



# Guida alle attività di sensibilizzazione Next Door

**Promuovere servizi di prossimità  
per tutelare e prendersi cura dei  
cittadini anziani**

**Project Number: 2020-1-FR01-KA204-080560**

Il progetto NEXT DOOR mira a promuovere il capitale sociale all'interno dei quartieri, favorendo la tutela e il benessere dei cittadini anziani e migliorando la qualità della vita all'interno del vicinato. NEXT DOOR ha lo scopo di sviluppare le competenze dei professionisti che lavorano per la comunità a livello locale, arricchendo le loro capacità tecniche e sociali per incoraggiare una maggiore coesione collettiva e collaborazione tra le realtà del territorio.

## Indice dei contenuti

- Introduzione
- Struttura della Guida
- Attività:
  - Attività 1: Evento musicale multigenerazionale
  - Attività 2: Gara di torte e scambio di ricette
  - Attività 3: Visita multigenerazionale ad un sito naturale
  - Attività 4: Attività terapeutiche artistiche e artigianali
  - Attività 5: Lezione di danza tradizionale
  - Attività 6: Conferenza sulla storia locale
  - Attività 7: Murales della comunità
  - Attività 8: Ritratti fotografici e mostra
  - Attività 9: L'orto di quartiere
  - Attività 10: Tour a piedi del quartiere
  - Attività 11: Attività di photovoice
  - Attività 12: Plenaria dei leader locali
  - Attività 13: Volontariato: scopri il tuo potenziale
  - Attività 14: Olimpiadi di quartiere
  - Attività 15: Incontro e saluto degli animali domestici
- Esperienze di pilotaggio
- Questionario di valutazione dei partecipanti all'attività di sensibilizzazione
- Allegato 1: Lista dei partecipanti

## Introduzione

La sensibilizzazione è rivolta al pubblico in generale, con particolare riferimento ai cittadini anziani e a coloro i quali sono loro vicini, e mira a promuovere l'azione e l'impegno all'interno della comunità locale. Le attività di sensibilizzazione coinvolgono i cittadini e aumentano la loro consapevolezza dei problemi che riguardano gli anziani, attirando l'attenzione sui punti in cui è necessario il loro contributo. Per garantire la sostenibilità del progetto Next Door peraltro è importante coinvolgere i professionisti e le organizzazioni locali nella progettazione ed organizzazione delle attività di sensibilizzazione.

In un mondo in rapida evoluzione come quello odierno, il problema dell'isolamento degli anziani e la necessità di un maggior impegno e sostegno da parte della comunità hanno ottenuto un'attenzione significativa. In tal direzione il progetto Next Door è stato sviluppato in modo da offrire elementi di innovazione e partecipazione delle comunità e ha creato un programma di attività di sensibilizzazione che inviti singoli, gruppi ed enti locali a prendere parte a eventi volti ad accrescere la consapevolezza della popolazione sull'importanza del capitale sociale della comunità.

Questa guida presenta le varie attività di sensibilizzazione del progetto Next Door basate un approccio proattivo e di stimolo all'impegno della comunità nei confronti della popolazione anziana. Propone infatti una serie di attività creative e partecipative che promuovono un senso di apertura e disponibilità dei cittadini ad aiutare i propri vicini, soprattutto quelli anziani. A corredo di queste attività è stato preparato un programma di sviluppo delle conoscenze per i professionisti, migliorando le loro capacità e competenze nel lavoro di comunità. L'obiettivo finale è quello di contribuire al benessere generale e al sostegno dei cittadini, attraverso una maggiore consapevolezza e un atteggiamento più proattivo da parte di cittadini e professionisti.

La metodologia presentata nel programma è stata progettata per essere adattabile a diversi contesti e può essere personalizzata in base alle esigenze specifiche di ciascun Paese o comunità. L'esclusione sociale, in quanto fattore sociale comune, si manifesta in modi simili in tutta Europa, rendendo questo programma replicabile. Gli strumenti e gli interventi sono infatti strutturati in modo universale, garantendo così la loro rilevanza in diverse comunità.

Introducendo nuovi stimoli e rinnovando le conoscenze relative all'intervento comunitario, questo programma mira ad incoraggiare le organizzazioni e gli operatori di comunità ad abbracciare interventi preventivi piuttosto che riparativi. I professionisti saranno coinvolti attivamente come attori chiave nell'implementazione delle attività di sensibilizzazione, aumentando il loro senso di appartenenza e l'impegno a portare avanti il modello.

L'impatto atteso di questo programma si estende al pubblico in generale, in quanto migliora la conoscenza delle sfide dell'invecchiamento e dell'importanza di sostenere i cittadini anziani. Attraverso attività di sensibilizzazione e iniziative di coinvolgimento della comunità, questo programma si sforza di creare un ambiente più inclusivo e solidale per gli adulti anziani.

## Struttura della Guida

In questa guida sono presentati undici modelli di attività specifiche, ognuno con obiettivi, descrizione, durata e risorse necessarie. Queste attività sono interattive, partecipative e progettate per promuovere diverse forme di interazione intergenerazionale e di condivisione delle conoscenze. Dagli eventi musicali multigenerazionali alle gare di cucina, dalle visite ai siti naturali all'arteterapia, ogni attività mira a favorire la connessione e l'apprendimento. La guida enfatizza la cooperazione, l'attività fisica e l'apprezzamento della comunità proponendo le seguenti attività tematiche:

1. Evento musicale multigenerazionale: facilita le interazioni intergenerazionali attraverso un piccolo concerto, un gioco "alla cieca" e uno scambio informale.
2. Gara di torte e scambio di ricette: promuove lo scambio intergenerazionale organizzando una gara di torte e panificazione/pasticceria ed incoraggiando la trasmissione delle relative conoscenze.
3. Visita multigenerazionale ad un sito naturale: offre un'opportunità di formazione continua e di socializzazione intergenerazionale attraverso una visita a un parco naturale locale.
4. Attività terapeutiche artistiche e artigianali: fornisce uno sbocco creativo e un'interazione intergenerazionale attraverso progetti di arteterapia.
5. Lezione di danza tradizionale: incoraggia l'attività fisica e l'apprezzamento della comunità locale insegnando stili di danza tradizionali.
6. Conferenza sulla storia locale: promuove l'educazione e l'apprezzamento della storia locale ospitando conferenze e discussioni.
7. Murales della comunità: coinvolge la comunità nella creazione di murales che rappresentano e decorano il quartiere.
8. Ritratti fotografici e mostra: celebra la diversità e vitalità della comunità locale offrendo foto-ritratti e organizzando mostre.
9. Orto di quartiere: utilizzando i terreni comunali disponibili, promuove la cooperazione intergenerazionale e l'educazione a uno stile di vita sano sviluppando un orto urbano.
10. Tour a piedi del quartiere: incoraggia l'attività fisica e l'apprezzamento della comunità locale attraverso visite guidate a piedi.
11. Attività di photovoice: costruisce un murale per mostrare le immagini della vita nella comunità e promuove la narrazione.
12. Plenaria dei leader locali: coinvolgimento dei decisori locali in discussioni ed attività sui bisogni della zona;
13. Volontariato: scopri il tuo potenziale. Esplorare i talenti e le passioni delle persone per verificare la possibilità di trasformarle in attività di volontariato
14. Olimpiadi di quartiere: organizzare diverse attività ludiche a partecipazione libera per favorire il senso di socializzazione

15. Incontro e saluto degli animali domestici: benefici della pet-therapy e pet sitting con gli animali del vicinato.

Ogni attività è progettata per creare un ambiente dinamico e coinvolgente sia per i cittadini anziani che per le generazioni più giovani. Riunendo persone di età diverse, queste attività mirano a contribuire alla coesione sociale, all'apprendimento condiviso e a un senso di unità all'interno della comunità. In allegato viene fornito un modello di modulo di presenza che può essere utilizzato per un evento.

## Attività

Verranno dettagliate le undici attività di sensibilizzazione proposte, che si propongono di essere attive, partecipative, creative, non formali e divertenti, specificando i vari aspetti da replicare in altri contesti adattandoli alle varie esigenze.

### Attività 1: Evento musicale multigenerazionale

<b>Attività</b> Evento musicale multi-generazionale	
<b>Obiettivo/i</b> Facilitare le interazioni intergenerazionali.	
<b>Descrizione</b> Organizzazione di un piccolo concerto in collaborazione con una scuola di musica locale. L'evento sarà diviso in 3 parti: --- Concerto di 30 minuti --- Piccolo "test alla cieca": i partecipanti pescano una carta da una grande ciotola sulla quale si vede uno strumento specifico che qualcuno sta suonando. La missione consiste nell'andare a scoprire 5 informazioni sul suonatore (ad esempio, da quanto tempo suona questo strumento, la musica preferita da suonare, ecc.) --- uno scambio informale con cibo e bevande	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Anziani e famiglie</li> <li>● I giovani che suonano e le loro famiglie</li> <li>● Vicini di casa</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> 30
<b>Durata</b> 2 ore	<b>Posizione del sito</b> All'esterno / nei locali esterni di una casa di riposo
<b>Risorse necessarie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contatto con una scuola di musica locale disposta a essere coinvolta con strumenti</li> <li>- Schede per il gioco "test alla cieca" e penne o matite per tutti i partecipanti.</li> <li>- Facoltativo: Piccoli premi per i vincitori.</li> <li>- Scatola con carte (ognuna con uno strumento diverso) per il secondo gioco.</li> <li>- Cibi e bevande, utensili, piatti e tovaglioli.</li> </ul>	
<b>Altre considerazioni</b> Ci sono bagni accessibili nelle vicinanze? È disponibile una protezione solare?	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Promosso da: la scuola di musica, i giovani, le loro famiglie, la casa di riposo (se è organizzata lì), il Comune (se è possibile coinvolgerlo)</li> </ul>	

- Utilizzare volantini e manifesti

### Opzioni di gioco: (se fattibili)

- "Indovina la canzone": con un "test alla cieca" durante il concerto i partecipanti devono indovinare il più rapidamente possibile la musica suonata.
- "Trova il tuo strumento e conosci meglio chi lo suona": trovare un suonatore dello strumento che i partecipanti disegneranno prima dell'inizio del concerto. Se presente una scuola di musica, il programma potrebbe essere incentrato sulla musica di un decennio specifico o su un tema.

## Attività 2: Gara di torte e scambio di ricette

### Attività

Gara di torte e scambio di ricette

### Obiettivo/i

Facilitare lo scambio intergenerazionale per tramandare le conoscenze e permettere alle nuove generazioni di fare esperienza nella panificazione.

### Descrizione

L'attività prevede diversi tipi di partecipanti: giudici, concorrenti e spettatori. Nella pubblicità dell'evento ai partecipanti verrà chiesto di preparare a casa un prodotto di panificazione/pasticceria (ad esempio, torta lievitata, biscotti, ecc.) e di portarlo il giorno della gara. Per la prima ora tutte le opere in concorso saranno esposte al tavolo dei giudici. Tutti i partecipanti riceveranno una scheda di votazione per scegliere il vincitore in base alla presentazione, all'aspetto del prodotto. Successivamente, 2-5 giudici assaggeranno ogni prodotto da forno e decideranno tra loro per scegliere il vincitore assoluto. Tutti i partecipanti devono poter assaggiare le torte al termine della valutazione. Nell'ultima mezz'ora, i due vincitori vengono annunciati e ricevono un piccolo premio.

Per ogni prodotto da forno sono disponibili le ricette, in modo che i partecipanti possano provare a cucinarle a casa. Le ricette possono essere copiate o fotografate con il telefono.

I concorrenti hanno anche la possibilità di presentare il loro prodotto da forno insieme a una storia sul motivo per cui l'hanno scelto, sulla provenienza della ricetta e sui ricordi che associano al prodotto.

### Gruppo/i di destinazione

- Anziani e famiglie
- Studenti di cucina locali; panettieri professionisti e dilettanti

### Numero previsto di persone raggiunte

20-30

### Durata

2-3 ore

### Posizione del sito

Palestra della scuola  
 Municipio (o infrastrutture pubbliche)

### Risorse necessarie

- Tavolo di esposizione per prodotti da forno, mezzi per copiare le schede delle ricette
- Premi (potrebbero essere certificati) per i vincitori
- I giudici, che assaggiano e scelgono l'articolo vincente
- Schede e urne per scegliere il vincitore
- Bevande, posate, piatti e tovaglioli

### Considerazioni

Il luogo è accessibile alle sedie a rotelle? Ci sono servizi igienici o strutture per lavarsi le mani nelle vicinanze?

### Idee per la diffusione e la promozione

- Affiggere volantini nelle panetterie locali, nei centri comunitari, nelle scuole.
- Pubblicare sui social media

- Media locali Giornale o emittenti locali che potrebbero supportare l'evento

### Attività 3: Visita multigenerazionale ad un sito naturale

<b>Attività</b> Visita multigenerazionale ad un sito naturale	
<b>Obiettivo/i</b> Formazione continua, gestione dell'ambiente, socializzazione intergenerazionale nella natura.	
<b>Descrizione</b> Organizzazione di una visita a un parco naturale in collaborazione con il Comune. Durante l'evento si possono svolgere diverse attività: - spiegazione della storia dello spazio naturale; - osservazione della flora e della fauna selvatica; - l'importanza di preservare l'ambiente e il modo in cui il Comune è legato ad esso. Per facilitare l'interazione intergenerazionale alcuni anziani hanno spiegato al gruppo i cambiamenti subiti dallo spazio naturale e come era quando erano giovani, ovvero le tradizioni, il tipo di coltivazioni, gli usi, ecc.	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Anziani</li> <li>● Le famiglie</li> <li>● Giovani</li> <li>● Vicini di casa</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> 30 - 50
<b>Durata</b> 3 ore	<b>Posizione del sito</b> Esterno / Parco naturale
<b>Risorse necessarie</b> Un contatto con il Comune per fornire il trasporto allo spazio naturale e la guida che illustra la storia e le pratiche di conservazione.	
<b>Considerazioni</b> Avere un kit di pronto soccorso in caso di infortunio durante la permanenza nel parco naturale. Quali sono le considerazioni sull'accessibilità? Ognuno deve portare con sé acqua e cibo o verranno forniti?	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> Promosso da: <ul style="list-style-type: none"> <li>● associazioni di pensionati,</li> <li>● centri di attività e centri comunitari per anziani,</li> <li>● Comune,</li> <li>● altre Istituzioni</li> </ul>	
<b>Opzione di gioco (se fattibile)</b> Illustrare ai giovani le diverse App per identificare le diverse razze di uccelli. Queste potrebbero essere utilizzate anche durante l'evento e i più giovani potrebbero mostrare l'App agli anziani.	

#### Attività 4: Attività terapeutiche artistiche e artigianali

<b>Attività</b> Attività terapeutiche artistiche e artigianali	
<b>Obiettivo/i</b> Socializzazione intergenerazionale; riscoperta dei sensi tattili per gli anziani; sfogo sociale e creativo; senso di inclusione nella società.	
<b>Descrizione</b> Le persone arrivano e trovano posto a un tavolo di lavoro dove anziani e giovani sono mescolati. Un istruttore spiegherà il mestiere e gli aiutanti distribuiranno il materiale. Tutti possono lavorare insieme e/o in modo indipendente per creare le loro opere d'arte. Alla fine ci sarà una mini-mostra per esporre i lavori di tutti, che potrebbero anche essere digitalizzati e postati sui social media per creare un'influenza più duratura dell'attività. Le idee di progetto sono: <ul style="list-style-type: none"> <li>● riscoprire la natura: i partecipanti e l'organizzatore del progetto portano oggetti trovati in natura da utilizzare per creare un progetto artigianale (questa attività è più flessibile, ma le creazioni potrebbero essere un collage, un mobile o una scultura).</li> <li>● dipingere cartoline o biglietti, che possono poi essere inviati ai propri cari.</li> <li>● creare ornamenti: particolarmente indicato durante le festività natalizie quando i prodotti finiti potrebbero essere regalati.</li> </ul> I bambini possono creare un oggetto per le persone anziane che vivono in case di riposo e che non possono creare i propri oggetti.	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Anziani e famiglie</li> <li>● Famiglie con bambini piccoli</li> <li>● Studenti e insegnanti d'arte locali / Educatori di arteterapia</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> 20
<b>Durata</b> 3 ore	<b>Posizione del sito</b> Scuola o studio d'arte All'aperto se il tempo è buono Pubblico - biblioteca nella sala attività Casa di cura/centro di assistenza per anziani Centro comunitario
<b>Risorse necessarie</b> Materiale per l'artigianato, a seconda del progetto scelto. Tavoli e sedie. Bagno per facilitare la pulizia. Istruttore per spiegare il progetto, esempi di progetti già realizzati da esporre, aiutanti per distribuire il materiale. Tavolo di esposizione per mostrare i lavori finiti. Snack e bevande, oltre a piatti e utensili.	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Volantini e manifesti nelle scuole locali, nei club e nei corsi d'arte.</li> <li>● Stampa locale</li> <li>● I social media</li> </ul>	
<b>Opzione di gioco (se fattibile)</b> Idea per l'arteterapia: i giovani dipingono "alla cieca" (cioè bendati) o con la mano non dominante per comprendere meglio la perdita di vista e di destrezza associata all'invecchiamento.	



## Attività 5: lezione di danza tradizionale

<b>Attività</b> Corso di ballo - Danza tradizionale regionale, salsa, sala da ballo, ecc.	
<b>Obiettivo/i</b> Trasferimento di conoscenze; sensibilizzazione e promozione culturale e tradizionale; attività fisica e movimento; socializzazione.	
<b>Descrizione</b> Per i primi 30 minuti, ballerini amatoriali o professionisti (preferibilmente anziani) dimostrano e insegnano le danze al resto dei partecipanti. I partecipanti, preferibilmente mescolando le generazioni, praticano in coppia gli stili di danza appena appresi per un'ora di danza aperta. La pista da ballo viene liberata per una pausa di 20 minuti in cui ballerini professionisti o amatoriali presentano alcuni numeri di danza. Segue di nuovo la danza libera. Per tutta la durata dell'evento sarà disponibile un rinfresco e ci saranno ampi posti a sedere per i partecipanti che potranno rilassarsi, godersi la musica e osservare gli altri ballerini. Facoltativo: potrebbe esserci un altro momento di insegnamento in cui i giovani mostrano una nuova danza su Tik Tok e cercano di insegnarla agli anziani.	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Anziani</li> <li>● Vicini, famiglie</li> <li>● Studenti della scuola</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> 20-40
<b>Durata</b> 2-3 ore	<b>Posizione del sito</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Palestra della scuola</li> <li>- Piazza pubblica</li> <li>- Centro comunitario</li> <li>- Parcheggio</li> <li>- Casa di cura</li> </ul>
<b>Risorse necessarie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Impianto musicale e audio (compreso il microfono), eventuale illuminazione</li> <li>- Rinfreschi: bevande, snack (come frutta e biscotti), piatti, utensili, tovaglioli.</li> <li>- Area per il riposo</li> <li>- Pavimento da ballo (linoleum)</li> <li>- Insegnanti / dimostratori di danza</li> </ul>	
<b>Considerazioni:</b> Sono disponibili servizi igienici nelle vicinanze?	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Volantini e poster</li> <li>● Stampa locale</li> <li>● I social media</li> </ul>	
<b>Opzione di gioco (se fattibile)</b> Lotteria: tutti ricevono un biglietto e un vincitore viene estratto e annunciato alla fine dell'evento. Il vincitore deve essere presente per ritirare il premio, incoraggiando i partecipanti a rimanere per l'intero evento. Sarebbero necessari i biglietti della lotteria, un contenitore (per mettere tutti i biglietti prima di scegliere il vincitore), il premio.	

## Attività 6: conferenza sulla storia locale

<b>Attività</b> Conferenza sulla storia locale	
<b>Obiettivo/i</b> Educazione continua; inclusione sociale; dare agli anziani l'opportunità di condividere le loro storie personali; registrare la storia locale.	
<b>Descrizione</b> Lo storico locale o l'insegnante di storia tengono una lezione di 30 minuti o un'ora su un particolare evento o periodo "recente". Preferibilmente con un riferimento o ricaduta locale: ad esempio, la caduta del Muro di Berlino e la riunificazione della Germania Ovest ed Est per un'attività svolta in Germania. L'evento prevede anche un tavolo di esposizione di oggetti storici e fotografie che i partecipanti potranno osservare prima e/o dopo la conferenza. - Facoltativo: I partecipanti più anziani potrebbero condividere storie o esperienze rilevanti della loro vita su un particolare argomento/evento. Potrebbero anche portare foto o souvenir da inserire nel tavolo espositivo e spiegare questi oggetti ai partecipanti a un livello più informale e colloquiale. - Facoltativo: Test a quiz sull'argomento prima dell'inizio della lezione, preferibilmente con squadre intergenerazionali. Il quiz dovrebbe essere breve, con poche domande, e sarebbe un buon modo per far valutare a tutti i partecipanti quanto conoscono l'argomento.	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Anziani</li> <li>● Studenti (di storia), scolari</li> <li>● Famiglie, vicini di casa</li> <li>● Storici locali</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> 30
<b>Durata</b> 2 ore	<b>Posizione del sito</b> Aula - Biblioteca pubblica Caffè Piccolo teatro (al chiuso o all'aperto) Sito storico locale, se pertinente
<b>Risorse necessarie</b> - Proiettore e computer portatile (se si usano le diapositive), microfono - Lavagne a quiz (mini lavagne o lavagne con gesso) e mercatini/gesso - Tavolo per esporre i ricordi o bacheche per esporre le fotografie	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Giornale - intervista o questioni su una storia particolare</li> <li>● Social media, manifesti e volantini presso scuole, università e centri storici locali.</li> </ul>	
<b>Considerazioni</b> Il luogo è accessibile? C'è spazio nei corridoi o vicino all'ingresso per le sedie a rotelle?	
<b>Opzione di gioco (se fattibile)</b> All'inizio dell'evento si potrebbe svolgere un breve quiz storico in stile pub con squadre (preferibilmente intergenerazionali).	

## Attività 7: Murales della comunità

<b>Attività</b> Murales della comunità	
<b>Obiettivo/i</b> Impegno nella comunità; socializzazione intergenerazionale.	
<b>Descrizione</b> <p>Coinvolgere i membri della comunità, possibilmente di diversa provenienza ed età, attraverso la creazione di un murale che rappresenti e decori il quartiere.</p> <p>L'immagine rappresentata nel murale sarà decisa attraverso una sessione di pianificazione, in modo che rappresenti davvero il quartiere. Il murale sarà rappresentativo di diverse generazioni.</p> <p>Dopo la sessione di progettazione, uno street-artist disegnerà uno stencil che sarà poi riprodotto su un muro in una zona visibile del quartiere da un gruppo di abitanti sotto la supervisione dell'artista.</p> <p>La pittura vera e propria del murale sarà un'attività più lunga. I residenti delle case di riposo locali potrebbero essere invitati ad assistere alla realizzazione del murale, se non possono addirittura dipingere.</p> <p>(vedi: <a href="#">Non sono un murales. Segni di comunità (conibambini.org)</a>)</p>	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> - Anziani -Pubblico in generale -Famiglie -Giovani -Vicini di casa	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Almeno 10 per realizzare i murales</li> <li>● Almeno 100 visitatori</li> </ul>
<b>Durata</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 giorno per la progettazione partecipata</li> <li>● 1 giorno per la realizzazione dei murales</li> </ul>	<b>Posizione del sito</b> Spazio comunitario
<b>Risorse necessarie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Artista di strada da ingaggiare</li> <li>● Materiali (vernice, pennelli, ecc.) e scale, se necessario.</li> <li>● Autorizzazione del Comune a dipingere e utilizzare la parete, se si trova in uno spazio pubblico.</li> </ul>	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● I social media</li> <li>● Media locali (giornali, radio....)</li> <li>● Manifesti e opuscoli</li> <li>● Porta a porta</li> </ul>	

## Attività 8: Ritratti fotografici e mostra

<b>Attività</b> Ritratti fotografici e mostra	
<b>Obiettivo/i</b> Celebrazione della comunità locale; riconoscimento e sostegno intergenerazionale.	
<b>Descrizione</b> 1 - Un fotografo sarà ingaggiato per offrire agli abitanti del quartiere l'opportunità di essere fotografati. Il fotografo potrebbe girare per il quartiere e scattare foto di ritratti in vari luoghi, oppure potrebbe esserci un'area stabilita dove i residenti locali vanno a farsi ritrarre. Ogni ritratto potrebbe essere accompagnato da una breve descrizione. 2 - I ritratti stampati, con il permesso dei singoli, saranno poi esposti in una mostra di quartiere per celebrare la comunità e i suoi abitanti. La mostra potrebbe essere allestita in un'unica sede o diffusa in tutta la città in vari ristoranti locali, luoghi culturali, centri di trasporto, ecc.	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> -Persone anziane -Pubblico in generale -Famiglie -Giovani -Vicini di casa	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Almeno 20 ritratti</li> <li>● Almeno 50 visitatori della mostra</li> </ul>
<b>Durata</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 2 giorni per le foto</li> <li>● 2 settimane per la mostra</li> </ul>	<b>Posizione del sito</b> Spazi comunitari - piazza centrale, stazioni degli autobus e dei treni, centri comunitari, centro commerciale locale, ecc.
<b>Risorse necessarie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fotografo professionista o amatoriale con attrezzatura adeguata</li> <li>● Stampe di grandi dimensioni delle foto (e cornici)</li> <li>● Sala/e/spazio/i per la mostra</li> <li>● Allestimento della mostra - materiali per appendere i ritratti, assicurarsi che i ritratti non siano soggetti alle intemperie o ad atti di vandalismo.</li> </ul>	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● I social media</li> <li>● Media locali (giornali, radio....)</li> <li>● Poster e volantini</li> <li>● Porta a porta</li> </ul>	

## Attività 9: L'orto di quartiere

<b>Attività</b> L'orto di quartiere	
<b>Obiettivo/i</b> Cooperazione intergenerazionale; trasferimento di conoscenze; educazione a uno stile di vita e alimentare sano; socializzazione all'esterno.	
<b>Descrizione</b> Attività di sviluppo di un piccolo orto urbano che può essere piantato direttamente nel terreno, messo a disposizione dal Comune, oppure collocato in fioriere sparse per la città. Bambini e anziani lavoreranno insieme per piantare i semi e creare uno spazio verde con i partecipanti più anziani, con conoscenze e competenze di giardinaggio, che insegnano ai bambini le migliori pratiche. I bambini sviluppano un piccolo orto che possono veder crescere nel tempo. La comunità è incoraggiata ad utilizzare i prodotti dell'orto (erbe, cavoli, ecc.) come parte di un'iniziativa volta ad aumentare l'impegno della comunità e gli stili di vita sani. Si prevede un'attività iniziale di mezza giornata a cui seguirà partecipazione continua.	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Anziani</li> <li>● Bambini e genitori</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> 10 - 20
<b>Durata</b> mezza giornata	<b>Posizione del sito</b> Spazio comunitario - uno spazio verde locale o un'area centrale in cui collocare un'aiuola rialzata.
<b>Risorse necessarie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Appezamento di terreno / Aiuole di legno o di cemento per il giardino</li> <li>- Materiali per la piantagione - terriccio, fertilizzanti, piante/semine</li> <li>- Tubo da giardino o annaffiatoio e fonte d'acqua</li> <li>- Attrezzi da giardinaggio: guanti, pale, vanghe, vanghette, cesoie.</li> </ul>	
<b>Considerazioni</b> I volontari dovrebbero garantire che i giardini siano costantemente annaffiati, diserbati, ecc.	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● I social media</li> <li>● Media locali (giornali, radio, ecc.)</li> <li>● Manifesti negli spazi della comunità</li> <li>● Volantini consegnati porta a porta</li> </ul>	

## Attività 10: Tour a piedi del quartiere

<b>Attività</b> Tour a piedi del quartiere	
<b>Obiettivo/i</b> Attività fisica e movimento; socializzazione intergenerazionale; valorizzazione della comunità locale.	
<b>Descrizione</b> Nel materiale promozionale dell'evento è stato stabilito un punto di incontro centrale per i partecipanti. Una guida locale incontrerà i partecipanti all'ora stabilita e li condurrà in giro per la comunità locale, fornendo informazioni sull'architettura, la storia e la cultura locali. Il tour a piedi durerà circa un'ora con possibilità di fermarsi nei caffè o in altri luoghi per sedersi durante il tour.	
<b>Gruppo/i di destinazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Anziani</li> <li>● Vicini di casa</li> <li>● Studenti</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> 20
<b>Durata</b> 1-2 ore	<b>Posizione del sito</b> Varie - i partecipanti possono attraversare un quartiere o il centro della città.
<b>Risorse necessarie</b> - Guida turistica locale - Facoltativo: I partecipanti possono ricevere un palloncino o un cappello divertente per attirare l'attenzione sul tour.	
<b>Considerazioni</b> Il tour potrebbe dover prevedere frequenti punti di sosta o percorsi pianeggianti e curati per accogliere le persone che non sono in grado di muoversi su terreni sconnessi o che hanno difficoltà a stare in piedi e a camminare per periodi di tempo prolungati.	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Social media e media locali</li> <li>● Manifesti negli spazi pubblici</li> </ul>	
<b>Opzione di gioco (se fattibile)</b> Si potrebbe chiedere ai partecipanti di indossare un determinato colore o motivo sui vestiti, o una sorta di costume, per attirare l'attenzione sull'escursione a piedi e aggiungere un elemento di allegria.	

## Attività 11: Attività di photovoice

<b>Attività</b> Attività di photovoice - Murale " <i>Questi siamo noi</i> "	
<b>Descrizione</b> <p>Costruire un murale come spazio comunitario in cui i cittadini possano inserire immagini di "vita/attività nella comunità".</p> <p>I cittadini sono invitati a scattare foto sul tema "<i>Io e la mia comunità</i>". I centri sociali e comunitari saranno invitati a partecipare. I cittadini hanno 3 settimane per inserire le foto nel murale. Nei centri sociali, un operatore della comunità fornirà l'attrezzatura/la macchina fotografica e gli anziani scatteranno le foto in base a ciò che desiderano. Dopo la realizzazione del murale ci sarà l'inaugurazione quando alcuni cittadini vengono a raccontare la storia dietro la foto e il motivo per cui è speciale</p>	
<b>Gruppo target</b> Tutti i cittadini della comunità	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> Coinvolgere almeno 15 persone
<b>Durata</b> 3 settimane con l'esposizione del murale da costruire	<b>Posizione del sito</b> Parco, galleria, centro comunitario
<b>Risorse necessarie</b> Realizzare un murale Telecamere per fornire centri sociali	
<b>Idee per la diffusione e la promozione</b> Partnership con il centro sociale e il Comune Distribuire volantini negli spazi della comunità (es. Biblioteca)	

## Attività 12: Plenaria dei leader locali

<b>Attività</b>	
Plenaria dei leader locali	
<b>Obiettivi</b>	
L'impegno della comunità; ravvicinamento al quartiere per identificare interessi e bisogni	
<b>Descrizione</b>	
<p>Invitare i decisori locali di diverse aree di attività (politica, sanitaria, sociale, ecc.) ad una riflessione congiunta su come riunire e coinvolgere la comunità, identificando i punti di forza e di debolezza esistenti nei quartieri. Le attività consentono anche ai leader locali di prendere coscienza dell'importanza di pensare e agire a favore del benessere e della qualità della vita dei cittadini più anziani. È un'opportunità per creare sinergie per la collaborazione ed il networking.</p> <p>Si consiglia la disposizione della sala ad "U" e non in fila (tipo auditorium), poiché l'idea è che non sia espositiva, ma che favorisca interazione e condivisione tra i partecipanti ed il moderatore.</p>	
<b>Gruppo/i target</b>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leader locali di diversi settori</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Almeno 20 leader</li> </ul>
<b>Durata</b>	<b>Posizione del luogo</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 2 ore</li> </ul>	Spazio comunitario
<b>Risorse necessarie</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Camera</li> <li>● Sedie</li> <li>● Materiale vario che favorisce la riflessione e la condivisione (appunti, carta e penna, ecc.)</li> </ul>	
<b>Idee per la diffusione/promozione</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mezzi sociali</li> <li>- Inviti diretti via e-mail o lettera</li> <li>- Porta a porta</li> </ul>	
<b>Opzione di gioco (se fattibile)</b>	



## Attività 13: Volontariato: scopri il tuo potenziale

<b>Attività</b> Volontariato: scopri il tuo potenziale	
<b>Obiettivi</b> L'impegno della comunità; formazione continua	
<b>Descrizione</b> <p>Invitare e coinvolgere persone della comunità interessate e disponibili a diventare volontari. Tutte le persone hanno conoscenze, caratteristiche e hobby che possono condividere e insegnare. Lo scopo di questa azione è riflettere e scoprire queste potenzialità, incanalandole in possibili attività di volontariato nella comunità.</p> <p>L'idea è che tra i moderatori e i partecipanti si svolga una conversazione informale, per questo motivo è consigliabile disporre la stanza a forma di U. Inoltre rappresenta una risorsa invitare le persone che già si offrono volontarie a dare la propria testimonianza.</p>	
<b>Gruppo/i target</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Persone anziane</li> <li>● Vicinato</li> <li>● Studenti</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Almeno 10 persone della comunità</li> </ul>
<b>Durata</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 ora</li> </ul>	<b>Posizione del luogo</b> Spazio comunitario
<b>Risorse necessarie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Camera</li> <li>● Sedie</li> <li>● Materiale vario che favorisce la riflessione e la condivisione (appunti, carta e penna, ecc.)</li> </ul>	
<b>Idee per la diffusione/promozione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mezzi sociali</li> <li>- Inviti diretti via e-mail o lettera</li> <li>- Porta a porta</li> </ul>	
<b>Opzione di gioco (se fattibile)</b>	

## Attività 14: Olimpiadi di quartiere

<p><b>Attività</b></p> <p>Olimpiadi di quartiere</p>	
<p><b>Descrizione</b></p> <p>Utilizzare uno spazio pubblico nel quartiere per organizzare diverse attività durante un fine settimana a cui chiunque viva nella zona può partecipare liberamente allo scopo di riunire i vicini e rafforzare i legami sociali nella comunità locale.</p> <p>Le attività includeranno scacchi, backgammon, gare di bridge o altri giochi/giochi da tavolo, a cui gli anziani potranno partecipare abbinati sia ai giovani locali che ad altri anziani. Faranno parte dell'agenda anche le attività che si svolgono in un ambiente digitale o che utilizzano competenze digitali per facilitare la partecipazione dei giovani locali e per supportare e incoraggiare gli anziani nell'imparare a utilizzare la tecnologia e diversi dispositivi (giocando a giochi PvP su smartphone, tablet: potrebbero anche essere scacchi o backgammon). In qualsiasi momento i passanti possono guardare la classifica di ogni gioco, scegliere di partecipare o votare/sostenere i partecipanti preferiti.</p> <p>Durante l'evento sarà disponibile una bacheca dove la gente del posto potrà postare informazioni sui servizi, chiedere servizi, fare annunci, chiedere aiuto, scambiare contatti, ecc.</p>	
<p><b>Gruppo target</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● anziani</li> <li>● Pubblico generale</li> <li>● Famiglie</li> <li>● Comunità locale</li> <li>● Bambini, adolescenti</li> </ul>	<p><b>Numero previsto di persone raggiunte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Almeno 10-15</li> <li>● Almeno 50 visitatori</li> </ul>
<p><b>Durata</b></p> <p>2 giorni di fine settimana</p>	<p><b>Posizione del luogo</b></p> <p>Spazio comunitario (un parco, aree pedonali, biblioteca di quartiere, cortile della scuola, campo sportivo, ecc.)</p>
<p><b>Risorse necessarie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Autorizzazione del Comune ad utilizzare lo spazio</li> <li>● I volontari della comunità assistono i partecipanti e aiutano a organizzare l'evento</li> <li>● Volontari senior, provenienti da altre organizzazioni, per incoraggiare e offrire supporto agli altri cittadini anziani</li> <li>● Risorse digitali (tablet, telefono) per la registrazione e la classifica dei punteggi, stazione di ricarica per i dispositivi</li> <li>● Risorse materiali: poster, lavagne o lavagne a fogli mobili, tavoli, sedie, panche, giochi, ecc.</li> <li>● Spuntini o bevande – portati dai partecipanti, dagli organizzatori o possibile</li> </ul>	



collaborazione con furgoni di cibo e bevande

- Premi per i vincitori del concorso: trofeo, diploma, foto scattate e stampate, buoni

#### **Idee per la diffusione/promozione**

- Mezzi sociali
- Media locali (giornali, radio...)
- Manifesti e volantini
- Porta a porta

#### **Opzione di gioco (se fattibile)**

Se non si sceglie di partecipare attivamente a qualsiasi competizione/gioco, il pubblico può supportare i propri partecipanti preferiti votando o inviando messaggi incoraggianti tramite un tablet o iscriversi per essere informato su ulteriori sviluppi nella competizione podistica o per essere informato su ulteriori competizioni pianificate in il vicinato.

I vincitori del concorso potranno ricevere un trofeo, un buono, un favore o un premio deciso dalla Comunità locale.

## Attività 15: Incontro e saluto degli animali domestici

<b>Attività</b> Incontro e saluto degli animali domestici	
<b>Descrizione</b> <p>Gli anziani e gli altri abitanti del posto sono invitati a incontrare gli animali domestici del quartiere, a socializzare con i vicini e con la comunità locale – poiché toccare gli animali e passare del tempo con gli animali può portare molta gioia. Gli anziani possono osservare, interagire/giocare con gli animali domestici partecipanti (gli animali domestici potrebbero essere controllati o registrati prima dell'evento, per garantire la piena sicurezza dell'evento), incontrare i proprietari di animali domestici e saperne di più. L'evento potrebbe includere anche una dimensione di networking, per consentire agli anziani di scambiare contatti con i proprietari di animali domestici, per ulteriori incontri, per tenersi in contatto, iscriversi per accompagnare il proprietario dell'animale quando porta a spasso l'animale (cane/gatto) o anche per il pet-sitting . Gli anziani potrebbero iscriversi per diventare “amici” del loro animale domestico preferito ed essere tenuti in contatto con qualsiasi sviluppo riguardante la vita dell'animale – sulla base del volontariato della gente del posto, che può inviare loro foto, mostrare loro foto sullo smartphone, offrirsi di chiamarli tramite uno strumento di videoconferenza, se disponibile, per incoraggiare e motivare gli anziani ad adottare la tecnologia per mantenersi in contatto.</p>	
<b>Gruppo target</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● anziani</li> <li>● Pubblico generale</li> <li>● Famiglie</li> <li>● Comunità locale</li> <li>● Bambini, adolescenti</li> </ul>	<b>Numero previsto di persone raggiunte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Almeno 10-15</li> <li>● Almeno 50 visitatori</li> </ul>
<b>Durata</b> Dalle 4 alle 6 ore, per 2 giorni, durante il fine settimana	<b>Posizione del luogo</b> In un parco, vicino a un parco per cani (luogo dove gli animali domestici possono vagare liberamente e sono al sicuro)
<b>Risorse necessarie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Autorizzazione del Comune ad utilizzare lo spazio</li> <li>● I volontari della comunità assistono i partecipanti e aiutano a organizzare l'evento</li> <li>● Volontari senior, provenienti da altre organizzazioni, per incoraggiare e offrire supporto agli altri cittadini anziani</li> <li>● Risorse digitali (tablet, telefono) per la registrazione</li> <li>● Risorse materiali: poster con partecipanti, bacheca, tavoli, sedie, panche, ecc.</li> <li>● Snack o bevande, anche per partecipanti e animali domestici, portati dai partecipanti, dagli organizzatori o possibile collaborazione con furgoni di cibo e bevande</li> </ul>	



### Idee per la diffusione/promozione

- Mezzi sociali
- Media locali (giornali, radio...)
- Manifesti e volantini
- Porta a porta

### Opzione di gioco (se fattibile)

Gli anziani che si iscrivono come “amici” di un animale domestico ricevono la scheda dell'animale (informazioni sull'animale, recapiti) e, se continuano ad essere coinvolti per più di un mese, ricevono un diploma.

## Esperienze pilota

Le esperienze pilota delle attività di sensibilizzazione hanno ottenuto un notevole successo, allineandosi efficacemente agli obiettivi di Next Door e risuonando profondamente con i partecipanti che si sono sentiti coinvolti a contribuire attivamente. Un momento importante è stata l'opportunità di coinvolgere gli stakeholders e di far conoscere loro la vita, il lavoro e le motivazioni di coloro che sono direttamente coinvolti con gli anziani nelle case di riposo e nei contesti di cure palliative. Questa introduzione ha suscitato discussioni significative e ha acceso un nuovo interesse tra i partecipanti per una maggiore sintonia con le diverse esigenze di tutti i gruppi di età.

Sebbene le sfide siano state minime, si è rivelato non sempre facile coordinare orari, date e luoghi adatti sia ai partecipanti che ai facilitatori. Tuttavia, questo piccolo inconveniente è stato compensato dalla risposta estremamente positiva dei partecipanti.

Le impressioni dei partecipanti sull'evento di sensibilizzazione riflettono una serie di prospettive:

- un partecipante anziano ha notato che l'evento ha facilitato l'incontro con nuove persone oltre la cerchia familiare.
- un altro partecipante anziano ha espresso il desiderio di includere nella sua quotidianità attività all'aperto come le passeggiate.
- i partecipanti hanno trovato gli eventi diversi, stimolanti ed inclusivi per tutte le fasce d'età.
- l'evento è stato apprezzato per aver offerto opportunità di networking e per aver fornito approfondimenti sulla realtà della comunità locale.

I risultati della valutazione hanno fornito uno sguardo approfondito sull'impatto dell'evento:

- i partecipanti si sono sentiti ben informati sullo scopo e sugli obiettivi dell'evento.
- le attività sono state apprezzate per il design coinvolgente, il ritmo equilibrato e l'ampio tempo di interazione.
- le opportunità di networking sono state ritenute soddisfacenti.
- i partecipanti hanno riconosciuto una maggiore consapevolezza del proprio ruolo all'interno della comunità.
- è cresciuta la motivazione a migliorare l'impegno della comunità, soprattutto nell'assistenza agli anziani.

- sono state acquisite preziose conoscenze sul sostegno alla comunità e sull'assistenza agli anziani.

L'evento inoltre ha permesso ai partecipanti di uscire di casa e dalla città, nonché di impegnarsi in attività nuove. L'offerta di un servizio di trasporto per coloro che hanno problemi di mobilità è stata molto apprezzata, sottolineandone l'aspetto inclusivo. I partecipanti hanno trovato queste occasioni favorevoli al ringiovanimento personale.

Sono emersi elementi chiave che i partecipanti potranno mettere in pratica nelle loro comunità:

- proporre attività diverse per garantire un'ampia partecipazione.
- sfidare gli stereotipi e le idee sbagliate sulle persone anziane.
- riconoscere la professionalità e la dedizione dei facilitatori e dei volontari.

Alla domanda di suggerimenti per integrazioni o modifiche per gli eventi futuri:

- i partecipanti hanno auspicato la continuazione e l'espansione di offerte diversificate.
- è stata suggerita l'inclusione di attività intergenerazionali, sfruttando le competenze degli anziani.
- i partecipanti hanno espresso interesse per attività come film, passeggiate, mostre e gite.
- il successo della tombola è stato sottolineato per aver favorito la competizione amichevole e la socializzazione.
- l'evento del coro musicale è stato apprezzato per aver avvicinato i partecipanti all'impegno artistico.
- il laboratorio floreale è stato apprezzato particolarmente dalle donne, evocando nostalgia ed espressione creativa.

In conclusione si può affermare che sia i volontari che gli anziani hanno trovato le attività coinvolgenti e rinvigorenti. Questi eventi si sono rivelati utili per condividere storie ed esperienze e creare un senso di sostegno alla comunità. La varietà delle attività ha permesso l'inclusione e ha soddisfatto le diverse preferenze. Gli sforzi ben organizzati sono riusciti a sensibilizzare e ad avvicinare la popolazione anziana e le associazioni di volontariato, raggiungendo quindi il loro obiettivo.

## Questionario di valutazione dei partecipanti all'attività di sensibilizzazione

---

Gentile partecipante,

le chiediamo gentilmente di compilare il seguente questionario per la valutazione delle attività di intrattenimento e partecipazione a cui ha preso parte. Il questionario è anonimo e i risultati saranno utilizzati per tener conto della sua opinione e per migliorare le attività.

La ringraziamo per il suo sostegno!

In una scala da 1 a 5 (in cui 1 significa *Del tutto in disaccordo* e 5 *Del tutto d'accordo*) contrassegnare con una crocetta il numero che rappresenta meglio la propria valutazione di ciascuno degli elementi presentati:

N.		Del tutto in disaccordo (1)	In disaccordo (2)	Né d'accordo né in disaccordo (3)	D'accordo (4)	Del tutto d'accordo (5)
1.	Ho ricevuto informazioni sufficienti sugli eventi (ora, data, luogo, tipo di attività).	1	2	3	4	5
2.	Le attività sono state coinvolgenti e ben organizzate.	1	2	3	4	5
3.	C'è stata un'adeguata opportunità di conoscere altri membri del quartiere/comunità.	1	2	3	4	5
4.	Dopo aver partecipato agli eventi mi sono sentito più integrato nella mia comunità.	1	2	3	4	5
5.	Dopo aver partecipato all'evento, mi sento motivato ad essere più partecipe nella comunità.	1	2	3	4	5
6.	Considero gli eventi interessanti e stimolanti.	1	2	3	4	5



7. Qual è la tua impressione generale riguardo gli eventi?

8. Quali aspetti ti sono piaciuti di più degli eventi proposti?

9. Ci sono aspetti che vorreste cambiare se questi eventi ed attività venissero riproposte?

---

La ringraziamo ancora una volta per il suo riscontro 😊



## Allegato 1: Lista dei partecipanti

<p><b>Nome dell'attività:</b></p> <p><b>Organizzato da:</b></p> <p><b>Data:</b></p> <p><b>Durata/Orario:</b></p> <p><b>Luogo:</b></p>			
	Nome del partecipante (nome e cognome)	Informazioni di contatto (indirizzo e-mail/telefono)	Organizzazione (se professionista)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			



### Project Partners



**Project Number: 2020-1-FR01-KA204-080560**

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.