

Crescita consapevole e ascolto del corpo: un progetto per giovani di tanti Paesi

Pubblicato: Mercoledì 6 Maggio 2015



L'associazione Youth4youth, in collaborazione con l'Associazione Gautama, organizza, con il supporto del programma Erasmus+, due scambi giovanili internazionali per ragazzi dai 14 ai 18 anni.

Gli scambi vedranno la partecipazione di diverse nazioni europee (**Italia, Francia, Slovacchia, Slovenia, Croazia, Lettonia, Estonia, Ucraina e Armenia**) in due settimane dell'estate che sta arrivando, dal 25 giugno al 2 luglio e dal 29 luglio al 5 agosto.

Coinvolgerà ogni volta 35 ragazzi (7 per ogni nazione) dai 14 ai 18 anni, in una settimana piena di creatività, musica, colori, divertimento e crescita!

Ritornare ad ascoltare le proprie sensazioni e il nostro corpo è il modo per capire i nostri bisogni e crescere come persona indipendente e capace di fare delle scelte. Essere consapevoli di sé ci permette di crescere in modo da saper rispondere alle richieste di un mondo in continuo mutamento.

Attività corporee, Bioenergetica, consapevolezza Emozionale e Meditazione della risata saranno gli strumenti con cui accompagnare i giovani a scoprire, accettare e amare se stessi, aumentando la loro autostima e fiducia nelle proprie capacità così da poter avere una maggiore apertura verso gli altri, e alla diversità e interculturalità.

Il lavoro si sviluppa totalmente attraverso metodi di educazione non formale e esperienziali, con il corpo e con le emozioni, con il gioco, la danza e la risata e terminando con condivisioni in gruppi in cui esprimere il proprio vissuto e integrare l'esperienza.

Lavorando su di sé e imparando a conoscersi ed amarsi si diventa sempre più capaci di amare e accogliere anche l'altro, di qualunque provenienza sia, sviluppando così un'apertura all'interculturalità.

Inoltre diventare amici del corpo e dei propri feeling permette di andare oltre i giudizi rendendo possibile la cooperazione con gli altri, l'amicizia e l'amore.

Noi siamo il mondo, la società è composta da individui partendo dal nostro cambiamento possiamo portare nel mondo sempre più pace, amore, amicizia collaborazione e celebrazione.

Le attività del progetto si svolgeranno in Dumenza, piccola località al confine italo-svizzero, sulle sponde del Lago Maggiore. La struttura che ci accoglierà è la Osho Gautama Multiversity, centro che da 30 anni lavora sulla Meditazione, Amicizia, Emozioni e sulla loro gestione attraverso programmi e workshop di Crescita Personale.

Lingua ufficiale dello scambio: inglese

L'invito a partecipare è aperto a tutti i ragazzi della provincia.

Per informazioni e iscrizioni: info@youth4youth.it oppure il sito www.youth4youth.it

Andrea Camurani

andrea.camurani@varesenews.it