

Vitae ONLUS

Associazione di Volontariato per la Qualità dell'Educazione

con il contributo della



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

con il patrocinio del



Comune di Prepetto

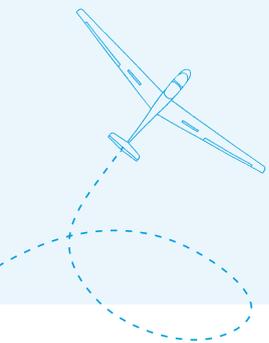


Club UNESCO di Udine
Membro della Federazione Italiana
dei club e Centri UNESCO
Associata alla Federazione Mondiale

Aliante

VOLARE NELLA VITA

ATELIER DI CRESCITA PERSONALE
per giovani dai 17 ai 29 anni



ALIANTE volare nella vita

ALIANTE - VOLARE NELLA VITA è un progetto per voi giovani dedicato allo sviluppo delle abilità personali e di relazione; capacità decisive per tuffarsi nella vita nel modo migliore!

Gli incontri affrontano temi importanti con un approccio innovativo, frutto delle ricerche all'avanguardia: utili e semplici lezioni spiegano le abilità mentre gli esercizi di comunicazione servono per scoprire nuovi punti di vista, condividere idee ed esperienze. Segue lo sviluppo di progetti personali in cui ognuno potrà applicare gli elementi compresi con la sua originalità.

Il gruppo di partecipanti si cimenterà inoltre con la realizzazione di un progetto comune che assumerà la forma dettata dai desideri e dai talenti dei giovani, attingendo alle tecniche conosciute e spaziando nelle nuove tecnologie.

Ogni giovane ha davanti a sé una straordinaria sfida: il proprio futuro.

Il progetto Aliante offre conoscenze, relazioni e divertente creatività per dare al futuro quella forma che realizza le vere aspirazioni!

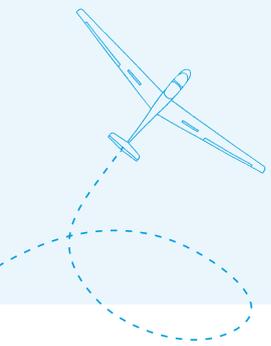


RESPONSABILE PROGETTO *Silvana Tiani Brunelli*

DOCENTE *Silvano Brunelli*

COORDINATRICE *Irene Tessarin*

TUTOR *Giulio Frasson*



Le mie relazioni

6 ottobre 2012

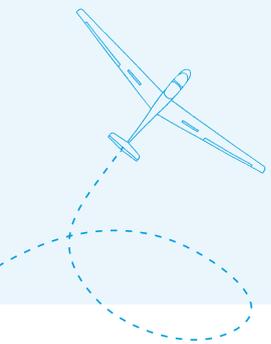
*Quando usi le tue abilità,
le amicizie prendono il volo!*



Interagire con gli altri è oggi una delle abilità più importanti eppure è una delle meno studiate. I successi nello studio sono collegati al rapporto con i professori e i compagni di classe. Le amicizie crescono in base alla capacità di “funzionare” insieme agli altri; anche innamorarsi e creare una coppia è una relazione...

Oltre ad essere di continuo immersi nei rapporti interpersonali, comunicare in modo corretto è anche uno straordinario strumento per crescere. Grazie alla comprensione che si ottiene parlando, si può conquistare una vera chiarezza personale, riconoscere le proprie priorità, elaborare un programma come pure porre le basi per delle buone collaborazioni.

Ogni partecipante potrà analizzare la propria rete di relazioni e capire come farla crescere; potrà aumentare l'abilità di esprimere pensieri e sensazioni, comprendere gli altri, collaborare.



Le mie scelte

7 ottobre 2012

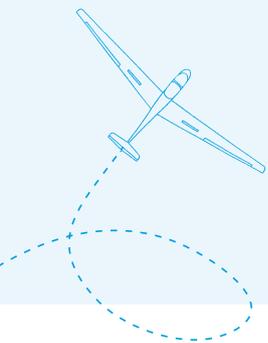
***Quando fai una scelta,
hai bisogno di sapere che è quella giusta!***

Nessuno ci insegna come fare una scelta eppure spesso ci imbattiamo in questo bivio: prendere una strada oppure l'altra? Oltre alla valutazione di un specifico momento, vi è una domanda alla base: come decidere?

Scegliere è un'abilità umana e come tante altre capacità può essere esplorata e conquistata: come funziona, come applicarla all'inizio, ovvero come assumere una posizione, come mantenerla nel tempo sino alla sua conclusione sul piano pratico. Molto interessante è anche la scoperta di come le scelte influenzino la persona stessa e le sue esperienze.

La logica decisionale può seguire il piacere, l'utilità, il valore e tanti altri parametri ancora; può variare in base al contesto: preferire quello che sembra più facile e meno faticoso, fare la cosa giusta, affermare una meta che ci esprime e ci realizza. Avere la certezza di poter originare le proprie scelte è un requisito fondamentale!





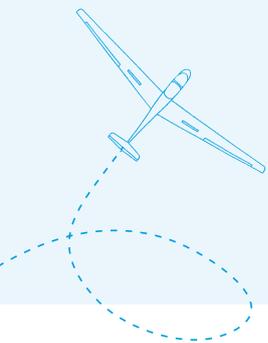
Il mio stile di vita

1 dicembre 2012

*Quando decidi il tuo stile di vita,
disegni la tua pista verso il futuro!*



Negli anni della gioventù ognuno adotta uno stile di vita che poi tende a mantenere anche in seguito; ma gli anni in cui si assume la completa autonomia rappresentano anche il momento ideale per realizzare i cambiamenti desiderati. Indagheremo gli ingredienti che contribuiscono a modellare il nostro modo di vivere: come rinforzare gli elementi validi, come concludere abitudini inadatte. La nostra meta sarà: l'abilità di conquistare uno stile di vita funzionale da un lato e adatto a sé stessi dall'altro. Nella routine quotidiana alcune azioni sono piccole e ripetitive, ci permettono di mantenere il benessere, altre sono intense e conquistano qualcosa di nuovo. Si alterna così il piacere di funzionare e il valore di progredire. La padronanza del proprio modo di vivere è una meta da centrare con precisione, per sentirsi protagonisti delle proprie esperienze!



La mia identità sessuale

2 dicembre 2012

*Quando trovi la persona giusta,
voli nella felicità!*

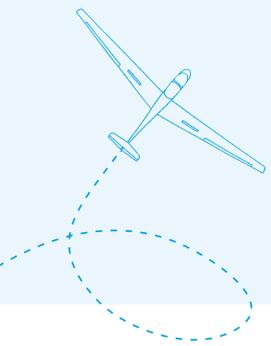


La femminilità e la virilità, la seduzione e il corteggiamento sono temi importanti perché conquistare la propria identità sessuale regala soddisfazione e pienezza.

La conoscenza e una buona comunicazione sono i requisiti più efficaci nell'affrontare l'emozionante esperienza dell'innamoramento e la grande sfida della relazione di coppia.

La sessualità oscilla spesso tra la repressione e la sfrenatezza; rifiutare, nascondere oppure esagerare. Entrambi sono punti estremi, sono inadeguati e diventano anche fonte di problemi; ma trovare il giusto equilibrio tra questi due opposti non è sempre automatico, perciò capire l'argomento è di grande utilità.

Il tema dell'identità sessuale sarà affrontato da punti di vista inediti, con semplicità, ma al contempo anche con profondità.



La mia crescita

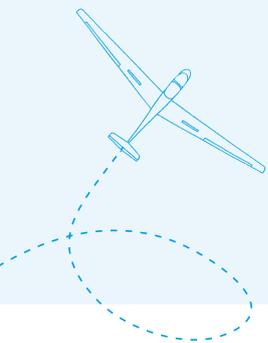
15 dicembre 2012

*Quando non rinunci a cercare il miglioramento,
inizi ad apprezzare quello che incontri...*

Immaginare il futuro e pensare che sarà migliore, è un bellissimo modo di percepire il fluire del tempo. Oltre al desiderio e al buon augurio, esiste anche la possibilità di progettare: dare una forma precisa alle esperienze e alle loro conseguenze.

Il miglioramento non proviene soltanto dai successi nei diversi campi della vita ma anche dalle conquiste personali. La sfida dei giovani non consiste solo nel riuscire in alcune prove specifiche; è altrettanto decisivo poter superare alcuni propri limiti per raggiungere gli obiettivi prefissati.

Studieremo gli strumenti utili per ideare e realizzare passi di crescita. Indagheremo come l'impegno nella vita porta ai risultati e come il successo promuove anche la crescita delle persone. La nostra meta sarà la ricerca del miglioramento!



La mia espressione

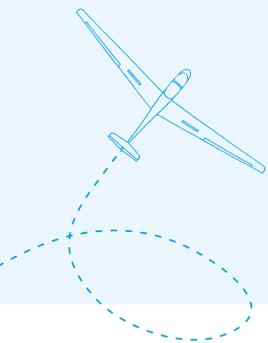
16 dicembre 2012

***Quando hai voglia di esprimerti,
stai facendo una cosa importante!***

Esprimere sé stessi è una vera e propria arte che richiede sincerità, autenticità, competenze e capacità di confronto. A causa di esperienze negative, molti rinunciano a mostrare pensieri, sensazioni, emozioni e persino desideri restringendo così il loro orizzonte personale. Accade che con il passare degli anni l'espressione personale diventi meno spontanea, meno esuberante e, purtroppo, anche insincera. Il nascondere agli altri si conclude con un senso di confusione, non essere certi di quello che si sente. Possiamo evitare di perdere parti preziose di noi, e conquistare la padronanza della nostra espressione.

Altrettanto importante è l'equivalente abilità di accogliere le espressioni degli altri, senza giudicarle, senza sminuirle né rifiutarle. Comprendere e accettare gli altri sono abilità di relazione che regalano straordinarie opportunità!





Crescita personale

Quando ottieni un risultato scompare lo sforzo compiuto per raggiungerlo!

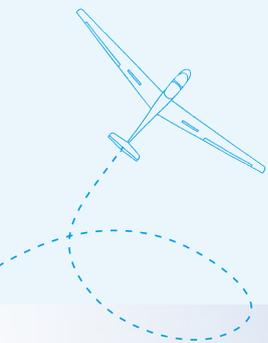
Il progetto Aliante è un percorso di studio e di sviluppo delle abilità personali e si distingue per il suo approccio innovativo.

Ciascuna esperienza della vita può potenzialmente contribuire alla crescita della persona ma può anche essere fonte di dolore, di confusione e provocare di conseguenza un disorientamento.

La comprensione della natura e del funzionamento delle abilità umane rappresenta una valida

formazione per affrontare le diverse situazioni che si verificano nella vita e indirizzarle in modo costruttivo. Il percorso formativo offre perciò un'opportunità per crescere come persona, per rafforzare i propri talenti, per colmare i punti deboli e scoprire come ottenere la chiarezza per fare una scelta.





Un approccio innovativo

Quando la scelta è giusta, anche la fortuna segue!

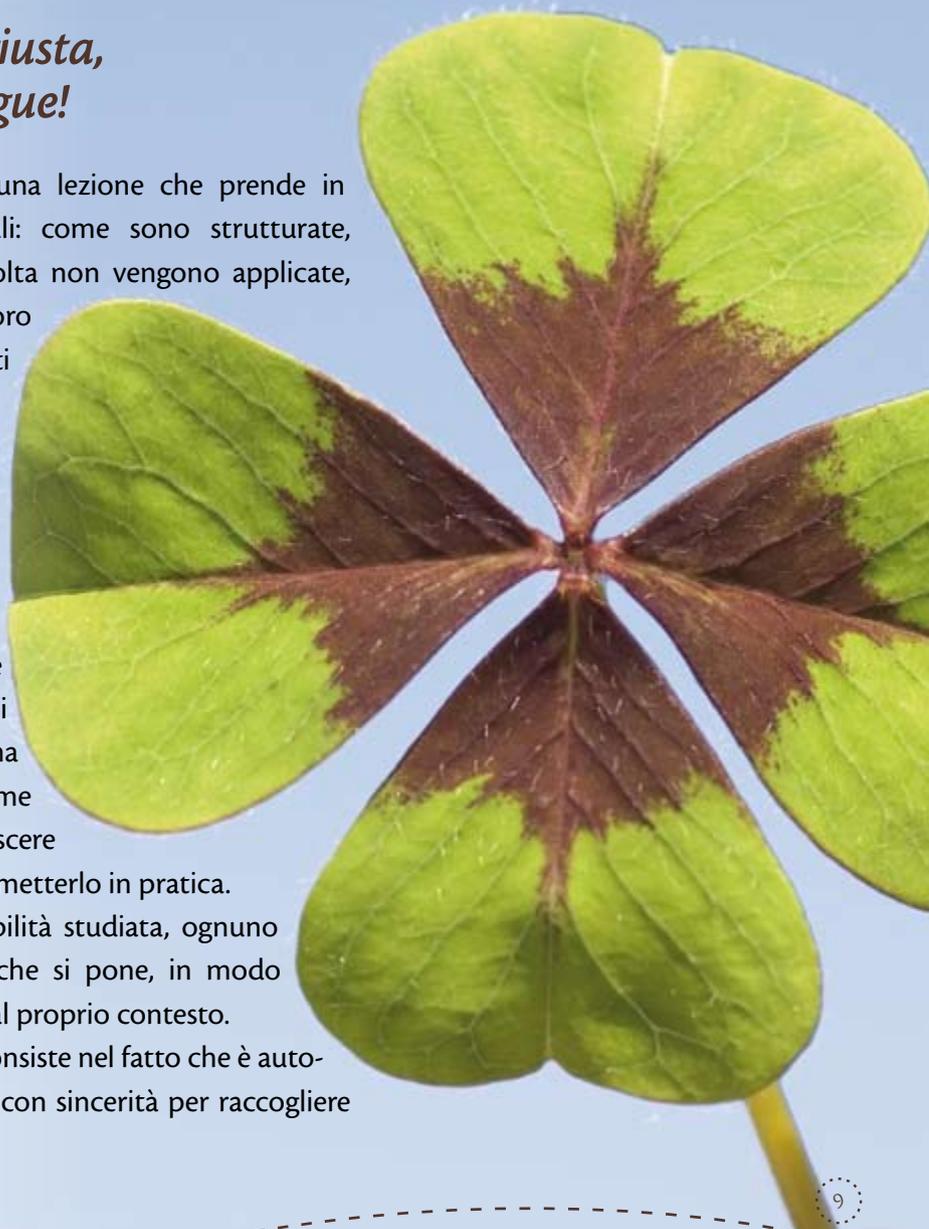
Il corso di studio inizia con una lezione che prende in esame alcune abilità personali: come sono strutturate, come funzionano, perché talvolta non vengono applicate, quali danni provoca la loro incompletezza, quali risultati si possono ottenere usandole correttamente.

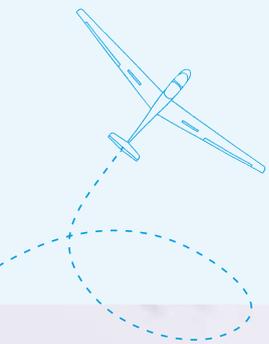
Le abilità sono facili da comprendere e da ricordare, ma in seguito inizia la vera sfida: la loro applicazione.

Per sostenere questa fase, che è decisiva, ci sono gli esercizi di comunicazione. Si lavora con una sequenza di domande che, come una mappa, permette di conoscere l'argomento e di scoprire come metterlo in pratica.

Perciò, una volta compresa l'abilità studiata, ognuno la usa in base agli obiettivi che si pone, in modo intelligente e coerente rispetto al proprio contesto.

La forza del metodo di lavoro consiste nel fatto che è auto-correctivo: è sufficiente tentare con sincerità per raccogliere già i primi successi!





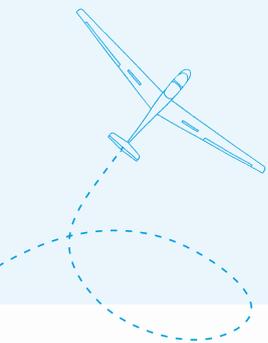
Dalle idee ai progetti

***Quando si traccia la rotta,
il viaggio può iniziare!***

Allo studio delle abilità e agli esercizi di comunicazione segue un'altra tappa molto utile: come ideare ed elaborare un progetto.

Le abilità della persona hanno una duplice natura, sono un bene umano, puramente interiore e si riflettono anche nella concretezza della vita. Il loro effetto sull'andamento delle esperienze è decisivo.

Perciò un altro tema centrale è proprio questo: come mettere a frutto le doti e le capacità in un progetto complesso. Per riuscire nella vita non è sufficiente essere preparati e abili, è anche necessario saper formulare un programma operativo, attenersi ad esso per il tempo necessario, gestire in modo corretto gli imprevisti, collaborare con gli altri, superare le barriere... sino al traguardo!

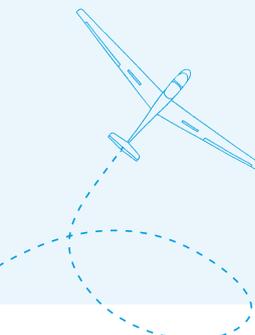


Spazio alla creatività dei giovani!

*Quando accendi
la creatività
il risultato ti sorprende!*

Il gruppo dei partecipanti al corso potrà elaborare un progetto comune unendo le idee e la creatività di ognuno. Infatti, dopo aver conquistato la padronanza di molte abilità, una delle emozioni più belle è proprio sommarle alle capacità degli altri.

Il nuovo obiettivo di questa tappa del progetto è perciò concepire un fine comune, qualcosa che l'intero gruppo vuole realizzare.



Vi invitiamo a partecipare!

Le informazioni... per volare al prossimo corso

ORARIO:

9.30 - 10.00 accoglienza e iscrizioni
10.00 - 12.30 lezione e condivisioni
12.30 - 13.30 pausa pranzo
13.30 - 17.00 applicazioni.

Si consiglia la frequenza all'intero ciclo di incontri ma si può aderire anche ad una singola lezione.

L'adesione al corso è gratuita.
Per partecipare è richiesta l'iscrizione entro tre giorni prima dell'inizio, grazie!

SEGRETERIA

tel. 0432.713319
da Lunedì al Venerdì, ore 9.00 - 17.00
mail: info@vitaeonlus.it



SEDE DEI CORSI

Centro Studi Podresca
Borgo Podresca 1
33040 Prepotto, UD

www.vitaeonlus.it



con la collaborazione del



Vitae ONLUS

Associazione di Volontariato per la Qualità dell'Educazione

Villa Girasoli Borgo Scubla 29 · Faedis 33040 (Ud) · Tel. 0432.728544

Centro di Aggregazione Giovanile Borgo Podresca 4 · Prepotto 33040 (Ud) · Tel. 0432.713319

www.vitaeonlus.it · info@vitaeonlus.it