

# 5.

## Come fare resistenza? Spunti per l'esplorazione dei concetti di protesta e ribellione

### Random Acts of Kindness Raccolta di idee per una ribellione gentile

### Foglio di lavoro 5: complimenti

Materiali didattici per l'Anno dei musei dell'Euregio 2025

GECT EUREGIO TIROLO-  
ALTO ADIGE-TRENTINO  
Laubengasse/  
via Portici 19/A  
I-39100 Bozen/Bolzano  
Tel: +39 0471 402026  
info@euregio.info  
euregio.info

 Europaregion Tirol  
Südtirol Trentino / Euregio  
Tirolo Alto Adige Trentino

 euregio\_museum\_museo

[www.2025.euregio.info](http://www.2025.euregio.info)

#### Progetto e testi

Robert Gander, Thea Unteregger  
– Rath & Winkler. Projekte für  
Museum und Bildung

#### Grafica

lungomare

#### Illustrazioni

wikipedia;  
I testi e le immagini possono  
essere utilizzati senza scopo  
di lucro e in particolare a fini  
educativi.

weiter sehen  
guardare oltre  
ciaré plü inart 

Euregio — Museumsjahr  
Anno dei musei — Ann di  
museums — 2025



## Random acts of kindness raccolta di idee per una ribellione gentile

Stando a uno studio di Matt Weinstein und Dale Larsen che risale agli anni Novanta, la probabilità che un uomo aiuti il prossimo si quintuplica se poco prima ha vissuto un momento di felicità, ad esempio se ha appena trovato una moneta in un distributore automatico, o se al casello autostradale gli occupanti della macchina davanti hanno pagato il pedaggio anche per lui.

Nel 1999, Oprah Winfrey presenta nel suo programma tv la „catena della gentilezza“ e invita il pubblico a praticare atti di gentilezza. Vera Birkenbihl raccoglie l'idea e la porta in Europa\* attraverso le sue conferenze. Il concetto è: se fai un piccolo favore a una persona che ne è talmente lieta da volerti mostrare la propria riconoscenza, invece di accettare i ringraziamenti invitata a usare un'attenzione a una terza persona, ed ecco che la gentilezza si propaga nel mondo! Il favore iniziale dovrà essere inatteso e dare gioia anche a chi lo fa.

In cosa potrebbe consistere questo favore estemporaneo?

## Foglio di lavoro 5: complimenti

Keri Smith è un'artista canadese che ha compilato delle raccolte di idee per un mondo più interessante. Al suo „Guerilla Art Kit“ è ispirata l'attività che segue. Stampa e ritaglia le schede con i complimenti. Lasciale in luoghi in cui nessuno si aspetterebbe di trovarle.

- Deponi una scheda sullo scaffale di un supermercato.
- Un'altra sul tavolino di un bar.
- Entra in un negozio di abbigliamento e infila una scheda nella tasca di un pantalone o di una giacca tra la merce in vendita.
- Porta in chiesa una scheda e nascondila in un libro di canti liturgici.
- Usando un nastro adesivo, attacca una scheda accanto allo specchio nel bagno della scuola.
- Infila una scheda in una fessura alla fermata dell'autobus, in modo che sia ben visibile.
- Lascia una scheda sull'autobus.
- Infila una scheda tra i bollettini dell'ufficio postale.

Ti vengono in mente altri complimenti? Aggiungili!



\*Conferenza di Vera Birkenbihl:  
<https://www.youtube.com/watch?v=sWA-04b1I18>



„Un bel complimento mi tiene in vita per due mesi.“ Mark Twain, scrittore statunitense

**SAI UNA COSA?  
NON C'È NULLA CHE  
NON VADA IN TE!**

**CI SEI!  
VA TUTTO BENE!**

**SEI TUTTO CIÒ DI CUI  
HAI BISOGNO IN QUESTO  
MOMENTO!**

**IL MONDO È UN POSTO  
BELLO PERCHÉ CI SEI TU!**

**OGGI HAI PROPRIO UN  
BELL'ASPETTO!**

**SEI DI UNA BELLEZZA  
INCREDIBILE!**

**SEI PERFETTO COSÌ  
COME SEI!**

**SEI BELLA PERSINO  
QUANDO NEGHI DI  
ESSERLO!**

**È UNA FORTUNA  
CHE TU CI SIA.**

**QUALUNQUE COSA  
SUCCEDA NELLA  
TUA VITA, NE SEI  
PROTAGONISTA!**

**SEI UN POZZO DI  
RISORSE PER IL  
MONDO!**

**QUESTO CARTONCINO  
TI RICORDA CHE SEI  
UNA PERSONA UNICA.  
FAI VEDERE QUELLO  
CHE SEI!**

**CHECCHÉ TU NE PENSI,  
SEI UNA PERSONA  
MERAVIGLIOSA!**

**WOW! SEI TU!  
COSA CI PUÒ ESSERE  
DI PIÙ BELLO?**

**SEI UN MIRACOLO,  
DALLA TESTA AI PIEDI!**




