CENA AL BUIO – 'ACCENDIAMO LE NOSTRE CAPACITÀ NASCOSTE'

L'ATTIVITA'

La cena al buio è un'esperienza sensoriale promossa da un'associazione di non vedenti, in cui si sperimenta l'emozione di mangiare al buio per scoprire la forza dei sensi: tatto, udito, olfatto e gusto diventano protagonisti.

SVOLGIMENTO

L'oscurità nella quale si svolge la cena permette il miglioramento delle relazioni interpersonali. Con il superamento delle apparenze si acquista fiducia nel prossimo e si eliminano i pregiudizi. Durante la cena al buio i valori della comunicazione e del dialogo emergono con maggiore facilità.
Camerieri non vedenti accompagneranno gli ospiti nella sala completamente oscurata, serviranno loro la Cena e faranno vivere per qualche ora ai partecipanti quello che è un piccolo ritaglio della loro quotidianità. Condurranno riflessioni durante l'arco dell'intera cena.

FINALITA'

- Esprimere sé stesso, le proprie emozioni
- Ascoltare gli altri
- Imparare ad operare in un ambiente non familiare
- Scoprire e superare i propri limiti
- Aumentare la consapevolezza della diversità fra le persone
- Elevare la capacità di comunicare in modo chiaro e preciso
- Aumentare le capacità di auto-riflessione - empatia
- Migliorare l'ascolto attivo e la cooperazione
- Elaborare una visione comune