



Insieme
Responsabili
Inclusione
Sociale

Associazione IRIS Ets
Revò di Novella

EDIZIONE SEMESTRALE
N. 8/2024 GIUGNO

2024



IRIS

ncontra







periodico divulgativo semestrale

Seguici!

 www.iris-novella.it

 Associazione IRIS Ets - Comune di Novella

SOMMARIO

	EDITORIALE	p. 2
	L'ENTE E I SUOI SERVIZI	p. 4
	APPROFONDIMENTO	p. 8
	INIZIATIVE CON IL TERRITORIO	p. 10
	DUE CHIACCHIERE CON	p. 18
	RUBRICA	p. 20

Direttore responsabile:

Walter Iori

Redazione:

Sonia Lorenzoni, Silvia Turri, Christian Traldi

Grafica:

Andrea Vezzola Calvente

Stampato da:

Pixartprinting S.p.A

LA PERSONA AL CENTRO

Il Progetto di Vita Individuale Personalizzato e Partecipato

La Legge 328/2000 intitolata "Legge quadro per la realizzazione del sistema integrato di interventi e servizi sociali" è la legge per l'assistenza, finalizzata a promuovere interventi sociali, assistenziali e sociosanitari che garantiscano un aiuto concreto alle persone e alle famiglie in difficoltà. Essa delinea le azioni di intervento sottolineando che l'obiettivo dei servizi è la ricerca di benessere, promuovendo autonomia e solidarietà, attraverso l'offerta e il coordinamento di attività, risorse e prestazioni. Nello specifico, l'articolo 14 della legge definisce il diritto di ogni persona con disabilità fisica, psichica e/o sensoriale di avere un Progetto Individuale, volto alla piena integrazione sociale, scolastica e lavora-

tiva, che renda possibile l'individuazione di percorsi personalizzati in cui gli interventi siano coordinati al fine di rispondere ai bisogni ed alle aspirazioni del beneficiario.

In data 14 maggio 2024 in Gazzetta Ufficiale è stato pubblicato il D.Lgs n 62/2024 che troverà applicabilità da gennaio 2025 e che nella sua fase attuativa integrerà e in parte sostituirà la 328/2000 apportando aspetti innovativi anche rispetto alla legge 104/99 nella descrizione delle caratteristiche del Progetto di Vita Individuale Personalizzato e Partecipato.

Il Progetto di Vita più che un documento è una prospettiva che attraverso la conoscenza della Persona nella sua comples-

sità, ne delinea l'immagine e la proiezione futura considerando i suoi desideri, le aspirazioni, le preferenze, le passioni nei diversi ambiti, facilitandone la partecipazione e l'inclusione sociale.

Il Progetto Individuale diventa quindi uno strumento attraverso il quale ogni persona è accompagnata nel proprio Progetto di Vita, anche grazie alle ulteriori progettazioni specifiche quali il PEI, il Progetto di vita indipendente, l'inserimento lavorativo, in un processo di rete con la famiglia, i servizi, la scuola che mette in sinergia competenze e opportunità.

Punto di partenza sono il Benessere e la Qualità di Vita della Persona. Da qui si snodano le proposte progettuali e le attività che

diventano contesti, opportunità per esercitare, muovere o sviluppare capacità e competenze funzionali.

Negli articoli che seguono sono descritti gli approcci e le scelte metodologiche adottate dall'Associazione IRIS Ets con particolare riguardo all'ambito motorio e psicomotorio e la collaborazione sinergica con i territori delle Valli di Non e di Sole. La proposta di diverse esperienze educative e sociali favorisce la conoscenza di sé e del proprio potenziale ovvero di tutte quelle competenze e caratteristiche la cui espressione è determinante nella percezione di benessere.

Sonia Lorenzoni



IL MOVIMENTO COME FORMA DI APPRENDIMENTO DIDATTICO ED EDUCATIVO

«La prima riguarda senza dubbio la necessità di pensare ad un insegnamento che non trascuri mai, in tutto il suo svolgersi, l'obiettivo dell'integrazione armonica tra corpo, psiche e mente. Se la "persona umana" è, con le parole di Pestalozzi, un'unità indissolubile di "mani" (motricità, corporeità, materialità, manualità, fisicità), e "cuore" (affettività, sentimenti, passioni) e di "mente" (razionalità teoretica, pratica e tecnica), non è possibile immaginare in nessun luogo, tantomeno a scuola, un'educazione che non sia contemporaneamente attenta a tutte queste dimensioni»

Giuseppe Bertagna

Nell'ambito della progettazione scolastica educativo-domiciliare e di contesto, l'Associazione Iris Ets dedica una parte rilevante dei propri sforzi all'aspetto motorio, in quanto ritiene che il movimento sia una dimensione indispensabile per il benessere e lo sviluppo psicofisico della persona.

Del resto, numerose ricerche internazionali e nazionali evidenziano come il movimento, e in particolare il gioco di movimento, risulti fondamentale per l'acquisizione, lo sviluppo e il potenziamento di alcune abilità: relazionali (il gioco di movimento favorisce l'empatia, il decentramento dal proprio punto di vista, la consapevolezza dei confini corporei tra sé e altro), comunicative (viene promossa l'acquisizione delle regole della comunicazione, delle regole sociali e l'espressione delle proprie emozioni) e di apprendimento (la capacità mnemonica viene amplificata, aumenta il livello di attenzione, vengono stimolate le abilità cognitive)¹.

Sulla scorta di questi studi e delle proprie convinzioni didattico-educative, l'Associazione Iris riconosce al movimento, e più strettamente al gioco di movimento, un ruolo strategico nell'ambito di un più com-

plesso progetto didattico, sia a livello prettamente scolastico, che nella dimensione educativo-domiciliare.

Per quanto concerne il contesto scolastico, la costruzione del progetto educativo individualizzato (PEI) per alunni con bisogni educativi speciali, cerca di valorizzare il movimento come viatico per l'acquisizione di diverse finalità:

- favorire l'integrazione dell'alunno all'interno del gruppo classe: il gioco di movimento strutturato in piccoli gruppi permette all'alunno con bisogni educativi speciali di sperimentarsi nella dimensione di relazione con l'altro e di apprendere le regole sociali, sostenuto dall'educatore. Al medesimo tempo, gli altri bambini hanno l'opportunità di conoscere e stare in relazione con il compagno di classe, in una dimensione altra rispetto ad una situazione di didattica sedentaria;
- favorire l'apprendimento: il movimento, che permette l'apertura di diversi canali sensoriali, stimola l'attenzione e la concentrazione, aiuta la memorizzazione e la ritenzione delle informazioni e, so-

prattutto per i bambini e i ragazzi, rende l'apprendimento più piacevole;

- accogliere e canalizzare il naturale bisogno di movimento dei bambini e dei ragazzi.

Questi principi vengono tradotti, attraverso varie modalità, nella programmazione didattica quotidiana. Ad esempio, vengono previsti momenti di "pausa attiva" (come possono essere i break tra un compito e l'altro), all'interno dei quali all'alunno viene proposto di muoversi, di fare una corsa, di saltare nei cerchi, di fare una camminata, poiché, come specificato sopra, il movimento aumenta le funzioni esecutive e migliora la vigilanza, l'attenzione e la motivazione. Spesso un semplice cambiamento di luogo, all'interno o all'esterno, può produrre effetti calmanti o smorzare una situazione di "noia", controproducente per l'apprendimento.

Nell'ambito della progettazione degli interventi educativi, come detto, viene attribuito al movimento un peso specifico non indifferente. Vengono valorizzate, ad esempio, attività come la camminata (passeggiata in contesti all'aria aperta, parchi, boschi, ecc.), che hanno il merito di facilitare il dialogo tra educatore e ragazzo/a, agevolando quest'ultimo ad avere un flusso del discorso più lineare e coerente (soprattutto in situazioni in cui il bambino fatica a mantenere la concentrazione e l'attenzione). Anche il gioco di movimento, strutturato e non strutturato, all'aperto (in un parco giochi), in casa

o in palestra, viene largamente promosso e si punta a renderlo parte integrante della routine dell'intervento. Riservare al gioco di movimento uno spazio routinario, ad esempio all'inizio dell'ora di intervento educativo, crea per il bambino una situazione di sicurezza che lo porta ad essere maggiormente predisposto ad accettare le proposte dell'educatore ed eventuali cambiamenti (aiuta in questo senso nel lavorare sulle rigidità di pensiero e comportamento, presenti in alcune forme di disabilità). Laddove possibile, infine, l'educatore accompagna il bambino/a, ragazzo/a a praticare uno sport di squadra o individuale durante l'intervento domiciliare, possibilità che favorisce nel soggetto coinvolto, la promozione di autonomia (imparare a cambiarsi scarpe ed abiti da solo, e portare in palestra il necessario per svolgere l'attività, ecc.), lo sviluppo di competenze motorie (coordinazione, conoscenza del sé corporeo), l'inclusione nel gruppo dei pari attraverso l'apprendimento delle regole sociali e di contesto (integrazione nei diversi contesti di vita) e il provare piacere al termine dell'impegno e degli sforzi prodotti.

Barbara Facinelli

¹G. Pento, Fondamenti e didattica delle attività motorie per l'età evolutiva. Apprendere il movimento nella scuola dell'infanzia e nel primo ciclo d'istruzione, Cleup, Padova, 2020.



APPRENDO IN MOVIMENTO

“Il bambino che gioca, si diverte e allo stesso tempo apprende. Il principio del piacere illude di poter pensare che quelle materie o discipline curriculari che il bambino non gradiva, possano divenire stimoli di un ritrovato entusiasmo per una scuola finalmente a misura di alunno.”

Farnese, 2006, p.26

Ricerche scientifiche dimostrano che l'attività fisica favorisce la plasticità sinaptica e la crescita dei neuroni dell'ippocampo (Van Praag, 2009), area legata alla memoria e all'apprendimento.

Per i bambini con bisogni educativi speciali, utilizzare il movimento come mezzo di conoscenza può essere uno strumento alternativo, compensatorio, inclusivo.

La pratica del Movement based learning, la cui pioniera è Cecilia Koester, favorisce l'apprendimento basato sul movimento nell'ambito educativo e didattico e propone il moto, come strumento per l'acquisizione di competenze, mettendo al centro il bambino, che assume un ruolo attivo nel processo di apprendimento.

Il bambino si mette alla prova ed è stimolato il confronto e la regolazione emotiva. Nei bambini con bisogni educativi speciali, il moderamento dell'attenzione e del controllo degli impulsi è particolarmente complesso e il movimento può essere un ottimo strumento di aiuto anche per promuovere e facilitare il consolidamento delle conoscenze.

Per l'acquisizione della lettura metrica delle parole, si utilizza il gioco dei cerchi: vengono disposti a terra tanti cerchi, quante sono le sillabe che compongono ogni parola. Il compito è quello di saltarvi all'interno ripetendo ad alta voce la cadenza delle parole



(accanto ad ognuno è rappresentata una sillaba).

Per acquisire conoscenze matematiche utilizziamo un dado di grandi dimensioni; ad ogni lancio è chiesto di eseguire il movimento tante volte quante indicate dal dado. Posso affermare che il gioco di movimento aiuta ad assimilare in maniera maggiormente serena le nozioni scolastiche: apprendere non è solo una questione cognitiva e mnemonica, bensì un processo in cui le emozioni, lo stato d'animo e il clima relazionale assumono un ruolo determinante.

IL SENSO DELLO SPORT, PER NOI

Storia del viaggio di E. nel tennis-tavolo

Insieme, Responsabili, Inclusione, Sociale. Quattro parole per riassumere il pensiero che sottende il nostro approccio nella pratica quotidiana. E per quanto riguarda il racconto che vogliamo proporre oggi, approccio alla pratica sportiva: “allo sport come inclusione” e “all’ inclusione attraverso lo sport”. Esistono svariate discipline sportive che offrono approcci diversi alla pratica sportiva. Si può parlare di Sport, inteso come spazio ludico-creativo, laddove prevalgono il divertimento, la gioia dello stare insieme in modo spensierato; per altri lo Sport viene vissuto come desiderio di raggiungere il benessere psico-fisico, attraverso l'attività motoria. Altro approccio è quello che vede lo Sport come “competizione”, realizzato all'interno di contesti formali, dove lo scopo ultimo è quello di conseguire il miglior risultato possibile, in relazione alle capacità dei diversi concorrenti.

E poi esistono le persone, nella loro affascinante complessità, con le loro predisposizioni, affinità, peculiarità, bisogni, sogni.

La nostra sfida è stata quella di pensare e organizzare uno spazio “sportivo” che rispondesse alle esigenze formative di un ragazzo di 12 anni che non aveva mai manifestato grandi interessi nei confronti dello sport in generale e che, come tutti gli adolescenti, avrebbe potuto trarre beneficio dal confronto coi pari in un ambiente “sano”, divertente e sereno.

E., il ragazzo in questione, è per natura uno stratega, un “agonista”, ama le regole e le “istruzioni”, pur non avendo mai potuto palesare queste sue doti in ambito sportivo, almeno non come solitamente viene inteso lo Sport. Le sue competizioni fino all'anno scorso si svolgevano sul tavolo con oggetti come le carte, le pedine e le scacchiere. La sfida a due, propositagli in modo accattivante, non forzato e “a sua misura” sul campo



del “tennis DA TAVOLO”, con il passare del tempo lo ha intrigato e coinvolto a pieno al punto di fargli accettare pure la parte più faticosa: la preparazione motoria preliminare al gioco stesso, con esercizi di coordinazione, destrezza e velocità!

L'ambiente accogliente ed aperto è stato una carta vincente ed ha favorito la pratica dell'esperienza dall'autunno alla primavera, con l'intento di mantenere un minimo di continuità anche per l'estate prossima. Il mercoledì sera si è così trasformato in una piacevole ed impegnativa routine! In conclusione, gli obiettivi pensati per E. in questa nuova avventura possono dirsi raggiunti: divertimento, movimento e partecipazione con i pari, fuori dal contesto familiare e scolastico, all'insegna di un percorso formativo ed evolutivo.

GIOCHIAMO INSIEME?

Dott.ssa Silvia Turri - Psicologa - www.silviaturri.it

I giochi dei bambini non sono giochi, e bisogna considerarli come le loro azioni più serie.

Michel De Montaigne

Questo numero del periodico "IRIS Incontra" celebra l'importanza dello sport, del movimento e dell'attività fisica. Voglio ringraziare tutti gli autori per i loro preziosi contributi; hanno offerto punti di vista stimolanti e riflessioni profonde. Anch'io ho provato a fare la mia parte, riflettendo sul significato del movimento nella nostra vita; di seguito condivido con voi il risultato di queste considerazioni. Partiamo quindi dalle basi. L'importanza del **movimento nel processo di crescita** è un tema che affonda le radici nell'ambito della psicologia e della pedagogia. Da tempo, illustri autori hanno sottolineato il ruolo del moto nel favorire lo sviluppo fisico, cognitivo, emotivo e sociale dei più piccoli. Ad esempio, **Jean Piaget**, famoso per la sua teoria dello sviluppo cognitivo, ha osservato come i bambini apprendano attraverso l'interazione attiva con il loro ambiente, includendo il movimento come parte integrante di questo processo. Il pensiero **montessoriano** invece, incentrato sull'auto-apprendimento e sull'ambiente predisposto, ha enfatizzato l'importanza di fornire ai bambini spazi e materiali che incoraggino l'esplorazione ed il moto libero.

Tuttavia, il movimento non costituisce un'entità isolata, bensì s'intreccia in modo naturale con un'altra attività fondamentale per lo sviluppo infantile: **il gioco**, che è una realtà molto più complessa di quanto possa apparire ad un primo sguardo. Immaginate la scena: state attraversando un parco in una giornata primaverile, le risate e le voci dei bambini creano un'atmosfera vivace e gioiosa. Alcuni di loro si stanno dedicando al gioco della famiglia: con espressioni concentrate preparano una cena immaginaria e cullano un bambolotto con gesti delicati. Poco più lontano, un gruppetto è immerso in un coinvolgente e frenetico prendi e scappa. Corrono veloci attraverso le altalene e dietro

gli scivoli, incitandosi e supportandosi a vicenda. Più in là, tre bimbi si sono trasformati in stregoni e preparano una pozione magica fatta di foglie e fiori. Con gesti misteriosi trasformano il parco in un regno incantato dove tutto è possibile. Mentre li osservate, le attività di questi bambini appaiono divertenti e tenere, ma anche assolutamente normali e quotidiane. Dopotutto, cosa c'è di speciale in un gruppo di ragazzini che si diverte?

I bambini giocano, è normale. Sì, è un'attività assolutamente ordinaria, ma contemporaneamente straordinaria. Credo infatti che noi adulti abbiamo perso di vista la magia del gioco, dimenticando ciò che abbiamo imparato in quei momenti di divertimento, le scoperte fatte e quanto di tutto questo abbiamo portato con noi nel corso degli anni.

Come accennato in precedenza, l'attività ludica è molto più complessa di quanto possa apparire superficialmente, poiché promuove lo sviluppo del bambino a 360 gradi. È fondamentale comprendere che non esiste una singola forma di "gioco", ma piuttosto che esso cresce e s'evolve assieme al bambino. Jean Piaget ha suddiviso l'attività ludica e le sue caratteristiche in funzione dello sviluppo cognitivo dei più piccoli. Nella prima fase, lo **stadio sensomotorio** (0-2 anni), i piccolissimi esplorano il mondo attraverso i sensi ed il movimento. Il gioco coinvolge quindi attività motorie semplici, come afferrare, manipolare ed esplorare gli oggetti. Ad esempio, un bambino potrebbe divertirsi con un sonaglio, esplorando i suoni che produce quando lo scuote. È in questa fase e con questi movimenti elementari che i bambini imparano a comprendere il concetto di causa-effetto ed a sviluppare la coordinazione mano-occhio. Nella fase successiva, lo **stadio pre-operatorio** (2-7 anni) **il gioco si fa simbolico**. I bambini esplorano infatti il potere della loro immaginazione, sviluppando la capaci-

tà di rappresentare mentalmente oggetti e concetti attraverso simboli. In questa fase un oggetto viene spesso usato per rappresentarne un altro; è così che il manico di una scopa diviene un cavallo ed una vecchia scatola si trasforma in un'auto da guidare con la fantasia. Secondo **Lev Semënovič Vygotskij**, il gioco simbolico crea una "zona di sviluppo prossimale" (ZDP), in cui i bambini possono praticare nuove abilità in un ambiente sicuro. Attraverso attività complesse possono infatti assumere ruoli e situazioni diverse dalla realtà, cosa che permette loro d'esplorare concetti al di là del loro livello di sviluppo. Ad esempio, mentre "guida" la scatola-auto, il bambino pratica abilità come il controllo del volante immaginario, iniziando inoltre ad interiorizzare concetti complessi come quelli di "viaggio" e "ritorno". Se dovesse incontrare difficoltà in tali apprendimenti, il supporto dei compagni più esperti o degli adulti presenti sarà un prezioso aiuto nel superare queste sfide, permettendogli di crescere insieme alla ZDP vygotskijana. Questo evidenzia un altro aspetto importante del gioco: **la socialità**, che evolve con il bambino e le sue competenze. Nel tempo, infatti, i bambini interagiscono in modo sempre più strutturato con i coetanei. Inizialmente, si osserva un livello di coinvolgimento sociale chiamato gioco parallelo, una pratica comune in età pre-scolare. In questa fase, i bimbi sono indipendenti l'uno dall'altro: condividono il contesto, come gli stessi giocattoli o il medesimo spazio, ma senza influenzarsi reciprocamente. Successivamente, il gioco diventa associativo: i bambini svolgono attività simili o uguali, mostrando un interesse per l'aspetto comune dell'azione. In questa fase, avviene un'interazione più diretta tra i bambini, che conversano, scambiano oggetti ed osservano le azioni degli altri, pur mantenendo una certa indipendenza nell'attività. La partecipazione individuale non è infatti fondamentale per il corretto svolgimento delle attività ludiche, poiché queste sono poco strutturate. Infine, il gioco evolve verso una fase cooperativa, in cui i partecipanti assumono ruoli specifici necessari per svolgere un'attività comune e complessa, come una drammatizzazione o una competizione. Emerge quindi un senso di appartenenza e l'importanza che ciascun individuo svolga il suo ruolo in modo adeguato. È in questa fascia d'età (4-5 anni circa) che, secondo **Furth e Kane** (1993), **gioco sociale e gioco simbolico s'intrecciano**. Secondo i due autori infatti il gioco simbolico ha lo scopo di far conoscere ai bambini le caratteristiche della

struttura sociale in cui vivono. Divertendosi assieme essi esplorano infatti i valori, le tradizioni e le convenzioni socialmente condivise, sperimentando diverse identità e ruoli sociali. Questo processo consente loro d'acquisire una comprensione più profonda del mondo circostante. Il terzo stadio descritto da Piaget è quello **operatorio concreto** (7-12 anni), dove si fanno spazio le **regole**. In coincidenza con l'età scolare, i bambini iniziano a comprendere e ad applicare norme in modo più sofisticato. Le attività si fanno strutturate e sorrette da regole definite che devono essere seguite da tutti i partecipanti, come ad esempio nel calcio o nel Monopoli. Questo tipo d'intrattenimenti incoraggia lo sviluppo della capacità di adeguarsi alle norme, di negoziare e di risolvere i conflitti in modo pacifico. Infine, l'ultima tappa di sviluppo consiste nello **stadio operatorio formale** (dai 12 anni in su), dove il gioco diventa **"di pensiero"**. Le attività ludiche si sviluppano ulteriormente, coinvolgendo il pensiero astratto e quello concettuale. I giovani possono impegnarsi in svaghi basati su strategia, come gli scacchi o i giochi di ruolo complessi, che richiedono pianificazione e previsione delle mosse future. Queste attività promuovono lo sviluppo delle abilità decisionali, della pianificazione a lungo termine e della comprensione di concetti astratti. Attraverso il gioco, i bambini non solo si divertono, ma costruiscono un mondo tutto loro, in cui esplorare, scoprire e crescere. Ogni risata, ogni gesto, ogni attimo di divertimento e condivisione sono tasselli preziosi che contribuiscono a costruire la comprensione del mondo e di sé stessi. È un processo di apprendimento senza fine, in cui il gioco diventa il maestro più gentile e influente. E mentre i bambini giocano, gli adulti che li osservano possono cogliere un'importante lezione: divertendosi s'impara. Chissà quante cose potremmo scoprire se ci permettesimo d'immergerci ancora una volta in quel mondo di magia e scoperta che solo il gioco può offrire.

Bibliografia

- Fondamenti Di Psicologia Dello Sviluppo (1998). George Butterworth, Margaret Harris. Taylor & Francis Ltd
- Corso di psicologia dello sviluppo (2010). Anna Emilia Berti, Anna Silvia Bombi. Il Mulino
- Children Constructing Social Reality: A Frame Analysis of Social Pretend Play (1993). Steven Kane e H. Furth.

VIVERE IL TERRITORIO

ATTIVITÀ DI TREKKING

L'esperienza è concepita come rapporto tra uomo e ambiente dove l'uomo non è uno spettatore passivo ma interagisce con ciò che lo circonda

John Dewey

Cosa c'è di meglio che stare all'aria aperta, in relazione con la natura, sperimentando la percezione di sé, durante una passeggiata salutare per il corpo e la mente?

Sono questi i principi della *outdoor education* che insegna, tra le altre cose, il rispetto per l'ambiente che ci circonda e la capacità di stare insieme. L'attività di trekking che svolgiamo nei nostri servizi ha proprio queste semplici finalità. Trekking deriva dal verbo inglese "to trek", che significa fare un lungo viaggio camminando piano, per godere di ciò che ci circonda e del piacere di stare insieme.

Oltre ai molti benefici per la nostra salute fisica e mentale, fare una bella camminata aiuta a rimettersi in forma dolcemente, senza particolari traumi. Camminare costantemente, seguendo il proprio ritmo, senza forzarlo, genera numerosi effetti sul sistema muscolo scheletrico e cardiovascolare. In quanto sport di resistenza, che interviene sul fisico in modo delicato, come la maggior parte delle attività sportive, si riduce il rischio di malattie cardiovascolari e si rafforza il sistema immunitario.

Ma camminare aumenta anche i livelli di attenzione e incrementa i livelli di serotonina (l'ormone della felicità) e attiva aree del cervello, che governano empatia e stabilità emotiva. Insomma, è proprio vero: "mens sana in corpore sano".

Il trekking è una delle attività più semplici e gradite ai nostri utenti e le proposte sono sempre copiose. Ricordiamo le due uscite che hanno coinvolto il centro il Gelso di Samoclevo e gli utenti del centro di Insieme con Gioia di Novella: una in Predaia, presso l'impianto



sciistico; la seconda in val di Rabbi. In Predaia, la passeggiata è durata circa un'ora, si è svolta lungo i sentieri, vicino alle piste e si è conclusa con un meritato pranzo al ristorante "Solarium". In Val di Rabbi il gruppo è partito dal ristorante "Al Mulino" e, al termine di una bella passeggiata di circa un'ora, si è arrivati fino ai due masi.

La bella stagione appena iniziata sarà da stimolo per scoprire i meravigliosi territori delle nostre Valli... siamo prontissimi!

ATTIVITÀ DI PISCINA

"I gesti del nuoto sono i più simili al volo. Il mare dà alle braccia quello che l'aria offre alle ali; il nuotatore galleggia sugli abissi del fondo."

Erri de Luca



L'ambiente acquatico è il campo ideale per risvegliare i sensi della propriocezione. La spinta idrodinamica che ci permette di galleggiare, contemporaneamente alleggerisce il nostro corpo dalla gravità e ci permette di riscoprire una libertà di movimento, resa difficile nella vita di tutti i giorni. Per questo motivo, con i nostri utenti ci rechiamo una volta alla settimana in piscina, dove l'acqua può compensare una riduzione del tono muscolare, una riorganizzazione del sistema nervoso centrale favorendo la ri-scoperta delle proprie percezioni corporee e un sentito piacere dello stare in acqua. Gli utenti possono così sperimentare una più ampia possibilità motoria, sia in acqua alta che in acqua bassa, dove, soprattutto per chi ha difficoltà di deambulazione, è possibile ripercorrere gli schemi della motricità di base. L'acqua inoltre ci pone tutti alla stessa altezza, allo stesso livello di relazione, rilassa e porta

il sorriso ai nostri utenti, che possono sentirsi liberi di muoversi e socializzare.

Inizialmente, nella vasca da 25 metri facciamo nuoto libero, con l'unica regola di rispettare la fila e di arrivare fino in fondo alla vasca toccando con la mano. Questo per educare al rispetto reciproco e all'inclusione, attendendo anche il nuotatore più lento del gruppo. Dopo alcune vasche, proseguiamo in acqua bassa dove svolgiamo esercizi di movimento e rilassamento.

Tutto questo includendo anche tutte le autonomie di base che gli utenti ripercorrono ogni volta, come svestirsi, fare la doccia, asciugarsi, rivestirsi e preparare la borsa. Una mattinata bella intensa che viene però ripagata da un meritato pranzo al ristorante, momento in cui ognuno può scegliere cosa preferisce mangiare e rilassarsi prima di rientrare al centro.

LO SPORT CHE UNISCE

L'esperienza del progetto scuola a Sanzeno

L'idea di promuovere un progetto di sensibilizzazione scolastica attraverso lo sport, il gioco e il movimento, parte dal concetto che ognuno di noi, esprimendosi con le proprie capacità, dovrebbe poter vivere dei momenti da protagonista e gioire dei risultati ottenuti. E' una lettura diversa di sport, che differisce dallo scopo competitivo, attraverso l'individuazione di altri stimoli e fonti di gratificazione, quali il piacere dello stare insieme, conoscere il proprio corpo con nuovi movimenti, condividere attimi di vita, l'importanza di collaborare e unire le forze per ottenere un obiettivo comune. E' importante che i ragazzini/bambini comprendano che praticare sport significa anche condividere un interesse comune, imparare a rispettare le regole, pur

esprimendosi liberamente. Si cerca nello sport il mezzo per creare relazioni, aiutare chi ha più difficoltà, che si tratti di un compagno più piccolo di età o un amico con disabilità. Il progetto "Lo Sport che Unisce" si è svolto presso la Scuola Primaria di Sanzeno e ha coinvolto tutti gli studenti dalla prima alla quinta classe con i loro insegnanti e gli utenti del Centro "Insieme con gioia" di Revò, supportati dagli educatori del servizio. Gli otto incontri, della durata di due ore ciascuno, si sono svolti nella palestra della scuola di Banco durante i mesi di febbraio, marzo e aprile con cadenza settimanale, durante le attività opzionali del venerdì pomeriggio, per un totale di 16 ore. L'inclusione, l'aiuto reciproco e la conoscenza di ragazzi con capacità diverse sono state le



basi del progetto. Durante la prima ora si sono eseguiti vari percorsi coordinativi, ogni volta proponendo obiettivi motori diversi, cercando anche di mettere in evidenza movimenti difficili da compiere per persone con disabilità (vedi l'uso della carrozzina e delle stampelle), per poi entrare nella seconda ora con esercizi/giochi individuali e di gruppo, con la presenza di poche regole e ben precise.

Si è lavorato sulla capacità di equilibrio, di orientamento spazio-temporale e di apprendimento motorio, soprattutto per quanto riguarda gli aspetti di rapidità e mobilità articolare. Non per ultime, le componenti psico-cognitive che, nell'età compresa tra gli 8/9 anni e i 12 anni, hanno grande importanza. La conoscenza di sé e del proprio corpo, attraverso il movimento, promuove la formazione dello schema corporeo dato dall'insieme dinamico di informazioni posturali, cinestetiche, temporali (sequenza o successione di movimenti, gesti) che si attivano poi in azioni sul mondo esterno. Gli obiettivi generali del progetto sono di tipo educativo, volti a trasmettere il valore dell'inclusione e affrontare il tema delle differenze individuali, della diversità che è di ognuno di noi, nello sport come nella vita.

La proposta è stata molto apprezzata sia dai nostri utenti e che dalla scuola.

L'esperienza conferma la nostra convinzione che lo sport funga da catalizzatore nell'unire la scuola al mondo della disabilità, creando un ponte tra di essi.

LA VOCE DELLA SCUOLA

La parola alle insegnanti

Il progetto, nato dalla collaborazione tra l'associazione IRIS Ets e la scuola primaria di Sanzeno, ha evidenziato fin da subito un grande coinvolgimento ed entusiasmo da parte dei bambini e dei ragazzi. Le attività proposte hanno permesso ai bambini di riflettere sull'importanza dell'inclusione. Durante i vari incontri, i partecipanti hanno potuto divertirsi grazie ad attività motorie, che hanno contribuito ad instaurare nuove relazioni e amicizie. Il punto di forza di questo progetto è sicuramente stato

il potenziamento delle competenze sociali e l'accrescimento dell'empatia, grazie alla possibilità di mettersi nei panni degli altri. Ai bambini, infatti, è stata data l'opportunità di entrare in contatto con difficoltà diverse e, grazie a dei percorsi costruiti ad hoc, hanno potuto sperimentare sulla propria pelle cosa provino le persone non vedenti e con limitata capacità motoria. Il progetto risulta dunque essere di grande valore. Il lavoro di sensibilizzazione, proposto in modo giocoso e accattivante, ha aiutato i bambini ad aprire la propria mente e il proprio cuore verso la diversità che la nostra realtà offre.



IMMAGINA, RICICLA, IMPARA, SORPRENDI

RACCONTANDO DI NOI ALL'EVENTO BENESSERE DI CALDES

"Mettersi insieme è un inizio,
rimanere insieme è un progresso,
lavorare insieme è un successo."

Henry Ford



Il giorno 19 maggio 2024 si è tenuto l'Evento BenEssere in Val di Sole, in località Contre di Caldes. Questa manifestazione è nata con lo scopo di favorire un'occasione di incontro, alla scoperta delle numerose proposte che la Val di Sole offre dal punto di vista del benessere olistico.

Gli utenti del centro il "Il Gelso" e "Insieme con Gioia" hanno voluto partecipare a questo avvenimento e, insieme agli educatori, hanno immaginato di poter realizzare dei "Sacchetti del benessere", in tema con la manifestazione. Gli organizzatori ci hanno riservato uno spazio e, in questo modo, abbiamo avuto l'opportunità di condividere il nostro lavoro e

veicolare il messaggio in esso racchiuso.

Per arrivare al prodotto finito, abbiamo lavorato con impegno nel corso delle settimane precedenti. A marzo, abbiamo avviato il progetto incontrandoci tutti i mercoledì pomeriggio nella sala creativa del centro di Samoclevo. Gli utenti, insieme agli educatori, hanno selezionato stoffe di riciclo, provenienti da sartorie del territorio e dalle due Piazzette del Riuso, che sono state lavate, stirate e tagliate in varie misure. Durante l'attività di spesa hanno provveduto all'acquisto di sale grosso, che sarebbe servito per riempire i sacchetti.

Abbiamo potuto contare sull'aiuto di alcuni



volontari che ci hanno insegnato a cucire i vari pezzi di stoffa e che, riempiti con il sale grosso e una volta riscaldati, avrebbero assunto una funzione rilassante e di aiuto per combattere qualche dolore. Finito il lavoro di realizzazione, siamo poi passati al confezionamento dei sacchetti, dove abbiamo anche inserito le istruzioni per l'uso e la procedura di riscaldamento.

Il 15 maggio i sacchetti erano pronti per l'evento, siamo riusciti a crearne più di 150! L'occasione di questo progetto è stata significativa: il gruppo ha imparato a cucire qualche punto a mano ed è stata grande la sorpresa nel vedere come, da dei pezzi di stoffa di scarto, si arrivasse alla realizzazione di bellissimi sacchetti colorati. Il contesto relazionale e la presenza delle volontarie con la macchina da cucire in azione, hanno stimolato interesse e l'allegria del gruppo e, non da ultimo, la proposta ha rafforzato il legame e l'unione dei due centri diurni, creando una maggior sinergia tra gli utenti e stimolando nuove occasioni di relazione.



UNO SGUARDO D'INSIEME

“Il vero viaggio di scoperta
non consiste nel cercare nuove terre,
ma nell’aver nuovi occhi”

Marcel Proust

Sono sempre diverse le occasioni, le ricorrenze e le attività proposte che fanno in modo che i nostri due centri si incontrino. Educatori, volontari, insieme agli utenti, condividono momenti in cui riunirsi sia motivo di festa e convivialità, e tutto ciò permette di vivere e percepire molto più a pieno quello che, a volte, non si pensa o si dà per scontato: siamo una grande famiglia.

Ed è proprio quando siamo tutti insieme, che facciamo la differenza e si può percepire la nostra vera forza e bellezza. Ritrovarsi è bello, è importante, dà piacere e mette allegria, genera scambi, rafforza i rapporti, crea senso di unione e appartenenza.

Nasce da questa consapevolezza il “Progetto Ponte”, un calendario di attività ideate e strutturate con l'intento, non solo di rafforzare i momenti di aggregazione e affiatamento tra i due Centri e le persone che già ci incontrano quotidianamente, ma con l'ideale e l'obiettivo di promuovere e consolidare la presenza della nostra realtà nelle iniziative e nelle proposte sul territorio, andando a incontrare la disponibilità dei vari soggetti presenti, associazioni ed enti locali della Val di Sole e della Val di Non.

Questi progetti assumono un'importanza particolare nei percorsi di inclusione sociale, in quanto contribuiscono a sviluppare nella collettività sensibilità, apertura e rispetto. La nostra associazione dimostra da sempre una particolare attenzione allo scambio e al con-

fronto con le realtà locali, per questo, ricerca contesti in cui realizzare progetti che favoriscano la creazione di reti, relazioni e collaborazioni, con l'intento di portare l'utenza a vivere esperienze di appartenenza e inclusione durature e significative, nel territorio che li circonda e in cui vive.

La famosa frase di Marcel Proust recita “*Il vero viaggio di scoperta non consiste nel cercare nuove terre, ma nell’aver nuovi occhi*”. Ecco, crediamo sia così anche nell'incontro tra le persone: aprirsi con disponibilità e cuore, per l'altro.



PROGETTO SPORT E SALUTE

Attraverso il corpo passano
informazioni,
si creano le relazioni,
si organizzano le esperienze della vita.



Lo sport ha un grande valore formativo, permette di scaricare tensioni, frustrazioni e aggressività. E' un'occasione per mettersi in gioco in nuovi contesti, assieme a nuove persone, alla scoperta di sé. Ciò implica l'esercizio di competenze motorie, sociali e personali favorite dal contesto di gruppo e l'attività motoria porta ad una maggiore conoscenza del proprio corpo attraverso l'esercizio dell'equilibrio, della coordinazione, della percezione spazio-tempo, della concentrazione.

Sono stati questi i presupposti del progetto Sport e Salute che si è svolto tra aprile e maggio 2024 sul territorio della Valle di Non e di Sole, cui hanno partecipato un gruppo di utenti dei centri diurni per l'inclusione di Revò e Samoclevo. Attraverso proposte diversificate di attività e di gioco, e con la guida di esperti, si sono approfondite di volta

in volta le caratteristiche di vari sport sperimentandone i movimenti specifici.

Sono state coinvolte alcune società sportive del territorio per offrire una panoramica ampia di esperienza: il Circolo Tennis Val di Non ADS di Cles, la Ginnastica Val di Sole ADS di Croviana, l'Unione Sportiva Anaune ADS Pallavolo di Cles e l'Unione Sportiva Anaune ADS Calcio di Cles... occasioni importanti anche di incontro con allenatori e atleti attenti e disponibili a cogliere le potenzialità di ogni partecipante e suggerire strategie di gioco e coinvolgimento motorio.

Il progetto Sport e Salute è stato anche occasione di conoscenza del territorio e di partecipazione; sentirsi parte di un contesto sociale è, così come il gioco e il movimento, un'esperienza fondamentale per ogni individuo.

LA SOLIDARIETÀ SOCIALE DEI NOSTRI VOLONTARI

Piazzetta del Riuso di Revò
e di Monclassico.

Cosa significa essere un volontario della Piazzetta del Riuso di IRIS Ets? Perché si sceglie di diventare volontario e quali peculiarità bisogna possedere? Abbiamo chiesto al nostro gruppo di volontari di riflettere sulla loro personale esperienza presso la Piazzetta del Riuso di Revò e di Monclassico. E' stata un'occasione di confronto reciproco, che ci ha portati a condividere con maggiore chiarezza gli obiettivi comuni, gli scopi del progetto e a lavorare sulla responsabilità e sulla coesione dei gruppi. Riportiamo alcuni loro pensieri che rimandano all'importanza di sentirsi parte attiva di una comunità, dedicandosi all'altro. Ci piace pensare che, oltre che come luogo di scambio, la Piazzetta del Riuso possa essere vissuta anche come punto di incontro e opportunità di relazione e divertimento, un obiettivo comune, attorno al quale fare rete, sentendosi bene.



PERCHE' SVOLGI VOLONTARIATO PRESSO LA PIAZZETTA DEL RIUSO?

"Perché credo nel volontariato"; "Mi piace essere sempre a contatto con la gente"; "Mi piace l'idea di fare qualcosa per la comunità e per i ragazzi dell'Associazione Iris, trascorrere un pomeriggio in compagnia e ridurre gli sprechi e qui posso farlo"; "Volevo dare un contributo alla mia comunità e la Piazzetta del Riuso mi è sembrato il posto perfetto per farlo"

SVOLGERE ATTIVITA' DI VOLONTARIATO TI ARRICCHISCE?

"Aiutare gli altri mi rende felice e appagata. So che sto aiutando chi ha bisogno e mi fa anche capire quanto sia fortunata"; "Sfruttare bene il mio tempo, fare bene a me stessa soddisfacendo i bisogni dell'altro"; "Mi è sembrata un'occasione in più per impiegare bene qualche ora del mio tempo, per conoscere persone, per mettermi alla prova in si-

tuazioni nuove. Ed è stato così. Negli incontri di gruppo si organizza il lavoro e si scambiano idee su come migliorare. Sono sempre vivaci e interessanti. Incontrare le persone che vengono alla Piazzetta ci stimola a fare attenzione agli altri e a conoscere e accettare situazioni e mentalità diverse. Sono incontri rapidi e superficiali, ma che spesso lasciano un segno."

QUANTO CREDI NEI MESSAGGI DI RIUSO E RICICLO DELLA PIAZZETTA?

"I messaggi di riuso sono importanti, perché ci fanno capire che ogni piccolo gesto conta nell'aiutare l'ambiente. Ridurre gli sprechi è fondamentale per preservare le risorse per il futuro e il riuso è un modo pratico per farlo"; "E' la risposta ad un bisogno che sul territorio mancava"; "Con il ricavato si fa del bene e soprattutto si evita che tante cose, in ottimo stato, vadano buttate. Grazie alla Piazzetta trovano ancora utilizzo"

SE TI CHIEDESSERO COS'E' LA PIAZZETTA DEL RIUSO, COME LA DESCRIVERESTI?

"È un posto unico dove puoi trovare oggetti usati di qualità a prezzi accessibili. È un'opportunità per fare acquisti consapevoli e, allo stesso tempo, contribuire ad aiutare le persone con disabilità e le loro famiglie. La Piazzetta del Riuso di Revò è quindi per me un luogo dove sentirsi parte di una comunità che si impegna per un futuro più sostenibile e per aiutare gli altri"; "È la comunità che aiuta sé stessa: c'è chi dona e c'è chi prende. Noi siamo solo lo strumento giusto per permettere ciò"

VOCI STELLATE AL GELSO

La musica non può cambiare il mondo.
La gente cambia il mondo.
Ma la musica può cambiare la gente e questo
è il nostro lavoro!

Noa

Interpretiamo con questa frase la dolcezza e le intenzioni del Piccolo Coro Voci Stellate di San Giacomo di Caldes che ci ha regalato la sua presenza a Samoclevo, in occasione dell'inaugurazione della vetrofania "Incontrarsi al Gelso", risultato dell'omonimo progetto.

La direttrice del coro Arianna Valentinotti ci racconta con entusiasmo e passione il suo progetto, fondato prima di tutto sul proposito di stare insieme, condividere, conoscere e conoscersi a vicenda, superare piccole e grandi sfide, attraverso la forza del gruppo. "La musica cambia la gente" e in questo caso il canto accompagna il cambiamento e la crescita di questi "piccoli della comunità" che imparano dagli adulti e dai compagni a stare insieme. L'esperienza al centro diurno "Il Gelso" ha costituito una tappa del loro cammino di crescita; l'incontro con la nostra realtà "speciale" è stata occasione per conoscere persone diverse e nuovi approcci di relazione e comuni-

cazione che hanno trovato nella musica e nel canto un canale privilegiato di mediazione. È stato bello per i presenti ascoltare le voci del coro ma anche osservare per cogliere la curiosità dei loro sguardi.

La maestra Arianna ha preparato con noi questo momento curando nei dettagli non solo gli aspetti tecnici dell'esibizione ma anche dell'incontro, cercando modi ed occasioni per stimolare la partecipazione degli utenti del Gelso: una grande sensibilità che ci ha fatto piacere e ha aperto le porte per altre nuove collaborazioni.

Auguriamo al piccolo Coro Voci Stellate tanta fortuna. Soprattutto auguriamo di proseguire con l'entusiasmo di oggi facendo della musica e del canto uno strumento di unione e solidarietà che abbraccia età e mondi diversi. Ringraziamo di cuore Arianna e il coro che vi invitiamo a conoscere anche attraverso le loro pagine social, in attesa di un nostro prossimo incontro al Gelso.



PADEL¹: A CLOZ VINCE LA SOLIDARIETA'

Il torneo di beneficenza a favore
dell'Associazione IRIS Ets

Il ringraziamento del presidente Clauser Guglielmo è stato rivolto a tutti i partecipanti e organizzatori dell'evento di beneficenza nelle giornate di sabato 13 e domenica 14 gennaio 2024. Il tutto è stato reso possibile grazie alla volontà del vicesindaco del Comune di Novella, Rodolfo Segna che ha voluto aggiungere a questo sport anche una connotazione sociale e solidale. Attraverso le sue parole conosciamo questo sport.

"Negli ultimi anni, il padel ha guadagnato un'enorme popolarità nel mondo dello sport, diventando una delle discipline più amate e praticate al mondo. Con la sua combinazione unica di divertimento, strategia e accessibilità, ha catturato l'attenzione di giocatori di tutte le età e livelli di abilità. È un gioco che offre una vasta gamma di benefici fisici, migliora la resistenza cardiovascolare e aiuta a bruciare calorie, contribuendo così alla perdita di peso. Coinvolge diversi gruppi muscolari, migliora la forza, la resistenza e la flessibilità, aumenta l'energia e la vitalità. Oltre a quelli fisici, sono numerosi i vantaggi mentali: come sport altamente tattico, richiede concentrazione, pensiero strategico e reattività rapida.

Inoltre è anche un'attività sociale, che favorisce interazione e connessioni con gli altri giocatori, promuovendo un senso di appartenenza e comunità. In molte realtà, i club e le associazioni di padel fungono da centri vitali per lo svago e l'intrattenimento, offrendo alle persone la possibilità di riunirsi, socializzare e divertirsi insieme. Qui non solo si coltivano lo spirito sportivo e la sana competizione, ma anche lo scambio culturale e la diversità, poiché il padel è praticato da persone di diverse età e provenienze culturali.

Grazie alla sua relativa facilità di apprendimento e alla bassa barriera d'ingresso è uno sport accessibile a tutti, anche a chi non ha mai praticato uno sport in precedenza. Questa accessibilità rende il padel un potente strumento per combattere l'inattività fisica e promuovere uno stile di vita attivo e salutare in tutta la società.

Molto più di un semplice gioco, il padel è un fenomeno culturale in continua evoluzione, che ha il potenziale per trasformare il modo in cui le persone pensano allo sport, al benessere e alla comunità. Una delle discipline più affascinanti e appassionanti del panorama sportivo moderno, destinata a crescere e a prosperare nel corso del tempo."

**Assessore sport Comune Novella
Segna Rodolfo**



¹Il padel è uno sport di racchetta giocato su un campo chiuso di dimensioni ridotte, circondato da pareti trasparenti che fanno parte del gioco. Viene giocato in doppio con racchette solide e una palla simile a quella del tennis, ma con una pressione leggermente inferiore. Le regole sono simili a quelle del tennis, ma con il servizio dal basso e l'uso delle pareti per far rimbalzare la palla. Il padel è noto per la sua accessibilità, socialità e dinamicità, rendendolo adatto a giocatori di tutte le età e livelli di abilità.





Insieme
Responsabili
Inclusione
Sociale

Associazione IRIS Ets
Rovati di Novella

**5x
1000**

Per sostenere
attività
e progetti
a favore
di persone
con disabilità
psico-fisiche

Dacci un 5!

Un piccolo gesto, di grande valore.
C.F. 92011010227

Associazione IRIS www.iris-novella.it

IRIS
ncontra
periodico divulgativo semestrale

 www.iris-novella.it

 Associazione IRIS Ets - Comune di Novella

“

L'importanza del movimento nel processo di crescita è un tema che affonda le radici nell'ambito della psicologia e della pedagogia. Da tempo, illustri autori hanno sottolineato il ruolo del moto nel favorire lo sviluppo fisico, cognitivo, emotivo e sociale dei più piccoli.”

continua a pagina 8

