; quando è a casa a volte chiama le colleghe per chiacchierare del lavoro e di altre tematiche più personali. Le signore si incoraggiano a vicenda. Sakine ha scelto di mettersi in gioco, affrontando un'intervista in una lingua che ancora non padroneggia a sufficienza. Yahman le è stata accanto in questa sfida, aiutandola a trovare le parole più adatte per esprimersi. Sakine

conferma l'importanza di questo sostegno reciproco: «Qui sono tutti amici. Non parlo bene l'italiano, ma le persone mi aiutano».

Oltre alla cura e al sostegno reciproco, un altro elemento fondamentale che contribuisce a creare un ambiente positivo è il confronto riguardante i temi della quotidianità. Sara ipotizza che la sinergia all'interno del gruppo dell'economia domestica potrebbe anche essere dovuta al fatto che le partecipanti sono tutte donne e, in gran parte, mamme. Queste similitudini permettono di confrontarsi riguardo a temi della vita quotidiana, come l'educazione dei figli. «Credo che per le mamme confrontarsi con altre mamme riguardo alla crescita dei propri figli è importante soprattutto quando si è da sole e non ci sono famigliari vicini. Quando si ha la collega amica che dice: anche mio figlio fa così, tranquilla poi gli passa, io trovo che sia un supporto emotivo importante.»

Un elemento fondamentale per favorire l'integrazione è l'apprendimento della lingua locale. Amna e M'mha, ci raccontano quanto il lavoro e il confronto con le colleghe siano stati essenziali per migliorare la conoscenza della lingua e superare le proprie paure. Entrambe ricordano che, prima di rientrare nel mondo del lavoro, provavano un forte timore nel comunicare e nel relazionarsi con gli altri. L'esperienza presso il ristorante Casa del Popolo, la partecipazione ai corsi di italiano in esterno e, soprattutto, l'interazione quotidiana con le colleghe hanno permesso loro di acquisire maggiore sicurezza. M'mha ora si sente a suo agio, ad esempio, nel fare la spesa o nel parlare con i clienti del ristorante, mentre Amna, che un tempo si affidava alle figlie per organizzare e presenziare agli appuntamenti medici, oggi è in grado di gestirli autonomamente.

Il confronto con le colleghe ha spesso aiutato a rafforzare l'autostima. Vedere altre donne affrontare il lavoro con successo, pur senza una perfetta padronanza della lingua, ha trasmesso fiducia e coraggio a molte partecipanti. Sennait ci spiega che molti partecipanti, prima di iniziare una misura di inserimento socioprofessionale, hanno timore, non conoscendo il funzionamento del mercato del lavoro

in Svizzera. Dopo un paio di settimane lei nota già una grande differenza; quando comprendono di riuscire a far fronte alle responsabilità derivate dalle loro mansioni, migliora automaticamente la loro sicurezza.

Non bisogna dimenticare che in un gruppo composto da più persone, è naturale che possano nascere a volte dei malintesi. In questi casi, ci viene ricordato che ognuno è diverso e affronta le situazioni a modo proprio. Yahman, ad esempio, ha bisogno di tempo per elaborare un accadimento per lei negativo e, solo dopo aver ritrovato la calma, affronta il problema con l'obiettivo di risolvere il conflitto in modo costruttivo. Ogni persona è differente e può sempre insegnarci qualcosa. Yahman sostiene che prende spunto da Sakine e tenta di mettere in pratica la calma che la caratterizza.

Una misura di attività di utilità pubblica ha la durata contrattuale di sei mesi e, a seconda degli obiettivi stabiliti, può essere estesa. Questo aspetto temporale implica una certa rotazione all'interno del team. In tal senso, le partecipanti del settore economia domestica prestano particolare attenzione all'accompagnamento sia di chi parte, sia delle nuove venute e dei nuovi venuti. Hala afferma che tendenzialmente chi è nuova ha un certo timore: «noi parliamo con la persona nuova, le diamo il benvenuto. Le facciamo vedere il posto, cosa c'è da fare. È importante.»

Sennait, che rappresenta una presenza costante e significativa, si occupa di questi aspetti, dedicando il giusto tempo all'accoglienza e all'inserimento nel gruppo. «Appena arriva la persona chiedo informazioni alle consulenti. Se so che non ha mai lavorato e soprattutto che fa fatica con la lingua, mi presento, ci presentiamo, parliamo della famiglia e poi la lascio libera con le partecipanti un paio di ore per ambientarsi. Dopo inizio a spiegarle cosa facciamo e come si fanno i lavori. Le signore sanno cosa fare con una persona nuova e come comportarsi. Quando la persona si sente tranquilla e a suo agio inizio a farle vedere come si fanno tutte le cose. Non voglio spaventarle, per questo adotto questo approccio.»

In definitiva, le intervistate ci dimostrano che la creazione e il mantenimento di un ambiente di lavoro armonioso dipendono da ogni membro del gruppo: ciascuno contribuisce a modo proprio, mirando all'obiettivo comune di superare le barriere e favorire così un'esperienza lavorativa positiva, per sé stesse e per le altre persone.

Lingue parlate a Sostare:

Albanese, Amarico, Arabo, Bosniaco, Curdo, Dari, Farsi, Francese, Greco, Hindi, Inglese, Italiano, Lingala, Macedone, Pashtu, Portoghese, Rumeno, Russo, Schwitzerdütsch, Singalese, Somalo, Soussou, Spagnolo, Tamil, Tibetano, Tigrino, Turco, Ucraino, Urdu



Futuro vuol dire essere come vuoi tu

Intervista ad Alexander B.: l'esperienza di un uomo che ha rischiato ogni cosa per esercitare il diritto di decidere del proprio destino
di Laura Calebasso, collaboratrice Sostare

Alexander B., partecipante al programma di accompagnamento in apprendistato PAI2, è un ex impiegato del governo eritreo, che in Ticino ha deciso di rimettersi in gioco e ottenere un diploma come addetto di cucina. Nel suo lavoro di approfondimento di cultura generale, redatto durante l'apprendistato, ha raccontato in forma rielaborata il viaggio che lo ha portato in Svizzera, di cui riportiamo qui degli estratti sotto forma di intervista. «Il mio obiettivo» scrive «è far sapere alla gente che non sa niente di questo viaggio incredibile che per riuscire si deve avere tanta pazienza e coraggio fino a che si troverà il proprio destino.»

Il testo contiene riferimenti espliciti a violazioni dei diritti umani.

Alcuni anni fa hai deciso insieme a tua moglie di lasciare una città che amavi e i tuoi affetti, che cosa vi ha spinto a prendere questa difficile decisione?

Abbiamo rischiato tutto, abbiamo lasciato la nostra città. Tante persone, amici e amiche erano partiti prima di me, anche il mio migliore amico era partito, ma io non avrei mai pensato di farlo.

Mendefera, la mia città, era bellissima, andavo a scuola e mi prendevo cura di mia nonna, si chiama Roma e ha più di ottant'anni. Avrei voluto starle vicino anche dopo essermi sposato. Invece quando sono tornato dal campo di addestramento militare di Sawa io e mia moglie ci siamo sposati e dopo due mesi siamo scappati, perché non volevamo vivere in una dittatura.

Ero stato obbligato a vivere molto distante da Mendefera, in condizioni difficili. Non potevo decidere dove vivere o che lavoro fare. Noi non sapevamo mai dove saremmo andati e per quanto tempo. Siamo stati per dei mesi in una struttura dove non avevamo niente da fare: solo mangiare e dormire. Poi siamo stati trasferiti in un'altra città e poi in un'altra e in un'altra ancora. Finalmente mi hanno fatto fare un corso per lavorare nella sicurezza, per la migrazione. Nel novembre del 2013 sono stato trasferito a Mendefera e ho iniziato a lavorare: all'inizio facevo i passaporti, poi i permessi... ogni due o tre mesi però cambiavo attività.

Anche mia moglie lavorava lì, per le finanze. Siamo diventati amici e poi ci siamo innamorati. Mia nonna ci teneva che io mi sposassi, perché sono il suo unico nipote. Nel mese di gennaio di 2015 ci siamo sposati e poi sono stato richiamato a Sawa. Eravamo preoccupati anche perché sapevamo che potevamo essere chiamati in qualsiasi momento. Una volta le donne incinte non venivano richiamate ma negli ultimi tempi era successo anche questo. Molte donne subivano anche molestie sessuali e non potevano dire niente. La polizia veniva a casa se non si andava al lavoro per malattia. Ad esempio, se si stava a casa una settimana poi bisognava fare due settimane di prigionia. Eri obbligato ad andare al lavoro anche se stavi male. Io e mia moglie abbiamo deciso di scappare insieme.

Avete affrontato scelte molto difficili per raggiungere la «libertà», qual è il significato di questo ideale?

Libertà vuol dire: come io voglio vivere, decidere cosa studiare, che lavoro fare; cuoco, assistente di cura... vuol dire che per la mia vita decido io, come posso fare qui.

Libertà vuol dire anche poter vivere senza chiedere aiuto, finire l'apprendistato e guadagnare abbastanza soldi.

Abbiamo rischiato di morire tante volte perché sapevamo che era possibile vivere in libertà, non avrei mai immaginato quello che ho visto durante il viaggio. In Sudan, in Libia, abbiamo avuto sete, fame, siamo stati picchiati, rinchiusi senza aria per respirare, ho visto donne e uomini obbligati a fare sesso, e anche uccisi. Soprattutto in Libia, uomini e donne non erano trattati come persone.

Che cosa significa avere speranza, in quei momenti?

Non c'era speranza, pensavo di essere matto e basta. Nel deserto ho visto degli scheletri di persone che erano morte facendo lo stesso viaggio. Ho iniziato a pensare che quel viaggio era una pazzia. Abbiamo deciso di partire perché non potevamo immaginarci un futuro nella nostra città.

Cosa vuol dire immaginarsi un futuro?

Sapevo che in Eritrea fino alla morte avrei fatto il lavoro che avevano scelto per me. Non dovevo neanche pensare di fare qualcosa di diverso. Il problema non erano i soldi, era fare una vita che decidevano «loro»: vuoi aprire un negozio? Vuoi cambiare lavoro? Vuoi decidere in quale città vivere? Non si può, è come una prigionia. Un mio amico è stato trasferito lontano quando suo figlio è nato e non ha potuto vederlo per due anni. Non sai mai che lavoro dovrai fare e dove dovrai stare, per quanto tempo... non si può pensare al futuro. Per le donne l'unica scelta è rimanere incinta, oppure scappare.

Questa esperienza ha prodotto un grande cambiamento, in che modo?

Qui è tutto diverso dall'Eritrea, le persone vivono in modo diverso: la religione è meno importante, le persone si vestono in modo diverso e fumano tanto. Io sto imparando una nuova lingua e quando è nata mia figlia ho imparato anche che qui ci sono altre abitudini per prendersi cura della mamma e del bambino. Anche noi abbiamo cambiato le nostre abitudini.

Come affronti oggi le difficoltà e le nuove sfide che incontri nella tua vita?

Quando ho iniziato l'apprendistato c'erano delle cose che facevo fatica a capire. Ad esempio, ci sono tanti modi diversi di fare le cose: diversi modi di fare una torta e anche diversi modi di fare la stessa ricetta, ogni persona fa le cose in modo un po' diverso qui. Ero confuso, mi sembrava troppo difficile e pensavo che non ce l'avrei fatta a finire l'apprendistato. Invece piano piano le cose sono andate sempre meglio.

Un'altra cosa difficile qui è trovare lavoro, bisogna avere un diploma. Io volevo un lavoro subito, all'inizio ho fatto lavori sociali ma sono sempre dovuto stare in assistenza. Sostare mi ha aiutato tanto, ho fatto scuola, ho lavorato al ristorante e mi avete aiutato a trovare l'apprendistato.

Anche occuparsi della famiglia e fare bene l'apprendistato è difficile: una delle mie figlie ha

avuto dei problemi di salute, io avevo iniziato il lavoro e la scuola, bisognava trovare il modo di stare vicino a lei e non fare assenza al lavoro, certe notti non dormivo ma dovevo alzarmi per il turno, era molto importante. In Eritrea quando i bambini sono ammalati ci sono tante persone che possono aiutare, parenti o vicini di casa. Qui è più difficile, perché ogni famiglia è da sola. Non solo quando sono ammalati, ma anche per giocare... in Eritrea i bambini hanno tante persone della famiglia e vicini di casa, e stanno tutto il giorno fuori. Qui è più difficile crescere i bambini.

Come vedi il tuo futuro adesso?

Ho un sogno: se finisco l'apprendistato e mi diploma, trovo lavoro, e fra dieci o quindici anni, quando ho imparato bene l'italiano e ho risparmiato dei soldi, apro un piccolo chiosco dove faccio injera e zighini, e magari dopo un po' di anni posso aprire un grande ristorante.

È importante anche per le mie figlie. Se sono brave e studiano, possono fare quello che vogliono. Qui in Svizzera se sei brava puoi arrivare dove vuoi: futuro vuol dire essere come vuoi tu.

Vivere la cucina dalla Calabria al Ticino

Intervista a Maria Antonietta Loprete, apprendista cuoca e partecipante al programma di sostegno in apprendistato FSA2, sulle esperienze e le riflessioni che la guidano oggi nella costruzione di un presente che le corrisponde.

di Giulia Schira, collaboratrice Sostare

Si può scorgere la giovane Maria Antonietta tra i fornelli del ristorante Casa del Popolo di Bellinzona, a volte con penna e quaderno tra le mani. «La mente di una cuoca è una grande biblioteca», dice. Dietro la sua apparenza riservata si nasconde una storia di nostalgia e impegno quotidiano, che vuole raccontarci anche per rendere omaggio a chi ha lasciato in lei una traccia preziosa.

Che ruolo ha avuto la cucina nella tua vita?

Quando da piccola vivevo in Calabria, guardavo mia nonna Maria cucinare. Preparava pasta, lasagne, insalate, polpette e molto altro. Anche le cose più semplici erano speciali, fatte da lei, con ingredienti freschi. D'estate facevamo il sugo con i pomodori che i suoi amici le portavano dai campi. In garage per due o tre giorni con vicini, zie e cugini, li trasformavamo in passata. Era un rito estivo, un momento per stare insieme. Quel sugo, poi, ci accompagnava tutto l'anno, perché era la base di ciò che mangiavamo. A partire dalla scuola media, ho cominciato ad abitare stabilmente dalla nonna. La sera mi raccontava di quando era bambina, dei giochi, della campagna e di quando, anni dopo, cucinava aspettando marito e figli che rientravano la sera. Cucinare e raccontare erano per lei un modo di voler bene.

Cosa ti ha portato a scegliere l'apprendistato di cuoca?

L'esempio della nonna e di mia sorella minore, che è cuoca. Lei conosceva moltissime ricette, e io la guardavo sperimentare a casa ciò che studiava a scuola. Così, anch'io ho voluto costruirmi una mia strada in cucina, e l'anno scorso sono stata assunta come apprendista. A volte mi chiedo se i miei colleghi sappiano quanto io sia appassionata di questo lavoro che condividiamo. Sono una persona discreta.

Ti senti cambiata da quando hai iniziato l'apprendistato?

Negli ultimi anni, dall'arrivo in Svizzera, mi sono aperta di più. Giù non uscivo quasi mai, non ero a mio agio a scuola e mi sentivo isolata. Qui invece le compagne e i compagni sono diventati miei amici,

ho un fidanzato e mi trovo bene col team. I cambiamenti che ho vissuto, anche quelli che non ho scelto, mi hanno fatto pian piano scoprire nuove parti di me. Più di tutto, mi piace «rubare» le ricette: al lavoro memorizzo e trascrivo ciò che sento e vedo in un quaderno che tengo a portata di mano. La cucina è un insieme infinito di ricette, di ogni parte del mondo, e la mente di una cuoca è una grande biblioteca. Del nostro menu vorrei imparare a fare a regola d'arte il risotto col pepe della Vallemaggia e il buscion, che va tantissimo, ma per ora mi occupo solo della cucina fredda. È anche vero che al ristorante, nelle ore dei pasti, aumenta la pressione, e sto ancora cercando di migliorare la velocità. Una sera in cui mi sono scoraggiata, i colleghi mi hanno confortata dicendo che è normale all'inizio avere difficoltà, e mi hanno fatto asciugare le lacrime.

Come ti senti oggi?

Mi mancano la Calabria e il mare. La piscina di Bellinzona è bella, ma il mare è un'altra cosa! Mi mancano anche i sapori che mi hanno accompagnata negli anni: quel sugo al pomodoro, la salsiccia, la provola, la ricotta, la pitta 'nchiusa a Natale. E mi manca tantissimo la nonna, perché lei mi ha insegnato davvero tutto della vita. Quando organizzavo la festa per i miei 18 anni e il suo viaggio in Ticino perché partecipasse, improvvisamente è venuta a mancare. Il vuoto che ha lasciato mi ha poi dato anche una spinta. Ora ho un'attività che mi coinvolge e altre persone su cui contare, e in un certo senso mi sento davvero libera, con il mio piccolo salario, il mio appartamento e anche il suo ricordo, che mi aiuta a ritrovarmi.

Pensi al futuro a volte?

Pensare al futuro in un certo senso mi blocca. Preferisco restare concentrata sul presente. Oggi sono felice di vivere la mia passione, e semplicemente impegnarmi in quello che faccio, che sia un taglio a brunoise, un riassunto per la scuola o un profondo respiro quando affrontiamo l'ora di cena. In ogni caso, non sono sola.



Dalla gratitudine nasce la volontà di impegnarsi per gli altri

La testimonianza di Ahmad Arabzai, un punto di riferimento per la comunità afgana in Ticino
di Joel Rodriguez, collaboratore Sostare

Il percorso di integrazione in un nuovo paese è fatto di sfide, conquiste e incontri che possono cambiare il corso della vita. In questo racconto, Ahmad Arabzai ripercorre il suo cammino, iniziato con il Pre-apprendistato di integrazione (PAI) a Sostare e proseguito con l'apprendistato come addetto di cucina. Un viaggio fatto di studio, lavoro, difficoltà superate e tanta gratitudine, che oggi lo vede soddisfatto dei diversi ruoli che ricopre e impegnato ad aiutare altri giovani a costruirsi un futuro.

Guardando indietro, cosa ha significato per te il percorso di Pre-apprendistato d'integrazione (PAI) e l'apprendistato alla Casa del Popolo?

Il primo incontro alla Casa del Popolo, l'ho fatto con Pelin (Pelin Kandemir Bordoli) e Linda (Linda Cortesi). Qualche giorno dopo l'incontro mi hanno confermato che avrei potuto svolgere il PAI presso la Casa del Popolo. In quel momento non potevo crederci, è stato un momento incredibile.

All'inizio è stato molto difficile, ma dopo un anno di pre-apprendistato ho visto grandi miglioramenti, poi ho avuto la possibilità di proseguire con l'apprendistato come addetto di cucina, sempre alla Casa del Popolo. Concluso l'apprendistato, ho trovato subito lavoro alla Clinica Hildebrand per tre mesi, poi al Policentro Anziani di Losone. Grazie al supporto del mio docente, con cui sono ancora in contatto, ora lavoro stabilmente all'Istituto per Anziani San Carlo.

Quali sono state le difficoltà più grandi che hai incontrato nel tuo percorso di integrazione in Svizzera?

Uno degli aspetti più difficili è stata la lingua. Un altro aspetto difficile è stato quello sociale, conoscevo poche persone, non avevo amici svizzeri, li cercavo ma facevo fatica a trovarli. Durante l'apprendistato le difficoltà maggiori sono state le verifiche. Studiavo tanto, ma forse un po' per stress, dimenticavo tutto. Prendevo delle brutte note, guardavo quelle degli altri e mi domandavo: «come finirò? Boccerò?». Questa era una grande preoccupazione. Sono riuscito a passare con delle buone

note, grazie anche all'aiuto di chi c'era durante il mio percorso.

Oggi sei considerato un punto di riferimento all'interno della comunità afgana: cosa ti ha portato a questo ruolo e cosa significa per te?

Quando sono arrivato non avevo nessuna aspettativa, mi concentravo su di me. Non mi sarei mai aspettato che avrei avuto la possibilità di studiare, di fare pratica, di trovare un lavoro stabile e degli amici. Ora mi sento davvero incluso nella società. Nel mio percorso sono state molte le persone che mi hanno aiutato, ho imparato da loro, e quando qualcuno mi aiuta, non lo dimentico mai. Oggi cerco di ricambiare quanto imparato e aiuto i miei compaesani. Per me accoglienza significa aiutare gli altri in una buona maniera.

Per esempio, adesso, insieme ai miei compaesani, ho aiutato a formare un'associazione di cricket, uno sport molto popolare in Afghanistan. Devi ritagliarti il tempo per gli allenamenti e per seguire i ragazzi, che comunque con la lingua fanno ancora fatica. Non abbiamo un campo ufficiale, tutte queste complessità richiedono un grande impegno, ma lo faccio con piacere.

Mi piace molto aiutare gli altri, soprattutto nell'ambito della cucina, che è quello che conosco meglio. Per esempio, se qualcuno ha bisogno una mano per compilare dei formulari per la scuola, scrivere delle ricette o capire dei procedimenti, mi metto volentieri a disposizione.

Come immagini il tuo futuro?

Ci penso sempre, ogni tanto penso che mi piacerebbe aprire un locale tutto mio. Quando avrò raggiunto il numero di anni di esperienza richiesti, mi piacerebbe iscrivermi all'articolo 33 e ottenere l'AFC di cuoco. Non rimarrò fermo, andrò avanti.

Il coraggio di aprirsi al nuovo

Intervista a Saverio Lurati, presidente dell'Unione sindacale di Bellinzona e dintorni, proprietaria dello stabile Casa del Popolo sede di Sostare
di Joel Rodriguez, collaboratore Sostare

Cosa vi ha spinto a credere in questo progetto e a scommettere su un modello che unisce due mondi apparentemente distanti: l'impresa e il sociale?

Ci è sembrata fin da subito un'ottima idea, però come si sa le idee camminano sulle gambe degli uomini e delle donne. Allora avevo la fortuna di lavorare a stretto contatto, nell'ambito politico, con l'attuale direttrice (Pelin Kandemir Bordoli). Abbiamo sempre avuto un buon feeling ed ero convinto avesse quelle che sono le attitudini necessarie per far funzionare un progetto simile. A questo aggiungiamo il fatto che l'idea era proprio quella che, come sindacato, avremmo voluto avere da sempre; la cosa è stata dunque una scelta quasi automatica. Adesso si può dire che è stato veramente un colpo di genio che ha permesso a Sostare di diventare quello che è oggi, e a noi come Unione sindacale di colmare le nostre aspettative rispetto alla funzione di una Casa del Popolo.

Lo scopo di questi stabili è quello di essere la casa di tutti quelli che ne hanno bisogno. Adesso i bisogni sono cambiati rispetto alla sua nascita, ma non di molto. Sono cambiati rispetto alle esigenze che hanno le persone, in modo particolare con qualche difficoltà in più, migranti e locali, a cui va data particolare attenzione.

Per festeggiare i 10 anni di Sostare vorresti «regalarci» una parola che per te ha un significato speciale?

Direi innanzi tutto che è una scelta difficile perché ce ne sarebbero a migliaia, ma una che dal mio punto di vista è semplice e scontata, ma che racchiude tutto quello che sta alla base di un'operazione come quella di Sostare, per me è «apertura». Apertura a trecentosessanta gradi, apertura al diverso, apertura al nuovo. Significa affrontare le sfide che si presentano quotidianamente in queste situazioni e non dare per scontato che quello che si fa sia sempre la cosa giusta. Significa darsi il tempo per riflettere sulle cose e non pronunciarsi solo in termini di «sì» o «no», ma esaminarle, verificarle, e poi con la massima apertura cercare di dare delle risposte. Quindi dal mio punto di vista credo che

sia una parola che può farci vedere che il mondo, se vuol funzionare, deve andare in questa direzione. Soprattutto in questi periodi, in cui la parola prevalente sembra essere «chiusura».

Concluderemo gli incontri del 2025 con una cerimonia speciale per esprimere la nostra gratitudine ai partner che ci hanno sostenuto in questi dieci anni e alla comunità che ha condiviso con noi questo percorso.

29 Novembre 2025

Ristorante Casa del Popolo

Alle ore 10:30

Per maggiori informazioni iscriviti alla Newsletter.

Sostare attraverso le voci di chi l'ha vissuta

Intervista collettiva sulla nascita dell'Impresa Sociale
a cura della classe di Formazione Settoriale Accompagnata
Lutfuddin H., Nikola I., Sam C., Yuliia R., Angela C., Sonia P.
ed Elena Spedicato, collaboratrice Sostare

A dieci anni dalla sua nascita, Sostare si racconta attraverso chi l'ha vissuta. Le parole raccolte in questo articolo – senza rielaborazioni – offrono uno spaccato autentico della storia di un'impresa sociale che continua a intrecciare formazione, lavoro e umanità. Questo racconto nasce da un progetto collettivo ideato dalle partecipanti e dai partecipanti del Pre-apprendistato Formazione Settoriale Accompagnata. Le stesse persone che hanno collaborato all'esposizione «Partecipare al futuro», che narra dieci anni di cammino.

Un'intuizione che diventa realtà

Ogni progetto nasce da una domanda. Nel caso di Sostare, la domanda era: come si poteva creare un luogo che permettesse alle persone in situazione di difficoltà e senza un impiego di formarsi, sperimentarsi e acquisire competenze, e tutto questo all'interno di un contesto di mercato ordinario del lavoro?

Pelin Kandemir Bordoli, direttrice di Sostare, ripercorre il momento in cui tutto è iniziato: «Sostare è stata promossa dall'Associazione SOS Ticino, un'associazione umanitaria che si occupa di accoglienza di persone rifugiate ma anche di persone in disoccupazione. In quel momento ci mancava uno spazio innovativo in cui poter coniugare un'attività lavorativa nel mercato ordinario con il nostro obiettivo: offrire occasioni di formazione e integrazione per persone in situazione di vulnerabilità. Quando abbiamo scoperto che il ristorante Casa del Popolo era disponibile, ci siamo proposti per affittarlo. In tre mesi abbiamo studiato il progetto, affittato gli spazi e preparato tutto.

Il 1° maggio 2015 eravamo qui; abbiamo fatto tutte e tutti insieme le pulizie, e il 2 maggio abbiamo aperto.»

I primi passi: crescere insieme

Dalla visione iniziale ai primi passi: le persone che hanno vissuto Sostare fin dall'inizio raccontano cosa ha significato costruire giorno dopo giorno questa impresa sociale.

Sennait Solomon ha iniziato come partecipante a un programma: «Il passaggio da partecipante a collaboratrice è stato un momento di grande crescita per me, sia professionale che personale. Grazie al programma di pre-apprendistato ho migliorato il mio italiano, sia parlato che scritto, e ho acquisito competenze pratiche fondamentali per il mio futuro. Dopo l'apprendistato, sono diventata collaboratrice di Sostare e ho avuto la soddisfazione di mettere in pratica ciò che avevo imparato, assumendo nuove responsabilità nel settore dell'economia domestica.»

Anche Milena Garobbio, responsabile amministrativa dal 2016, ricorda bene gli inizi: «All'inizio avevamo un piccolo ufficio sopra il ristorante e la parte sociale dell'impresa contava due o tre collaboratrici e collaboratori. C'erano molte più occasioni per incontrare i nostri partecipanti e le nostre partecipanti e condividere la loro quotidianità. Tutte e tutti noi cercavamo di contribuire come potevamo ad avviare questa esperienza. Oggi, con il solo settore sociale che conta una ventina di collaboratrici e collaboratori, i ruoli sono molto più definiti. Sono felice di aver potuto partecipare fin dall'inizio alla costruzione dell'impresa sociale. Ho imparato molto qui, e sono fiera di quanto Sostare sia cresciuta e dei risultati raggiunti in questi dieci anni.»

Due mondi, una sfida quotidiana

Uno degli elementi che rende unica Sostare è la convivenza tra due mondi solo apparentemente distanti: quello della ristorazione e quello della formazione e dell'inserimento socioprofessionale.

Andrea Sanvì, gerente della Casa del Popolo, testimonia: «Il mio ruolo è far quadrare i conti del ristorante, ma anche creare un ambiente che sostenga i partecipanti nell'acquisizione di competenze. Il ristorante deve funzionare in modo corretto, offrendo un servizio di qualità e garantendo l'equilibrio economico, ma allo stesso tempo deve essere un ambiente di formazione. Non sempre i due mondi vanno alla stessa velocità e il nostro lavoro è

anche quello di impegnarci per conciliare le diverse esigenze e cercare sempre il giusto equilibrio.»

Chi lavora nell'impresa sociale Sostare, e non importa in quale funzione o settore, deve essere pronto a gestire queste sfide quotidiane ed è un lavoro che deve piacere. Io mi sento profondamente dentro questa cosa e quindi mi piace questo aspetto legato alla continua ricerca di soluzioni per far funzionare queste due realtà insieme, nonostante le enormi diversità.

Giorgio Polatti, lo chef storico del Ristorante Casa del Popolo, ci racconta la sua esperienza: «Dunque, io non sono capitato qui ma sono rimasto! Lavoravo alla Casa del Popolo già da molto tempo prima dell'arrivo dell'Impresa sociale Sostare. Mi hanno chiesto di rimanere e io ho accettato.»

Riusciamo anche a fargli confessare da quanti anni lavora al Ristorante Casa del Popolo: «Quarant'anni, sono qui da molto tempo. All'inizio sono capitato qui per caso perché sono arrivato per fare due o tre mesi, un'estate, perché mancava personale. E poi non mi hanno più lasciato andare via!» (ride).

È proprio in cucina, nelle attività di economia domestica e nel servizio in sala che la coesistenza tra apprendimento e lavoro è più concreta. Qui la formazione passa dai gesti, dai ritmi, dalla capacità di apprendere e trasmettere un mestiere vivendo il quotidiano insieme.

Un ristorante a misura di tutti

In cucina e nel servizio, ogni giorno è una palestra: si impara osservando, provando, comunicando, sbagliando, riprovando. È qui che molte e molti partecipanti muovono i primi passi nel mondo del lavoro. Lo chef Giorgio e la caposervizio Arianna raccontano cosa significa formare lavorando fianco a fianco, con pazienza, attenzione e a volte umorismo.

Giorgio: «Il passaggio, dieci anni fa, da ristorante tradizionale a impresa sociale è stato importante, con l'arrivo di tutti i ragazzi che fanno i loro percorsi. Lì il ristorante è cambiato, un po' anche nel

carattere (sorride). Non so se lo sapete, ma in un ristorante normale girano un po' di... come dire, in cucina sono spesso molto tesi, rispondono male, gridano ecc. Qui è cambiato tutto, specialmente con i ragazzi cerchiamo di essere pazienti.»

Arianna Polatti: «Quando i partecipanti vengono inseriti nella pratica professionale al ristorante, non sanno cosa devono fare, cosa aspettarsi. Ovviamente è la prima volta per loro. Io cerco allora di insegnargli il mestiere attraverso la pratica: prima tramite l'osservazione, faccio vedere come si svolge una determinata mansione, la faccio poi provare a loro e poi correggo dove vedo errori. Con la pratica quotidiana e lo svolgimento costante delle mansioni imparano facendo.»

Le ricette rubate per formarsi

Chef Giorgio insegna volentieri e con pazienza e riguardo alle ricette ha una sua convinzione: (ride) «Io non è che non ho voglia di svelare le ricette, però uno che ha passione e che vuole imparare sta a guardare! Le ricette si rubano!» Quindi il segreto è il furto! «Esatto, bisogna rubarle, non chiederle. Perché se tu la vedi fare la impari anche a fare. Solo con la ricetta non si impara niente, non sei capace di farla. È come un dessert, hai tutte le dosi, ma se non fai pratica con il procedimento non riuscirai mai a farlo bene.»



L'esposizione Partecipare al futuro è il frutto di un'idea nata all'interno della classe del Pre-apprendistato Formazione Settoriale Accompagnata (FSA). Dopo un lavoro collettivo di ideazione, le/i partecipanti hanno elaborato le domande, condotto le interviste, registrato e trascritto le testimonianze di dodici professioniste e professionisti attivi in diversi ambiti dell'impresa sociale e del Ristorante Casa del Popolo. L'esposizione è stata allestita al primo piano del Ristorante e può essere visitata tutti i giorni fino al 30 novembre 2025.



Le parole come strumento di cambiamento
In modo complementare alle attività pratiche condivise nel ristorante, le aule, le sale colloquio e i laboratori formativi rappresentano spazi in cui le parole diventano strumenti per riflettere, crescere e immaginare il futuro.

Aline Eberle, coordinatrice del programma di pre-apprendistato d'integrazione (PAI) e insegnante di italiano: «L'insegnamento dell'italiano come lingua seconda è un ambito che richiede un approccio originale e l'elemento creativo è molto forte. Vedere una persona che si avvicina a una nuova lingua con curiosità e stupore è estremamente gratificante. Trovo inoltre molto interessante il dialogo tra la lingua italiana e le lingue di provenienza dei partecipanti. Spesso si tratta di lingue che io stessa non conosco, come l'arabo, il dari, il tigrino o l'ucraino. È affascinante osservare come ognuno di loro approcci l'italiano attraverso il proprio bagaglio linguistico e culturale. Uno degli elementi più stimolanti è il contatto con prospettive e visioni diverse dalla mia: questo mi obbliga a mantenermi flessibile e aperta al cambiamento. Non è solo qualcosa che apprezzo, per me è un valore personale importante che il mio lavoro stimola continuamente.»

Mi hai rotto il cuore
Aline Eberle, con un sorriso, ricorda che in classe – uno spazio dove si può ridere dei propri errori – capitano a volte fraintendimenti linguistici e strafalcioni molto interessanti. Una partecipante, ad esempio, un po' arrabbiata per non aver vinto un gioco di lessico, dice con convinzione a un compagno della squadra avversaria: «Mi hai rotto il cuore! Sei una bugia!». Queste sono diventate poi espressioni condivise e usate in classe, perché a tutti sono sembrate più espressive ed efficaci.

Ogni persona è diversa: l'accompagnamento personalizzato

Accompagnare significa prima di tutto riconoscere l'unicità di ogni persona. Ce lo raccontano Giulia e Joel, che ogni giorno cercano di prestare la giusta attenzione alla complessità di ogni percorso.

Giulia Schira, coordinatrice della misura di accompagnamento per le apprendiste e gli apprendisti (PAI2 e FSA2), riflette sull'ascolto dei bisogni individuali: «Soprattutto nel contesto dell'apprendimento, ognuno esprime dei bisogni differenti, quindi cerchiamo di costruire l'accompagnamento in risposta alle caratteristiche, agli interessi e alle preferenze che osserviamo nelle persone. Essere flessibili, adattarsi a chi abbiamo di fronte, è fondamentale.»

Joel Rodriguez, co-coordinatore della formazione pratica, racconta il suo passaggio da vicegerente del Ristorante al ruolo attuale: «È cambiato tanto. Brutalmente detto: quando sei al ristorante, a volte fai fatica a capire determinate dinamiche della parte sociale, il fatto che un partecipante arrivi in ritardo, oppure non si presenti, per una, due o tre volte. Fai fatica ad immaginarti che il percorso è a lungo termine, che è invece la prospettiva che devono avere le colleghe e i colleghi della parte sociale e formativa. Il lavoro nel ristorante è spesso nel qui e ora, mentre nella parte sociale e formativa il progetto individuale di un partecipante va co-costruito insieme alla persona, pianificato e sostenuto a medio-lungo termine e spesso i cambiamenti sono piuttosto lenti. Ora che mi occupo in maniera diretta della formazione delle partecipanti e dei partecipanti capisco la necessità di svolgere un accompagnamento fatto con certi tempi e riesco a vedere anche meglio la difficoltà intrinseca fra le due realtà.»

Costruire alleanze, dentro e fuori Sostare

Formare significa anche sostenere i percorsi verso l'autonomia. È qui che entrano in gioco il lavoro di rete e l'accompagnamento personalizzato.

Cassandra Solari, consulente per l'inserimento socioprofessionale, che si occupa delle misure di integrazione e inserimento socioprofessionale per un pubblico di adulti: «È evidente che le diverse sfere della vita di una persona, come quella personale, lavorativa e progettuale, si influenzano reciprocamente. Questo richiede una stretta collaborazione tra tutte le figure coinvolte, professionali e non, che lavorano attorno al partecipante. Solo con un approccio integrato possiamo realmente incidere sul benessere complessivo della persona, prendendo in considerazione ogni aspetto della sua vita.»

Anche Giulia Schira sottolinea l'importanza delle relazioni, in questo caso, con le aziende formatrici che sono dei partner importanti: «Nel contesto del programma PAI2 e FSA siamo in un dialogo, la ragazza o il ragazzo, l'azienda e noi. Possiamo essere una figura di riferimento per le giovani e per i giovani che seguiamo e le loro aziende, che ci conoscono fin dalle prime fasi della selezione dell'apprendista. È sempre però importante ricordare che l'azienda e il ragazzo o la ragazza sono i protagonisti e noi stiamo un passo dietro di loro, e se richiesto proviamo a sostenere l'uno e l'altro in funzione dei bisogni che hanno: linguistici, di organizzazione, di mediazione, ecc. Le aziende sono inoltre un alleato prezioso anche per mettere a fuoco i bisogni di apprendimento di una persona, e noi cerchiamo di ricambiare intervenendo in modo mirato laddove richiesto.»

Imparare sempre: la formazione continua come valore

Guardare avanti, adattarsi, non smettere mai di imparare: sono principi condivisi da chi accompagna le partecipanti e i partecipanti nei percorsi formativi. Erik ed Elena riflettono su cosa significa provare a essere un ponte tra presente e futuro.

Erik Evangelista, co-coordinatore della formazione pratica e formatore di cultura professionale: «Il mondo del lavoro cambia, e noi dobbiamo cambiare con lui. Per questo creiamo sempre nuove misure, adattiamo la formazione, cerchiamo di essere un ponte tra presente e futuro. Inoltre, lo ricordiamo alle partecipanti e ai partecipanti ma anche a noi stessi: è necessario e utile continuare a formarsi, tenersi aggiornati, seguire corsi di formazione continua. Ribadiamo il motto: 'Chi si forma non si ferma'».

Elena Spedicato, coordinatrice della Formazione Settoriale Accompagnata, si sofferma sul suo lavoro a stretto contatto con giovani adulti: «Lavorare con i giovani adulti è per me fonte di continua riflessione; mi permette di non adagiarmi alla routine, di stare attenta, di osservare, di cercare sempre nuove strategie di intervento. Per fare questo lavoro, con qualsiasi tipologia di utenza, credo sia essenziale saper accettare che le cose possono non andare come noi le avevamo pianificate. La gestione della frustrazione, del 'mancato risultato' è un elemento a cui bisogna saper far fronte e che è importante riconoscere. Le parole 'non si può aiutare chi non vuole essere aiutato' sono sostanzialmente veritiere, anche se aggiungerei: non si può aiutare chi non vuole o in quel momento non può essere aiutato, perché l'accettazione dell'aiuto inizia dal riconoscimento personale di avere una difficoltà in un dato momento.»

L'importanza della squadra

In tutte le testimonianze emerge un elemento centrale: il valore più grande di Sostare è il lavoro di squadra.

L'importanza della collaborazione, del lavoro di squadra e del confronto costruttivo emerge in tutte le interviste. Le parole di Aline rappresentano un'ottima sintesi di tutti gli interventi: «Senza sinergia e senza l'intervento di competenze diverse, Sostare non sarebbe quello che è oggi. Abbiamo la fortuna di lavorare con professionisti con formazioni e background differenti: docenti, educatori, consulenti per l'inserimento, formatori pratici e professionisti della ristorazione. Questa multidisciplinarietà è una grande ricchezza e permette di accompagnare i partecipanti in modo completo. L'obiettivo è favorire il loro ingresso nel mondo del lavoro ticinese, e per farlo serve un insieme di competenze che non possono risiedere in una sola persona o in due. È questa cultura della collaborazione che sostiene Sostare e la sua evoluzione nel tempo, per affrontare insieme nuove sfide e nuovi inizi.»

Un'esposizione partecipativa per pensare al domani

Dieci anni di Sostare non si raccontano solo con numeri o bilanci, ma anche con le voci di chi ha vissuto la cucina, le aule, le sale del ristorante e gli uffici, tra incontri e cambiamenti.

In queste testimonianze c'è la difficoltà e la bellezza di formare, accogliere, lavorare insieme. C'è anche una visione: non smettere di interrogarsi, di evolvere, di aprirsi a nuove possibilità, a vantaggio delle e dei partecipanti ai progetti.

L'esposizione si conclude con l'albero del futuro, dove ognuno è chiamato a lasciare un pensiero, una parola, una traccia, ogni parola lasciata dalle visitatrici e dai visitatori è un seme che dimostra fiducia nel domani.

Attraversare l'incertezza. Un convegno sulla formazione come veicolo di inclusione

Alcune anticipazioni dei temi che verranno approfonditi nel Convegno del prossimo 24 ottobre: un momento di formazione rivolto alle operatrici e agli operatori del settore
A cura della redazione

Quali sono le difficoltà che ragazze e ragazzi tra i 16 e i 25 anni incontrano nel passaggio dalla scuola alla formazione professionale? E come accompagnare chi affronta questo percorso in condizioni di fragilità multipla? A queste domande intende riflettere la giornata di studio «Attraversare l'incertezza. Formazione come veicolo di inclusione», promossa da Sostare in collaborazione con l'Istituto della transizione e del sostegno.

Nel corso della mattinata interverranno accademiche e accademici provenienti dal Ticino e da altre regioni della Svizzera. Dopo il saluto istituzionale della Consigliera di Stato Marina Carobbio, Direttrice del DECS, interverranno tre docenti universitari che offriranno prospettive complementari sul tema.

Il professore Sandro Cattacin, docente di Sociologia presso l'Università di Ginevra, proporrà una riflessione sulle trasformazioni sociali, economiche e culturali che condizionano le traiettorie formative delle e dei giovani, soffermandosi in particolare sulle ambivalenze, le incertezze e le sofferenze legate all'inserimento professionale. Seguirà il contributo della professoressa Jenny Marcionetti, docente di Psicologia dell'educazione presso il Dipartimento formazione e apprendimento della SUPSI, che offrirà una lettura critica dei dati relativi ai giovani con vulnerabilità multiple, con riferimento al contesto ticinese e svizzero. L'analisi dei fattori di rischio e di protezione permetterà di individuare piste utili alla definizione di strategie di sostegno. Chiuderà la mattinata il professore Jonas Masdonati, docente di Psicologia dell'orientamento all'Università di Losanna, che si concentrerà sul vissuto di incertezza delle e dei giovani nel passaggio tra scuola, formazione e lavoro. Il suo intervento metterà in evidenza il potenziale della formazione nel generare resilienza, senso e orientamento in un mondo del lavoro in continua trasformazione.

Il pomeriggio sarà invece dedicato a quattro workshop tematici condotti da professioniste e professionisti attivi in progetti di orientamento professionale, iniziative educative e modelli di

transizione, in Ticino e in altre realtà svizzere. Le partecipanti e i partecipanti avranno l'opportunità di confrontarsi all'interno di gruppi ridotti e, infine, condividere le principali riflessioni emerse nella plenaria conclusiva.

Proponiamo di seguito le interviste ad alcune relatrici al convegno di ottobre, introdotte da un contributo della Consigliera di Stato Marina Carobbio, che ringraziamo per la sua partecipazione. Segue l'intervento di Chiara Orelli Vassere, che in qualità di direttrice dell'Istituto della transizione e del sostegno condivide la sua visione in merito alla valorizzazione delle persone nei percorsi formativi e professionali. Infine, Jenny Marcionetti, ricercatrice e docente universitaria, ci accompagna in una riflessione approfondita sul tema integrando dati e informazioni utili per una migliore comprensione dell'argomento.

Percorsi educativi per tutte e tutti: una comunità che cresce

di Marina Carobbio Guscetti, Consigliera di Stato, direttrice del Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport

In una società che punta alla coesione e all'inclusione, garantire l'accesso all'istruzione post-obbligatoria è fondamentale per offrire pari opportunità. Ottenere un diploma migliora le prospettive individuali e contribuisce a costruire una comunità più equa, dove ogni giovane può sviluppare appieno il proprio potenziale.

Ma il contesto attuale è segnato da fragilità crescenti: disagio giovanile, difficoltà familiari e problemi di salute possono compromettere i percorsi formativi. Le istituzioni hanno il dovere di intervenire con misure concrete a sostegno di chi affronta ostacoli maggiori.

Il Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS) accompagna le nuove generazioni investendo nella delicata transizione verso la formazione post-obbligatoria, rafforzando l'orientamento per favorire scelte consapevoli e libere da stereotipi. In quest'ottica nascono iniziative come Millestrade, la fiera delle professioni diffusa sul territorio, e Orientexpress, che mettono in contatto giovani e potenziali datori di lavoro.

Un'attenzione particolare è rivolta a chi vive situazioni di difficoltà. L'Istituto della transizione e del sostegno (ITS) propone percorsi come il Pretirocinio di orientamento, quello di integrazione e il Semestre di motivazione. Il Servizio GO95, a sua volta, rappresenta un riferimento importante per prevenire l'abbandono scolastico e facilitare l'accesso al sistema formativo post-obbligatorio.

Proseguire su questa strada vuol dire rafforzare il sostegno alla formazione, all'inclusione e alle pari opportunità. L'impegno congiunto di istituzioni, scuole, famiglie e mondo del lavoro è la chiave per favorire lo sviluppo armonioso e il benessere di ogni allieva e allievo. Investire nella formazione significa investire nel futuro.

L'esperienza dell'impresa sociale Sostare – che

nel 2025 celebra dieci anni di attività – mostra come la formazione possa essere un significativo strumento di inclusione e coesione. Attraverso progetti condivisi con il territorio e le istituzioni, si costruiscono percorsi significativi anche per chi affronta sfide importanti. La storia di Sostare dimostra che accoglienza, impegno educativo e fiducia nel potenziale di ogni persona possono rafforzare il tessuto sociale e generare opportunità concrete.

Valorizzare le potenzialità di ognuno: dialogo con la direttrice dell'Istituto della transizione e del sostegno Chiara Orelli Vassere

L'Istituto della transizione e del sostegno coordina a livello cantonale misure rivolte a giovani che dopo la fine della scuola dell'obbligo riscontrano difficoltà tali da poter pregiudicare il conseguimento di un titolo di studio. Confrontandoci con la direttrice dell'Istituto scopriamo un punto di vista che ci aiuta a vedere il problema con maggiore chiarezza, senza perdere mai di vista la valorizzazione del potenziale di ogni persona.

Quali sono le principali difficoltà incontrate dalle e dai giovani che oggi vi trovate ad accogliere presso le strutture dell'Istituto della transizione e del sostegno?

Direi che la più generale difficoltà risiede nel (ri) trovare fiducia nel rapporto con il mondo della formazione e con gli adulti di riferimento. I giovani che arrivano da noi sono disorientati, delusi o disinteressati dalle risposte ricevute dalla scuola e dalle esperienze precedenti, e faticano a costruire o anche solo immaginare un futuro. Non aiuta nemmeno il portare a volte con sé svantaggi individuali e sociali: fragilità personali e familiari, isolamento e debolezza socioeconomica sono pure fattori alla base del disagio. La realtà del lavoro presenta ulteriori interrogativi: sulle professioni del futuro, sulla

necessità di corrispondere alle esigenze sempre più elevate dei datori di lavoro, sul senso da trovare in un percorso impegnativo e che rischia di tradursi in una prospettiva di vita più incerta e piena di incognite di qualche decennio fa.

Come le istituzioni, e in modo particolare quelle che adempiono a un mandato di formazione e transizione, possono rispondere efficacemente a tali difficoltà?

Penso prima di tutto costruendo rapporti autentici, provando a dare a questi giovani il gusto della scoperta delle loro capacità e dei loro desideri, rendendoli consapevoli della dignità e del valore di ognuno, e del diritto di tutti al riconoscimento delle proprie qualità. Che vanno coltivate, curate, nutrite e difese, e anche questo si deve trasmettere a ragazzi che hanno poca esperienza di una collettività accogliente, che li stimola e insieme li rispetta e li valorizza.

Quali sono i punti forti delle prestazioni nell'attuale sistema di transizione verso la formazione post obbligatoria e in seguito verso il mondo del lavoro?

Lavorare su più fronti, in primo luogo quello dell'aiuto all'orientamento e quello del sostegno individuale al superamento delle proprie difficoltà, dare la possibilità di sperimentare in modalità realistica ma a intensità relativa le diverse attività professionali, tenere conto il più possibile delle specificità individuali offrendo percorsi e offerte differenziate, e infine fare riferimento a docenti e operatori particolarmente sensibili alla realtà che hanno di fronte e motivati nel coglierne le potenzialità.

Quali sono le sfide e le aree su cui lavorare per aumentare le possibilità di successo, soprattutto per giovani con problematiche complesse o multiple?

Il contesto cantonale è ancora troppo povero di risposte per i giovani più in difficoltà: imprese sociali, maggiore integrazione tra offerte formative e sostegni psico-sociali, percorsi innovativi nell'approccio alle dipendenze e alle problematiche multiple, sono

strade che l'ente pubblico dovrebbe esplorare per offrire anche ai più fragili prospettive di successo. Profili più fragili che peraltro non portano con sé una condanna a vita – quante le storie di cambiamento, di evoluzione, di riscatto avvenute, e che potrebbero essere più numerose se adeguatamente supportate!

Quali sono gli interventi e le buone pratiche sul piano del sostegno all'individuo in difficoltà? Potrebbe citare l'esperienza di una particolare misura di supporto che ritiene interessante evidenziare, a titolo di esempio?

L'ITS ha due servizi, oltre alle tre scuole di pretirocinio, che costituiscono una preziosa offerta di supporto: il Case management per la formazione professionale, un sostegno individuale che può accompagnare il giovane lungo più anni ed è orientato all'ottenimento di un diploma professionale, e il Sostegno individuale nella formazione biennale, per quegli allievi che per ottenere un certificato di formazione pratica necessitano di sostegno nei metodi di studio. Non posso qui entrare nei dettagli, ma siamo a disposizione, dapprima attraverso i canali web (www.ti.ch/its) e se necessario di persona, per fornire a tutti gli interessati maggiori informazioni sulle nostre proposte.



Formulare e perseguire degli obiettivi formativi: intervista a Jenny Marcionetti, professoressa di psicologia dell'educazione e dell'orientamento scolastico e professionale al Dipartimento formazione e apprendimento - SUPSI

Grazie a un'attenta lettura dei dati disponibili e delle ricerche più rilevanti, la professoressa Jenny Marcionetti ci permette di comprendere con maggiore chiarezza le dinamiche della transizione.

Quali sono le principali ricerche disponibili per capire meglio la situazione delle giovani e dei giovani che vivono condizioni di vulnerabilità, e che necessitano di misure di transizione, o di un accompagnamento differente?

Le principali ricerche che hanno riguardato i giovani in condizioni di vulnerabilità e/o che necessitano di un aiuto nella transizione tra la scuola media e una formazione successiva in Canton Ticino sono quelle svolte dal Centro competenze innovazione e ricerca sui sistemi educativi (CIRSE) del DFA/ASP della SUPSI. In particolare, sono state svolte due ricerche: la prima, pubblicata nel 2014, si focalizzava sui giovani e le giovani del Pretirocinio d'orientamento, la seconda, pubblicata nel 2017, riguardava i ventenni beneficiari di aiuti sociali. In alcuni altri cantoni vi sono stati approfondimenti simili, in particolare relativi alle formazioni transitorie presenti sul loro territorio, come ad esempio quello condotto dallo SRED (Service de la recherche en éducation) nel 2019 sull'istituto di Lullin nel Canton Ginevra. Esiste poi il rapporto di Landert e Eberli che nel 2015 faceva il punto della situazione sulle soluzioni transitorie presenti in Svizzera in quel momento.

I dati attualmente a disposizione sono sufficienti per offrire un quadro esaustivo delle difficoltà e delle esigenze di questi giovani nei loro percorsi formativi?

I dati di ricerca a disposizione datano ormai di qualche anno e sono relativi a coorti di adolescenti ancor più datate e quindi non rispecchiano probabilmente in modo esaustivo le difficoltà ed esigenze



dei giovani che oggi si ritrovano ad affrontare una transizione formativa o scuola-lavoro. Ad esempio, dieci anni fa non si parlava ancora dell'effetto dei social e più in generale dell'utilizzo del cellulare sulla vita dei giovani, dei casi di ritiro sociale fra i giovani, infine, i giovani con patologie psichiatriche, benché presenti, erano in numero minore.

Quali sono i fattori di rischio rispetto alla partecipazione e al successo nei percorsi formativi per giovani in situazioni di vulnerabilità?

La vulnerabilità dei giovani è spesso il risultato dell'interazione tra fattori familiari, individuali, scolastici e sociali. Vi sono giovani che crescono in contesti familiari in cui vi sono difficoltà economiche, in cui il capitale culturale non è elevato, in cui vi sono grossi problemi che rendono la famiglia un luogo instabile e poco sicuro, o nei quali i genitori non riescono a creare le condizioni necessarie per uno sviluppo sano delle competenze sociali ed emotive, e per il raggiungimento di un buon equilibrio mentale dei figli. Questi ragazzi e ragazze non sviluppano quindi quelle competenze necessarie per affrontare la vita scolastica e professionale, come ad esempio la capacità di perseverare nonostante le difficoltà o la poca motivazione, di accettare e gestire dei feedback negativi, di creare relazioni sane e di fiducia, di risolvere dei conflitti con i pari o gli adulti in modo accettabile, ecc. Vi sono poi giovani che hanno una minore fiducia in sé stessi e nelle proprie possibilità, che hanno o meno disturbi dell'apprendimento, dell'attenzione o comportamentali, che a loro volta sono fattori individuali che possono influenzare negativamente il percorso scolastico del giovane fin dall'infanzia. A queste vulnerabilità possono poi aggiungersi contesti scolastici o sociali poco inclusivi o che faticano a compensare le difficoltà di questi giovani, che poi spesso finiscono per accumularsi e radicarsi.

Sulla base delle evidenze raccolte, quali indicazioni possono guidare l'organizzazione di un sistema formativo più inclusivo?

L'adozione di un approccio formativo inclusivo richiede interventi che riguardino non solo gli aspetti

cognitivi, ma anche quelli socio-emotivi dei giovani e delle giovani. Se si vuole prevenire l'abbandono scolastico, è necessario che vi sia un atteggiamento accogliente e un rilevamento precoce delle difficoltà, con la predisposizione di interventi efficaci che garantiscano che tutti e tutte abbiano pari opportunità di dare il meglio di sé, di «fare bene» e di stare bene almeno a scuola. L'ambiente scolastico, dalla scuola dell'infanzia all'università, deve quindi essere un luogo che nel suo insieme promuova l'inclusione in un ambiente sereno, ove regnino relazioni positive e di supporto, in cui si apprenda e sia allenata la gestione delle proprie emozioni positive e negative, in cui ogni allievo e allieva possa sperimentare di saper progredire nell'apprendimento, in modo che ciascuno, dando un senso alla propria esperienza attuale, possa guardare al futuro con speranza e ottimismo. Questi ultimi sono aspetti necessari per poter formulare, pianificare e perseguire degli obiettivi formativi e professionali futuri.



L'appuntamento è per venerdì 24 ottobre 2025, presso l'Aula Magna La Grande, Centro studi Trevano.

Per iscriversi e consultare il programma completo, scansiona il QR code qui sopra o visita il sito: www.sostare.ch

Parole che raccontano un cammino condiviso

A cura della redazione

Questa raccolta introduce simbolicamente l'evento conclusivo «Festeggiare insieme», parte del ciclo di iniziative organizzate per celebrare i dieci anni di attività di Sostare. Una cerimonia che vuole esprimere gratitudine a tutte le persone e realtà che hanno reso possibile questo percorso, accompagnandoci e sostenendoci con fiducia. Per l'occasione, abbiamo raccolto pensieri, parole chiave e sguardi sul futuro da parte di ospiti, partner e amiche e amici che hanno incrociato il nostro percorso. Ogni contributo è un frammento autentico di relazione.

**Semi piantati nel tempo
Memorie, riconoscimenti
e radici condivise:
il valore del percorso
fatto insieme.**

Soddisfazione condivisa
di Michele Ghielmini,
presidente dell'Associazione SOS Ticino

La soddisfazione nasce quando ci sentiamo in armonia con ciò che abbiamo fatto, quando riconosciamo in noi stessi – o negli altri – il valore di un gesto, di un risultato, di un impegno. Soddisfatto e contento sono parole amiche. Possiamo essere soddisfatti per aver raggiunto un traguardo personale, ma anche per aver reso felice qualcun altro. La soddisfazione, in fondo, si nutre di reciprocità.

Un docente trova soddisfazione nello sguardo entusiasta di un allievo che scopre qualcosa di nuovo, così come l'allievo si sente gratificato nel vedere il sorriso del maestro, segno di apprezzamento. Lo stesso vale per un cuoco, che si sente realizzato quando il cliente apprezza il piatto, o per un cameriere che riceve una mancia come silenzioso riconoscimento: «Hai fatto un buon lavoro».

Anche per SOS Ticino è una grande soddisfazione aver contribuito al cammino fatto da Sostare in questi dieci anni: i traguardi già raggiunti e quelli che ancora verranno. Perché ogni passo avanti, ogni impatto positivo, ogni storia di crescita

è motivo di orgoglio condiviso. Perché, se ognuno di noi trovasse la propria soddisfazione nel far star bene chi ha accanto, il mondo sarebbe davvero un po' migliore.

Opportunità
di Alessandra Niedecker, vicepresidente
della Fondazione Fidinam e consigliera
della Fondazione del Ceresio per progetti sociali
e di formazione in Svizzera.

Crescere, maturare, raggiungere nuovi obiettivi e creare il proprio progetto di vita: per me sono temi molto importanti. Tutto ciò è più facile se le circostanze sono favorevoli, se cioè abbiamo l'opportunità di farlo. Le opportunità possono presentarsi sotto tante forme, per esempio un incontro con una persona, un nuovo luogo di residenza o nuove capacità da acquisire. Ognuno di questi elementi può allargare i nostri orizzonti e farci crescere.

Offrire un'opportunità a qualcuno nel mio lavoro significa concretamente promuovere l'accesso all'istruzione e di conseguenza al miglioramento delle condizioni di vita. Lo vedo come un trampolino di lancio verso un futuro migliore.

Non basta però che un'opportunità si presenti, bisogna anche saperla riconoscere e coglierla al volo. Questo richiede coraggio, intraprendenza e una buona dose di volontà. È necessario essere pronti a uscire dalla propria zona di comfort e affrontare l'incertezza. Non è mai facile, ma ne vale quasi sempre la pena.

Avere una mentalità aperta ed essere capaci di adattarsi alle circostanze può aumentare la nostra capacità di riconoscere le opportunità e di poterne approfittare. Nel migliore dei casi, possiamo anche contribuire personalmente con il nostro impegno e la nostra intuizione a creare l'occasione. È così che possiamo cambiare anche significativamente il corso della nostra vita.

Trovo bellissimo contribuire a creare un terreno fertile di possibilità e un ambiente in cui la crescita sia possibile per tutte e tutti.



Legami che crescono Riflessioni sul presente, sul valore della collaborazione e sulle sfide sociali condivise.

Incontro

La parola di Mario Branda,
sindaco di Bellinzona

«Ci sono bianchi che odiano i neri, e bianchi che odiano asiatici. Ci sono però anche molti neri che odiano asiatici e viceversa asiatici che odiano i neri, per non parlare dei neri, asiatici e bianchi che si odiano tra loro; e dei neri, asiatici e bianchi che fondamentalmente odiano tutti. E poi vi è ancora la divisione tra religioni. Molti musulmani odiano tutti gli ebrei e parecchi ebrei odiano tutti i musulmani. Ah, inoltre vi è naturalmente anche questo o quel cristiano che odia tutti insieme» (Elif Şafak).

Odio, disprezzo, rancore sembrano governare questa stagione: ma perché? Proviamo magari a chiederci se con la nostra accanita difesa del privato, con i recinti – magari anche solo lo schermo di un computer- alzati attorno le nostre persone non stiamo costruendo quell’isolamento che, per finire, ci impedisce di vedere le cose come stanno e gli altri come sono davvero. Soli, senza sociale, facciamo fatica a gestire problemi che, come certi pensieri di notte, sono ingigantiti dal vuoto attorno. Abbiamo bisogno, credo, di un incontro. Senza incontri finiamo fuori giuoco.

Formazione: un ponte verso l’inclusione

di Tatiana Lurati, capoufficio Formazione
continua e innovazione (DECS)

«Formazione» è una parola che mi sta particolarmente a cuore, la vedo come una forma di partecipazione, emancipazione e inclusione sociale per tutte le persone. Questa parola è il fil rouge che ha accompagnato il mio percorso professionale e le attività di cui mi occupo tuttora. Formazione come diritto riconosciuto e come opportunità di crescita personale e professionale per poter diventare ed essere cittadine e cittadini a pieno titolo in una società che cambia molto velocemente.

Formazione anche come forma di solidarietà ed equità sociale, attraverso la progettazione con i partner del territorio di offerte formative che rispondano a bisogni e siano innovative. In questo senso la collaborazione con Sostare è un ottimo esempio che auspico continui. Auguri di cuore per questo traguardo dei 10 anni.

Formazione: coltivare il futuro

di Cristina Oberholzer, caposezione del Sostegno
sociale e dell’inserimento (DSS)

La parola «formazione» è per me un faro che guida ogni attività che intraprendo. In un mondo che cambia rapidamente, la formazione è il terreno fertile dove seminare idee, conoscenze e competenze, affinché possano crescere e dare frutti nel tempo. Formarsi non significa solo acquisire nozioni, ma anche sviluppare capacità critiche, apprendere il valore della responsabilità e capire l’importanza di un impegno condiviso. In contesti come quello di Sostare, la formazione si intreccia con il desiderio di costruire comunità più consapevoli e resilienti. Educare e formare le nuove generazioni non è solo un atto di insegnamento, ma un gesto di cura per un futuro che vogliamo più inclusivo, equo e solidale. Un albero, come quello del futuro che sta crescendo grazie ai giovani e alle giovani della FSA, si nutre di formazione per diventare forte e capace di resistere alle sfide.

Sguardi in avanti Tracciare orizzonti comuni e immaginare futuri inclusivi

Guardare al futuro con fiducia e determinazione

di Raffaele De Rosa, Consigliere di Stato
e direttore del Dipartimento della sanità
e della socialità

Il 10° anniversario di Sostare rappresenta un momento significativo per riflettere su quanto fatto e per guardare al futuro con rinnovata determinazione. In questi anni, Sostare ha saputo interpretare in maniera concreta il sostegno alle persone più vulnerabili, in particolare i giovani, nel loro percorso verso l’autonomia.

Le politiche sociali sono cruciali per garantire le opportunità necessarie per crescere e integrarsi pienamente nella società: Sostare è diventata un punto di riferimento del territorio e si è dimostrata un partner affidabile, valido e competente per il Cantone.

L’inclusione sociale non si realizza solo attraverso l’accesso a risorse materiali, bensì richiede anche la definizione di un percorso formativo che rafforzi le competenze personali e professionali. In questo contesto, le iniziative messe in campo da Sostare sono state numerose e decisive. L’impresa sociale ha creato percorsi di inserimento socioprofessionale che agevolano l’ingresso nel mercato del lavoro, offrendo opportunità di impiego protetto o accompagnato, inserimenti gradualmente e programmi personalizzati. Questi progetti sono un esempio notevole di come l’impegno sociale possa fare la differenza nella vita delle persone più fragili.

Rafforzare le sinergie tra istituzioni, enti e associazioni del territorio è essenziale per rendere progetti come questo ancora più efficaci e per dare risposte concrete a bisogni sempre più complessi e a disagi sempre più diffusi, in particolare, nel mondo giovanile. L’ottima collaborazione che Sostare ha sempre garantito al Dipartimento della sanità e della socialità ha permesso di affrontare

numerose sfide e di accompagnare molti giovani verso il completamento del loro percorso educativo, incoraggiando al contempo un’integrazione attiva nel mondo del lavoro e nella comunità. L’approccio integrato tra enti è essenziale per il successo di questi interventi, poiché consente di mettere in rete competenze ed esperienze diverse, offrendo soluzioni più complete e mirate.

Questo anniversario è una conferma che, lavorando insieme, possiamo fare la differenza nelle vite di tanti giovani che, oggi, guardano al futuro con maggior fiducia e determinazione e che, davvero, insieme possiamo contribuire a rendere sempre più inclusiva e solidale la nostra società.

Auguri a Sostare per questo splendido traguardo, per un futuro ricco di nuovi progetti da realizzare e per continuare le preziose attività con l’entusiasmo, la passione e la competenza per cui si contraddistingue nel territorio.

Dieci anni raccontati da molte voci.

C’è chi guarda indietro e riconosce i passi fatti, chi osserva il presente con consapevolezza e chi guarda avanti con speranza.

Le voci che emergono in queste pagine raccontano prospettive differenti, ma convergono verso un orizzonte comune: quello di una società attenta, aperta e capace di crescere insieme.

In questa pluralità riconosciamo il senso profondo del nostro impegno condiviso.

Il filo rosso dell'accoglienza

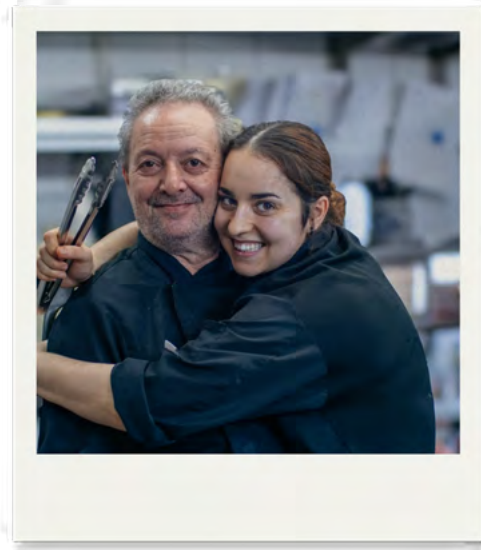
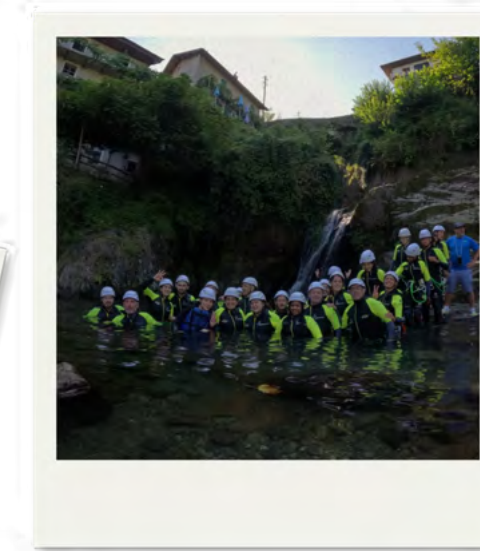
A cura della redazione

Inclusione, Condivisione, Partecipazione, Formazione e Comunità: la rivista di quest'anno è stata ispirata a parole coltivate con responsabilità e impegno, intorno a cui si sviluppa il concetto di «accoglienza» del progetto dell'Impresa sociale Sostare.

Un'accoglienza reciproca illustrata anche dall'addetto di cucina ed ex partecipante al programma PAI Ahmad Arabzai: «Nel mio percorso» racconta, «sono state molte le persone che mi hanno aiutato. Oggi cerco di ricambiare (...), per me accoglienza significa aiutare gli altri in una buona maniera». Un percorso di sostegno circolare offre strumenti di emancipazione a beneficio sia di chi li riceve direttamente che di una società capace di aprirsi, come ricorda Saverio Lurati nel suo contributo.

L'idea di co-costruzione nella ricerca di argomenti, articoli e interviste è un altro tema portante che fa da sfondo a questa edizione: speriamo di essere riusciti a trasmettere qualcosa di quel «misto di entusiasmo, interesse e apprensione» vissuto dalle autrici e dagli autori dell'intervista a Djarah Kan e parte dell'atmosfera creata nella preparazione dei piatti presentati durante la Cena Multietnica.

I sogni e gli ideali, il ruolo della formazione e l'importanza di sentirsi parte attiva nella società: per questo decennale abbiamo voluto vedere partecipanti ed ex partecipanti, addette e addetti ai lavori e istituzioni scambiarsi le proprie visioni del mondo e le proprie parole per descriverlo.



Sostare è un'impresa sociale senza scopo di lucro di SOS Ticino che ha l'obiettivo di favorire l'integrazione sociale, formativa e lavorativa di persone senza occupazione e in situazione di vulnerabilità.

**Impresa Sociale
Sostare**

Viale Stazione 31
Casella Postale 2395
6501 Bellinzona
tel. +41(0)91 290 82 29
info@sostare.ch
www.sostare.ch

Ristorante

Casa del Popolo

Viale Stazione 31
6500 Bellinzona
tel. +41(0)91 825 29 21
info@casadelpopolo.ch
www.casadelpopolo.ch

Instagram

impresasocialesostare
ristorantecasadelpopolo

facebook

Casa Del Popolo

**Se volete contribuire ai progetti
di Sostare potete farlo attraverso
una donazione.**

Donazioni

Banca dello Stato
Bellinzona
Sostare Sagl

IBAN:

CH54 0076 4127 3533 7200 2



Attraverso il nostro sito internet puoi conoscere meglio i nostri progetti e iscriverti alla newsletter.