



## **PROGETTO “LIBERI DI ESSERE”**

**Per la Scuola Primaria e Secondaria di primo grado**

*“La bellezza sta nella diversità, l’unicità ci rende liberi,  
non liberi di fare ma liberi di essere”. Matteo Nassigh*

### **INTRODUZIONE**

L’Associazione Nassigh Per la Cura di Chi Cura/CxC ETS, con sede a Milano quartiere Qt8, è un’associazione di promozione sociale fondata nel 2017 da Matteo Nassigh, nato con una grave disabilità neuromotoria e prematuramente scomparso nel 2022.

L’associazione è stata costituita da Matteo insieme alla sua famiglia e a un gruppo di amici e professionisti per promuovere un radicale cambiamento di sguardo nella visione della disabilità e per creare luoghi realmente inclusivi dove si realizzino la libera partecipazione di tutti, la piena espressione di ogni unicità e abilità e la nascita di relazioni di arricchimento reciproco.

Il progetto “Liberi di essere” viene portato nelle scuole di Milano e hinterland dall’anno scolastico 2017/2018 e da allora ha coinvolto 17 scuole primarie e secondarie di primo grado. Nell’anno scolastico 2022/2023 sono state incontrate 34 classi e 850 studenti per un totale di 136 incontri.

### **OBIETTIVI GENERALI**

Nella società attuale la disabilità è vista come una condizione di limite e sofferenza o una malattia da curare e le relazioni tra “disabili” e “normodotati” sono spesso di tipo asimmetrico, con l’idea che i primi abbiano bisogno di aiuto e assistenza o debbano essere curati e non che possano essere apportatori di risorse e motori di cambiamento.

Il progetto “Liberi di essere” per le scuole ha la finalità di cambiare questo tipo di sguardo, per vedere la disabilità come una diversa condizione dell’essere e libertà di essere diversi e per cogliere il valore della diversità in generale.

Accompagnare gli studenti a questo cambiamento di sguardo è molto importante, perché porta, innanzitutto, a cambiamenti nel modo di vedere se stessi, scoprendo la bellezza della propria unicità, con conseguente maggiore autostima e poi, nel modo di vedere gli altri e a promuovere relazioni vere, significative e simmetriche tra persone con tutte le abilità.

Per la classe è utile per formare un gruppo accogliente e inclusivo, rinforzando la capacità di ascolto e l’empatia, per riflettere sulle relazioni e le dinamiche presenti e prevenire fenomeni di bullismo ed esclusione.

### **STRUTTURA DEL PROGETTO**

Il percorso è rivolto a singole classi della scuola primaria e secondaria di primo grado e si articola in 4 incontri della durata ognuno di 2 ore (un’ora e mezza per la scuola primaria).

Il percorso si basa su un approccio innovativo e ampiamente sperimentato che parte dall’esplorazione di sé e del proprio mondo emotivo per arrivare al riconoscimento e all’accoglienza delle emozioni altrui con uno sguardo empatico.

Ciascun incontro affronta un tema specifico e ha dei suoi obiettivi, per raggiungere, in un percorso graduale per passi successivi, le finalità generali del progetto. Il percorso può essere riadattato nei tempi in base alle esigenze delle singole classi e agli spazi della scuola.

## STRUMENTI

Gli strumenti utilizzati sono di vario tipo e adattati all'età degli studenti e comprendono:

- Letture di racconti sul tema della diversità e rielaborazione in gruppo;
- Proiezione di filmati e discussioni in gruppo;
- Laboratori esperienziali e condivisione dei vissuti;
- Giochi di ruolo ed esercizi con tecniche teatrali.

## TEMI E OBIETTIVI

I temi e gli obiettivi di ciascun incontro sono illustrati nella tabella di seguito riportata:

<b>TEMA</b>	<b>OBIETTIVI</b>
<i>1. Guardare oltre</i>	1- Accompagnare a non fermarsi alle apparenze. 2- Imparare a non giudicare solo basandosi su ciò che si vede. 3- Rinforzare la capacità empatica.
<i>2. Unici e speciali</i>	1- Aiutare a capire la bellezza del proprio essere unico e diverso da tutti. 2- Aiutare a riconoscere le proprie capacità, che sempre ci sono e non devono essere le stesse per ciascuno. 3- Accompagnare a riconoscere la bellezza della diversità.
<i>3. Relazioni possibili</i>	1- Accompagnare a comprendere la possibilità di relazionarsi con le persone disabili in un'ottica di arricchimento reciproco e non solo di aiuto. 2- Valorizzare le relazioni all'interno del gruppo classe tra studenti con tutte le abilità. 3- Aumentare la consapevolezza che è possibile comunicare sempre, anche al di là delle diversità.
<i>4. Comunicare le emozioni al di là delle parole</i>	1- Far comprendere l'esistenza di modalità comunicative non verbali in ogni relazione. 2- Aprire lo sguardo rispetto alla possibilità di comunicare sempre e in ogni condizione, anche al di là degli schemi comunicativi tradizionali. 3- Rinforzare le capacità comunicative non verbali aumentando la capacità di ascoltare le emozioni proprie e altrui nelle relazioni.



## **INFO UTILI**

Per maggiori informazioni ed aderire al progetto inviare una mail a: **cxcliberdiessere@gmail.com**

Il progetto è gratuito per le classi che lo richiedono e garantiscono da parte degli insegnanti una partecipazione attiva e la disponibilità a riprendere le tematiche del progetto nell'ambito dell'insegnamento ordinario.

Il costo è di 500 euro a classe ed è totalmente a carico dell'associazione fino ad esaurimento delle risorse disponibili.

Per rendere sostenibile il progetto ricordiamo che è sempre possibile effettuare donazioni tramite bonifico bancario IBAN: **IT42 D030 6909 6061 0000 0151 994** specificando in causale erogazione **liberale a sostegno del progetto Liberi di essere**

o devolvere il 5 per 1000 C.F: **97776450153**.