Email: **info@animenta.org**
Sito: **www.animenta.org**

Attività di sensibilizzazione e informazione per scuole, università e strutture private.

Animenta
Via Cineto Romano 22, 00012, Guidonia Montecelio (RM), Italia
Codice Fiscale: 24084720583 • Partita IVA: 16054221003 • PEC: animenta@pec.it
IBAN: IT11C0100539190000000003017

Chi è Animenta?

Nata agli inizi del 2021 da ragazzi e ragazze che hanno sofferto di Disturbi del Comportamento Alimentare, Animenta è un'associazione che nasce per creare momenti di ascolto e di confronto, di accoglienza per chi, come noi, ha affrontato o sta affrontando un disturbo del comportamento alimentare (DCA).

Elaboriamo proposte didattiche e organizziamo incontri formativi con le scuole per promuovere attività di informazione e sensibilizzazione su temi quali DCA, immagine corporea, utilizzo dei social media e alimentazione.

I laboratori didattici

I laboratori didattici proposti da Animenta hanno come principale obiettivo quello di accendere una riflessione attiva e partecipata circa la consapevolezza di sé e del proprio corpo, senza dimenticare di porre l'accento sulla tematica dell' "altro", protagonista essenziale del percorso di realizzazione del sé.

Animenta è un luogo in cui ogni storia è accolta, in cui ogni persona è ascoltata e in cui il giudizio è bandito.

Intervento di Animenta con i ragazzi dell'Istituto Einaudi di Roma

Animenta
Via Cineto Romano 22, 00012, Guidonia Montecelio (RM), Italia
Codice Fiscale: 24084720583 • Partita IVA: 16054221003 • PEC: animenta@pec.it
IBAN: IT11C0100539190000000003017

Tre livelli di attività

La proposta didattica è strutturata, modulata secondo le esigenze degli studenti, su tre livelli:

1) **Conoscenza**. Obiettivo principale, in questo livello, è quello di accendere, senza scendere nel profondo, l'interesse circa le tematiche della consapevolezza di sé, del rispetto verso l'altro e della sostenibilità alimentare: ciò verrà realizzato attraverso giochi e semplici attività di produzione e di verbalizzazione.

2) **Riflessione**. Nel secondo livello, ciò che si intende fare è accendere una riflessione circa le tematiche proposte da Animenta utilizzando, come base di partenza, esperienze reali, sia di personaggi pubblici e storici, sia dei ragazzi coinvolti nel progetto. Durante l'adolescenza, infatti, si inizia a fare i conti con il proprio corpo (che è in cambiamento), con il corpo dell'altro e con una serie di pregiudizi, auto o etero-riferiti, che potrebbero influenzare negativamente, se non sviluppati attraverso una riflessione attenta e ragionata, il processo di crescita, psicologica, morale e fisica.

3) **Partecipazione**. Nell'ultimo livello, gli obiettivi restano quelli dei livelli precedenti ma ciò che cambia è l'approccio con cui vengono affrontati e proposti: i ragazzi saranno chiamati non solo a riflettere sulle tematiche, ma anche a cercare soluzioni e approcci a tali questioni, soprattutto a quelle che riguardano la loro vita. Saranno accompagnati, in questo, oltre che dagli educatori anche da vari specialisti che, ognuno secondo la sua area di competenza, cercheranno di guidare i ragazzi verso un processo di crescita attento e consapevole.

Nell'attività didattica, i ragazzi saranno accompagnati anche da un'equipe di educatori specializzati, che proporranno attività e riflessioni, ma anche da professionisti esperti in disturbi alimentari (es. psicologi, psichiatri, educatori, nutrizionisti..) che avranno il compito di supportarli durante l'intero percorso.

Le ore di attività svolte, inoltre, potranno essere conteggiate come **PCTO** (ex alternanza scuola-lavoro) grazie all'importanza delle tematiche trattate e ai laboratori inclusi nel percorso.

Animenta
Via Cineto Romano 22, 00012, Guidonia Montecelio (RM), Italia
Codice Fiscale: 24084720583 • Partita IVA: 16054221003 • PEC: animenta@pec.it
IBAN: IT11C0100539190000000003017

La proposta didattica può essere inserita all'interno del **curricolo di educazione civica**, trasversalmente ai tre assi proposti dal ministero dell'istruzione:

1) Costituzione, Diritto (nazionale e internazionale), legalità e solidarietà.

2) Sviluppo sostenibile, educazione ambientale, conoscenza e tutela del patrimonio e del territorio.

3) Cittadinanza digitale.

Eventuali costi e modalità di svolgimento

Le attività che Animenta porta avanti con le scuole includono incontri e **laboratori** per creare momenti di dialogo e confronto con i ragazzi in tutte le scuole nelle province dove è presente Animenta.

Per eventuali incontri che prevedono spostamenti potrebbe essere richiesto un **rimborso spese**, previa approvazione da parte dell'Istituto.

L'istituto può sostenere Animenta con un contributo minimo inserendo il progetto Animenta nel PTOF (Piano triennale dell'offerta formativa). Come Associazione no-profit, le attività si alimentano grazie alle donazioni che supportano noi e la causa che portiamo avanti.

Si potranno organizzare incontri con una singola classe o decidere di accorpare diverse classi insieme in base agli argomenti che sono trattati, creare assemblee ad hoc o eventi specifici.

In alcuni incontri potranno essere coinvolti anche **esperti del settore** (psicologi-psicoterapeuti, nutrizionisti, personal trainer ecc). Si potrebbe avere dunque la possibile necessità di un compenso sulla base delle ore di attività svolte durante il progetto. Nell'eventualità in cui si presenti questa opzione, l'onorario è da stabilirsi di volta in volta in accordo con il professionista.

Animenta
Via Cineto Romano 22, 00012, Guidonia Montecelio (RM), Italia
Codice Fiscale: 24084720583 • Partita IVA: 16054221003 • PEC: animenta@pec.it
IBAN: IT11C0100539190000000003017

Tipologie di incontri e durata

- **Incontro singolo dalla durata di due ore**

La scuola può organizzare uno o più incontri singoli dalla durata di due ore nel corso dell'attività scolastica. L'incontro tratterà macrotemi relativi ai disturbi alimentari che verranno discussi con il docente o con i ragazzi che si occupano di gestire l'intervento.

- **Assemblea di istituto o incontri durante attività di autogestione/cogestione**

Animenta e i suoi volontari prendono parte in presenza o da remoto alle Assemblee di Istituto o durante le cogestioni. Per la partecipazione all'assemblea è necessaria concordare prima il tema da trattare e raccogliere, se possibile, domande o proposte tematiche dai ragazzi stessi in modo da rendere l'incontro il più utile possibile per chi ascolta.

- **Incontri con genitori e/o insegnanti**

L'Associazione organizza incontri con docenti e/o genitori per poter rispondere alle principali domande o ad eventuali dubbi riguardanti i disturbi dell'alimentazione e nutrizione e tematiche affini. Riteniamo che sia fondamentale fornire informazioni e supporto anche alle persone che potenzialmente potrebbero essere vicine a chi affronta queste malattie e per questo nascono questi incontri.

- **Incontri da 6 ore, 10 ore o più (per un massimo di 15 ore)**

Questi incontri si svolgono nell'arco di più settimane/mesi durante l'intero anno scolastico. Ogni percorso ha un suo macrotema (es. The image Dilemma, vedi pag.6) che verrà affrontato nel corso delle varie ore insieme ai professionisti del settore, utilizzando materiale video e svolgendo attività pratiche. Inoltre, previa convenzione, è possibile validare queste ore come attività per il riconoscimento dei PCTO.

Animenta
Via Cineto Romano 22, 00012, Guidonia Montecelio (RM), Italia
Codice Fiscale: 24084720583 • Partita IVA: 16054221003 • PEC: animenta@pec.it
IBAN: IT11C0100539190000000003017

LE NOSTRE PROPOSTE PER LE ATTIVITA'

1) Riflessione sull'importanza e sulla necessità di **essere se stessi**, autorealizzandosi secondo i propri sogni, attitudini e inclinazioni. Riteniamo fondamentale l'approfondimento di questi temi per accrescere la consapevolezza di sé e del proprio potenziale, requisiti fondamentali per affrontare il percorso di crescita non solo "professionale"(proseguire gli studi, carriera lavorativa), ma anche e soprattutto personale.

2) **Principi di educazione alimentare**, nel rispetto del proprio corpo e dello sviluppo sostenibile del pianeta. Di alimentazione se ne parla molto, forse troppo e non sempre nel modo migliore possibile. Grazie all'aiuto di esperti del settore, il nostro obiettivo è accrescere la consapevolezza alimentare del singolo, sfatando i falsi miti e indirizzando il singolo verso pensieri e comportamenti equilibrati rispetto al tema dell'alimentazione (approfondendo eventualmente quelli disfunzionali riguardanti cibo, corpo e mente);

3) **Bullismo e Cyberbullismo**: riflessione sull'Io reale e virtuale; Riflessione sul principio di "Libertà di parola" in relazione al rispetto dell'altro. I tempi che viviamo, complice anche l'inaspettata pandemia, hanno velocemente trasformato la nostra realtà: si parla infatti di "On-life" (termine coniato da Luciano Floridi, filosofo). Il nostro obiettivo è avviare delle riflessioni indirizzate verso un'equilibrata integrazione tra online e offline, tenendo conto in particolare della relazione con l'altro. Fino a che punto sono libero di esprimermi? E, soprattutto, qual è il **modo** più funzionale di esprimersi? (l'**importanza delle parole** è fondamentale).

4) **The image dilemma: il valore dell'immagine nel XXI.** Il Dott. Leonardo Mendolicchio, psichiatra e psicoanalista, ha parlato di "ipertrofia dell'immagine". La intende come una vera e propria malattia, che più o meno riguarda tutti in quanto tendiamo spesso a "rendere la nostra immagine un'ideale, un'immagine di noi diversa da quello che siamo" - spiega Mendolicchio. Partendo da questa riflessione, vogliamo fare in modo che si riprenda contatto con l'immagine di sé reale, vera, vivente e che si impari ad attribuire ad essa il valore che merita, senza per questo escludere tutto il resto (ad. esempio l'uso dei social media che, se usati con poca consapevolezza, possono aumentare questa idealizzazione costante).

Animenta
Via Cineto Romano 22, 00012, Guidonia Montecelio (RM), Italia
Codice Fiscale: 24084720583 • Partita IVA: 16054221003 • PEC: animenta@pec.it
IBAN: IT11C0100539190000000003017

5) **Let's Talk Together:** per noi è fondamentale il confronto. Capire qual è il punto di vista delle persone che abbiamo davanti su un determinato tema permette di accendere riflessioni dalle quali poter uscire con un arricchimento in più. I nostri interventi vogliono essere attivi, coinvolgenti e abbastanza lontani dalla classica "lezione frontale". L'obiettivo è anche quello di stimolare una modalità di ragionamento più complessa, da intendersi come la capacità di conoscere e tollerare più punti di vista per poter arrivare ad avere un pensiero critico su un determinato tema.

6) **Lo sport come mezzo educativo e valore sociale**: riteniamo che lo sport sia (e debba essere) parte essenziale della vita di ognuno di noi. Il nostro obiettivo è alimentare conoscenza e consapevolezza rispetto a questo tema, correlato anche alla relazione con il cibo e con il proprio corpo (approfondendo eventualmente anche aspetti più disfunzionali riguardanti disturbi alimentari e sport). Inoltre è fondamentale per sottolinearne il valore, non solo per i benefici fisici che apporta, ma anche per la sua dimensione educativa con particolare attenzione a quello che è il "mindset" funzionale non solo nello sport, ma spesso anche nella vita.

Sono una scuola e vorrei realizzare un laboratorio didattico. Come posso fare?

Siamo qui per creare momenti di confronto e sensibilizzazione, puoi contattarci al nostro indirizzo mail **scuole@animenta.org** per creare delle iniziative insieme e trovare nuove forme di collaborazione. Le proposte che hai trovato in questo file sono degli spunti che possono essere presi in considerazione per costruire gli incontri. Ci teniamo a sottolineare che cerchiamo di realizzare incontri disegnati sulle esigenze dei ragazzi e della scuola. Siamo quindi aperti a nuove iniziative e argomenti da affrontare purché correlati alla nostra causa.

Per scoprire qualcosa in più su di noi puoi:

1. **Scaricare** la nostra presentazione ufficiale: clicca qui
2. **Leggere** il nostro blog con tutte le storie
3. **Visitare** la nostra pagina Instagram

Animenta
Via Cineto Romano 22, 00012, Guidonia Montecelio (RM), Italia
Codice Fiscale: 24084720583 • Partita IVA: 16054221003 • PEC: animenta@pec.it
IBAN: IT11C0100539190000000003017