

PROGRAMMA SETTIMANALE INVERNO 2023

Centro Diurno Terapeutico per adolescenti
«Il Castagneto»

via Papa Giovanni XXIII, Tavernerio (CO)
Fondazione Rosa dei Venti onlus



Planning settimanale delle attività

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Lab. vita quotidiana/ Gestione spazi ordine e pulizia CD Movimento		Lab. vita quotidiana (spesa)		Lab. vita quotidiana/ Movimento	
Lab. cineforum	Lab. cura pollaio Lab. corpo 14.30 -16.00	Lab. emozioni	Lab. cura pollaio Lab. arteterapia	Lab. giochi da tavolo	Attività di piacere *
	Lab. bullet Journal 16.30-18.00 O in alternativa Taiko, ogni 15 gg.	Lab. scrittura creativa in piccolo gruppo O lab. genere femminile ogni 15 giorni		Lab. «saper comunicare»	
					* Ospiti RL

Lunedì pomeriggio

- **14 – 18: LABORATORIO CINEFORUM**

Durante questo laboratorio, i ragazzi, accompagnati nella riflessione da un educatore, avranno modo di confrontarsi con tematiche legate all'età adolescenziale (relazione con i pari, rapporto con il proprio corpo, relazione con i genitori, scelte sul futuro, relazioni affettivo/sentimentali, sessualità, tecnologia e social, dinamiche sociologiche ...) attraverso scelte cinematografiche e film a supporto della riflessione.

La fruizione di film favorisce le dinamiche di rispecchiamento emotivo in un modo percepito dall'adolescente come protetto poiché riferito non direttamente a sé ma ai protagonisti di quanto sta guardando.



Martedì pomeriggio

- **14.30 -16.30: LABORATORIO CORPO E CURA DI SE'**

in questo laboratorio verranno prese in considerazione alcune parti del corpo (testa, spalle, braccia, mani, gambe, piedi). Per ogni parte del corpo si svolgerà una discussione della durata di circa 10 minuti insieme al gruppo per capire quali emozioni vengono ad essa, che colore vi sia associato e quali funzioni le si riconoscano. Successivamente si disegnerà su un foglio la parte presa in considerazione, non in maniera anatomica ma figurata. L'obiettivo è la costruzione di un corpo non reale ma ideale. Successivamente si passerà alle riflessioni sulla cura del corpo individuando gli strumenti con cui prendersi cura di ogni parte (ES: maschere per il viso, creme per le mani, rilassare la testa attraverso la musica). Obiettivo: consapevolezza corporea, cura di sé, integrazione dell'immagine corporea;

STRUMENTI: fogli di carta, materiale per colorare, creme, maschere ...



- **16.30 – 18.00 : LABORATORIO JOURNAL BULLET**

DESCRIZIONE: durante questo laboratorio, in piccolo gruppo e con il supporto e mediazione dell'educatore, si realizzano collage partendo da tematiche diverse, afferenti la sfera emotiva o tematiche generali. Ogni ragazzo avrà modo di creare una propria raccolta di collage, così da avere uno strumento concreto che aiuti l'adolescente ad integrare i diversi vissuti emotivi e accadimenti in un'immagine di Sé che abbia carattere di continuità nel tempo.

OBIETTIVO: favorire l'espressione e verbalizzazione di vissuti emotivi, stimolare il confronto con l'altro in un ambiente protetto, lavoro sulle dinamiche intra-gruppo;

STRUMENTI: forbici, riviste, fogli, colla, penne, pennarelli ...



Ogni 15 giorni, in alternativa al laboratorio Journal Bullet ... TAIKO, Laboratorio di tamburi giapponesi

Obiettivi terapeutici del laboratorio di Taiko:

- Socializzazione all'interno di un contesto protetto e mediato dal compito condiviso;
- Sostenere la sperimentazione di modalità espressive funzionali alla gestione dei vissuti emotivi emergenti, in particolare se negativi e/o disturbanti;
- Sostenere l'integrazione mentale del proprio schema corporeo, attraverso il movimento e la partecipazione a coreografie all'interno del piccolo gruppo;
- Favorire una miglior gestione degli impulsi attraverso l'attività di scarico permessa dall'attività di Taiko;
- Sperimentare una leadership positiva e creativa;



Mercoledì pomeriggio

14-16: LABORATORIO EMOZIONI

DESCRIZIONE: Il laboratorio intende favorire l'espressione delle emozioni tramite la condivisione di vissuti soggettivi. Attraverso il dialogo si prendono in considerazione diverse situazioni-problema che vengono discusse dagli ospiti in piccolo gruppo, con l'aiuto di un educatore che moderi il confronto ed offra spunti di riflessione.

OBIETTIVI: Il laboratorio è volto alla promozione del riconoscimento delle emozioni, della loro verbalizzazione e all'individuazione di strategie di gestione delle stesse che risultino adatte per ogni ospite.

STRUMENTI: dialogo, condivisione, file multimediali



16-18 : LABORATORIO SCRITTURA CREATIVA

DESCRIZIONE: il laboratorio scrittura intende favorire il riconoscimento delle emozioni e la loro possibile espressione attraverso il ricorso al linguaggio scritto, nella forma del racconto e/o di brevi testi liberi, in cui ogni ragazzo possa sperimentare una modalità per sé sostenibile di narrare se stesso ed il proprio mondo interiore. La seconda fase del laboratorio prevede la libera condivisione del materiale prodotto.

STRUMENTI: fogli, penne, pastelli e pennarelli

16-18 : LABORATORIO DI GENERE FEMMINILE

DESCRIZIONE: il laboratorio di genere femminile intende offrire alle ragazze ospiti del CD uno spazio in cui interrogarsi sul significato profondo delle dinamiche relazionali – affettive e sessuali in cui i ragazzi sono quotidianamente inseriti nei gruppi di cui fanno parte (scuola, lavoro, Centro Diurno). Potersi centrare, in un gruppo con una forte appartenenza (quella di genere), consente ai partecipanti del laboratorio di far emergere paure, desideri ed esperienze biografiche a volte non narrabili o che ristagnano interiormente perché fonte di profonda vergogna o angoscia. La scelta degli ospiti che partecipano al laboratorio di genere femminile viene discussa in equipe, riflettendo sul suo significato progettuale e terapeutico.

STRUMENTI: fogli, penne, pastelli e pennarelli

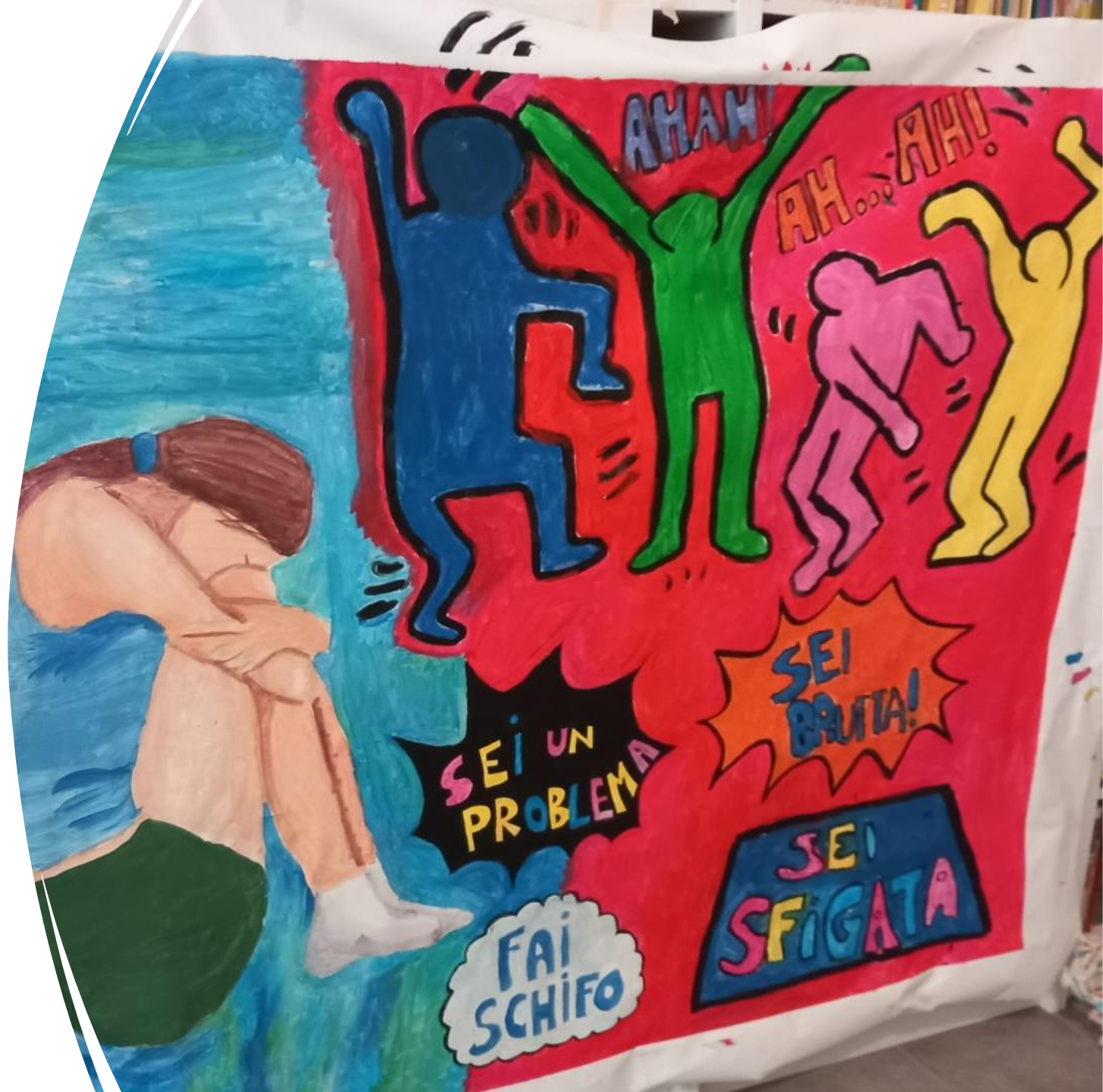
Giovedì pomeriggio

14.00 – 18.00: LABORATORIO DI ARTETERAPIA

DESCRIZIONE: Il laboratorio si sviluppa a partire da progetti della durata di 2/3 mesi, pensati dall'operatore referente dell'area artistico-espressiva ed in accordo con l'equipe clinica rispetto ad una valutazione della composizione del gruppo ospiti ed alle tematiche emotive maggiormente presenti.

OBIETTIVI: Il laboratorio terapeutico-riabilitativo di arte ha l'obiettivo di far sperimentare agli ospiti l'espressione emotiva tramite la creazione artistica strutturata in diverse forme e secondo varie proposte. Ciò facilita la progressiva acquisizione della capacità di esprimere i propri vissuti, favorendone la condivisione e la loro trasformazione attraverso il processo creativo.

STRUMENTI: Pittura, materiali naturali, pasta di sale, creta, pastelli, matite ...



Venerdì pomeriggio

- **14.00 – 16.00: LABORATORIO GIOCHI DA TAVOLO**

Il laboratorio giochi prevede la scelta di un gioco da svolgere tutti insieme, in piccolo gruppo.

OBIETTIVI: L'obiettivo del laboratorio è centrato sulla condivisione di un momento ludico che possa promuovere la coesione, la cooperazione e la sana competizione del gruppo. Il «fare con» diviene elemento facilitante la relazione con l'altro poiché consente la messa in comune di un oggetto ed obiettivo concreto.

STRUMENTI: giochi in scatola di varia tipologia





- **16.00 – 18.00: LABORATORIO SAPER COMUNICARE**

Il laboratorio «saper comunicare» nasce con l'obiettivo di supportare i ragazzi rispetto alla possibilità di apprendere a gestire in modo efficace le dinamiche relazionali con i pari, imparando a confliggere in maniera costruttiva e non distruttiva, a scambiare pensieri ed opinioni tollerando il diverso punto di vista dell'altro e ad esprimere i propri bisogni sia in relazioni duali che in un gruppo.

STRUMENTI: role playing, video, slide, uso di vignette situazionali ...

LABORATORI TRASVERSALI DI VITA QUOTIDIANA

- Laboratorio gestione e cura degli spazi di vita (pulizia, sistemazione casa/CD e parco, gestione incombenze quotidiane in un «fare con» che connette adolescente ed operatore in una relazione generativa e riparativa fondamentale per la cura dei nostri ospiti);

- Laboratorio spesa improntato all'obiettivo di raggiungere autonomie di base utili alla costruzione di un progetto di vita adulto;

- Laboratorio cucina, improntato all'obiettivo di vivere ed imparare la cura di sé attraverso il cibo, scoprendone il valore conviviale (particolare attenzione viene riservata al significato emotivo del cibo per ospiti con DCA);

- Laboratorio pollaio, due volte a settimana. Attraverso la cura delle galline presenti nel pollaio del parco di Villa Plinia, i ragazzi ospiti imparano ed interiorizzano il processo di accudimento e cura in senso generale, come elemento imprescindibile per raggiungere un grado maggiore di benessere psico-emotivo;

- Laboratori di cura del parco in cui la natura diviene interlocutore e soggetto terzo nella relazione con l'Altro. Attraverso tale laboratorio è possibile porsi a confronto con il tempo delle stagioni e della natura, interiorizzando la dimensione della temporalità e della processualità di quanto accade quotidianamente dentro e intorno a noi;

I ragazzi vengono, inoltre, coinvolti attivamente negli eventi della Fondazione (Trattorie Sociali, Festa dell'Acqua ...) e in iniziative sul territorio (BancoFarmaceutico, uscite a scopo ricreativo o terapeutico) con l'obiettivo di favorire il continuo dialogo tra le loro adolescenze e la società di cui sono attivi cittadini.



I nostri spazi ...



*Interno di uno degli spazi
del Centro Diurno "Il
Castagneto"*



*Interno del CD "Il
Castagneto"*

I ragazzi dicono ...

“Ho imparato a capire che c’è sempre qualcuno a tenderti una mano se ne hai bisogno; sta a te decidere se afferrarla” (B.)

“Al CD posso essere me stessa senza paura dei giudizi” (M.)

“Al CD ti prendi cura di te stesso” (B.)

“Al CD vieni aiutato ad andare avanti nella tua crescita personale” (S.)

“Il CD ti aiuta a capire quali sono le cose che contano nella vita e a non trascurare te stesso” (M.)

“Il CD è un posto dove ascoltare ed essere ascoltati” (G.)

“Il CD aiuta a relazionarsi” (G.B.)

“Al CD riesco a stare in gruppo, cosa che per me non è facile o scontata” (G.P.)