

DOVE PORTO
IL PUPÒ?

**Ginnastica Triestina
Minibasket in inglese**
Allenamenti di minibasket, senza partite settimanali, interamente in lingua inglese. È la nuova iniziativa della Ginnastica Triestina rivolta a bambine e ragazze il mercoledì dalle 16.30 alle 17.30.



**Nati per leggere
Libri per mamme e bebè**
Tornano gli appuntamenti di Nati per leggere. Martedì in programma alle 17.30 nello Spazio Donna e Mamma di via Mazzini 36 consigli sui benefici della lettura per famiglie in attesa e con bebè.



peterpan@ilpiccolo.it
L'indirizzo a cui scrivere
Questa settimana Peter Pan dedica le due pagine al programma di "Diritti e storti", le cui iniziative caratterizzano l'intero mese di novembre. Per segnalare attività e storie: peterpan@ilpiccolo.it.

#PETERPAN - L'ISOLA CHE C'È A TRIESTE

L'ASSOCIAZIONE

Il difficile "mestiere" dell'accettazione di sé svelato alle più giovani

Il percorso «Come mi voglio» si rivolge alle adolescenti e punta su comunicazione, ascolto e uso attento dei social

Emily Menguzzato

Un confronto di gruppo tra giovanissime, condotto da menti esperte, per lavorare assieme sull'autostima, sul rispetto di sé e dell'altro, per riflettere sui cambiamenti e sulle domande che spesso accompagnano la crescita. Anche quest'anno prende il via a Trieste il percorso "Come mi voglio", dedicato a ragazze dai 10 ai 16 anni e promosso dall'associazione Clic che si occupa di psicologia e psicomotricità.

«Clic è sempre stata attenta alla tutela dei diritti e al benessere delle donne - racconta Maria Grazia Apollonio, presidente dell'associazione -. Questo progetto è nato un anno fa grazie a una collaborazione con il Comune di Trieste, anche se lo spunto era arrivato proprio dalla mamma di un'adolescente».

Nella passata edizione, nei primi momenti di dialogo si è parlato della percezione della propria immagine, con l'aiuto della fotografa Chiara Perini. «Siamo partiti dall'immagine con cui le ragazze si autorappresentano - continua - e, a chi aveva già accesso ai social, abbiamo

chiesto quale fotografia avevano scelto per presentarsi. Da qui abbiamo fatto una riflessione su quale era l'immagine trasmessa e su cosa loro volevano trasmettere. Siamo arrivate così a parlare del rispetto nelle relazioni amicali e in quelle sentimentali. In seguito abbiamo posto attenzione alla comunicazione e alla capacità di ascoltare le proprie sensazioni, sentendosi anche in diritto di dire di no, esprimendo liberamente desideri e bisogni». Bisogni che per i giovanissimi, negli ultimi due decenni, sono sicuramente cambiati.

«Oggi c'è una precocità diffusa - osserva ancora la dottoressa -. I ragazzi e le ragazze hanno tante informazioni che arrivano da internet. Dal punto di vista conoscitivo sono molto avanti, ma spesso queste conoscenze non si accompagnano a una consapevolezza affettiva e relazionale, e quindi a una vera maturità. Se non gestite, le informazioni possono diventare pericolose e esporre a diversi rischi».

Il progetto "Come mi voglio" prevede il coinvolgimento dei genitori, con un incontro iniziale e una restituzione finale, nonché la dispo-

nibilità a dialogare con le professioniste durante il periodo, nel rispetto della privacy delle giovani partecipanti.

Il 14 novembre, alle ore 17.30, verrà presentato ai genitori il primo dei due percorsi di gruppo che si articolerà in 5 incontri pensati per le ragazze di età compresa tra i 10 e i 13 anni. A febbraio, invece, partirà il percorso per le più grandi, con età tra 13 e i 16 anni.

Assieme alla dottoressa Apollonio, guidano l'associazione ClicC altre tre psicologhe psicoterapeute, Laura Pomicino, Erica Costantini e Gabriella Tull, e un'educatrice e psicomotricista, Susanna Cucchi. Clic si occupa dello prevenzione e della cura del trauma e degli eventi di vita sfavorevoli; riserva inoltre particolare attenzione al mondo dell'infanzia e dell'adolescenza con percorsi laboratoriali e ludici, supportando i singoli bambini e le loro famiglie nei momenti di difficoltà, anche con percorsi di sostegno alla genitorialità per i papà e per le neo-mamme. Per informazioni è possibile consultare il sito www.clictrieste.it

© FOTOCO AL COUNDRITERRAVIATA



In alto tre ragazzine con lo sguardo fisso sullo schermo del loro smartphone. Sotto lo staff di psicologhe dell'associazione Clic che promuove il percorso "Come mi voglio" studiato su misura per giovanissime di età compresa tra i 10 e i 16 anni.

sapori del carso
okusi krasa
2019

SDGZURÉS
Slovenska Unija Regionalna Slovenija

FRUITA VENEZIA GIULIA
www.sdgz.it

SPIRIT SLOVENIA

PREMIATE TRATTORIE ITALIANE

Serata Sapori del Carso & Premiate Trattorie Italiane

Un viaggio alla scoperta delle tradizioni e dei sapori antichi e sinceri

L'Unione Regionale Economica Slovena vi invita alla serata della tipica cucina italiana e carsolina in collaborazione con le Premiate Trattorie Italiane

18 novembre 2019, ore 19.30, Trattoria Sardoč, Precenico - Duino Aurisina

In collaborazione con il gruppo Sapori del Carso, cucineranno per voi le rinomate trattorie:

Ristorante Enoteica Boivin da Levico Terme, la Trattoria Visconti da Ambivere e l'Antica Trattoria del Gallo da Gaggiano (MI). Il menù speciale, al prezzo di 60€ vini inclusi, abbinati ad ogni portata, vi porterà alla scoperta di piatti tipici della tradizione preparati ad arte. La serata sarà presentata da Aurora Endrici.

I posti sono limitati! Prenotazioni su www.sdgz.it, all'indirizzo mail info@sdgz.it o al numero 040 6724824 fino al 14 novembre 2019.

www.saporidelcarso.net

Con la partecipazione di:

