



Viale Repubblica, 25 - 27058 Voghera (PV) Italia Partita I.V.A.: 01655800161 Centralino +39 0383 343071
Email: info@adolescere.org
Sito Internet: <http://www.adolescere.org> Codice Fiscale: 86001570182 Fax +39 0383 343039

FAX Per problemi di ricezione
+39 0383 343030



Luogo e data:Voghera, 03/02/2023

Protocollo: 00000014

Codice Fiscale: 86001570182

Fax +39 0393 343039

Fax +39 0383 343039

ODPF SANTACHIARA

Via Scarabelli, 57

27058 - Voghera -PV

Alla c.a. Dr.ssa Stefania Fecchio

Oggetto

Relazioni incontri Estate Insieme e Progetto Lara

Con la presente inviamo le relazioni del Progetto Estate Insieme e Lara.

Distinti Saluti





Progetto “Voghera E-State e + Insieme”

Istituto SANTA CHIARA indirizzo Elettronico/Termoidraulica, Voghera (PV)
Conduttori: Alberto Degli Antoni, Elisa Pianetta

10 Ottobre 2022

La classe viene accolta presso la fermata autobus del borgo di Pietragavina e accompagnata a piedi presso il Centro Montano di Adolescere. All'interno della struttura si inizia a conoscersi e a prendere confidenza con un luogo nuovo. I conduttori raccontano la peculiarità del progetto puntando l'attenzione sulla ricchezza che l'Oltrepò Pavese ci offre attraverso la natura, le varietà di specie di flora e fauna, le caratteristiche climatiche, la storia, le tradizioni secolari e i prodotti enogastronomici. Questo scenario sarà il punto di partenza per esperienze inconsuete in natura che permetteranno di socializzare e rafforzare le dinamiche di gruppo. Questa prima riflessione condivisa coinvolge i ragazzi che ammettono di non conoscere molto, tranne un paio di eccezioni, il territorio collinare dell'Oltrepò Pavese. Gli studenti si meravigliano nel poter osservare da vicino un aculeo di istrice, fossili antichi e altri tesori della natura conservati presso la *sala dei Coccodrilli* del Centro Montano. Il tema che si affronterà durante la giornata è soprattutto il gruppo e il saper condividere i propri punti di forza e di debolezza.

Dopo questa introduzione si parte per procedere con il percorso di esplorazione di Pietragavina. La prima tappa è la Chiesa e il castello malaspiniano. Successivamente si entra nel bosco. La maggior parte dei ragazzi non è abituata a camminare in un percorso in salita e in mezzo la natura.

Arrivati davanti al tronco di un albero secolare i conduttori raccontano alcune particolarità scientifiche e la storia legata a questi luoghi così antichi. Si propone un'attività: i ragazzi vengono divisi in gruppi "esploratori" e dopo una perlustrazione del luogo devono riportare un oggetto significativo. Si nota un'iniziale difficoltà nella scelta delle squadre. Vi è una difficoltà nel lavorare insieme e nel restare nel territorio che i conduttori avevano indicato come zona da esplorare, ma alla fine ogni gruppo riesce a portare a termine la consegna.

Si cammina ancora, scoprendo le tracce degli abitanti del bosco e le differenti tipologie di vegetazione. Ci si ferma in un luogo significativo e ci si posiziona in cerchio. I conduttori insistono sull'importanza del cerchio e della necessità di imparare ad ascoltare. Si prova a stare in silenzio per alcuni minuti, e pur essendo un esercizio apparentemente facile, occorre ripeterlo alcune volte perché per i ragazzi è un'esperienza nuova e non consueta. Si svelano in questo modo nuovi suoni della natura e l'atmosfera cambia in modo positivo.

Si torna al Centro Montano dove ci aspetta la cuoca di Adolescere per pranzare insieme e si propone ai ragazzi di mettersi in gioco e provare a sedersi vicino a compagni che si conoscono meno per creare nuove relazioni. Dopo il pranzo si propongono varie attività presso il Centro Montano. Si usa la palla per un gioco di equilibrio e fiducia tra i compagni che diverte e contemporaneamente permette di sperimentare nuove attività. Successivamente vengono utilizzate le Carte di Propp. Le immagini quindi come strumento per permettere ai ragazzi di parlare di sé, di indagare le sensazioni e di far conoscere qualcosa che in alcuni casi ancora non è stato mostrato ai compagni. Vengono disposte casualmente nella sala dei Coccodrilli 90 carte che raffigurano elementi di vario tipo reale e immaginario e i ragazzi devono scegliere una carta che li rappresenti. Alcuni velocemente prendono una carta, mentre altri si trovano in difficoltà nella scelta. Il gioco sembra funzionare

perché i ragazzi ragionano sulla propria carta e non sprecano un'occasione per mettersi in gioco. Nel momento della restituzione i partecipanti raccontano di ricordi di infanzia, di paesi di origine lontani, di sentimenti e di desideri. Il pomeriggio termina in un clima sereno.

I conduttori



**Sostenibilità
in Lombardia**
VERSO IL 3° FORUM
19-22 OTTOBRE 2022



**Regione
Lombardia**



Progetto “*Voghera E-State e + Insieme*”
Istituto SANTA CHIARA indirizzo Estetica/Vendite
Conduttori: Alberto Degli Antoni, Elisa Pianetta

24 ottobre 2022

La classe 1° dell’Istituto Santa Chiara di Voghera indirizzo estetica e vendite arriva presso Pietragavina e durante il breve tragitto a piedi verso il Centro Montano inizia a conoscere il territorio e a scoprire le caratteristiche dell’Oltrepò Pavese.

Si fa una prima tappa presso il salone dei Coccodrilli dove i conduttori si presentano e raccontano la missione di Adolescere che da ormai molti anni ospita studenti nelle sedi in collina per progetti di aggregazione e di accoglienza.

Gli studenti sono interessati quando viene spiegata l’importanza della biodiversità, si mostrano i disegni delle differenti tracce che potranno trovare nel percorso che verrà fatto e vengono osservati alcuni elementi presenti in natura. Vengono descritti gli “ospiti” del bosco e si pone l’interesse sul fatto che in Oltrepò sono ritornati alcuni grandi mammiferi, tra cui il cervo e il lupo che in numero sempre maggiore si stanziano nei territori di alta collina. Una parte dell’introduzione viene dedicata al racconto delle vicende storiche che hanno riguardato il territorio in cui ci troviamo definito “delle quattro province”. Secoli fa, alcuni borghi diventano luoghi importanti e fondamentali sia per i collegamenti commerciali con la Liguria, sia per i cammini religiosi che conducevano fino a Bobbio. Prima di uscire e iniziare il percorso nel bosco si focalizza l’interesse sulla relazione e lo stare bene insieme che sono due temi importanti per questa giornata e gli studenti raccontano il clima che vivono in classe e mettono già a fuoco alcuni elementi di forza e alcuni di debolezza.

Si inizia l’attività entrando nel bosco e i conduttori pongono particolare attenzione al discorso del rispetto dell’ambiente, all’importanza di conoscere l’impatto che ha l’uomo nei confronti della natura e agli strumenti che ognuno di noi ha per vivere in armonia con il nostro territorio. La classe è interessata verso questi temi e si mostra curiosa nel conoscere le caratteristiche dell’ambiente naturale che si sta scoprendo percorrendo il percorso nel bosco.

Successivamente viene proposto il gioco dell’“Albero Ritrovato”. Ai ragazzi viene chiesto di mettersi in coppia con un compagno che si conosce poco, uno verrà bendato e l’altro dovrà essere i suoi occhi e i suoi piedi per poterlo condurre fino a un albero che il ragazzo bendato dovrà riconoscere una volta tornato al punto di partenza e tolta la benda. È un’attività in cui si mettono in gioco diversi elementi, come la fiducia, l’apertura verso persone che si non si conoscono a fondo, la capacità di percepire i

dettagli con tutti i sensi, la volontà di buttarsi in situazioni nuove. Dopo un'iniziale ritrosia, i ragazzi svolgono l'attività con successo e diverse coppie vogliono ripetere l'esperienza.

Ci sono alcuni momenti in cui si chiede di smettere di parlare per alcuni minuti per poter ascoltare i rumori del bosco e sentire le sensazioni di un'immersione totale nella natura. Essere un gruppo numeroso e stare in silenzio non è semplice, ma quando si riesce si percepisce qualcosa di unico e raro.

Dopo il pranzo i conduttori propongono alla classe il gioco di OltreFix che si svolge con quattro gruppi e la creazione di diverse storie utilizzando gli elementi storici, geografici e gastronomici dell'Oltrepò Pavese. Non tutti gli studenti riescono a mettersi in gioco completamente, ma alla fine vengono rappresentate le quattro storie, alcune realistiche altre di genere fantastico. Sperimentare il lavoro di gruppo è fondamentale per poter creare nuove conoscenze anche con i compagni che non si frequentano sempre e ci si mette alla prova per affrontare relazioni e situazioni di diverso tipo.

La giornata giunge al termine e in un clima allegro e sereno la classe fa rientro verso Voghera e diversi studenti hanno mostrato la voglia e la speranza di ritornare nelle nostre strutture in collina per trascorrere altre giornate insieme.

I conduttori



Progetto *Lara*

Istituto SANTA CHIARA indirizzo Acconciatura
Conduttori: Alberto Degli Antoni, Elisa Pianetta

7 novembre 2022

La prima tappa della giornata del progetto E-State Insieme si svolge presso il Centro Montano di Pietragavina. I ragazzi della prima dell’Istituto Santa Chiara indirizzo Acconciatura fanno conoscenza con i conduttori e si ambientano con il territorio circostante. Si pone particolare attenzione al discorso della sostenibilità e al fatto che tutti siamo protagonisti nel cercare di migliorare la situazione in cui si trova il nostro pianeta. La biodiversità è la ricchezza che permette a diverse forme di vita di coesistere in armonia e di creare un sistema di vita funzionale. Gli studenti sono interessati a queste tematiche e fanno numerose domande che riguardano l’ambiente in generale e il territorio in cui ci troviamo. La zona collinare e le aree protette dell’Oltrepò non sono conosciute dalla maggior parte dei ragazzi che rimangono colpiti dalla tipologia di fauna che vive in queste zone.

Uno degli obiettivi del progetto è di porre attenzione al gruppo classe, all’importanza delle relazioni e allo sforzo che ognuno può compiere per conoscere e farsi conoscere dagli altri. Per questo motivo viene scelto il cerchio come strumento per comunicare e per restituire impressioni e sensazioni relative alle varie situazioni vissute durante la giornata. Il cerchio è un simbolo importante e i conduttori ricordano agli studenti che anche in passato veniva usato per rendere i partecipanti sullo stesso piano e non in condizione gerarchica come, ad esempio, nella letteratura viene ricordato Re Artù e i Cavalieri della Tavola Rotonda.

Si procede nelle attività facendo una prima tappa presso il castello che si trova in una posizione dominante e rende possibile osservare i dintorni che, nonostante sia autunno inoltrato, permettono di ammirare un paesaggio collinare e montano molto significativo. I conduttori raccontano le vicende storiche che si sono susseguite tra queste colline e tra le mura del castello malaspiniano.

Successivamente, si entra nel bosco e i ragazzi rimangono sorpresi positivamente nello sperimentare un ambiente naturale così interessante. Durante il percorso viene trovato un piccolo manufatto creato da qualche escursionista di passaggio con legnetti e materiali naturali che viene scelto come luogo dove svolgere la prima attività. I ragazzi vengono suddivisi in gruppi e devono calarsi nei panni degli esploratori e tornare al luogo scelto con un oggetto simbolico di valore di cui poi devono raccontare il significato. Un paio dei gruppi mostra una iniziale resistenza sia nel lavoro di insieme, sia nello stare negli spazi indicati e anche nel raccontare il significato dell’oggetto scelto. Alla fine, però, attendendo il tempo necessario per ognuno, tutti riescono a portare a termine la consegna del gioco con soddisfazione generale.

Si procede nel cammino sul sentiero e i conduttori mostrano le particolarità della flora, del territorio e si trovano alcune tracce di animali.

Si arriva all’albero secolare e qui si propone il gioco dell’“Albero Ritrovato”. I ragazzi devono mettersi in coppia con un compagno che si conosce poco e all’interno della coppia uno si benda e

l’altro lo accompagna presso un albero. Qui chi è bendato attraverso il tatto deve toccare l’albero e una volta ritornato al punto di partenza e sbendato dovrà riconoscere l’albero giusto. In questa attività tutti si mettono in gioco con partecipazione e riconoscono come sia importante avvicinarsi verso chi si conosce meno.

Si percorre con entusiasmo e allegria l’ultimo tratto di sentiero nel bosco e si ritorna al Centro Montano di Adolescere per il pranzo.

Dopo un breve spazio di gioco libero, i ragazzi sono invitati a ritornare nel salone dei Coccodrilli per confrontarsi sulle attività svolte e sulla loro situazione in classe. Emergono molti spunti e racconti interessanti che permettono di riflettere sulla situazione e sul benessere del gruppo classe. Come primo gioco si sceglie di fare un gioco con la palla nel quale il gruppo deve lavorare insieme e la riuscita dell’attività avviene se si raggiunge l’armonia tra tutti. Successivamente, viene proposto il gioco OltreFix che ha lo scopo di lavorare in gruppo, usare la fantasia e far conoscere alcuni elementi caratteristici dell’Oltrepò Pavese. I ragazzi con entusiasmo e creatività inventano delle storie immaginarie nelle quali sono protagonisti i personaggi del territorio e in cui sono inseriti i prodotti gastronomici e i luoghi dell’Oltrepò. Terminata questa fase viene chiesto loro di scegliere una parola significativa che ha colpito il loro interesse e di riproporla con le “Lettere Viventi”: in gruppo attraverso l’utilizzo del corpo, ogni ragazzo è una lettera per formare la parola.

Il pomeriggio termina con la consapevolezza di aver affrontato una giornata impegnativa dove la natura e i giochi permettono di riflettere su elementi introsettivi, ma anche della classe come gruppo e della propria vita quotidiana.

I conduttori



Progetto Lara
Istituto SANTA CHIARA indirizzo Estetista
Conduttori: Alberto Degli Antoni, Elisa Pianetta

14 novembre 2022

La classe prima dell’Istituto SANTA CHIARA indirizzo Estetista dopo essere arrivata a Pietragavina percorre un breve tratto a piedi per raggiungere la struttura del Centro Montano di Adolescere. Durante la passeggiata i conduttori spiegano le peculiarità del territorio e come si svolgerà la giornata insieme. Uno dei punti importanti è creare una situazione di benessere per la classe e di focalizzare l’interesse sulla capacità di far nascere relazioni significative con chi ci sta accanto.

Le studentesse vengono introdotte nel salone dei Coccodrilli del Centro Montano dove i conduttori si presentano e raccontano di cosa si occupa Fondazione Adolescere in particolare nelle strutture collinari. Poi il focus si sposta sulla descrizione della flora e della fauna che si potrà osservare durante l’uscita nel bosco, vengono mostrati oggetti particolari come l’aculeo di un istrice, alcuni fossili e le immagini di impronte di animali.

Si esce dalla struttura e si fa la prima tappa presso il castello. In questo luogo si osservano le mura e la tipologia di costruzione, la chiesa che conserva un piccolo fossile incastonato nella facciata e il paesaggio collinare.

Successivamente si entra nel bosco e durante il percorso si indicano dettagli e curiosità naturalistiche. Alcune studentesse notano i segnali rossi e bianchi del CAI e viene spiegato loro il significato e l’importanza della segnaletica nei sentieri di montagna.

Dopo una piccola pausa per la merenda, si arriva all’albero secolare e si propone il gioco dell’“Albero Ritrovato”. Le ragazze non mostrano difficoltà a fare coppia con una compagna che si conosce poco e tutte si mettono in gioco per svolgere al meglio l’attività. Al termine si ripristina il cerchio attorno all’albero e si restituiscono le sensazioni, le esperienze e le emozioni che si sono susseguite durante la giornata.

Dopo un’altra passeggiata si torna al Centro Montano per il pranzo. Le studentesse sono coinvolte in modo attivo anche in questa attività poiché viene chiesto di sedersi vicino a compagne che si conoscono poco e, inoltre, di fare le cameriere aiutandosi a vicenda.

Dopo una breve pausa per il tempo libero, le studentesse si radunano di nuovo nel Salone dei Coccodrilli. Viene chiesto loro di scegliere un’immagine che le rappresenti tra quelle che i conduttori hanno distribuito. Nessuno raccoglie velocemente la carta, ogni studentessa si prende del tempo per ponderare al meglio la decisione. Infine, ognuno ha il tempo di raccontare la sua scelta e si crea un dibattito interessante e ricco di stimoli che permette alle ragazze di conoscersi meglio. Molte tra di loro riescono ad entrare in profondità e a fare emergere alcuni elementi critici che sono presenti a scuola. È un esercizio introversivo, ma che permette di rendere più coeso il gruppo e le studentesse

riflettendo propongono anche alcune nuove idee e comportamenti da adottare per risolvere alcune situazioni che non permettono di creare armonia in classe.

La giornata termina con soddisfazione per le molte emozioni suscite dalle attività e con entusiasmo e si riprende il percorso verso la fermata del pullman.

I conduttori



La classe arriva alla frazione di Panigà con il pullman di linea dove incontra il conduttore che li accoglie, insieme si arriva ai Setteborghi.

Fatti accomodare in Club House si presenta e si spiega il progetto. In questa giornata si cercherà di lavorare sulle relazioni, il fare gruppo, lo stare bene con gli altri.

Si spiega l'importanza di stare attenti ai rapporti che s'instaurarono in classe, ma non solo, anche in tutti gli ambiti di vita dove si sta insieme agli altri. Il conduttore spiega che per stare bene con gli altri bisogna sempre cercare di mettere in campo le parti più costruttive di sé, in modo da instaurare un clima positivo, attento e aperto agli altri. Si proporranno giochi ed esperienze un po' diverse, cercando di sfruttare al meglio la natura e i cavalli presenti nella struttura, sempre con l'obiettivo di sperimentarsi nello stare insieme e per conoscere meglio se stessi e gli altri.

Il conduttore propone la prima grande attività, ovvero un'attività di conoscenza e di messa in gioco insieme ai cavalli.

Insieme all'istruttore di equitazione si spiega che i cavalli sono animali che ci possono insegnare tanto nel campo della comunicazione e della relazione, loro infatti non parlano ma comunicano molto bene, sono attenti e sentono i nostri stati d'animo, le nostre emozioni, le nostre paure. Così noi per poter riuscire a comunicare e ad instaurare un rapporto con loro dobbiamo essere molto chiari e trasparenti e soprattutto dobbiamo mettere in campo abilità come l'attenzione, l'empatia, l'ascolto, l'energia e la messa in gioco.

Si fa notare ai ragazzi quanto queste abilità siano indispensabili anche nei rapporti con le persone, con i nostri compagni in modo particolare.

Dopo un'introduzione fatta in Club House si va insieme al maneggio.

I ragazzi sono incuriositi e affascinati da questi grandi animali, ascoltano con attenzione la descrizione di ognuno di loro, fanno domande e partecipano attivamente alla spiegazione.

Si spiega loro quanto anche i cavalli siano tutti diversi tra di loro, ognuno con le proprie caratteristiche fisiche e caratteriali e che anche loro devono in un certo senso fare gruppo.

L'istruttore chiede ad ogni ragazzo di scegliere un cavallo e di provare a creare una relazione con lui, quando poi se la sentono possono montare.

Tutti si mettono in gioco, anche chi inizialmente era più timoroso, i ragazzi si divertono molto e il clima è sereno. Tutti riescono a montare e a creare un buon rapporto con i cavalli.

Terminato il pranzo ci si ritrova tutti quanti in Club House.

Si chiede ai ragazzi di ripensare alla giornata trascorsa insieme e di provare ad esprimere il proprio pensiero, le proprie emozioni e tutto quello che la giornata gli ha trasmesso.

Si spiega l'importanza ogni tanto di fermarsi e di sostare sulle proprie emozioni e pensieri.

I ragazzi dicono che l'esperienza è piaciuta tanto, qualcuno è stato piacevolmente colpito dall'incontro con il cavallo, c'è chi dice di aver superato la propria paura e di essersi fidato molto dei suoi compagni.

Qualcuno nota anche come qualche compagno si è comportato in modo diverso rispetto che a scuola, di aver osservato dei comportamenti e delle caratteristiche che non aveva mai notato.

Parlano di scoperte e di essersi conosciuti meglio.

Il conduttore rimanda ai ragazzi il fatto che se sono riusciti a stare bene insieme, a collaborare, a fidarsi gli uni degli altri, ad essere empatici e attenti a tutti possono tranquillamente farlo anche in classe e li invita a continuare questo percorso.

In un bel clima sereno e allegro si ritorna al pullman.

Felici dell'esperienza ci si saluta!

Il conduttore



Progetto L.A.R.A.
O.D.P.F. Istituto Santachiara 4 elettronici
Conduttori: Silvia Montanari e Fabienne Guiducci
17 gennaio 2023

I ragazzi vengono accolti da una bella nevicata che li rende immediatamente allegri e festosi.

Arrivati in struttura si fornisce il senso dell'incontro, l'importanza delle relazioni ad ampio raggio, con il territorio, già sperimentato appieno nella sua bellezza, durante la camminata, tra compagni e con i cavalli, essere viventi che pur non parlando comunicano con noi. Per riuscire a relazionarsi con efficacia con questi animali occorre mettere in campo abilità estendibili anche nei nostri rapporti con gli altri: *rispetto, fiducia, cura, educazione*, dicono con pertinenza i ragazzi.

Successivamente si passa la parola a Maurizio, l'istruttore di equitazione che introduce la classe al mondo del cavallo, raccontando la sua natura ed il suo linguaggio. La spiegazione non è breve, ma la classe ascolta con immedesimazione, partecipazione e curiosità.

Nell'attività più pratica, in maneggio, ogni ragazzo è invitato a scegliere e farsi scegliere da un cavallo e poi progressivamente farsi condurre da un compagno in un percorso libero; è proprio la nascita di una relazione in presa diretta. Infatti assistiamo all'avvicinarsi graduale all'altro, i segnali di fiducia da lanciare e da cogliere, i piccoli gesti, la disponibilità e la giusta energia...

Si osserva una classe che con semplicità, fluidità e disinvoltura prende confidenza con gli animali in modo adeguato.

Si osservano ragazzi che senza molte paure sanno relazionarsi con i cavalli con attenzione, sensibilità ed empatia.

In un clima sereno, accogliente e soddisfatto, termina la sessione e si va a pranzo.

Terminando la giornata, si chiede alla classe di esprimersi su cosa ognuno di loro *si porta a casa da questa esperienza; mi sono sentito potente, ho avuto paura di cadere, non pensavo di riuscire a montare; ho scoperto l'apertura di un mio compagno; l'agilità d'un altro e la fierezza di un altro ancora, mentre montava*. Queste ultime uscite, dette con convinzione, permettono ai conduttori di sottolineare l'importanza di darsi dei rimandi, soprattutto positivi, per accrescere la conoscenza e migliorare le relazioni all'interno di una classe, rafforzando così la propria autostima.

In un ascolto significativo, termina questa giornata. Si riprende il cammino giocando ancora con la neve in allegria.

Romagnese (PV)

I conduttori