



## Attività di formazione - Sviluppo di abilità di vita essenziali attraverso la costruzione di comunità

### Programma di attività di formazione

#### 1. Titolo dell'azione

Nome dell'azione di formazione:	Sviluppo di abilità di vita essenziali attraverso la creazione di comunità: Creare connessioni e reti di supporto
Data:	[Data dell'evento]
Durata:	[ore dell'evento]
Posizione:	[Luogo dell'evento]
Organizzatore	[SALTA]

#### 2. Obiettivi dell'evento

Questa sessione è progettata per dotare i partecipanti di competenze essenziali per la vita come l'empatia, la costruzione di relazioni e la resilienza attraverso attività interattive e coinvolgenti di costruzione della comunità. Promuovendo un senso di appartenenza e di sostegno reciproco, i partecipanti esploreranno il valore delle reti personali e professionali per superare le sfide e creare opportunità di crescita. Attraverso discussioni, esercizi pratici ed esempi di vita reale, i partecipanti potranno capire come i legami forti contribuiscano al benessere personale e allo sviluppo della carriera. La sessione incoraggia inoltre l'auto-riflessione e la partecipazione attiva, aiutando gli individui a riconoscere il proprio ruolo nella costruzione e nel mantenimento di relazioni significative. Alla fine della formazione, i partecipanti avranno una comprensione più profonda di come coltivare reti di sostegno e applicare queste abilità nella vita quotidiana.

#### 3. Partecipanti

Gruppo target:	Giovani tra i 16 e i 25 anni
----------------	------------------------------



Numero di partecipanti:	20 giovani
Formatori del personale:	2
Operatori giovanili esterni	2

4. Programma dell'evento	
Orario di inizio e registrazione	<p><b>09:30 - 10:00:</b> Arrivo e registrazione dei partecipanti</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Check-in e distribuzione del materiale didattico</li> <li>- <b>Rompighiaccio: "Una cosa in comune"</b> - I partecipanti si accoppiano e fanno una breve conversazione per trovare una cosa che hanno in comune (ad esempio, un hobby, il cibo preferito o un luogo che hanno visitato). Dopo un paio di minuti, cambiano partner e ripetono il processo. L'attività si conclude con la condivisione da parte di alcuni volontari di interessanti connessioni che hanno scoperto, creando un tono amichevole e inclusivo per la sessione.</li> </ul>
Sessione di apertura	<p><b>10:00 - 10:30:</b> Benvenuto e Introduzione</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Discorso di benvenuto</li> <li>- Breve presentazione del team di formazione e panoramica del programma</li> <li>- <b>Attività di riscaldamento:</b> "Ogni partecipante riceve un pezzo di puzzle vuoto e scrive un punto di forza che apporta alla comunità (ad esempio, "Buon ascoltatore", "Risolutore di problemi", "Incoraggiante"). Uno alla volta, collegano i loro pezzi su una tavola o un tavolo, formando un puzzle che rappresenta i loro punti di forza collettivi. Il facilitatore sottolinea come le diverse abilità e qualità si uniscano per costruire una rete forte e solidale.</li> </ul>
Sessione 1:	<b>10:30 - 11:30: Esplorare la comunità e le reti di supporto</b>

	<p><b><u>Descrizione:</u></b>  <b>"Cosa rende una comunità forte?"</b>          Esplora gli elementi di una comunità solidale, tra cui la fiducia, la comunicazione e gli obiettivi condivisi.</p> <p><b><u>Attività:</u></b>          - <b>Mappatura della comunità:</b> I partecipanti disegnano una "mappa" delle loro attuali reti di supporto (famiglia, amici, mentori, ecc.), riflettendo sulle lacune e sulle opportunità di creare connessioni.</p> <p><b><u>Obiettivi:</u></b>          - Aiutare i partecipanti a riconoscere il valore delle reti di supporto.          - Identificare le aree di crescita personale per costruire connessioni più forti.</p> <p><b>Addestratore:</b> [nome dell'allenatore]</p>
<p><b>Pausa</b></p>	<p><b>11:30 - 11:45:</b> Pausa caffè e snack</p>
<p><b>Sessione 2:</b></p>	<p><b>11:45 - 13:00: Creazione di fiducia ed empatia</b></p> <p><b><u>Descrizione:</u></b>  <b>"Creare spazi sicuri per la connessione"</b>          Imparare a costruire fiducia ed empatia nelle relazioni personali e professionali</p> <p><b><u>Attività:</u></b>          - <b>Camminata dell'empatia:</b> I partecipanti si accoppiano e condividono a turno una storia personale mentre camminano. Chi ascolta pratica l'ascolto attivo e riflette le emozioni.          - <b>Ponte della fiducia:</b> I gruppi lavorano insieme per costruire un "ponte" simbolico utilizzando materiali come carta, nastro adesivo e pennarelli. Ogni sezione del ponte rappresenta un aspetto della fiducia o della connessione.</p> <p><b><u>Domande di riflessione:</u></b>          - Come vi siete sentiti quando qualcuno ha ascoltato attivamente la vostra storia?          - Quali sfide avete affrontato durante la costruzione del ponte e come le avete superate?</p> <p><b><u>Obiettivi:</u></b>          - Rafforzare le capacità di ascolto attivo e di empatia          - Acquisire consapevolezza di come si forma la fiducia nelle relazioni</p>

	<p>Addestratore: [nome dell'allenatore]</p>
<p><b>Sessione 3:</b></p>	<p><b>13:00 - 14:30: Adattamento al cambiamento e costruzione di sistemi di supporto</b></p> <p><b><u>Descrizione:</u></b>  <b>"Navigare insieme nell'incertezza"</b>          Questa sessione aiuta i partecipanti a sviluppare la capacità di adattamento e a costruire solidi sistemi di supporto in ambito personale e professionale. Attraverso una sfida interattiva, sperimenteranno l'importanza della flessibilità, del lavoro di squadra e dell'intraprendenza nell'affrontare situazioni inaspettate.</p> <p><b><u>Attività:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Sfida a palla curva:</b> le squadre ricevono un compito semplice da portare a termine, ma a metà strada si trovano di fronte a un imprevisto (ad esempio, devono completarlo con una sola mano, cambiare i ruoli della squadra o perdere parte del materiale). Questo li costringe ad adattarsi rapidamente, a comunicare efficacemente e a sostenersi a vicenda per avere successo.</li> <li>- <b>Riflessione guidata:</b> Dopo la sfida, i partecipanti discutono:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Come avete reagito quando le cose sono cambiate inaspettatamente?</li> <li>2. Quali strategie hanno aiutato il vostro team ad adattarsi?</li> <li>3. Come possiamo applicare tutto questo alle sfide della vita reale?</li> </ol> </li> </ul> <p><b><u>Obiettivi:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rafforzare la capacità di adattamento dei partecipanti in situazioni imprevedibili.</li> <li>- Evidenziare il ruolo della comunicazione e dei sistemi di supporto nel superamento degli ostacoli.</li> <li>- Incoraggiare una mentalità di crescita, mostrando che le sfide possono portare a soluzioni creative.</li> </ul> <p>Addestratore: [nome dell'allenatore]</p>
<p><b>Sessione di chiusura</b></p>	<p><b>13:30 - 14:00: Conclusione e feedback</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sintesi dei principali risultati della formazione</li> <li>- Feedback dei partecipanti attraverso un questionario di valutazione.</li> <li>- Distribuzione dei certificati di partecipazione.</li> </ul>

	- Ringraziamenti e commenti di chiusura da parte dell'organizzatore.
--	--

5. Risorse necessarie	
<b>I materiali</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quaderni e penne</li> <li>- Pezzi di puzzle vuoti (tagliati da carta o cartone) (per il puzzle comunitario)</li> <li>- Stringa (per la Rete di connessioni)</li> <li>- Materiali per il ponte della fiducia (carta, nastro adesivo, pennarelli)</li> <li>- Dispense stampate di scenari di sopravvivenza (per la sfida Curveball)</li> </ul>
<b>Personale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Formatori/facilitatori</li> <li>- 2 Operatori giovanili esterni</li> </ul>
<b>Attrezzatura tecnica:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proiettore e schermo</li> <li>- Accesso Wi-Fi</li> </ul>

6. Collaboratori	
[Elenco dei collaboratori]	

7. Informazioni di contatto	
<b>Persona di contatto:</b>	[Nome del referente]
<b>Numero di telefono:</b>	[Numero di telefono del contatto]

<b>Indirizzo e-mail:</b>	[Indirizzo e-mail di contatto]
--------------------------	--------------------------------

<b>Note aggiuntive</b>
<p>Assicurarsi che tutti i partecipanti siano a conoscenza dell'ubicazione della sede e del programma.</p> <p>I volontari devono essere informati sul loro ruolo e sulle loro responsabilità prima dell'evento.</p> <p>Un fotografo documenterà l'evento, pertanto sarà richiesta l'autorizzazione a utilizzare le immagini per scopi promozionali.</p> <p>[.....]</p> <p>[.....]</p> <p>[.....]</p>