



**ODV**  
**ANFFAS** <sup>ONLUS</sup>  
dal 1958 la persona al centro  
SONDRIO



**Anffas Sondrio**

**Presenta**

# **Il Paese dei Balocchi**

**Gioco Educazione Divertimento Integrazione**

*Progetto dedicato al tempo libero e all'inclusione delle Persone con Disabilità*

Uno spazio gioco-educativo dove i ragazzi potranno confrontarsi in diverse attività con laboratori, suddivisi per fasce d'età, che consentiranno di offrire esperienze adatte a tutti.

Le famiglie di persone disabili si trovano spesso a gestire con particolare difficoltà il tempo libero dei loro figli.

Purtroppo, i comuni luoghi di aggregazione e svago non sempre tengono conto delle fragilità di queste persone e dei loro bisogni escludendoli dalle attività organizzate per i loro coetanei normodotati.

Proprio da queste esigenze, nasce *Il Paese Dei Balocchi*, uno spazio gioco-educativo dove i ragazzi possano confrontarsi in diverse attività con laboratori, suddivisi per fasce d'età, che consentono di offrire esperienze adatte a tutti. I laboratori sono quindi aperti anche a chi non risulta affetto da nessuna disabilità ma vuole trascorrere dei momenti piacevoli imparando divertendosi.

*Il Paese Dei Balocchi* si propone come punto di riferimento e di incontro per trascorrere del tempo libero, per stare insieme e organizzare giochi e attività strutturate.

Le finalità principali sono quelle di approfondire e rafforzare le relazioni interpersonali e l'integrazione con la società, sviluppare l'autonomia, la capacità di fare delle scelte, di manifestare la propria opinione, di relazionare e interagire con gli altri aumentando la consapevolezza di se stessi. Per questo motivo abbiamo deciso di aprire le porte anche a chi non presenta nessuna difficoltà, in modo da agevolare l'integrazione e l'idea che la disabilità non deve essere vista per forza come limite ma come "normale diversità nell'agire.

Il progetto prevede la realizzazione di diversificate attività ludico-ricreative-sportive rivolte a ragazzi diversamente abili e non in un clima di integrazione e di valorizzazione delle proprie capacità, quali ricchezza di ciascun individuo.

Le varie attività ed i laboratori sono realizzati anche grazie alla collaborazione di preziosi volontari già appartenenti alla nostra organizzazione e di chi vorrà mettersi a nostra disposizione.

Per alcune attività, viene chiesta la collaborazione di altre associazioni sportive del territorio. Gli spazi riservati al progetto, sono inoltre utilizzati anche per incontri con i genitori, attività ricreative quali feste a tema, corsi di formazione, proiezioni filmati e documentari, momenti di vita associativa, progetti vari, ecc.

Lateralmente a questo spazio vengono organizzate periodicamente delle uscite sul territorio che coinvolgono i ragazzi regalando ai genitori dei momenti di sollievo.

Altre attività vengono invece realizzate in luoghi diversi proprio per la loro tipologia: Ippoterapia, Pet-Terapy, Nuoto, Sport Invernali, ecc.

Il Centro è situato a Sondrio in Lg. Sindelfingen 1, con lo scopo di allargare l'iniziativa anche ad altri territori.

Per favorire la partecipazione anche dei ragazzi residenti nei paesi limitrofi al capoluogo, è a disposizione un servizio di trasporto.



DISEGNO CON VARIE TECNICHE

MURALES

MOSAICO

CERAMICA

CRETA

PITTURA SU SASSI

## DESCRIZIONE

Un laboratorio artistico per sviluppare le capacità espressive.

Giocare, sperimentare, esprimersi attraverso l'arte e la cultura e comunicare con il mondo esterno. Un percorso terapeutico, formativo e ricreativo, che permetterà ai partecipanti di raccontare se stessi con l'arte.. Un progetto che punta a sviluppare la manualità fine, la capacità di gestire autonomamente un compito nonché la definizione di un proprio stile.

Un percorso artistico di narrazione in cui ogni persona con disabilità, ha modo di scegliere la forma migliore per esprimersi artisticamente e raccontare chi è. Ogni opera d'arte trasferisce un messaggio e delle informazioni che riguardano l'autore. I colori, le ombre, le luci, le forme diventano parole che raccontano qualcosa a chi li osserva attraverso una "nuova comunicazione".



L'arte è un linguaggio estremamente forte che mette a disposizione di ciascuno di noi, persona con o senza disabilità, uno strumento di comunicazione universale, immediato, diretto, spontaneo, istintivo. La produzione grafica, pittorica, scultorea, coinvolgendo le funzioni percettive e cognitive di una persona, è infatti un

esercizio complesso che spinge a sviluppare un comportamento coordinato, frutto dell'integrazione di tutte le funzioni psichiche.

Quindi, non un corso fine a se stesso, ma uno strumento per creare e ricostruire la propria identità ed il proprio equilibrio esistenziale. Il tutto mai in solitudine: si lavora sul gruppo ed “attraverso” il gruppo per attivare la capacità di coinvolgere e farsi coinvolgere, la capacità di collaborare con i propri compagni, di aiutarsi reciprocamente raggiungendo obiettivi comuni. Attraverso la sensazione di soddisfazione per l’opera prodotta, i partecipanti otterranno un aumento dell’autostima e della propria consapevolezza di partecipazione sociale in quanto “artisti”. Le attività di manipolazione, modellazione e altre attività manuali, favoriranno lo sviluppo e il mantenimento, sia delle abilità di base (grosso-motorie, fino-motorie, di coordinazione oculo-manuale), sia di quelle cognitive (discriminazione, generalizzazione, classificazione, seriazione, logiche, schema corporeo ecc.) oltre che aiutare a scaricare gli impulsi e a dirigere i propri sentimenti diventando così ottime vie di scarico di insicurezze ed efficaci mezzi di espressione.

## OBIETTIVI

Le attività manipolative si rivolgono ai ragazzi diversamente abili che spesso si trovano a loro agio nello svolgere attività di carattere pratico. Attraverso la realizzazione guidata di vari oggetti migliorano la motricità fine, si sentono gratificati e aumentano il livello di autostima (di solito carente); sviluppano la "creatività" che è importante anche per innescare processi mentali di tipo logico-astrattivi che talvolta sono seriamente compromessi, migliorando le capacità relazionali attraverso un processo di socializzazione e rispetto delle regole.

Pertanto esse mirano a far:

- migliorare le capacità relazionali;
- sviluppare le capacità senso-percettive;
- sviluppare le abilità manuali;
- innescare processi mentali di tipo logico-astrattivi;
- migliorare l’attenzione e la memorizzazione;
- migliorare il livello di autostima;
- sviluppare la capacità creativa;
- acquisire norme comportamentali;
- sviluppare la motricità fine.





# ***BALLA CHE TI PASSA !!***



**LABORATORIO DI DANZATERAPIA**

GINNASTICA A CORPO LIBERO A SUON DI MUSICA  
ACQUISIZIONE DEI PASSI BASE NELLE VARIE CATEGORIE

## DESCRIZIONE

Con balli individuali, di coppia e di gruppo, si pratica attività fisica divertendosi e imparando anche a rispettare i tempi dell'altro oltre che ad affinare meglio il proprio coordinamento motorio.

Il laboratorio è un importante momento di costruzione di una relazione positiva con gli altri e un forte stimolo al miglioramento delle capacità psicomotorie e di coordinamento visuo-spaziale e sonoro dei ragazzi.



Uno stimolo divertente e piacevole che richiede, non solo l'impegno necessario per eseguire correttamente i passi, ma anche il saper condividere con tutti ciò che si apprende promuovendo l'integrazione fisica, emotiva, cognitiva e relazionale della persona, la sua maturità affettiva e psicosociale, lo sviluppo del suo potenziale creativo.



I balli di gruppo permettono di creare piccole coreografie dove i ragazzi metteranno alla prova le loro capacità mnemoniche, di

coordinazione motoria, di relazione con gli altri ed il rispetto dei tempi muovendosi con naturalezza, in base alle proprie possibilità

Il ballo quindi non è solo un'arte applicata, bensì deve essere inteso con un significato più ampio che coniuga il movimento, l'energia cinetica del corpo, con il vissuto emotivo della persona per accedere a nuove dimensioni della coscienza di sé.

Nel nostro laboratorio non esiste il "movimento giusto" o il "movimento sbagliato" esiste solo il "movimento autentico e vero", che nasce da un bisogno reale, sia fisico che emotivo, che permette di esprimere ciò che si è e si sente in quel momento riscoprendo la fiducia in sé stessi in maniera divertente.

## OBIETTIVI

L'obiettivo principale è quello di insegnare ai ragazzi con disabilità a lavorare e danzare con la musica, per poter migliorare equilibrio, postura e autostima dimostrando come il ballo e la musica possano riuscire ad abbattere ogni ostacolo.

Lo scopo finale quello di promuovere il benessere della persona, stimolare il piacere e l'energia psico-fisica e offrire maggiore possibilità di sviluppo delle competenze relazionali.



Gli SCOPI di questo laboratorio sono:

- Migliorare l'area cognitiva, per cui attraverso il ballo si possono migliorare alcune competenze quali lo schema corporeo, l'apprendimento di concetti
- Migliorare l'area emotiva, incrementando la capacità di manifestare le proprie emozioni;
- Migliorare l'area relazionale, per cui vengono migliorate le relazioni intrapersonali;
- Migliorare l'area psicomotoria, aumentando la coordinazione motoria e la capacità di gestione dello spazio, la propriocezione e la consapevolezza del corpo
- Acquisire gli elementi musicali di ritmo e melodia quali stimoli di espressività corporea;
- Incoraggiare l'esplorazione e la scoperta di nuove possibilità motorie attraverso il movimento;
- Aumentare la consapevolezza del proprio sé corporeo
- Favorire le relazioni e le comunicazioni non verbali fra i partecipanti;
- Favorire il contatto con le proprie emozioni attraverso il corpo
- Favorire la socializzazione al fine di evitare l'isolamento sociale.





# **BELLI E POSSIBILI!!**

**LABORATORIO ESTETICO UOMO / DONNA**



LABORATORIO ESTETICO PER LA CURA DI SE'  
Trucco/Unghie/Capelli/Barba/Maschere rilassanti...

## DESCRIZIONE



Educare la persona alla cura di sé stessa, dall'igiene personale, alla manicure e pedicure fino alla scelta su come vestirsi, è un'attività il cui obiettivo primario è quello di motivare e responsabilizzare l'utente nell'occuparsi di quegli aspetti.

Il nostro viso, il nostro corpo, l'abito che indossiamo e il profumo che emaniamo sono le prime caratteristiche che mostriamo agli altri, il nostro cosiddetto "biglietto da visita". Quando si incontra una persona con disabilità, sia essa psichica o fisica, solitamente si tende a vedere solo la sua "differenza" e non la sua interezza, e questo contribuisce alla crescita di sfiducia in lei, o a provare un senso di rifiuto per il suo corpo, percepito come non bello perché "diverso" da quello degli altri.

Per questo abbiamo deciso di avviare una serie di attività orientate a stimolare un'ampia riflessione sulla corretta igiene personale da intendersi non solo come "buona pratica" in linea generale ma come regola che favorisce il benessere personale.

Riteniamo che il "prendersi cura di sé" faccia parte integrante di un buon percorso di riabilitazione e una buona terapia riabilitativa è sempre frutto dell'interazione tra il benessere mentale e quello fisico, in quanto complementari. Solo attraverso la costruzione di relazioni fondate su valori positivi come il rispetto, l'ascolto e la cura di sé, si può conoscere il reale valore che il "bello" può assumere. Solo imparando ad amare e ad apprezzare prima se stessi si possono poi amare ed apprezzare gli altri.

Tutti si concentrano sull'aspetto riabilitativo, dimenticando l'importanza di far stare bene una persona anche dal punto di vista fisico-estetico.

Il corpo ha bisogno di cure ed attenzioni diverse per ognuno, anche in funzione delle stagioni, del clima o degli eventi che accadono.

I laboratori aiuteranno la persona a tirare fuori il meglio di sé, a volersi bene nonostante i propri deficit, a conoscere il proprio corpo.

Non si parlerà solo di trucco e creme ma di una concezione di bello che deve abbracciare tutta la sfera della vita di queste persone.

Se faccio sentire più bella una persona, la sua autostima crescerà, e affronterà tutti gli altri problemi in modo nettamente diverso.



Negli incontri saranno trattati varie tematiche, come l'igiene

personale e la pulizia degli strumenti utilizzati, la depilazione, il trucco e l'abbigliamento adeguato alle diverse occasioni della giornata.

## OBIETTIVI

- Miglioramento delle autonomie legate all'igiene personale ed alla cura nel vestire
- Aumento della valorizzazione del proprio aspetto estetico come regola sociale che facilita l'inclusione
- Aumento del benessere mentale strettamente correlato a quello fisico
- Sostegno all'autostima
- Sostegno alle capacità relazionali
- Stimolare un'ampia riflessione su se stessi come persona "bella" e non "diversa"





# LEGO TERAPIA !!

LABORATORIO COSTRUTTIVO



LABORATORIO DI ARTETERAPIA  
Costruzioni con i Mattoncini

## DESCRIZIONE

Gli storici mattoncini Lego non sono solo un gioco “costruttivo” e intelligente, ma possono rappresentare una benefica terapia, soprattutto per i bambini che manifestano ansia, iperattività, disturbi del comportamento e dello spettro autistico.

Durante questo laboratorio i ragazzi potranno costruire castelli, assemblare navicelle spaziali, dare vita a personaggi.



Un'attività sia individuale che di gruppo, per abituare i bambini a socializzare, cooperare, relazionarsi con i propri compagni.

Esercitando il suo fascino intramontabile, il Lego è tuttora considerato un gioco costruttivo, capace di stimolare l'ingegno di grandi e piccini. Su questo aspetto è nata ultimamente anche la Legoterapia che concorre, assieme agli altri trattamenti, allo sviluppo di abilità e autonomie soprattutto in alcuni tipi di disabilità, come l'autismo.

La costruzione Lego, fornendo un interesse comune ed un obiettivo da raggiungere, insegna a sviluppare capacità di socializzazione, la condivisione, il saper attendere il proprio turno, il mantenere un contatto visivo con l'interlocutore ed il saper seguire le regole sociali.

## OBIETTIVI

- Miglioramento delle competenze che prevedono la presenza dell'altro e la collaborazione con il gruppo
- Imparare a condividere un progetto comune
- Imparare a rispettare delle regole di comportamento (attendere il proprio turno, collaborare con gli altri, accettare suggerimenti, interagire con il gruppo)
- Sviluppare un maggior interesse nei confronti dei compagni di gioco
- Imparare a chiedere aiuto
- Imparare a seguire i comandi



# *YogAntiGravity!!*

LABORATORIO ATTIVITA' FISICO-MENTALE



LABORATORIO YOGA ANTIGRAVITY

## DESCRIZIONE

Lo yoga, una disciplina basata sulla cura del corpo e della mente per raggiungere un maggiore benessere mentale e fisico, può avere molteplici effetti terapeutici in persone con disabilità, diversità funzionali e bisogni speciali.

Imparare a migliorare la respirazione e la consapevolezza del corpo è molto utile per riuscire a rilassarsi, migliorare l'equilibrio e la coordinazione ed aumentare il proprio tono muscolare.



Lo Yoga AntiGravity viene praticato con l'ausilio di una speciale amaca appesa al soffitto che permette al corpo di eseguire i movimenti senza le costrizioni dovute alla forza di gravità. Il metodo è semplice, sicuro e divertente !

Fornisce alle persone con disabilità un equilibrio generale del sistema nervoso, migliorando l'igiene posturale, la circolazione sanguigna, la digestione e la respirazione.



E' ideale per la sua influenza positiva su salute, sollievo dal dolore e rilassamento, aumento della coordinazione e riequilibrio delle energie tra mente e corpo.

E' un' attività che dona maggiore forza, flessibilità ed equilibrio, diminuisce lo stress e l'ansia attraverso un maggiore rilassamento, migliora la postura, la salute delle ossa e dei muscoli, l'umore e la concentrazione.

Aumenta la resistenza, la flessibilità e la capacità polmonare, aiuta a controllare la respirazione, a migliorare l'attenzione, la concentrazione e la capacità di memoria.

Attraverso un percorso di esercizi mirati a favorire il funzionamento motorio, si migliorerà la socialità, la concentrazione e la comunicazione.

Si tratta di esercizi dolci, sicuri e indicati anche a persone con sindrome di Down, paralisi cerebrale, microcefalia, autismo e altre disabilità. Non solo, il metodo può essere d'aiuto anche ai piccoli con disturbi dell'attenzione o deficit di apprendimento.

Inoltre migliora la fiducia in se stessi, aumenta l'autostima e grazie all'attività di gruppo, promuove l'integrazione e l'empatia verso gli altri.

## OBIETTIVI

- Migliorare la consapevolezza del proprio corpo
- Aumentare l'autostima e fiducia in se stessi
- Imparare a rapportarsi con il gruppo migliorando la comunicazione
- Aumentare l'attenzione, la capacità di concentrazione e la memoria
- Migliorare la coordinazione e l'equilibrio



**e...Tanto Altro !!**