

"Ci siamo divertiti molto a cucinare e alla fine ci siamo regalati dei biscotti deliziosi"

Zdenka, Nejc and Erik,  
famiglia



# MeTURA

Back to the Roots



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

IZOBRAŽEVALNI CENTER GEOS  
EDUCATION CENTRE GEOS



CENTRO SVILUPPO  
CREATIVO  
DANILO DOLCI

Thrive  
using gardening to change lives



UOSIKAŽU

**PARTNER  
DEL PROGETTO**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**Education center Geoss** (coordinatore)  
[www.ic-geoss.si](http://www.ic-geoss.si)



**Association of Persons with Disabilities of Karlovac County**  
[www.uosikazu.hr](http://www.uosikazu.hr)



**Centro per lo Sviluppo Creativo “Danilo Dolci”**  
[www.en.danilodolci.org](http://www.en.danilodolci.org)



**The Slovenian association for persons with intellectual disabilities**  
[www.zveza-sozitie.si](http://www.zveza-sozitie.si)



**Thrive**  
[www.thrive.org.uk](http://www.thrive.org.uk)

## **EDUCAZIONE FAMILIARE**

### **“METURA-BACK TO THE ROOTS”**

Lezioni di giardinaggio e di cucina terapeutiche  
per promuovere l'indipendenza dei propri familiari adulti  
con disabilità intellettive

MANUALE DI ANDRAGOGIA  
PER LA PROMOZIONE DELL'EDUCAZIONE FAMILIARE  
METURA-BACK TO THE ROOTS

Sito Internet del progetto:  
**[www.erasmus-metura.eu](http://www.erasmus-metura.eu)**

A cura di:  
**Tjaša Dragoš**  
**Sandra Katić**

A cura di:  
**Tjaša Dragoš, Sandra Katić,**  
 Education Centre Geoss  
**Mateja Turk, Jasmina Kebe,**  
 The Slovenian association for persons with intellectual  
 disabilities  
**Gordana Jurčević, Ivana Mastelić Ivić,**  
**Paulina Šepac, Mario Žeger,**  
 UOSIKAZU  
**Mark Emery, Damien Newman,**  
 Thrive, The Society for Horticultural Therapy  
**Giovanni Lo Biundo,**  
 Centro per lo Sviluppo Creativo  
 “Danilo Dolci”

Publicato da  
 Educational Center Geoss S.r.l., Litija,  
 August 2021  
 ic-geoss.si

Tutti i diritti riservati. Il contenuto di questa  
 pubblicazione può essere gratuitamente utilizzato  
 e riprodotto per scopi educativi e non commerciali,  
 purché venga fatto riferimento al progetto MeTURA  
 finanziato dal programma Erasmus+:  
 Educazione familiare “MeTURA-Back to the Roots”,  
 lezioni di giardinaggio e di cucina terapeutiche per  
 promuovere l'indipendenza dei propri familiari adulti  
 con disabilità intellettive, Erasmus+, Azione Chiave 2,  
 “Partenariati Strategici”

Convenzione di sovvenzione:  
 2018-1-SI01-KA204-047051

Per ulteriori informazioni consultare il seguente  
 indirizzo: [www.erasmus-metura.eu](http://www.erasmus-metura.eu)



Co-funded by the  
 Erasmus+ Programme  
 of the European Union

Il sostegno della Commissione europea alla  
 produzione di questa pubblicazione non  
 costituisce un'approvazione del contenuto,  
 che riflette esclusivamente il punto di vista  
 degli autori, e la Commissione non può essere  
 ritenuta responsabile per l'uso che può essere  
 fatto delle informazioni ivi contenute.

## INDICE

	<b>3</b>	PREFAZIONE
	<b>4</b>	IL PROGETTO
	<b>6</b>	IL PARTENARIATO
<b>8</b>		L'OPINIONE DEI PARTNER RIGUARDO AL PROGETTO
	<b>14</b>	IL CONCETTO DI “EDUCAZIONE FAMILIARE”
	<b>16</b>	GIARDINAGGIO TERAPEUTICO
	<b>20</b>	CUCINA TERAPEUTICA
<b>24</b>		SVILUPPARE COMPETENZE E CONOSCENZE DI BASE ATTRAVERSO ATTIVITÀ CONNESSE AL GIARDINAGGIO E ALLA CUCINA
	<b>26</b>	LE COMPETENZE FONDAMENTALI DI UNA/UN MENTORE
	<b>30</b>	SPERIMENTAZIONE DEI LABORATORI METURA
	<b>32</b>	RINGRAZIAMENTI



*“Mi piace molto il progetto MeTURA, mi piace anche fare giardinaggio a casa. Ho un grande giardino, un'aiuola rialzata e un orto di erbe. Quello che mi piace del progetto è che possono partecipare diversi utenti che impareranno un sacco di cose nuove: come piantare i semi, come far crescere le piante, annaffiarle, raccogliere i raccolti, pulire e usare le verdure in cucina. Quello che mi piace di più è che possono fare tutto da soli, dalla semina alla preparazione di un piatto. Lo si vede anche nelle loro espressioni, quando arriviamo a un risultato finale e tutti sono felici. Ci piace partecipare a questo tipo di progetti che ci insegnano qualcosa, sia agli utenti che a noi mentor”.*

*Sonja Firm, mentor*

## *Prefazione*

L'altro giorno, mentre passeggiavo nella mia zona, ho sentito alcune voci allegre provenire da dietro un angolo. Queste voci hanno attirato immediatamente la mia attenzione e suscitato la mia curiosità. Mentre mi avvicinavo, ho visto un gruppo di persone che si occupavano allegramente di una bellissima aiuola rialzata. La mia curiosità mi ha indotto a chiedere loro cosa stessero facendo. Un membro del gruppo mi ha detto che tutti li erano affetti da delle disabilità intellettive e facevano parte di un progetto chiamato MeTURA. Nel corso della nostra breve conversazione, questa persona mi ha spiegato che il progetto promuove attività di giardinaggio e di cucina come risorse terapeutiche in ambito familiare. Ha affermato anche che partecipare a queste attività è molto divertente. Inoltre, dopo questo breve scambio di informazioni, mi ha invitato a un pranzo che stava pensando di preparare insieme al resto del gruppo più tardi quel giorno. Tra me e me ho pensato che doveva trattarsi di un progetto grandioso. Sembravano tutti molto felici, attenti e orgogliosi dei loro fiori e delle verdure coltivate. Inoltre, con il loro duro lavoro, stavano contribuendo a rendere sempre più bello e verdeggiante il mio quartiere. Ma perché MeTURA? Da dove viene questo nome? Bene, questa è una domanda che ho potuto porre al pranzo a cui mi hanno chiesto di partecipare. Per quanto riguarda te, cara lettrice o caro lettore, se anche tu ti stai interrogando sul progetto credo sappi che troverai tutte le risposte che cerchi all'interno di questo affascinante manuale che ti appresti a leggere.

# Il progetto

## PROGRAMMA:

Erasmus+ (KA2 – ERASMUS+, Azione Chiave 2 Cooperazione per l'innovazione e lo scambio di buone pratiche, Partenariati Strategici)

## NOME DEL PROGETTO:

Educazione familiare "MeTURA-Back to the Roots", lezioni di giardinaggio e di cucina terapeutiche per promuovere l'indipendenza dei propri familiari adulti con disabilità intellettive

## ACRONIMO:

MeTURA

## DURATA:

01/10/2018 – 31/08/2021 (35 mesi)

## CONVENZIONE DI SOVVENZIONE:

2018-1-SI01-KA204-047051



*"I liked the workshops a lot since I love being in the kitchen and I am very happy about it. I liked the best gardening, it makes me relaxed and happy."*

*Mateja, user of occupational activity center Zaravje, unit Litja*



MeTURA è il nome di una farfalla unica nel suo genere: le sue ali sono nere e gialle ed è molto difficile osservarla in natura. Le farfalle simboleggiano una trasformazione o una vita lunga e in salute e proprio per questo motivo abbiamo scelto di adottare una farfalla come simbolo del progetto che si rivolge principalmente agli adulti affetti da disabilità intellettive e alle loro famiglie e mira a esplorare opportunità di apprendimento permanente innovative da potere offrire loro.

Il partenariato è composto dalle seguenti organizzazioni: Educational Center Geoss (Slovenia), Centro per lo Sviluppo Creativo "Danilo Dolci" (Italia), Zveza Sožitje (Slovenia), UOSIKAZU (Croazia), e Thrive (Società per la Terapia Orticolturale, Regno Unito). I partner del progetto hanno unito le proprie conoscenze ed esperienze maturate nel campo dell'apprendimento permanente e lavorato con persone con disabilità intellettive per sviluppare una metodologia e dei materiali andragogici volte a permettere ai loro familiari di guidarli attraverso percorsi di giardinaggio e cucina terapeutici.

Lo scopo che il progetto si prefigge di raggiungere è quello di migliorare la qualità della vita degli adulti con disabilità intellettive attraverso il loro coinvolgimento in attività di apprendimento permanente. Come dimostra la ricerca, la maggior parte delle persone adulte con disabilità intellettive vive a casa con la propria famiglia, di conseguenza ogni famiglia beneficerebbe di un processo personalizzato di apprendimento permanente, adattato alle esigenze individuali. Nell'ambito di questo progetto, ci siamo concentrati sulle attività di giardinaggio e di cucina poiché queste soddisfano le esigenze fondamentali delle persone (nutrizione) e rappresentano delle pratiche quotidiane. Attraverso lo svolgimento di queste attività concepite come parte di un processo guidato volto a raggiungere precisi obiettivi è possibile ottenere risultati capaci di influire positivamente sull'acquisizione di una maggiore autonomia da parte delle persone affette da disabilità intellettive, nonché sullo sviluppo di competenze e conoscenze fondamentali. Queste attività sono, dunque, legate all'ambito della cucina e del giardinaggio a fini terapeutici.

Inizialmente abbiamo condotto una ricerca per determinare le esigenze del gruppo di riferimento. In base ai risultati ottenuti abbiamo poi sviluppato una metodologia di educazione familiare rivolta ad adulti con disabilità intellettive e alle loro famiglie, unitamente ai materiali andragogici, i quali costituiscono una raccolta di attività e suggerimenti utili per svolgere le attività di giardinaggio e cucina a scopi terapeutici. I risultati sono stati condivisi in occasione delle conferenze e dei laboratori nazionali organizzati in ciascun Paese partner.

# Il partenariato

## EDUCATION CENTER GEOSS (COORDINATORE)

Educational Center Geoss S.t.l., a Litija, in Slovenia è un istituto di istruzione per adulti che offre programmi di apprendimento sia formali sia non formali e gestisce diversi progetti nazionali e internazionali. L'organizzazione persegue i seguenti obiettivi: migliorare i risultati di apprendimento attraverso un'istruzione e processi di apprendimento di qualità, formare e incoraggiare il coinvolgimento delle e dei mentori, nonché del corpo docente, promuovendo l'adozione di approcci innovativi e olistici volti a favorire l'apprendimento, migliorare l'empowerment e accrescere l'autostima delle e dei discenti, promuovere l'uguaglianza e l'inclusione di tutti i gruppi sociali più vulnerabili con minori opportunità.

## UOSIKAZU

UOSIKAZU è un'organizzazione non governativa e non-profit con sede a Karlovac, in Croazia. Si occupa di attività di volontariato ed è stata istituita al fine di tutelare e promuovere gli interessi e il benessere delle persone affette da disabilità. Mira a sensibilizzare la società riguardo alle esigenze delle persone disabili, al loro potenziale e alle relative opportunità di inclusione in percorsi di apprendimento permanente.

## CENTRO PER LO SVILUPPO CREATIVO "DANILO DOLCI"

Il Centro per lo Sviluppo Creativo "Danilo Dolci" è un'associazione non-profit con sede a Palermo. Le sue iniziative sono rivolte sia a giovani che ad adulti e si traducono spesso nella realizzazione di progetti educativi in collaborazione con scuole, università, istituzioni, associazioni e gruppi sociali a livello sia locale che internazionale volti a favorire lo sviluppo locale e soddisfare le esigenze della comunità, con una particolare attenzione ai gruppi più svantaggiati. Inoltre, mira a promuovere la creatività e l'innovazione nell'istruzione attraverso l'uso di nuove metodologie volte a rafforzare il ruolo dei giovani, degli adulti e di numerose figure professionali.

## ZVEZA SOZITJE

Zveza Sozitje è una organizzazione non governativa con sede a Lubiana, in Slovenia, che persegue obiettivi sociali e umanitari e lotta per il miglioramento dell'assistenza sia collettiva sia individuale offerta alle persone con disabilità intellettive e alle loro famiglie. Con oltre 15.000 membri in tutta la Slovenia, l'organizzazione si rivolge non solo alle persone affette da disabilità intellettive ma anche alle loro famiglie, ad esperte ed esperti in vari ambiti e a molte altre figure professionali.

## THRIVE

Thrive è un'organizzazione con sede a Reading nel Regno Unito. Ha alle spalle un'esperienza quarantennale nell'ambito dell'orticoltura sociale e terapeutica. Il giardinaggio viene utilizzato come strumento atto ad innescare dei cambiamenti positivi nella vita delle persone con disabilità o con problemi di salute, isolate, svantaggiate o vulnerabili. Il personale dell'organizzazione opera secondo modalità estremamente varie: promuove programmi terapeutici nelle sedi regionali di Reading, Londra e Birmingham, porta avanti percorsi formative presso case di riposo, sale comunali, penitenziari e in altri luoghi della comunità, aiutano altri professionisti e professionisti a formarsi al fine di attuare programmi di orticoltura sociale e terapeutica e offre consulenza alle persone con disabilità o con problemi di salute per aiutarle a svolgere le proprie attività di giardinaggio.

# L'opinione dei partner riguardo al progetto



“Il progetto MeTURA è in grado di migliorare le vite degli adulti affetti da disabilità intellettive e delle persone che vivono insieme a loro. Attraverso la creazione di percorsi accessibili, infatti, è possibile far sì che questi ultimi possano prendere parte a opportunità di apprendimento permanente. Mediante un processo di collaborazione i partner hanno condiviso le rispettive esperienze allo scopo di garantire la qualità delle risorse prodotte e l'adesione agli obiettivi fissati. La divulgazione delle risorse permetterà a molte famiglie e centri educativi e di assistenza di offrire supporto e opportunità di apprendimento di qualità agli adulti affetti da disabilità intellettive in contesti di educazione non formale. Inoltre, la partecipazione alle attività di giardinaggio e di cucina permetterà alle persone che supportano questi adulti di instaurare relazioni più significative con loro. Infine, i principali destinatari delle attività del progetto avranno l'occasione di acquisire una maggiore autonomia e migliorare, di conseguenza, la qualità della loro vita.”

MARK EMERY, THRIVE



“Il progetto MeTURA - Back to the Roots è servito a individuare alcune delle questioni che le persone con disabilità intellettive e le loro famiglie potrebbero dover affrontare nel corso delle attività di apprendimento permanente, contribuendo a delineare uno stile di vita più indipendente per gli adulti affetti da tali patologie. Oltre a potenziare le risorse esistenti e a sviluppare nuove conoscenze, il progetto offre una serie di strumenti di supporto per permettere ad educatrici ed educatori di fornire opportunità di apprendimento permanente di qualità che tengano conto delle esigenze delle persone affette da disabilità intellettive e dei loro familiari. Uno dei principali valori di cui il progetto si fa portatore consiste nel mettere in contatto i partner tra di loro e di favorire il reciproco scambio di buone pratiche. Nel corso del processo di implementazione del progetto abbiamo tentato di dare un significato nuovo ad attività come il giardinaggio e la cucina poiché queste possono contribuire a migliorare la salute fisica e mentale, l'apprendimento e lo sviluppo di competenze, favorendo così l'inclusione sociale e la partecipazione delle persone con disabilità intellettive alla vita della comunità. Siamo stati piacevolmente colpiti dal desiderio espresso dalle persone con disabilità intellettive di imparare e partecipare alle nostre iniziative. Gli strumenti e i metodi andragogici sviluppati, unitamente a una preparazione adeguata delle educatrici e degli educatori, forniranno un importante supporto a questo gruppo di riferimento e alle loro famiglie per l'adozione di un approccio inclusivo e innovativo allo sviluppo della comunità e personalizzato sulla base delle esigenze individuali.”

GORDANA JURČEVIĆ, ASSOCIATION OF PERSONS WITH DISABILITIES OF KARLOVAC COUNTY

“Siamo convinti che dovrebbero esserci molti più progetti come MeTURA. La sua importanza risiede nell'incoraggiare le persone con disabilità intellettive ad acquisire una maggiore autonomia nella propria vita quotidiana. Infatti, l'opportunità di imparare a coltivare da soli i propri ortaggi, frutta ed erbe aromatiche e di utilizzare questi ingredienti nella preparazione di piatti diversi aumenta il grado di indipendenza e di fiducia in se stessi di queste persone. Il progetto, inoltre, invita le persone a trascorrere più tempo insieme ai propri familiari affetti da disabilità intellettive partecipando ad attività varie (seppur legate alla quotidianità) in un contesto diverso. Offre a tutte e tutti un'importante occasione per imparare qualcosa di nuovo e di scoprire modi differenti per divertirsi insieme. Un aspetto importante del progetto consiste nella natura terapeutica delle attività di giardinaggio e di cucina in grado di fornire grandi benefici alle persone con disabilità, alle e ai loro mentori e alle loro famiglie (o chiunque sia coinvolto nel processo). Siamo orgogliosi di fare parte di questo progetto e siamo fermamente convinti che contribuirà a rendere migliore la vita di molte persone.”

JASMINA KEBE, ZVEZA SOZITJE



“Riteniamo che MeTURA costituisca un importante supporto per le famiglie degli adulti affetti da disabilità intellettive. La metodologia proposta e la sua applicazione nel corso dei laboratori offre un valido esempio di come sia possibile supportare queste famiglie nell'incoraggiare i propri familiari ad adottare uno stile di vita più indipendente, soprattutto nella regione in cui operiamo (Sicilia) dove il supporto educativo per gli adulti disabili offerto dagli enti pubblici è purtroppo ancora limitato, in particolar modo oggi a causa della pandemia di Covid-19. La metodologia andragogica, incentrata sui bisogni di apprendimento di questi adulti, permette di individuare obiettivi formativi personalizzati e sperimentati direttamente sul campo. Siamo convinti che il principale risultato dell'educazione sia quello di promuovere la partecipazione delle famiglie fornendo loro informazioni utili sulle questioni da valutare e sulle competenze da acquisire. Attraverso il progetto MeTURA siamo convinti che le famiglie otterranno un importante supporto per condurre i propri laboratori a casa grazie anche alla definizione di obiettivi comuni. Inoltre, gli adulti affetti da disabilità intellettive potranno godere dei benefici terapeutici derivanti dallo svolgimento di queste attività, acquisendo una maggiore autonomia a casa.”

GIOVANNI LO BIUNDO, CENTRO PER LO SVILUPPO CREATIVO “DANILO DOLCI”

Il progetto MeTURA si ispira alla natura e prende le mosse dal riconoscimento degli effetti positivi che lo svolgimento di attività fisiche, come la coltivazione di ortaggi e frutta nella propria casa e il loro utilizzo nella preparazione dei piatti da consumare in famiglia, può avere sul benessere delle persone.

Ricerche a livello internazionale dimostrano il rapporto diretto tra il contatto con la natura e uno stato di salute e benessere. Questo fatto ci ha portati ad approfondire le nostre conoscenze riguardo al giardinaggio e alla cucina terapeutici, ovvero alla coltivazione e alla preparazione di prodotti genuini e sani, per le persone affette da disabilità intellettive assistite da membri della propria famiglia. In qualità di educatrici ed educatori associamo al benessere la crescita personale degli individui, sia in termini di conoscenze che di carattere, pertanto abbiamo cercato di trovare dei modi che permettessero di potenziare le attività terapeutiche connesse al giardinaggio e alla cucina. Tale processo è stato reso possibile mettendo in relazione tali attività con lo sviluppo di competenze relative all'apprendimento permanente, come le competenze matematiche e di lettura e scrittura, la creatività, il pensiero critico, la capacità di risolvere problemi, le competenze comunicative, la cooperazione, la flessibilità, la curiosità, ecc.

Lo scopo principale del progetto è stato quello di incoraggiare le famiglie degli adulti affetti da disabilità intellettive a impiegare in modo diverso il tempo dedicato alla cura delle esigenze fondamentali dei membri della propria famiglia, come la preparazione di piatti o lo svolgimento di attività connesse al giardinaggio. Il nostro intento era quello di mostrare alle famiglie e alle ai mentori nuovi approcci per arricchire il valore di tali mansioni. Invitiamo a prestare sempre molta attenzione durante lo svolgimento delle attività quotidiane e a coinvolgere i membri della propria famiglia con disabilità intellettive, nonché cambiare il proprio punto di vista in merito attraverso il ricorso attività di giardinaggio e cucina terapeutiche che permettono di rendere più divertenti e inclusivi questi compiti.

Abbiamo cercato di porre l'accento sull'importanza di migliorare la qualità delle relazioni e del tempo trascorso insieme senza sovraccaricare i genitori di incombenze aggiuntive e di sfruttare ogni momento a disposizione per trasmettere agli adulti affetti da disabilità intellettive nuove conoscenze e incoraggiarli a diventare più autonomi, o, se non altro, a dare una mano in giardino e in cucina alla propria famiglia.

L'analisi dei riscontri ottenuti dalle e dai mentori, dalle famiglie e dagli adulti con disabilità intellettive ha dimostrato come l'applicazione della metodologia e lo svolgimento delle relative attività abbia permesso alle persone con disabilità intellettive di sentirsi incluse e uguali agli altri membri della propria famiglia, nonché cittadine e cittadini esattamente come tutti gli altri.

SANDRA KATIE, EDUCATION CENTRE GEOS



# Il concetto di »Educazione familiare«

Genitori e familiari svolgono un importante ruolo educativo per le loro figlie e i loro figli, poiché hanno a disposizione molte opportunità per gettare le basi di una vita dedicata all'apprendimento. Le famiglie esercitano ogni giorno questa importante funzione sia in modo formale che informale. Attraverso interazioni positive con le loro figlie e i loro figli, i genitori promuovono uno sviluppo sano e li preparano ad entrare nel mondo delle scuole, a instaurare dei rapporti positivi con gli altri, a svolgere un lavoro gratificante e a godere di una buona salute.

L'educazione familiare si basa su teorie e ricerche che hanno già dimostrato come la promozione delle interazioni culturali ed educative tra discendenti e attori sociali, specialmente con i membri della propria famiglia, sono in grado di migliorare i risultati dei primi (Community of Researchers on Excellence for All, nessuna data)<sup>1</sup>

Educazione familiare non significa semplicemente far crescere i propri figli, tale ambito investe anche degli altri fattori in grado di favorire l'unione tra i membri della famiglia, quali la gestione del budget familiare, le opinioni sulle questioni economiche, la comunicazione, le dinamiche interpersonali, il processo di invecchiamento e l'interculturalità (Ličen, 2011)<sup>2</sup>.

Nell'ambito del progetto il concetto di educazione familiare viene utilizzato descrivere un metodo di apprendimento innovativo rivolto alle famiglie e basato sulle attività di giardinaggio e cucina a scopi terapeutici. Attraverso diverse ricerche i partner del progetto hanno scoperto che, nonostante esistano delle attività a disposizione delle persone con disabilità intellettive, come corsi o laboratori in grado di fornire informazioni sulle competenze trasversali (ad esempio, su come condurre una vita sana, conoscere i propri diritti, amministrare il denaro, ecc.), escursioni (giornate dedicate al divertimento al mare, ecc.), visite didattiche (nei musei, siti storici, ecc.), attività sportive, corsi d'arte, ecc., non vi sono tuttavia molte attività di apprendimento permanente rivolte all'intera famiglia. Per questa ragione abbiamo deciso di associare l'idea di educazione familiare ad attività di giardinaggio e di cucina terapeutiche.

<sup>1</sup> Community of Researchers on Excellence for All, nessuna data. Educazione Familiare. Consultabile al seguente indirizzo: [https://www.schooleducationgateway.eu/files/esl/downloads/52\\_INCLUD-ED\\_Family\\_Education.pdf](https://www.schooleducationgateway.eu/files/esl/downloads/52_INCLUD-ED_Family_Education.pdf)

<sup>2</sup> Ličen, N., 2011. Družinsko izobraževanje in učenje v iskanju prikrte harmonije. In: Andragoška spoznanja 17 (3), 5-9.



Questo tipo di attività incidono fortemente sull'indipendenza degli individui, favorendo l'acquisizione di nuove competenze e conoscenze e migliorandone il benessere fisico e mentale.

Grazie al progetto MeTURA - Back to the roots i genitori e altri membri della famiglia assumono il ruolo di mentori e insieme ai propri familiari affetti da disabilità intellettive imparano a:

- motivare i propri familiari adulti con disabilità intellettive a partecipare ad attività di apprendimento permanente;
- servirsi di metodi e tecniche per svolgere in modo opportuno il proprio ruolo di mentori;
- conoscere il concetto e i benefici del giardinaggio terapeutico e a svolgere questa attività;
- conoscere il concetto e i benefici della cucina terapeutica e a svolgere questa attività;
- capire come promuovere nei membri della propria famiglia affetti da disabilità intellettive lo sviluppo di competenze e conoscenze fondamentali attraverso la partecipazione alle attività di giardinaggio e cucina a scopi terapeutici.



# Giardinaggio terapeutico



## Perché fare giardinaggio è importante

Il giardinaggio consente di trascorrere del tempo all'aria aperta, il che permette alle persone affette da disabilità intellettive di socializzare e, allo stesso tempo, coltivare frutta e ortaggi. Vediamo in che modo tali aspetti possono influire su chi sceglie di fare del giardinaggio.

**Trascorrere del tempo all'aria aperta:** l'accesso a spazi verdi all'aperto ha degli effetti benefici su chi coltiva ortaggi. La possibilità di trascorrere qualche ora immersi in un ambiente naturale, di allontanarsi dallo stress della società moderna e concedersi il lusso di rallentare fa bene alla salute e favorisce l'apprendimento.

**Socialità:** il giardinaggio consente di instaurare delle relazioni e di collaborare

con altre persone interessate all'agricoltura, scambiandosi dei consigli o delle sementi. Gli adulti con disabilità intellettive possono acquisire conoscenze e competenze trasmesse da persone che condividono il loro stesso entusiasmo e passione per il giardinaggio.

**Attività:** sia che si tratti di scavare, piantare o seminare, le attività di giardinaggio incentivano lo sviluppo fisico e cognitivo. Tali compiti influiscono sulla nostra capacità di ragionamento e di sperimentazione favorendo l'apprendimento di chi ha delle difficoltà ad inserirsi in contesti educativi più tradizionali e strutturati.



## Opportunità di apprendimento

Il giardinaggio offre numerose occasioni di apprendimento. Quando piantiamo dei semi e misuriamo la distanza fra le varie piantine ricorriamo alla nostra capacità di fare dei calcoli ed elaborare delle stime. Le stesse competenze motorie utilizzate per tenere un seme fra le dita possono aiutarci a impugnare una penna e scrivere su delle etichette. Inoltre, possiamo migliorare le nostre capacità di lettura leggendo le istruzioni contenute nei pacchetti di sementi e sui libri di giardinaggio.

Inoltre, esiste un infinito patrimonio di conoscenze che possono essere poste in evidenza o associate al giardinaggio. Pensiamo, ad esempio, ai processi biologici legati alla crescita delle piante o a quelli fisici che regolano l'innaffiatura. Inoltre, possiamo osservare da vicino anche gli ortaggi stessi per capire da dove provengono e come sono arrivati sulle nostre coste in modo da approfondire anche la dimensione storica e geografica della botanica.

Inoltre, il giardinaggio aiuta a coltivare anche la capacità di pensiero critico attraverso, ad esempio, la costruzione di mangiatorie per uccelli, oppure la creazione di supporti necessari per far crescere i rampicanti. Inoltre, possiamo utilizzare il giardino e le piante come fonte di ispirazione per dipingere o cimentarci in altre attività creative.



## In che modo le persone che si occupano di soggetti con disabilità intellettive possono servirsi del giardinaggio

### A casa

Suggeriamo di incoraggiare i familiari a riflettere sul percorso del prodotto fatto crescere nell'orto fino alla cucina al piatto. Esistono molte cose, come una fragola matura, che possono essere assaporate senza alcun bisogno di cucinare. I membri della famiglia sanno quali attività o interessi possono attirare l'attenzione delle persone con cui vivono quindi perché non assecondare i desideri di una persona che ama annaffiare le piantine o consentire a chi adora la precisione di piantare una fila di carote da raccogliere in un secondo momento. Tali informazioni possono aiutare a creare degli importanti legami fra familiari e mondo esterno.

### A livello formativo

Sono molti gli obiettivi formativi che possono essere raggiunti grazie a un orto, basta usare un po' di immaginazione. Il giardinaggio è un campo estremamente vasto ed è probabile che le persone che lavorano al nostro fianco saranno pronte a fornirci informazioni riguardo alla frutta e agli ortaggi che stiamo coltivando.

### Nei servizi sociali

Alcune attività di giardinaggio aiutano le persone ad acquisire maggiore fiducia, intraprendenza e competenze necessarie per vivere una vita più indipendente. Tali attività favoriscono lo sviluppo di capacità fisiche e cognitive utili anche nello svolgimento delle loro mansioni quotidiane. Ad esempio il fatto di prendere delle decisioni e comprenderne le conseguenze sulle piante coltivate aiuta ad essere più a proprio agio nel fare delle scelte personali. La capacità di prendersi cura e di nutrire degli altri organismi viventi fa sentire utili le persone e trasmette loro l'idea che possano incidere sulla realtà che li circonda.

"Ho imparato come piantare i semi, come piantare correttamente i fagioli in modo da mettere più semi nello stesso punto del terreno. Ho imparato a pulire l'insalata e l'ho preparata per tutto il gruppo. La cosa che mi è piaciuta di più è stata la preparazione dell'insalata di frutta. Vorrei ringraziare Tjasa di EC Geoss. Grazie a tutti i mentor!"

Marija, utente del centro Zasavje,  
unità Litija



# Cucina terapeutica



Per alcune persone, la cucina è una faccenda domestica quotidiana, un'esperienza sociale o un'attività ricreativa. Per altre, la cucina è una terapia.

La cucina terapeutica consiste nel processo di preparazione e cottura degli alimenti volto a migliorare il benessere fisico e mentale, promuovere l'apprendimento e lo sviluppo delle competenze e favorire l'inclusione e la partecipazione. Rappresenta, quindi, un processo che prevede il coinvolgimento delle persone nella preparazione e nella cottura dei piatti attraverso il supporto offerto da educatrici ed educatori allo scopo di raggiungere obiettivi terapeutici e risultati di apprendimento specifici (in termini di competenze e conoscenze acquisite dalle e dai discenti), in un periodo di tempo ben preciso, che comprende anche elementi di monitoraggio e valutazione.

La cucina terapeutica abbraccia l'intero procedimento di preparazione dei piatti e tutte le attività ad esso correlate: dalla raccolta della frutta coltivata nel proprio orto all'acquisto di generi alimentari, dall'utilizzo di utensili ed elettrodomestici da cucina all'elaborazione e preparazione delle pietanze.

Nella cucina terapeutica la cucina è un luogo sicuro in cui imparare a socializzare, fare amicizia e acquisire abilità pratiche in grado di aiutare le e i discenti ad essere più autonomi. Attraverso l'assegnazione di compiti, educatrici ed educatori valutano e progettano una serie di attività individuali volte a migliorare le competenze e raggiungere obiettivi specifici.



Di seguito elenchiamo alcuni benefici della cucina terapeutica:

- favorisce la conoscenza dei generi alimentari e della loro preparazione e sviluppa un atteggiamento sano nei confronti del cibo;
- fa parte del trattamento per le persone che soffrono di disturbi alimentari, disturbi dello sviluppo intellettivo, problemi di salute mentale, disturbo da deficit di attenzione/iperattività, depressione, ansia e altre patologie;
- favorisce l'apprendimento di utili competenze trasversali;
- allevia lo stress;
- incentiva lo sviluppo delle competenze trasversali;
- migliora l'equilibrio e la capacità di coordinazione;
- aumenta la consapevolezza sensoriale;
- aiuta a sviluppare le competenze organizzative;
- sviluppa l'attenzione e la concentrazione.

*"Quello che mi è piaciuto di più è stato cucinare la pizza, preparare frullati, ho aiutato a tagliare la frutta e tutto quello che abbiamo preparato era buono".*

*Polde, utente del centro di attività professionale Zasavje, unità Litija*

**La partecipazione ad attività di cucina a scopi terapeutici permette agli adulti affetti da disabilità intellettive di acquisire sviluppare le seguenti conoscenze e competenze:**

- competenze comunicative;
- capacità decisionale;
- capacità di assumersi le proprie responsabilità;
- consapevolezza di sé e del proprio corpo;
- creatività;
- capacità di esprimere e gestire le proprie emozioni;
- capacità di interagire con gli altri;
- capacità di lavorare insieme ad altri;
- accettazione del supporto ricevuto;
- capacità di gestione del tempo.

Nell'ambito del progetto, la cucina terapeutica costituisce un processo attivo e guidato di apprendimento pratico in ambito familiare che si avvale del supporto di educatrici, educatori e dei membri della famiglia per facilitare lo svolgimento delle attività e che mira ad aumentare l'indipendenza e l'autorealizzazione degli adulti affetti da disabilità intellettive, creare relazioni migliori tra i membri della famiglia e migliorare le competenze dei singoli soggetti. La metodologia e i materiali andragogici sono stati sviluppati per fornire un valido supporto alle educatrici e agli educatori e offrire loro un elenco di ricette descritte attraverso un linguaggio semplice e intuitivo.



## COPPA DI FRAGOLE & PANNA MONTATA



### Ingredienti



500 g  
Fragole



500 ml  
Panna da  
montare



Zucchero a  
velo

Fonte:

Project Lahko je brati ([www.lahkojebrati.si/slike](http://www.lahkojebrati.si/slike))

### Preparazione:

1. Tagliate le fragole.
2. Versate la panna fresca in una ciotola.
3. Aggiungete a vostro paicimento lo zucchero a velo.
4. Montate la panna con delle fruste elettriche fino a ottenere un composto spumoso.
5. Prendete una coppa grande.  
Ponete le fragole tagliate nella coppa.  
Aggiungete la panna montata.  
Aggiungete altre fragole.  
Aggiungete altra panna montata.  
Continuare fino al riempimento della coppa.
6. Servite a tavola la vostra coppa di fragole e panna.

La vostra coppa con fragole e panna è pronta per essere gustata!

## Sviluppare competenze e conoscenze di base attraverso attività connesse al giardinaggio e alla cucina

Come descritto nel rapporto<sup>3</sup> (2019) della Commissione Europea, le competenze di base rappresentano una combinazione di conoscenze, abilità e atteggiamenti:

- le **conoscenze** si compongono di concetti, fatti, dati, idee e teorie che sono già stabiliti e che forniscono le basi per comprendere un certo settore o argomento;
- le **abilità** consistono nella capacità di eseguire processi ed applicare le conoscenze esistenti al fine di ottenere dei risultati;
- gli **atteggiamenti** descrivono la disposizione e la mentalità per agire o reagire a idee, persone o situazioni.

Le competenze di base si sviluppano nel corso della vita attraverso percorsi di apprendimento formali, non formali e informali in diversi contesti (familiari, scolastici, professionali, il quartiere in cui si vive, altre comunità).

Le attività di giardinaggio e di cucina a scopo terapeutico possono essere estremamente utili al fine di favorire l'acquisizione e lo sviluppo delle competenze di base, tra cui:

- capacità di lettura e scrittura;
- competenze matematiche e competenze nel campo delle scienze, della tecnologia e dell'ingegneria;
- competenze personali, sociali e di apprendimento;
- competenze imprenditoriali;
- competenze in materia di consapevolezza ed espressione culturale.

Nell'ambito del progetto sono state raccolte e schematizzate delle attività all'interno di schede che possono essere utilizzate dalle e dai mentori, dai genitori o altri membri della famiglia per guidare i propri familiari affetti da disabilità intellettiva nel corso del loro svolgimento. Le schede forniscono una breve descrizione dell'attività, alcune informazioni circa l'occorrenza necessario, la durata, i risultati di apprendimento attesi e altre attività ad essa correlate.

<sup>3</sup> European Commission, (2019). Key competences for lifelong learning. Luxembourg, Publications Office of the European Union.



Esempio:

**Attività:** Osservare la crescita delle piante

**Obiettivi/disciplina:** Biologia

**Occorrente:** bicchieri di plastica trasparenti (da potere lavare e riutilizzare), carta da cucina, fagioli secchi e acqua.

**Descrizione:** Fare delle palline con la carta da cucina e posizionarle all'interno dei bicchieri trasparenti di plastica fino a riempirli completamente. Prendere 3-4 fagioli e inserirli uno a un lato e l'altro a quello opposto, tra la carta assorbente e la parete del bicchiere. Inumidire leggermente il centro della carta da cucina fino a impregnarla completamente. Posizionare il bicchiere o i bicchieri su una mensola o un davanzale e osservarne lo sviluppo.

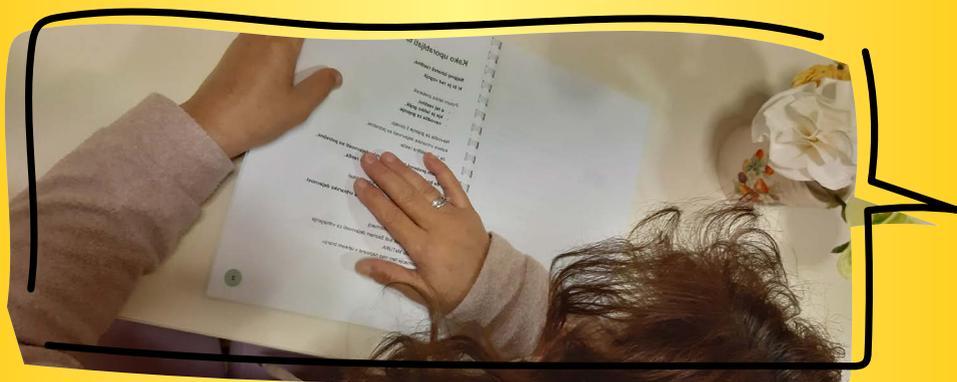
**Risultati di apprendimento:** Comprendere il processo di sviluppo delle piante, imparando a conoscerne le diverse parti che le compongono.

**Attività connesse:**

Questa attività può essere utilizzata prima o insieme all'attività di coltivazione di fagioli. Permette di comprendere il modo in cui crescono i fagioli e quali sono le condizioni più favorevoli per riuscirci.



## Mentori: alcune competenze fondamentali



Grazie alla ricerca svolta nell'ambito di questo progetto abbiamo scoperto che i familiari di persone con disabilità intellettive hanno numerose opportunità di prendere parte ad attività di apprendimento permanente al di fuori della loro casa, ma non altrettanto fra le mura domestiche. Inoltre, i genitori spesso non hanno abbastanza tempo a disposizione per partecipare incontri formativi insieme ai loro familiari. Per questa ragione, il progetto MeTURA – Back to the Roots si è proposto di indagare la possibilità di svolgere e riconoscere il potenziale educativo di alcune attività quotidiane svolte nella maggior parte delle case (cucina e giardinaggio) e di comprendere meglio la funzione dell'educazione familiare, che vede i genitori o altri componenti della famiglia divenire dei veri e propri mentori per i loro familiari affetti da disabilità intellettive. La metodologia e il materiale andragogico messo a punto rispondono alle reali esigenze del gruppo target dal momento che forniscono delle indicazioni e dei consigli utili alle e ai mentori su come svolgere le attività di giardinaggio e cucina a scopi terapeutici con i propri familiari in ambiente domestico.

Il compito di ogni mentore è quello di dare dei suggerimenti e favorire il processo di apprendimento. La sua funzione è quella di seguire il percorso educativo più adatto accompagnando la o il discente lì dove ha deciso di spingersi in base alle proprie esigenze e ai propri mezzi. Per questa ragione è importante che abbia un'idea d'insieme del processo di apprendimento al fine di essere in grado di guidare la sua o il suo mentee. Inoltre, deve sapere che i tempi, gli obiettivi, le attività e gli scopi siano approvati e riconosciuti dalla o dal mentee e che questi abbiano delle ricadute positive sulla vita sociale. Deve adottare un metodo di lavoro e un approccio in grado di promuovere una maggiore autonomia.

Di seguito elenchiamo alcune delle competenze necessarie per essere delle brave o dei bravi mentori:

- 1) **conoscenze professionali:** sono necessarie per sostenere la crescita delle e dei mentee. È fondamentale sapere come strutturare le attività per rispondere ai bisogni fisici, sociali e intellettivi di ogni discente;
- 2) **consapevolezza di sé:** aiuta ad osservare in maniera obiettiva i comportamenti e a metterli in discussione quando necessario. Chi è in possesso di questa capacità permette alle persone con le quali lavora di analizzare le conseguenze delle loro azioni sugli altri e sulle loro vite e imparare a innescare i dovuti cambiamenti. La consapevolezza di sé è fondamentale e costituisce la base dell'apprendimento. Per questa ragione ogni mentore deve essere in grado di trasmettere questa capacità alle proprie e ai propri mentee.
- 3) **Empatia:** è una competenza essenziale per essere delle brave e dei bravi mentori. È necessaria, infatti, per comprendere le emozioni delle persone con le quali si lavora, capire il linguaggio del corpo, aiutare a gestire le paure, essere positivi e incoraggianti. Bisogna sapere come prevedere le conseguenze di determinati comportamenti, dare e accogliere dei feedback costruttivi.
- 4) **Comunicazione efficace:** ogni brava o bravo mentore deve essere capace di ascoltare con attenzione ciò che gli altri hanno da dire senza interrompere o anticipare il proprio interlocutore, gestire i silenzi e sfruttare ogni occasione per interpretare alcuni segni del linguaggio non verbale. Inoltre, occorre saper porre le domande giuste e consentire alla o al mentee di trovare delle soluzioni in maniera autonoma.
- 5) **Sapere come costruire dei rapporti basati sulla fiducia:** per creare dei buoni rapporti, occorre che la o il mentore abbia un'influenza positiva sulla o sul mentee. A tale scopo occorre adottare un approccio diretto nei confronti sia dei successi che dei fallimenti, mostrando un certo senso dell'umorismo per incoraggiare un maggiore impegno. Inoltre, è essenziale rispettare la riservatezza delle informazioni condivise e non esprimere alcun giudizio al fine di instaurare un rapporto di fiducia duraturo.





**6) Voglia di migliorare se stessi e gli altri:** è necessario essere sempre disponibili e dedicare il proprio tempo alle persone con le quali si lavora, assistendole nel corso delle attività formative e partecipando ad ogni scambio nel corso del processo di apprendimento, aprendosi al cambiamento.

**7) Concentrazione:** aiuta a individuare e perseguire gli obiettivi della o del mentee. Concentrarsi sull'obiettivo finale del lavoro svolto aumenta la produttività. Occorre ricordare che il rapporto di mentoring è strettamente correlato alla realtà quotidiana. Sostenendo la o il mentee nella risoluzione di problemi inattesi o occasionali, la o lo aiutiamo a non perdere di vista il vero obiettivo. Significa anche ripensare agli obiettivi, se necessario.

**8) Orientamento al networking:** la capacità di creare una rete di rapporti significativi e sostenere gli altri è fondamentale. Occorre che ogni mentore abbia una rete di sostegno alla quale rivolgersi nel momento in cui dovrà confrontarsi con sfide inedite e a sostenere al meglio la o il discente.

**9) Carattere positivo:** pazienza, disponibilità, positività e umiltà sono caratteristiche fondamentali per ogni mentore. Il principale obiettivo di questa figura, infatti, è quello di sostenere la crescita di ogni mentee. Non bisogna fare mostra di sé o dei propri successi personali.

**10) Flessibilità:** ogni mentore deve essere in grado di adattarsi alla situazione affrontata. Infatti potrebbe di volta in volta vestire i panni di coach, consulente, formatore, affabulatore, guida ed essere portato a mettere in discussione o accettare, mostrare un atteggiamento proattivo o assecondare le esigenze delle e dei discenti base alle caratteristiche della o del mentee e al contesto in cui si inserisce il percorso formativo. Ogni mentore deve essere capace di aiutare la o il mentee ad affrontare i cambiamenti.

**11) Dare il buon esempio:** divenendo un modello di ruolo, è possibile aiutare ogni mentee a seguire il percorso che ai suoi occhi appare più appassionante e stimolante.

Mi è  
piaciuto molto il laboratorio  
artistico con Tjaša di EC Geoss, dove abbiamo  
costruito farfalle di legno, colorandole e disegnando  
e scrivendo su di esse i nomi delle piante e delle erbe che  
abbiamo piantato nei laboratori precedenti".

Peter, utente del centro di attività professionale Zasavje,  
unità Litija

"Quando avevo 30 anni ho preso la tutela di mio fratello Enzo, dopo  
la morte di nostra madre. Abbiamo iniziato a conoscerci anche se  
era difficile trovare un modo per crescere. Abbiamo dovuto imparare  
insieme a rendere Enzo autonomo. Se in questo faticoso percorso fossi  
stato accompagnato da professionisti che avrebbero dovuto guidarci  
con strumenti e metodi come quelli sperimentati durante i laboratori  
(delle attività MeTURA), sarebbe stato più facile e meno doloroso.  
Iniziative come queste dovrebbero essere proposte da quando sono  
bambini e accompagnare la vita delle persone con disabilità e delle  
loro famiglie".

Pippo, fratello di un utente delle attività MeTURA in Italia

# Sperimentazione dei laboratori MeTURA

I laboratori sperimentali si sono svolti nelle classi, negli orti e nelle cucine di tutti i Paesi partner (Slovenia, Italia, Croazia e Regno Unito). Una delle attività previste dal progetto era un corso di formazione di 3 giorni sul giardinaggio a scopo terapeutico promosso da Thrive, una delle organizzazioni partner con oltre 40 anni di esperienza nel settore. Nel corso della formazione, le e i partecipanti hanno acquisito conoscenze che sono poi state trasmesse a mentori e familiari che desideravano svolgere le attività di cucina e giardinaggio a scopi terapeutici con persone affette da disabilità intellettive all'interno dei centri in cui operano o in ambito domestico. Al laboratorio ha fatto seguito una sessione in classe rivolta alle famiglie. Inoltre, sono stati organizzati numerosi workshop sia di giardinaggio che di cucina.

Le organizzazioni partner del progetto hanno, quindi, invitato dei partner associati che lavorano con persone con disabilità intellettive o condotto loro stessi i laboratori con i loro utenti abituali.

Le attività formative si sono svolte grazie alla collaborazione delle seguenti organizzazioni: Occupational activity center Zasavje in Litija (Slovenia), Occupational activity center Sožitje Ptuj (Slovenia), Occupational activity center Sožitje Maribor (Slovenia), Community center Ozalj (Croazia), Paradise Bird - Association for Persons with Intellectual Disabilities Karlovac County (Croazia), La fraternità (Italia) e Thrive (Reading, Regno Unito).

Con l'aiuto e l'assistenza delle e dei mentori, gli adulti con disabilità intellettive hanno aiutato a costruire e a sistemare delle aiuole, piantato semi, fatto crescere ortaggi da utilizzare in cucina per preparare delle ricette. Nel corso di questo processo hanno potuto anche migliorare le loro conoscenze e competenze legate al giardinaggio e alla cucina, lavorare sulla loro capacità di scrittura apponendo delle etichette alle piante e servirsi delle loro competenze matematiche per misurare le quantità di ingredienti richieste dalle ricette, e così via.

Le e i partecipanti erano entusiasti e orgogliosi dei laboratori e del contributo che hanno dato. Si sono divertiti molto, hanno socializzato e instaurato dei legami con gli altri in virtù di questo loro coinvolgimento. Tutte e tutti loro hanno imparato qualcosa di nuovo e sono stati ricompensati preparando dei piatti con i prodotti dell'orto.

"Durante i workshop, è stato bello e divertente lavorare con i ragazzi che mostrano sempre tante capacità. Abbiamo avuto la conferma che si può sempre imparare e che si impara facendo, soprattutto facendo insieme".

Anna, familiare di un utente delle attività MeTURA in Italia

"Sono molto contento del giardinaggio. Mi è piaciuto che abbiamo messo la terra e piantato. Ho messo la terra nell'aiuola e ho piantato pomodori, peperoni, prezzemolo. Ho imparato come preparare il terreno per piantare e come piantare le verdure. Mi piacerebbe farlo di nuovo".

Dražan, utente del Centro per i servizi comunitari Ozalj

"Le guide sono state molto utili" / "Voglio tornare!" / "Non cucino a casa... potrei fare di più" / "Posso tornare la prossima settimana?"

partecipanti al workshop pilota presso Thrive

# Ringraziamenti

“Ringraziamo chi ha collaborato alla realizzazione delle attività del progetto e condiviso altruisticamente conoscenze ed esperienze che hanno senza dubbio arricchito il nostro percorso. Le organizzazioni che hanno collaborato alle attività sono state: Center for Community Services Ozalj, Center for Education of Children and Youth Karlovac, SUVAČ - Karlovac Polyclinic for Rehabilitation, family Center of Karlovac County, Association of Associations of Persons with Disabilities of Karlovac County, Paradise Bird - Association for Persons with Intellectual Disabilities Karlovac County, Association SUNČE - Association of families of Children and Persons with Developmental Disabilities. Desideriamo anche esprimere la nostra gratitudine alle organizzazioni partner del progetto, è stato un piacere collaborare con loro e speriamo di lavorare ancora insieme in futuro”

GORDANA JURČEVIĆ, IVANA MASTELIĆ IVIĆ, PAULINA ŠEPAC, MARIO ŽEGER - UOSIKAZU

“Desideriamo ringraziare tutte le persone che hanno preso parte allo studio e risposto al sondaggio (famiglie e mentori). Vorremmo ringraziare anche le lettrici e i lettori che ci hanno aiutato a semplificare i testi. Inoltre, siamo grati agli Occupational activity centres VDC Sožitje Ptuj e VDC Sožitje Maribor per la loro partecipazione ai laboratori e ai loro indispensabili suggerimenti. Vogliamo esprimere la nostra gratitudine anche Irena Borštnik per il contributo che ha dato al progetto e anche per aver organizzato la visita studio presso CUDV Draža. Infine, siamo riconoscenti alle organizzazioni partner, IC Geoss, UOSIKAŽU, Thrive e il CSC Danilo Dolci per aver collaborato alla buona riuscita del progetto. Siamo lieti di avervi incontrato e speriamo di lavorare presto insieme.”

JASMINA KEBE AND MATEJA TURK, ZVEZA SOZITJE

“Ringraziamo tutti coloro che hanno contribuito in qualche modo alla realizzazione del progetto MeTURA. Il nostro ringraziamento va soprattutto a tutte le educatrici, tutti gli educatori, le famiglie e gli adulti con disabilità intellettive che hanno preso parte alla ricerca e ai laboratori sperimentali volti a testare i prodotti del progetto. Siamo grati anche chi ha collaborato con noi, come il personale del centro diurno Zasavje, unit Litija e Društvo Sožitje Litija Šmartno, tutte e tutti i mentori e gli utenti che hanno fatto conoscere i prodotti e preso parte alle attività di MeTURA. Senza il loro aiuto e le loro indicazioni, non avremmo mai potuto raggiungere questo risultato. Desideriamo esprimere la nostra gratitudine anche alle organizzazioni partner. Abbiamo imparato molto da loro e crediamo che la combinazione delle nostre conoscenze ed esperienze abbia portato al raggiungimento di ottimi risultati. È stato un piacere lavorare con tutte e tutti loro.”

SANDRA KATIČ AND TJAŠA DRAGOŠ, EDUCATIONAL CENTER GEOS



“Vogliamo esprimere la nostra sincera gratitudine a tutte le educatrici e a tutti gli educatori, mentori, volontarie e volontarie, famiglie, adulti partecipanti e il personale delle organizzazioni partner di Palermo per la loro attiva partecipazione al progetto. In particolare, siamo sinceramente grati a Patrizia Pappalardo e Nunzia Manno per il loro diretto coinvolgimento nella formazione e nella sperimentazione delle attività, nonché alle esperte, agli esperti e ai professionisti che hanno preso parte alla conferenza tenutasi con il contributo di “La fraternità”, “Edificando”, “Afd Palermo”.”

GIOVANNI LO BIUNDO AND DARIO FERRANTE, CENTRO PER LO SVILUPPO CREATIVO DANILO DOLCI

Vorremmo ringraziare tutte le persone e le famiglie che ci hanno supportato nella nostra attività di ricerca, necessaria per creare le risorse legate al tema del giardinaggio, e che hanno continuato a fornirci il loro sostegno con consigli e indicazioni man mano che queste venivano completate. Le loro conoscenze e spunti ci hanno consentito di andare avanti e hanno contribuito all'avanzamento del progetto. Un ringraziamento speciale agli adulti con disabilità che hanno sostenuto il lavoro svolto e hanno fatto sentire la loro voce nel corso di un periodo difficile per tutte e tutti. Desideriamo ringraziare anche le organizzazioni partner, Educational Center Geoss, Association of persons with Disabilities of Karlovac, CSC Danilo Dolci e la Slovenian association for people with intellectual disabilities. È stato fantastico lavorare al loro fianco e condividere esperienze ed entusiasmo nel percorso che ci ha portato a raggiungere gli obiettivi che ci eravamo prefissi.

MARK EMERY AND DAMIEN NEWMAN, THRIVE



Testi e immagini: Danilo Dolci, Educational Center Geoss, Zveza Sožitje, Thrive, UOSIKAZU

A cura di: Educational Center Geoss Ltd.

Grafica: Meta Gabrijel

Litija, Agosto 2021

Tutti i diritti riservati. Il contenuto di questa pubblicazione può essere gratuitamente utilizzato e riprodotto per scopi educativi e non commerciali, purché venga fatto riferimento al progetto “MeTURA-Back to the Roots”, Erasmus+, Azione Chiave 2 - Cooperazione per l'innovazione e lo scambio di buone pratiche, Partenariati Strategici.

Convenzione di sovvenzione: 2018-1-SI01-KA204-047051



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Il sostegno della Commissione europea alla produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni ivi contenute.