



Terza Newsletter – Febbraio 2026

Dalla sperimenta alla sostenibilità: esperienze e buone pratiche del programma FRIEND

Le amicizie danno energia, leggerezza e sostegno. In ogni fase della vita, ma soprattutto con l'avanzare dell'età, le relazioni sociali sono fondamentali per il benessere e l'autostima. Eppure, creare nuove amicizie non è sempre semplice. Non per tutti viene naturale fare il primo passo, trovare occasioni di incontro o approfondire un legame.

Proprio per questo nasce **FRIEND**: un programma pensato per aiutare le persone a costruire e rafforzare amicizie nella vita adulta. Il toolkit che stiamo sviluppando unisce basi scientifiche ed esercizi pratici, offrendo strumenti concreti per creare nuove connessioni e valorizzare quelle esistenti.

Il progetto si ispira ai programmi sviluppati da **Tamara Bouwman** (Vrije Universiteit Amsterdam) e **Nan Stevens** (Radboud University), che da anni lavorano sul tema dell'amicizia e della connessione sociale.

A che punto siamo?

Negli scorsi mesi abbiamo lavorato alla definizione del programma e alla formazione dei formatori in cinque Paesi: Paesi Bassi, Spagna, Portogallo, Italia e Polonia.

Oggi siamo entrati in una nuova fase: è partito il progetto pilota che coinvolge 160 persone anziane nei cinque Paesi partner. I partecipanti stanno prendendo parte a un percorso di sette incontri dedicati al tema dell'amicizia, tra riflessioni, attività pratiche e momenti di confronto.

Come rendere il programma sostenibile nel tempo?

A gennaio, 40 persone tra responsabili dei servizi, professionisti sociali e sanitari, volontari, studenti e persone anziane si sono incontrati per una giornata di lavoro condiviso.



L'obiettivo? Capire insieme come fare in modo che il programma FRIEND possa continuare nel tempo e raggiungere sempre più persone.

Ci siamo posti alcune domande chiave:

- Come mantenere i formatori sempre aggiornati e preparati?
- Come far conoscere il programma a nuove persone?
- Come integrare FRIEND in modo stabile nelle organizzazioni?
- Come garantire risorse economiche per il futuro?

023-1-NL01-KA220-000156207

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Blended Friendship Programme | www.friendproject.eu



Un confronto in stile World Café

Per affrontare questi temi abbiamo scelto il metodo del World Café: piccoli gruppi di discussione, un clima informale e tre momenti di confronto su domande diverse, dal coinvolgimento delle persone anziane più sole alle possibili strategie di finanziamento del programma.

Il risultato è stato un dialogo ricco, concreto e partecipato.

Al termine della giornata abbiamo raccolto 22 buone pratiche che contribuiranno a costruire un futuro solido e sostenibile per il programma FRIEND.



Un bisogno che unisce

Se c'è una cosa che è emersa con forza, è l'entusiasmo intorno a questo tema.

L'amicizia può assumere forme diverse per ciascuno di noi, ma il bisogno di sentirsi connessi agli altri è universale.

Il confronto tra persone provenienti da Paesi e contesti professionali diversi ha arricchito il dibattito, mostrando quanto sia condivisa l'importanza di investire nelle relazioni.

I prossimi passi

Le buone pratiche emerse saranno raccolte in un report che entrerà a far parte del manuale per i formatori e sarà disponibile pubblicamente. La sperimentazione proseguirà fino alla fine di maggio e successivamente condivideremo esperienze, risultati e apprendimenti emersi da questa fase.

Vuoi restare aggiornato sugli sviluppi del progetto? Continua a seguirci sul nostro sitoweb:

www.friendproject.eu

023-1-NL01-KA220-000156207

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Blended Friendship Programme | www.friendproject.eu