

## Esempio di mappa dell'empatia: Maria

<p><b>Cosa pensa e cosa prova?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Preoccupata per la salute e la mobilità.</li> <li>● Solitudine dopo la perdita del coniuge.</li> <li>● Orgogliosa della sua famiglia e del suo patrimonio.</li> <li>● Frustrazione per le limitazioni fisiche.</li> </ul>	<p><b>Che cosa sente?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Preoccupazione dei figli per il suo benessere.</li> <li>● Consigli sulla salute da parte dei medici</li> <li>● Notizie sugli eventi della comunità.</li> <li>● Conversazioni con amici e vicini.</li> </ul>
<p><b>Cosa vede?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● I suoi figli e nipoti che crescono</li> <li>● I genitori anziani e la suocera che hanno bisogno di assistenza.</li> <li>● Amici impegnati in attività sociali.</li> <li>● I bei paesaggi di Vigo durante le sue passeggiate.</li> </ul>	<p><b>Cosa dice e cosa fa?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Condivide la sua cucina con la famiglia e gli amici.</li> <li>● Si prende cura dei genitori e della suocera.</li> <li>● Si dedica alle passeggiate</li> <li>● Partecipa agli eventi della comunità, se possibile.</li> </ul>
<p><b>Quali sono i suoi problemi?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Solitudine e isolamento sociale.</li> <li>● Mobilità limitata a causa dell'artrite.</li> <li>● Lotta per mantenere i legami con i propri cari che vivono lontano.</li> <li>● Gli eventi culturali locali sono pensati per le giovani generazioni e per i turisti.</li> </ul>	<p><b>Quali sono i suoi benefici?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Rimanere attivi e in salute.</li> <li>● Sentire un senso di responsabilità.</li> <li>● Connettersi con i propri cari e con i vicini</li> <li>● Impegnarsi in attività e hobby divertenti.</li> </ul>

Per creare un'attività culturale di valore per Maria, è necessario affrontare i suoi dolori ed enfatizzare i suoi vantaggi. In questo modo, potete adattare l'attività culturale alle sue esigenze e ai suoi desideri specifici. Ecco come creare valore per Maria in base ai suoi dolori e ai suoi vantaggi:

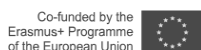
### **Affrontare i problemi:**

- Solitudine e isolamento sociale: Offrite attività culturali che aiutino Maria a entrare in contatto con gli altri. Incoraggiatela a partecipare agli eventi della comunità dove può fare nuove amicizie e rafforzare la sua rete sociale.
- Mobilità limitata a causa dell'artrite: Fornire informazioni su esercizi, terapie o strumenti che possono aiutare Maria a gestire l'artrite e a mantenere la mobilità. Offrire attività culturali o eventi accessibili che tengano conto delle sue limitazioni fisiche.
- Fatica a mantenere i contatti con i propri cari che vivono lontano: Introdurrete Maria a strumenti o piattaforme di comunicazione di facile utilizzo che le consentano di rimanere in contatto con la famiglia e gli amici più facilmente. Offrire indicazioni sull'uso dei social media o di altri canali digitali per colmare la distanza.
- Soddisfare i bisogni culturali: Fornire attività culturali con una componente di patrimonio culturale/storia per mantenere il legame con la famiglia.

### **Enfatizzare i guadagni:**

- Rimanere attivi e in salute: Offrire attività o eventi che promuovano il benessere fisico e mentale, come ad esempio laboratori di cucina dolce e salutare. Incoraggiare Maria a esplorare nuovi hobby o interessi in linea con i suoi obiettivi e con il suo amore per la storia locale e la lingua galiziana.
- Sentire un senso di scopo: aiutate Maria a individuare opportunità di volontariato o di coinvolgimento nella comunità, dove possa contribuire con la sua conoscenza della cucina, della storia e della lingua galiziana a fare la differenza nella vita degli altri.
- Connettersi con i propri cari e con i vicini: Organizzare attività culturali che riuniscano le persone e favoriscano il senso di comunità. Incoraggiate Maria a invitare i suoi cari a partecipare a queste attività, rafforzando i loro legami.
- Impegnarsi in attività e hobby piacevoli: Offrite una varietà di attività culturali, eventi o laboratori che siano in linea con gli interessi e le preferenze di Maria. Questo la aiuterà a rimanere impegnata, felice e soddisfatta nella sua vita quotidiana.

**Attribuzione:** Mobile Culture 2023, [www.mobileculture.eu](http://www.mobileculture.eu), [www.cultureshock.pl](http://www.cultureshock.pl) CC BY 4.0



*Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.*