

## Gli studenti di Varese realizzano le Carte del Benessere

Date : 17 Giugno 2021

Nascono le **Carte del Benessere**, vademecum per raccontare le strategie che è possibile attivare per reagire in modo positivo all'incertezza dovuta all'emergenza sanitaria: si tratta della conclusione del percorso avviato con il "Progetto BenEssere", che ha visto il coinvolgimento degli studenti del **Liceo Scientifico Sportivo della scuola Maria Ausiliatrice di Varese**, che si sono interrogati su come coetanei ed adulti possano attivarsi per affrontare il difficile periodo che stiamo vivendo. Grazie alla collaborazione con i ragazzi del **settore grafico della Scuola Professionale Enaip**, le indicazioni sono ora diffuse con **manifesti nel quartiere di Casbeno** e in alcune zone della città.

L'attività rientra nel "Progetto BenEssere" che ha coinvolto i ragazzi dell'istituto Maria Ausiliatrice, con la guida dell'insegnante Isabella Malafronte, per confrontarsi su alcuni temi, come il concetto di salute per l'OMS e la Costituzione, il bene comune, l'utilitarismo, la resilienza e la ricerca della felicità. Una volta concluso il percorso gli alunni sono stati invitati a sperimentare le strategie per poi realizzare una vera e propria Carta del Benessere, una sorta di **vademecum di comportamenti e azioni volte al proprio benessere psicofisico**. Il collegio docenti ha poi valutato i lavori migliori, che sono stati inviati a quattro studenti del quarto anno del settore grafico della Scuola Professionale Enaip di Varese, per tradurli in un elaborato grafico, con la guida della responsabile del settore, la professoressa Chiara Roncari.

«I lavori realizzati dai ragazzi hanno un profondo significato e rispondono a un bisogno di sentire vicino il prossimo - dichiara l'assessore ai Giovani **Francesca Strazzi** - sono spunti utili per i giovani autori e per l'intera comunità».

«Il fatto che siano proprio i ragazzi a raccontare il bisogno di reagire in modo positivo dopo mesi di lockdown è un segnale forte - dichiara l'assessore Sport e Benessere **Dino De Simone** - un modo per acquisire consapevolezza su un aspetto da non sottovalutare».

Le carte del benessere verranno stampate e affisse nelle aule delle scuole che hanno collaborato al progetto e diffuse in diversi luoghi della città e in particolare nel quartiere di Casbeno, dove si trova la scuola da cui è partito il progetto. **L'obiettivo è promuovere una partecipazione attiva da parte dei giovani che in questi ultimi tempi hanno messo in pratica tutte le normative per favorire il bene comune, senza però sentirsi parte attiva di esso**. L'obiettivo del progetto è quello di lasciare un segno sul territorio, sviluppare un senso di appartenenza alla città, donando al prossimo qualche pillola di benessere per sentirsi meno soli e per non perdere la fiducia nella vita.

Ogni manifesto sarà riconoscibile per il logo "Progetto BenEssere: Fai la differenza!" avrà una frase di inizio, la quale recita: **"non ti conosciamo e forse non ti conosceremo mai, ma sappi che ti capiamo e siamo vicini"**. Sono queste le parole di solidarietà scritte da ragazzi che hanno

voglia di far sentire la loro voce alla città di Varese.