



StayAleeve
ONLUS

Prot. n. 2021/28

Progetti per le scuole, gli oratori e i gruppi sportivi



Siamo felici di presentarti StayAleeve

StayAleeve Onlus (<https://stayaleeve.org>) è la prima associazione non-profit in Italia ideata, fondata nel 2017 e gestita interamente da **ragazzi e ragazze** per incoraggiare, informare, lottare, ispirare e investire sulla sensibilizzazione contro la depressione, l'autolesionismo e il **suicidio giovanile** attraverso linguaggi adatti a un mondo in costante evoluzione.

L'Associazione è attualmente composta da **decine di volontari** che, al mese di settembre 2021, sono stati coinvolti in 17 eventi, 9 iniziative e decine di campagne online. StayAleeve ha inoltre pubblicato un'antologia di racconti e propone uno specifico **protocollo per le scuole**, che intendiamo presentare in questo documento.

L'idea di un'organizzazione così particolare è nata dal fatto che ci siamo resi conto che, sebbene esistano sul territorio nazionale alcune associazioni in grado di fornire supporto medico specialistico alle persone che tentano il suicidio, tuttavia queste **non rispecchiano le necessità** della fascia più debole della popolazione: non solo si occupano esclusivamente di supporto diretto, ma lo fanno con uno stampo non più completamente adatto ai ragazzi di oggi. Inoltre, alcune altre associazioni che trattano tematiche simili sono nate o cresciute con uno stampo più politico che sociale, cosa che per StayAleeve risulta inaccettabile: la manipolazione di fatti gravi non è concepibile, anzi rischia di diventare controproducente.

StayAleeve opera principalmente nelle scuole, nelle squadre sportive o negli oratori attraverso incontri di *peer education*¹, conferenze e dibattiti al fine di **formare i giovani** sul tema del suicidio e sui **metodi di prevenzione**. Nell'ottica di favorire una maggiore attenzione da parte dell'istituzione scolastica alla salute mentale dei ragazzi, StayAleeve ha poi sviluppato "Corridoi", un percorso che le scuole possono avviare e condurre autonomamente nei modi e nei tempi che preferiscono.

Avviamo anche **attività di sensibilizzazione pubblica** sulle tematiche del disagio giovanile attraverso eventi pubblici, percorsi, campagne, conferenze e tavole rotonde. Infine, utilizziamo i canali **social** (in particolare Instagram e Facebook) per avviare **campagne di informazione** e prevenzione con linguaggi accessibili, comprensibili e amichevoli.

Abbiamo inoltre lanciato **NearMe**, il primo **database** che raccoglie i **centri di supporto** psicologico, ascolto, auto mutuo aiuto, gestione dell'emergenza e somministrazione di terapie

¹ La *peer education*, letteralmente "educazione tra pari", è una strategia formativa che permette la naturale trasmissione di conoscenze da parte di alcuni membri di un gruppo ad altri soggetti di pari livello sociale, arricchita da esperienze personali vicine al pubblico uditore.



divisi per regione e provincia, con la caratteristica comune di essere **inclusivi e gratuiti** o comunque convenienti (stayaleeve.org/trova-aiuto). Il progetto rientra nella nostra ottica di rendere sempre più accessibile il sostegno e il supporto a chi ha bisogno e sta vivendo un momento di difficoltà, tristezza o depressione.

Costi e modalità

Gli incontri e le proposte didattiche, in quanto seguite dai volontari di StayAleeve, sono **completamente gratuite** in tutta la città di Novara e fino a un raggio di 10km da essa. Per le attività fuori dal territorio novarese l'associazione può richiedere un rimborso spese. Gli incontri svolti online sono sempre gratuiti. La scuola o l'ente interessato può tuttavia decidere di sostenerci organizzando una piccola raccolta di fondi a sostegno dei nostri progetti.

I nostri laboratori vengono adattati in base all'età dei partecipanti e, più in generale, al pubblico che viene proposto. Per questo motivo nel presente documento verranno indicati alcuni spunti di riflessione che, a nostro avviso, possono essere validi per un pubblico di **scuola secondaria di secondo grado** ("scuola superiore"), ma restiamo a disposizione per avviare progetti d'ogni tipo per qualunque grado d'Istituto e tipologia di studenti.

Gli interventi che svolgiamo sono principalmente "a due cori": quello dei volontari formatori e quello degli studenti, che sono invitati a **partecipare attivamente** attraverso diverse modalità, a seconda dell'ampiezza del pubblico. È consigliabile tuttavia preferire **piccoli gruppi omogenei e uniti**, come singole classi o squadre, al fine di favorire la partecipazione serena e aperta di ogni individuo.

Durante gli incontri, i volontari inviteranno il personale docente e assistente (animatori, allenatori, sacerdoti etc.) a **lasciare l'aula**, affinché gli studenti abbiano piena libertà d'espressione secondo il "precetto" della *peer education*. Ciononostante, per ragionevoli motivi la scuola può concordare in anticipo la presenza di un sorvegliante durante l'incontro. Sono ammessi gli insegnanti di sostegno affiancati ad alunni con particolari patologie.

In ottemperanza alle normative di contenimento del contagio da **Covid-19**, è possibile studiare incontri ad hoc online. StayAleeve – garantendo il rispetto di dette normative e in totale sicurezza, avvalendosi esclusivamente di volontari dotati di Green Pass e formati sulle norme di prevenzione – preferisce tuttavia gli **incontri in presenza**: le proposte di seguito presentate, infatti, non si addicono pienamente a un'interazione via schermo. È possibile tuttavia concordare presentazioni, dibattiti, conferenze, laboratori e interviste adatti allo svolgimento in streaming.



Proposte didattiche

1. PRIMO BIENNIO: "FUORI ONDA"

Obiettivi: Comprendere l'importanza del benessere fisico e psicologico.

Modalità suggerita: Un incontro di due ore.

Terminato il dolce tempo delle scuole medie, ci si ritrova catapultati nell'immenso mare delle superiori, in cui "i grandi" sono ancora troppo "grandi", ma più seri diventano i propri problemi: si aprono sempre di più gli occhi sulle problematiche scolastiche, familiari e relazionali; si vive il periodo difficile dell'adolescenza; si viene sommersi da improvvise responsabilità... Inoltre internet, e in particolare gli innumerevoli social media, concorrono a dar legna al fuoco delle paure, delle preoccupazioni e dell'incertezza. Come reagire? Che cosa fare per prevenire situazioni pericolose? Come uscire dall'onda anomala in cui ci si ritrova a quest'età? Che cosa è la salute mentale e come la si preserva?

2. SECONDO BIENNIO: "SERVE UNA MANO?"

Obiettivi: Riconoscere il bisogno del prossimo. Saper dare una mano nel modo corretto.

Modalità suggerita: Un incontro di tre ore (o due se si è già fatto il percorso precedente).

Nel 2015 Jamie Harrington, dublinese di sedici anni, vedendo un uomo pronto a saltare da un ponte, si è seduto accanto all'aspirante suicida e gli ha gettato al collo solamente due parole: «Stai bene?». Da lì, l'uomo alla deriva si è lasciato trarre in salvo e, tre mesi dopo, ha chiamato Jamie per confidargli che erano state proprio quelle due parole, che mai si era sentito rivolgere, a salvarlo. Con questo percorso proponiamo una riflessione sulla prevenzione attiva del suicidio: come riconoscere i segnali di pericolo e come intervenire nel modo giusto; in altre parole, come capire se serve una mano e come porgerla.

3. QUINTO ANNO: "DANGER ZONE"

Obiettivi: Comprendere gli atteggiamenti pericolosi. Dare un nome al malessere.

Modalità suggerita: Un incontro di tre ore.

Attraverso la drammatizzazione i ragazzi sono portati a confrontarsi con una situazione di grave malessere. In questo modo, con un lungo *debriefing*, riusciranno a dare un nome alle cose che pesano, sapendo così come affrontarle. *Percorso non adatto a chi soffre di depressione patologica, a chi ha tentato il suicidio o a casistiche simili.*



Extra

SITUAZIONI PARTICOLARI

A seguito di un tentativo di suicidio da parte di uno studente o di un membro del personale scolastico è importante avviare il prima possibile – sentito il parere della famiglia della vittima – un dibattito in classe, affinché il clima diventi il più possibile disteso e il fatto venga metabolizzato nel migliore dei modi dagli studenti. StayAleeve, non disponendo di personale medico né di psicologi volontari, **non può sostenere questo tipo di intervento.**

Proponiamo tuttavia un percorso ad hoc per le classi in cui vi sono stati episodi di (tentato) suicidio. Sappiamo le difficoltà dei compagni e degli amici e, per questo, crediamo che quanto successo possa essere un seme gettato che, se curato accurato, possa portare ottimi frutti in termini di sensibilità e prevenzione, risolvendo gli animi di quanti sono in qualche modo partecipi dell'accaduto. Poiché si tratta di situazioni molto delicate, ogni intervento di questo tipo è a sé stante e necessita di un'accurata preparazione "a quattro mani", tra scuola e Associazione. Restiamo a disposizione per ogni tipo di collaborazione.

CORRIDOI

"Corridoi" è un progetto di StayAleeve Onlus che mira a **monitorare** il benessere psicologico degli studenti e a **consapevolizzarli** sulle loro emozioni. Il fine ultimo è quello di **creare dei ponti di comunicazione sia tra pari che con i docenti** o, comunque, con degli adulti di riferimento, abbattendo lo stigma e il timore che aleggiano su queste tematiche.

Il progetto, completamente autogestibile da ogni Istituto, è diviso in **due mesi**, che è bene tenere separati: consigliamo di svolgere la prima metà nel primo quadrimestre e la seconda verso la fine dell'anno scolastico. Le quattro settimane di ogni mese hanno ciascuna un tema dominante e per ciascuna settimana sono previste tre attività, una al giorno, da svolgere in tre giorni diversi per un tempo di circa **10/15 minuti ciascuna.**

Per saperne di più su "Corridoi", ti preghiamo di contattare via email il referente per il progetto all'indirizzo alessandro@stayaleeve.org



Per saperne di più

AVVIARE UN PROGETTO

Siamo felici di sapere che ritieni utile portare StayAleeve nella tua realtà. Se desideri iniziare un progetto con noi, puoi spiegarci tramite email all'indirizzo info@stayaleeve.org che cosa hai in mente, avendo cura di indicare la città, l'età media del pubblico, la sua dimensione e la tematica che preferisci trattare. Ci teniamo a sottolineare che le proposte qui presentate sono solo indicative e che siamo disponibili a sviluppare progetti diversi e personalizzati per ogni tipo di istituto.

SOSTENERE STAYALEEVE

Se non è possibile portare StayAleeve nella tua realtà, ma vuoi comunque sostenere il nostro impegno, puoi realizzare una speciale raccolta fondi (stayaleeve.org/sostieni). Possiamo anche sviluppare insieme un percorso a distanza, oppure puoi avviare nella tua scuola un evento a supporto di StayAleeve, come un *flash mob* da far diventare virale che abbia come tema la prevenzione del suicidio, o realizzare un filmato, un'opera d'arte, una mostra, un concorso... Le idee sono infinite: siamo felici di ascoltarle tutte.

ULTERIORI INFORMAZIONI E DOCUMENTAZIONE LEGALE

Per conoscere il meglio possibile StayAleeve, ti invitiamo a visitare il nostro sito istituzionale stayaleeve.org, dove puoi trovare, oltre a una più dettagliata presentazione dell'associazione, anche lo statuto, i riferimenti legali, l'Informativa sulla Privacy e la documentazione fiscale. Siamo sempre a disposizione via email per ogni tipo di informazione all'indirizzo info@stayaleeve.org (in media rispondiamo entro 24 ore). Siamo disponibili anche a un confronto telefonico, previ accordi via email. Per informazioni di minore entità, puoi anche scriverci attraverso i nostri canali Facebook e Instagram.

Grazie per il tuo tempo!

Ultimo aggiornamento: 24 settembre 2021