



Catalogo delle missioni

Volontariato e cura di sé. Progetto Regionale “chi si prende cura di sé fa per tre – se stessi, comunità e ambiente”

			Formazione, cura e attività per il benessere
			Eventi, socialità e inclusione
			Orti, energia rinnovabile e raccolta acque piovane
			Viaggio tra educazione e cultura sostenibile

Scopri come partecipare alle missioni compilando il questionario al seguente [link](#)

Il catalogo è un documento dinamico in continuo aggiornamento. Segui il progetto e le novità sulla pagina facebook @chisiprendecuradisefapertre



Formazione, cura e attività per il benessere

3 SALUTE E BENESSERE



CHI: Fondazione ANT e Acli

A CHI è RIVOLTO: a chi desidera fare volontariato a sostegno di persone affette da malattia cronica e i loro familiari

DOVE: Fondazione ANT Italia ONLUS, via Jacopo di Paolo, 36

QUANDO: autunno 2023 – primavera 2024

COSA: Formazione per volontari socio-assistenziali

La formazione affronta tematiche nell'ambito socio-assistenziale a partire dalle competenze ed esperienze della Fondazione ANT e delle Acli di Bologna sul territorio. Prima dell'inizio del corso è previsto un colloquio conoscitivo con lo psicologo ANT. Gli incontri sono centrati su principi di ascolto attivo, empatia e comprensione delle sfide fisiche e emotive che i pazienti affrontano quotidianamente in modo che le persone motivate a supportare le famiglie in condizioni di fragilità possano essere più consapevoli e preparate nella loro attività di aiuto.

I volontari potranno essere agenti di cambiamento positivo nella società, aiutando a creare una comunità più inclusiva e solidale creando legami e relazioni significative.

OBIETTIVI:

- Contrastare e prevenire situazioni di fragilità, favorendo l'inclusione e la coesione sociale;
- Promuovere lo sviluppo di un welfare mutualistico dal basso, in un'ottica intergenerazionale ed innovative forme di solidarietà;
- Diffondere il protagonismo attivo dei volontari, per un'innovativa esperienza di rete di prossimità, come fruitori ed attuatori di un servizio e di un bene.

SVILUPPO:

Per valorizzare l'apprendimento delle competenze nell'ambito della formazione, ai volontari sarà data l'opportunità di essere coinvolti attivamente nelle attività associative di Fondazione ANT e dell'US Acli. Sarà un modo anche per conoscere la preziosa risorsa rappresentata dal Terzo Settore sul territorio, per la costruzione di interventi di inclusione e coesione sociali mediante l'impiego di linguaggi e strumenti trasversali.

CHI: US Acli

A CHI è RIVOLTO: giovani ed anziani abitanti il Quartiere Savena

DOVE: Circolo Arci Benassi, Viale Sergio Cavina, 4

QUANDO: novembre 2023 – settembre 2024

COSA: Attività ludico-motorie e sportive

Le attività sportive si concentrano su esercizi di ginnastica posturale che consentono una maggior attenzione e consapevolezza riguardo alle proprie caratteristiche posturali. Le attività sono realizzate in collaborazione con la Società Sportiva Dilettantistica Longeva, aderente all'US Acli, e la FAP Acli di Bologna.

OBIETTIVI:

- Diffondere lo sport e la pratica motoria come strumento di dialogo, relazione, formazione ed educazione;
- Aumentare la consapevolezza sull'importanza dello sport come promotore di salute per tutte le età;



Catalogo delle missioni

Volontariato e cura di sé. Progetto Regionale "chi si prende cura di sé fa per tre – se stessi, comunità e ambiente"



Eventi, socialità e inclusione

1 POVERTÀ ZERO



CHI: US Acli di Bologna

A CHI È RIVOLTO: giovani ed anziani abitanti il Quartiere Savena

DOVE: Circolo Arci Benassi, Viale Sergio Cavina, 4

QUANDO: novembre 2023 – settembre 2024

COSA: Attività ludico-motorie e sportive

Le attività sportive e ludico-motorie oltre a stimolare una maggior attenzione e consapevolezza riguardo al proprio corpo, consentono di costruire nuovi legami e reti relazionali, nell'ottica di contrasto e prevenzione a situazioni di solitudine.

OBIETTIVI:

- Contrastare e prevenire situazioni di fragilità, favorendo l'inclusione e la coesione sociale;
- Aumentare la consapevolezza sull'importanza dello sport come promotore di socialità
- Rafforzare e costruire nuovi legami, favorendo il senso di appartenenza ad una medesima comunità.

CHI: Associazione Strada Sociale APS e Associazione Senza il Banco

A CHI È RIVOLTO: cittadinanza del Quartiere Savena

DOVE: Casa di Quartiere "Casa del Gufo", Via Longo 10

QUANDO: Giugno 2024

COSA: EVENTO Energia nel parco. Scopriamo l'energia solare.

Un pomeriggio di animazione e socializzazione dedicato ad alcune dimostrazioni di impiego dell'energia solare per attività all'aperto. Strumenti, performance ed Intrattenimenti Alimentati da Energia Solare. Un esperto sarà a disposizione per dare informazioni su come scegliere o realizzare generatori fotovoltaici per uso mobile.

OBIETTIVI:

- Favorire lo scambio di buone pratiche sostenibili in un contesto comunitario
- creare legami tra le persone e costruire un senso di appartenenza ad una comunità che si prende cura di sé e dell'ambiente in cui vive
- Offrire un'esperienza educativa coinvolgente per tutte le età, mostrando come l'energia solare può essere impiegata nella vita quotidiana e in particolare nelle attività all'aperto.



Catalogo delle missioni

Volontariato e cura di sé. Progetto Regionale "chi si prende cura di sé fa per tre – se stessi, comunità e ambiente"



Orti, energia rinnovabile e raccolta acque piovane

13 AGIRE PER IL CLIMA



CHI: Associazione Selenite

COSA: Laboratori formativi nell'orto e ortoterapia

I laboratori negli orti mirano a diffondere la conoscenza del ciclo della vita delle piante promuovendo sani stili di vita a minore impatto ecologico, alla possibilità di recuperare gli scarti, recuperare l'acqua e le piante nel pieno rispetto dell'ambiente.

[SCOPRI DI PIÙ NELLA SEZIONE ISTRUZIONE DI QUALITÀ]

CHI: Associazione Strada Sociale APS

A CHI E' RIVOLTO: seconda classe della scuola secondaria di primo grado Guercino

DOVE: Istituto Comprensivo 9 – Via Longo 4 Bologna

QUANDO: Aprile–Maggio 2024

COSA: Laboratorio didattico sull'energia fotovoltaica

Il laboratorio si sviluppa in due incontri distinti dove gli studenti nel corso della loro attività potranno sperimentare con semplici esercitazioni pratiche il funzionamento della conversione dell'energia solare in energia elettrica attraverso l'utilizzo di appositi kit.

OBIETTIVI:

- Incrementare la consapevolezza sull'importanza delle fonti rinnovabili e sul loro ruolo chiave per un futuro energetico sostenibile.
- Stimolare interesse e curiosità nei giovani attraverso un'esperienza di apprendimento attiva e coinvolgente, che include attività laboratoriali all'aperto per rendere il concetto di energia fotovoltaica più accessibile e interessante.
- Sviluppo di Competenze e Collaborazione: Promuovere il lavoro di squadra e l'apprendimento collaborativo tra gli studenti, formando piccoli gruppi per potenziare le loro capacità di problem solving e la comprensione pratica dell'energia fotovoltaica, attraverso esercizi ed esperimenti diretti.

CHI: Associazione Strada Sociale APS e Associazione Senza il Banco

COSA: EVENTO Energia nel parco. Scopriamo l'energia solare.

Attraverso questo evento pubblico si promuove l'utilizzo di energie rinnovabili e nello specifico l'Energia Solare con dimostrazioni pratiche del possibile utilizzo attraverso varie applicazioni di un generatore mobile.

[SCOPRI DI PIÙ NELLA SEZIONE POVERTÀ ZERO]



Catalogo delle missioni

Volontariato e cura di sé. Progetto Regionale "chi si prende cura di sé fa per tre – se stessi, comunità e ambiente"



Viaggio tra educazione e cultura sostenibile

4 ISTRUZIONE DI QUALITÀ



CHI: Associazione Selenite

A CHI È RIVOLTO: alcune classi delle scuole primarie Gian Paolo Costa e Raffaello Sanzio e secondaria di primo grado Guercino

DOVE: Orto Selenite Via Lombardia

QUANDO: novembre 2023 – aprile 2024

COSA: Laboratori formativi nell'orto e ortoterapia

I laboratori negli orti mirano a favorire il contatto con la terra e l'avvicinamento alla Natura nel rispetto per l'ambiente.

Si parte dall'osservare le colture presenti nell'orto e riflettere sulla crescita e cura delle piante ortive per una alimentazione consapevole.

L'ortoterapia mira a favorire l'attivazione dei cinque sensi e la conoscenza dell'utilità delle piante aromatiche nell'orto per facilitare l'avvicinamento alla Natura e riscoprire la bellezza della vita.

OBIETTIVI:

- promuovere l'educazione al rispetto dei cicli naturali, alla possibilità di recuperare gli scarti, recuperare l'acqua e le piante che sono infestanti per uno sano stile di vita
- diffondere la conoscenza del ciclo della vita delle piante: dal seme al frutto e la fotosintesi clorofilliana
- promuovere il benessere individuale e della comunità
- favorire la collaborazione e socializzazione tra i partecipanti alle attività
- educare a più sani e corretti stili di vita, con minore impatto ecologico e educare ai valori del rispetto per la natura e della solidarietà

CHI: Associazione Strada Sociale APS

A CHI È RIVOLTO: cittadinanza del quartiere Savena

DOVE: Casa di Quartiere "Casa del Gufo", Via Longo 10

QUANDO: 16 febbraio 2024 ore 18,30

COSA: Seminario sul risparmio energetico, Come ridurre la bolletta energetica di casa.

Il seminario mira a fornire gli strumenti per un monitoraggio dei consumi casalinghi per favorire un risparmio energetico ed un consumo sostenibile. Uno sguardo attento sarà dato al vaglio di possibili forniture di energia elettrica da fonti rinnovabili e ad alcuni accorgimenti per risparmiare energia.

OBIETTIVI:

- Imparare a valutare e monitorare i consumi energetici della propria abitazione per identificare dove e come si può risparmiare energia.
- Ottimizzazione delle Tariffe Energetiche
- diffondere una cultura del consumo sostenibile promuovendo la scelta di fonti energetiche rinnovabili, per un impatto ambientale ridotto e potenziali benefici economici a lungo termine.
- Accrescere la consapevolezza sull'impatto ambientale del consumo energetico e sulle strategie per ridurre le spese energetiche, contribuendo sia al benessere personale che a quello del pianeta.

CHI: Associazione Strada Sociale APS

COSA: Laboratorio didattico sull'energia fotovoltaica

Attraverso un apprendimento Attivo e Partecipativo con questi laboratori si offre agli studenti una comprensione sia teorica che pratica dell'energia fotovoltaica al fine di promuovere nei giovani un'educazione all'Energia Rinnovabile.

[SCOPRI DI PIÙ NELLA SEZIONE [AGIRE PER IL CLIMA](#)]



Catalogo delle missioni

Volontariato e cura di sé. Progetto Regionale "chi si prende cura di sé fa per tre - se stessi, comunità e ambiente"

