



progetto bianca e bernie
Reti solidali per il volontariato giovanile



nome progetto	Sorridi con noi 2014: Rete Bianca e Bernie
ambito d'intervento	Assistenza;
ambito territoriale	Associazione Lilt, Frosinone Corso Lazio 25
breve descrizione del progetto	Il progetto si rivolgerà ai giovani che frequentano le scuole superiori del comune di Frosinone e tratterà il tema della tutela della salute degli adolescenti rispetto a pericoli come alimentazione errata, vita sedentaria, l'abuso di alcol, fumo, droghe. Si svolgerà da una parte un lavoro di orientamento e supporto diretto a giovani che sono venuti in contatto con questo tipo di problematiche, e dall'altra un intervento di prevenzione rivolto alla totalità degli studenti. In entrambi i casi verrà promossa una maggiore consapevolezza negli adolescenti rispetto alle conseguenze di una vita non salutare. Cattiva alimentazione, scarsa pratica sportiva, fumo e sostanze psicotrope rappresentano infatti fattori in grado di mettere a grave rischio la salute propria e altrui e che aumentano in maniera esponenziale le cause di malattia e mortalità. Sin dalla giovane età vanno quindi promossi comportamenti corretti, lasciando passare il messaggio che la propria salute, sia fisica che mentale, rappresenta una risorsa per tutta la vita, un capitale che permette agli individui di raggiungere i propri obiettivi e il proprio benessere. Su questi temi è fondamentale ragionare con i giovani, in quanto soltanto l'individuo ben informato sarà in grado di fare scelte pienamente consapevoli volte ad una maggiore tutela della propria salute e sicurezza. Tutti gli interventi saranno quindi basati sulla responsabilizzazione individuale e sulla promozione della consapevolezza del fatto che condurre una vita sana in un momento centrale dello sviluppo dell'individuo come l'adolescenza influenza lo stato di salute psico-fisico del futuro adulto. Il lavoro sarà realizzato attraverso uno sportello di consulenza e orientamento, seminari per insegnanti e genitori, dibattiti nelle classi, concorsi a tema, giornate dedicate allo sport, ed altre attività di sensibilizzazione che utilizzeranno una forma comunicativa chiara ed efficace. Il tutto con la finalità di sostenere la libera scelta dei giovani di modificare alcuni comportamenti a rischio e di adottare uno stile di vita sano.
obiettivi	Obiettivi generale e specifici Obiettivo generale del progetto è quello di promuovere tra gli adolescenti di Frosinone stili di vita salutari e ridurre l'incidenza dei comportamenti a rischio. Questo obiettivo sarà raggiunto informando correttamente i ragazzi e i loro genitori sulle conseguenze negative che stili di vita nocivi possono avere e dunque stimolando la maturazione da parte loro di scelte responsabili. Gli obiettivi specifici del progetto sono: - intercettare gli adolescenti che hanno comportamenti a rischio, orientarli loro e

obiettivi specifici	le loro famiglie verso stili di vita più corretti, ed indirizzarli ai servizi sociali e sanitari del territorio - prevenire l'obesità e l'insorgere di patologie psico-fisiche correlate ad una non corretta alimentazione - sensibilizzare i ragazzi rispetto agli effetti di fumo, alcol e droghe ed ai rischi per la salute - prevenire le dipendenze da queste sostanze - rafforzare l'autostima dei ragazzi e la consapevolezza che non sia necessario fare ricorso a comportamenti irresponsabili per conquistare l'affetto o l'ammirazione dei loro pari - promuovere la pratica sportiva e contrastare stili di vita sedentari - formare persone adulte consapevoli, responsabili, mature - promuovere anche nelle famiglie la consapevolezza dell'importanza di stimolare i giovani a fare scelte mature e condurre una vita sana. risultati attesi Per misurare la buona riuscita del progetto sarà svolta una misurazione precisa delle tendenze dei destinatari a inizio e fine progetto. A inizio progetto si chiederà infatti agli adolescenti di compilare un questionario anonimo riguardante la loro propensione rispetto all'uso di sostanze psicotrope, alla pratica sportiva, all'alimentazione sana. I questionari saranno ripetuti – sempre anonimamente - su un campione di destinatari con caratteristiche analoghe ma che abbia partecipato al percorso progettuale. Ci aspettiamo che rispetto ai risultati dei questionari iniziali si riscontrerà: - ricorso a una alimentazione più corretta per il 50% degli adolescenti - aumento del 50% dei ragazzi coinvolti sulle attività sportive - riduzione del 30% della prevalenza dei fumatori abituali - riduzione del 30% dei consumatori di alcol e droghe
Numero e impiego dei volontari	I giovani impiegati nel progetto sono: 2 unità Il progetto è attivo con un monte ore annuo di 1400 ore su 5 giorni settimanali. Non sono previsti obblighi particolari né requisiti specifici aggiuntivi fatta salva la disponibilità a effettuare occasionalmente attività di sabato e domenica
Criteri selezione	Il Cesv svolge le selezioni in base al sistema validato in fase di accreditamento. , Oltre alla valutazione dei titoli i giovani candidati superano due gradi di selezione: - somministrazione di un questionario di entrata che si allega, quale strumento preparatorio al colloquio di selezione - colloquio psico-attitudinale. - dati generali (sesso, età, titolo di studio, ecc.); - pregresse esperienze; - pregresse esperienze di volontariato; - capacità di progettazione e gestione dei conflitti; - conoscenza dell'ente presso cui si presterà servizio; - modalità di conoscenza del SCN; - indicazioni sulle attività da svolgere; - aspettative dal SCN.

**ruolo ed
attività
previste per
i volontari
nell'ambito
del progetto**

I giovani volontari saranno impegnati nelle seguenti mansioni:

<i>azioni</i>	<i>Ruolo delle risorse umane</i>	<i>Figure impegnate</i>
1. sportello	Orientamento presso lo sportello	Psicologo Assistente sociale
	Pubblicizzazione dello sportello	Specialista di Grafica e social network Assistente sociale
2. Indagine conoscitiva	Ideazione del questionario Elaborazione dei dati e produzione del report	2 medici Pedagogista Psicologo Assistente sociale
	Somministrazione dei questionari	4 volontari
3. e 4. Seminari con i genitori e con i ragazzi	Relatori	2 Medici
	Ideazione degli incontri	Pedagogista Psicologo Insegnante di educazione fisica
	Preparazione e gestione logistica degli incontri	4 volontari
5. Concorso di composizione	Ideazione e gestione del bando	4 volontari
	Commissione di valutazione	3 docenti scolastici di arte o lettere

formazione generale

1.

Tecniche e metodologie di realizzazione previste:

Nella realizzazione dei diversi moduli formativi sarà utilizzata la **Metodologia Attiva** che alterna diverse situazioni e tipi di coinvolgimento da parte dei volontari.

L'equipe formativa ha a sua disposizione un'ampia gamma di strumenti didattici più o meno strutturati tra cui possiamo citare:

- il **lavoro in piccoli gruppi** per la discussione e il confronto rispetto a esperienze personali;
- la **lezione frontale** per il passaggio di informazioni e di conoscenze su tematiche di interesse generale
- **comunicazione in plenaria** per i momenti orientativi e di informazione specifica nonché per la gestione dei momenti di discussione;
- lo **studio dei casi** per l'approfondimento di situazioni specifiche sulla base di esperienze realmente vissute da altri Volontari;
- il **gioco di ruolo** (*roleplay*) e le **simulazioni** per provocare processi di immedesimazione in situazioni verosimili e che, per analogia, possono ampliare la consapevolezza delle risorse e dei limiti personali nei diversi contesti.

Uno spazio e un tempo appropriato vengono dedicati ad **attività ed esercizi di conoscenza** dei partecipanti al fine di poter strutturare agende formative il più possibile attinenti alle risorse e alle difficoltà presentate dai partecipanti: il contatto con la realtà dei volontari aumenta la possibilità di apertura e lo scambio di informazioni fra i partecipanti. I

Per armonizzare le dinamiche interne al gruppo in formazione, vengono proposti:

- a) **esercizi di movimento e attivazione** (*energizer*);
- b) **attività creative** che stimolano l'utilizzo di altri codici comunicativi e arricchiscono la qualità delle informazioni a disposizione del gruppo.

Ogni formatore si propone come "facilitatore dei processi di apprendimento" alternando nuovi stimoli/esercizi a momenti di condivisione e *debriefing* delle attività proposte:

Tale approccio è in grado di moltiplicare la **capacità di analisi** e il **riconoscimento delle proprie risorse** da parte dei partecipanti.

Piattaforma di E – learning

Per la gestione delle attività formative il CESV si avvarrà inoltre del supporto di strumenti e metodi di formazione in rete a distanza (eLearning). L'ente dispone di una piattaforma informatica che integra e supporta alcuni dei processi caratteristici della formazione, e cioè:

- gestione dell'anagrafica utenti
- gestione di percorsi formativi (piano formativo individuale/di gruppo)
- gestione dei materiali didattici/informativi (erogazione)
- gestione delle attività di comunicazione sincrone e asincrone (tramite i tool di messaggistica, chat e forum, videoconferenza)
- gestione delle attività di monitoraggio e valutazione (tramite questionari, test, sondaggi)
- gestione delle attività di lavoro cooperativo/progettazione collaborativa (tramite un'area di condivisione di documenti)
- gestione delle statistiche di sistema e reporting sulle attività svolte dagli utenti

**2.
Contenuti della
formazione:**

La formazione si svilupperà come definito dalla Determina UNSC del 4/4/06, secondo i seguenti moduli:

Moduli formativi previsti dall'UNSC, Determina 4/4/06

<i>Dalla Patria all'azione solidale</i>	<i>Definizione di un'identità di gruppo dei volontari in servizio civile che esprimeranno le loro idee sul servizio civile, le proprie aspettative, le motivazioni e gli obiettivi individuali.</i>
<i>Dall'obiezione di coscienza al servizio civile nazionale</i>	<i>Il passaggio dall'obbligo alla gratuità, una scelta consapevole per la crescita sociale e individuale</i>
<i>Il dovere di difesa della Patria</i>	<i>La difesa civile, la pace e diritti umani alla luce della Costituzione italiana, della Carta Europea e degli ordinamenti delle Nazioni Unite.</i>
<i>La difesa civile non armata e nonviolenta</i>	<i>Come si realizza la difesa alternativa sul piano istituzionale, di movimento e della società civile. La "gestione e trasformazione nonviolenta dei conflitti", tra quotidiano e internazionale</i>
<i>La protezione civile</i>	<i>Protezione civile intesa come collegamento tra difesa della Patria e difesa dell'ambiente, del territorio e delle popolazioni</i>
<i>La solidarietà e le forme di cittadinanza</i>	<i>Il principio costituzionale di solidarietà sociale e la lotta all'emarginazione e all'esclusione sociale. Il concetto di cittadinanza e di promozione sociale, come appartenenza ad una collettività territoriale. La cittadinanza attiva, il servizio civile come anno di impegno, di condivisione e di solidarietà. Rapporto tra le istituzioni e le organizzazioni della società civile per la promozione umana e la difesa dei diritti delle persone. Una sussidiarietà per un welfare dei diritti. Solidarietà tra globalizzazione e territorio, un approccio multiculturale.</i>
<i>Servizio civile nazionale, associazionismo e volontariato</i>	<i>Affinità e le differenze tra le varie figure che operano sul territorio. Sarà chiarito il significato di "servizio" e di "civile"</i>
<i>La normativa vigente e la Carta di impegno</i>	<i>Le norme previste dal legislatore, nonché quelle di applicazione che regolano il sistema del servizio civile nazionale</i>
<i>Diritti e doveri del volontario del servizio civile</i>	<i>Ruolo e la funzione del giovane in Servizio</i>
<i>Presentazione dell'Ente</i>	<i>Storia, caratteristiche, obiettivi e modalità organizzative della Rete Bianca e Bernie</i>
<i>Il lavoro per progetto</i>	<i>Progettazione: valutazione di esito, di efficacia ed efficienza del progetto e la valutazione della crescita umana dei volontari in servizio civile</i>

3. Durata:

La formazione generale ha una durata di 45 ore

**formazione
specifica**
**4. Tecniche e
metodologie di
realizzazione
previste:**

All'interno del progetto, la formazione specifica è considerata come parte integrante del percorso educativo rappresentato dal servizio civile. Nell'approccio adottato, il percorso di formazione non avrà infatti solo lo scopo di fornire ai giovani le conoscenze pratiche necessarie per il lavoro operativo, ma anche quello di motivare i giovani e stimolare la loro sensibilità rispetto a temi come la solidarietà, i diritti fondamentali delle persone, l'impegno sociale e civico.

In considerazione di questo, la formazione non sarà strutturata solo sulla base di "lezioni frontali", ma prevederà invece metodologie interattive e che rendano possibile la libera espressione e la partecipazione attiva da parte dei giovani del servizio civile, nonché il confronto e la conoscenza reciproca tra giovani e formatori e tra i giovani stessi.

**5. Contenuti della
formazione:**

<i>Modulo</i>	<i>Contenuti formativi</i>
Accoglienza	Accoglienza e autopresentazioni dei corsisti
Formazione e informazione sui rischi connessi all'impiego dei volontari ai progetti di servizio civile	Valutazione dei rischi per la sicurezza e la salute connessi all'attività dell'Ente in generale e dei compiti assegnati ai giovani in servizio civile nello specifico.
Alimentazione	- l'importanza di una dieta equilibrata nell'età dello sviluppo - le abitudini alimentari dei giovani - patologie derivanti da scelte alimentari errate
Uso e abuso di sostanze psicotrope	- le diverse sostanze psicotrope e i loro effetti - l'abuso di alcol e tabacco e i suoi effetti - dati sul consumo di droghe da parte dei giovani - motivazioni e cause del consumo di droghe tra i giovani
Sport e stili di vita sani	- sedentarietà e suoi effetti sulla salute - l'attività fisica come fattore di prevenzione - la cultura sportiva come fattore di crescita culturale
Comunicazione efficace con gli adolescenti	- origini e motivazioni per l'adozione di stili di vita dannosi e non salutari da parte dei giovani - strategie di comunicazione con i giovani: approccio giudicante e approccio responsabilizzante
Corso curriculare su Tutela della salute e sicurezza nei luoghi di lavoro D.lgs n. 81 del 2008 con rilascio di un attestato	- Misure delle attività di protezione e prevenzione adottate - Rischi specifici in relazione all'attività svolta ed alle normative di sicurezza ed alle disposizioni dell'Ente - Procedure e nominativi dei lavoratori incaricati di applicare le misure che riguardano il pronto soccorso, la lotta antincendio e l'evacuazione dei lavoratori - Nominativo del Responsabile del Servizio di Prevenzione e Protezione e del Medico

		Competente. - Dispositivi di protezione individuale - loro corretto impiego e manutenzione; - Movimentazione manuale dei carichi - modalità per una corretta movimentazione e rischi connessi alla erronea equilibratura del carico ed al superamento dei pesi consentiti; - Attrezzature munite di V.D.T. - misure ergonomiche applicabili al posto di lavoro, modalità di svolgimento dell'attività con specifico riferimento al regime delle interruzioni, sorveglianza sanitaria, protezione degli apparati visivo - e muscolo-scheletrici; - Impiego di sostanze e preparati pericolosi: modalità d'uso, precauzioni d'impiego, rimedi in caso d'intossicazione; - Sistema sanzionatorio per le violazioni alle norme di igiene e sicurezza del lavoro.
Crediti formativi	Grazie alla qualità degli interventi e alla riconosciuta valenza formativa consolidata negli anni, il presente progetto fornirà ai giovani in servizio i seguenti attestati validi ai fini professionali: L'Università La Sapienza di Roma riconosce crediti formativi per le seguenti Facoltà e corsi di Laurea: Facoltà di Medicina e Psicologia con i Corsi di Laurea in: - Scienze dell'Educazione e della Formazione (triennale) 12 CFU - Pedagogia e scienze dell'Educazione e Formazione (Magistrale) 12 CFU	
Tirocini riconosciuti	Università La Sapienza di Roma per le seguenti Facoltà e corsi di laurea Facoltà di Medicina e Psicologia con i Corsi di Laurea in: - Scienze dell'Educazione e della Formazione (triennale) - Pedagogia e scienze dell'Educazione e Formazione (Magistrale)	
Competenze acquisibili dai volontari:	I giovani in Servizio Civile presso i progetti curati dal CESV acquisiranno una serie di competenze sia di tipo tecnico che trasversale importanti e spendibili in termini di occupabilità futura, riconosciute e validate da più di una certificazione del proprio percorso formativo e professionalizzante, grazie alle seguenti azioni: 1) la certificazione dello stesso CESV, Ente di Formazione accreditato dalla Regione Lazio con Determina N. 4708 del 09/11/2004 che certifica tutte le attività formative svolte, in ciascuna sede provinciale. 2) il percorso formativo generale è certificato da un attestato rilasciato dalla Federazione Italiana dei CEMEA, ente accreditato alla Formazione dal MIUR e dal Ministero della Salute. Nello specifico le competenze acquisite e riconosciute attraverso questi due percorsi sono: - Elementi di Comunicazione - Elementi di Gestione del conflitto - Il lavoro in gruppo - Leadership 3) lo sviluppo delle competenze è certificato dal Sistema Pubblico Regionale dell'	

EDA con Convenzione stipulata con il 2° Comitato Locale dell'EDA, che comprende sia le istituzioni locali che i COL Provinciali, che individua per ogni progetto specifico le competenze operative e trasversali acquisite dai giovani nello svolgimento del proprio percorso di servizio civile, che li preparino all'entrata nel mondo del lavoro. Tale convenzione prevede tra l'altro di sviluppare sperimentalmente un sistema di riconoscimento delle competenze sia in entrata che in uscita dei diversi percorsi formali, informali e non formali.

Nello specifico le competenze acquisite e riconosciute attraverso questi due percorsi sono:

Competenze Organizzative:

- programmazione delle attività
- problem solving
- gestione attività di amministrazione e contabilità
- gestione attività di raccolta fondi
- organizzazione e gestione eventi
- utilizzo piattaforme e sistemi informatici

Competenze Relazionali:

- capacità di mediazione
- saper gestire i rapporti interpersonali
- saper lavorare in equipe

Competenze Emozionali:

- capacità di prendere iniziativa
- capacità decisionale
- fiducia in se stessi
- senso di responsabilità
- propensione al cambiamento e sapersi adattare ai contesti

Il progetto, inoltre, prevede l'approfondimento di specifiche competenze professionali, valide al fine di migliorare la corretta realizzazione del progetto stesso e pensate per avere una validità spendibile al di fuori da esso. Ci riferiamo in particolare a:

1) Corso sulla Sicurezza sui luoghi di lavoro - decreto 81/2008 in collaborazione con l'Associazione Operatori della Prevenzione sui luoghi di Lavoro. Sarà realizzato un corso di 18 ore che sarà certificato con un attestato valido ai fini del curriculum:

- per poter essere nominati responsabile della sicurezza all'interno delle aziende;
- per poter autocertificare il piano sulla sicurezza in caso di svolgimento di attività in proprio