

ASCOLTO, CONSAPEVOLEZZA, NOI, ESPERIENZE, CONOSCERSI, ESPRESSIONE, ESSERCI, APERTURA, CASE, CONDIVISIONE, VEDERE, SOSTEGNO, DESIDERI, RICERCA, ANIMA, FUTURO, SBOCCIARE, BISOGNI, PROGETTI, IO&TE, VIAGGIO, VALORI, BENESSERE, TEMPO, DONO, CORPO, EMOZIONI, DIVENIRE, EQUILIBRIO, MEDITAZIONE, CREDERE, SAPERI, SCOPERTA, NATURA, EVOLUZIONE, DIREZIONI, INTEGRITÀ, OBIETTIVI, PASSI, LIMITI, SALE, QUI&ORA, AUTENTICITÀ, COGLIERE, MOTIVAZIONE, RELAZIONI, COMUNICAZIONE, VOCI, ABILITÀ, PRESENTE, STRESS, RISORSE, ACCOGLIERE, RUOLI, PUNTI DI VISTA, CICLI, REALIZZARE, INTEGRAZIONE, CONTESTI, SOCIETÀ, AMBIENTE, CUORE, ASSOCIATI, COLLABORAZIONE, CONFINI, APERTURE, UMILTÀ, DISPONIBILITÀ, RISPETTO, LAVORO, FAMIGLIA, AMICIZIA, VICINANZA, SCOPO, VOLONTARIATO, FORMAZIONE, EMPATIA, CAMMINO, SUONI, TALENTO, POTENZIALE, RECIPROCIITÀ, SEMPLICITÀ, ACCETTAZIONE, PARTECIPAZIONE, GIOCO, FIABA, POSITIVITÀ, GRUPPO, INDIVIDUO, SÈ, STIMOLI, EGO, ENERGIA, MOVIMENTO, SENSIBILITÀ, MASCHERE, SPECCHIO, DINAMICHE, VISIONI, CAMBIAMENTO, CRESCITA, ETÀ, VITA, SEGNALI, SPAZI, RISATE E PIANTI, ATTIMI, ORE O GIORNI, CONTENUTI E CONTENITORI.

**DAL 1979 AMIAMO VIVERE ANCORA DI QUESTI MOMENTI.**



# VALORE AI TUOI PERCORSI



PROGETTO  
**TRE&SESSANTA**  
VALORE AI TUOI PERCORSI

ascolto, consapevolezza, noi, esperienze,  
conoscersi, espressione, esserci,  
apertura, case, condivisione, vedere,  
sostegno, desideri, ricerca, anima,  
futuro, sbocciare, bisogni, progetti, io&te  
viaggio, valori, benessere, tempo, dono,  
corpo, emozioni, divenire; equilibrio,  
meditazione, credere, saperi, scoperta,  
natura, evoluzione, direzioni, integritá,  
obiettivi, passi, limiti, sale, qui&ora,  
autenticitá cogliere, motivazione,  
relazioni, comunicazione, voci, abilitá,  
presente, stress, risorse, accogliere,  
ruoli, punti di vista, cicli, realizzare,  
integrazione, complessi, societá, ambiente,  
cuore, associati, collaborazione, confini,  
aperture, umiltá, disponibilitá, rispetto,  
lavoro, famiglia, amicizia, vicinanza,  
scopo, volontariato, formazione  
empatia, cammino, suoni, talento,  
potenziale, reciprocitá, semplicitá,  
accettazione, partecipazione, gioco, fiaba,  
positivitá, gruppo, individuo, sè, stimoli,  
ego, energia, movimento, sensitivitá,  
maschere, specchio, dinamiche; visioni,  
cambiamento, crescita, etá, vita, segnali,  
spazi, risate e pianti, attimi, ore o giorni,  
contenuti e contenitori.

**MA DAAAI....**

**POSSIBILE (HE ESISTA UN POSTO COSÌ??)**



# PERCHÈ ESISTE PROGETTO 360??

Estratto da “LO SCOPO”  
(art. 3 Statuto)

Costituire un punto di riferimento e di incontro per le persone che desiderino coltivare il loro **cammino di crescita individuale, basato sulla consapevolezza di sé e sullo sviluppo di abilità e strategie comportamentali, utili alla realizzazione dei propri obiettivi di vita.**

Lavorare per **il miglioramento della società, intesa come ambiente in cui ciascun associato opera**, con l'obiettivo di sostenere la creazione di **ambienti relazionali più fluidi e efficaci**, dove le persone possano guardare ai propri **obiettivi** con motivazione e semplicità, attivando desideri di **autorealizzazione**.



# CO SA VOGLIAMO REALIZZARE??

## LA VISIONE CONDIVISA

Un territorio in cui le Persone possano:

- crescere attraverso il **confronto**
- riflettere in modo **consapevole**
- migliorare la loro capacità di **relazione**
- trovare occasioni per dare spazio ai propri **talenti**

in modo da:

- stare meglio con **sé**
- alimentare con qualità le **relazioni** importanti della propria vita
- sentirsi più efficaci nel **lavoro**
- portare benessere, rispetto e pace nel proprio **contesto**.



# COME SIAMO ORGANIZZATI??

## L'IMPIANTO DI FONDO

L'Associazione è un'associazione di promozione culturale, a **carattere volontario**, democratica, apolitica ed opera senza distinzioni etniche, ideologiche e confessionali; non ha fini di lucro (art. 2 Statuto).

I riferimenti stabili rimangono lo SCOPO (art. 3), gli APPROCCI DI RIFERIMENTO e la TIPOLOGIA DELL'ATTIVITÀ.

Ogni anno il Consiglio Direttivo, approverà un percorso istituzionale di proposte a partire dalle segnalazioni provenienti dai diversi centri, così da corrispondere il più possibile alle esigenze degli Associati, sempre coerente per temi e modalità con le indicazioni epistemologiche definite dallo Statuto.

# QUAL'È LA CORNICE DI RIFERIMENTO??

## Approcci Metodologici

Le proposte associative prendono le mosse da alcuni presupposti di riferimento metodologico.

Alcuni dei passaggi concettuali qui presentati sono le pietre miliari che caratterizzano la cultura dello sviluppo del sé all'interno di Progetto 3&60.

### PSICOLOGIA UMANISTICA

L'idea di fondo è la **naturale "positività"** e della "saggezza" degli **esseri umani**, che, se accettati incondizionatamente e **ascoltati empaticamente**, sono in grado di individuare in maniera sostanzialmente autonoma la propria personalissima strada verso il **benessere**.

### EMPOWERMENT

Con il termine empowerment viene indicato un **processo di crescita**, sia dell'individuo sia del gruppo, basato sull'**incremento della stima di sé**, dell'**autoefficacia** e dell'**autodeterminazione** per far emergere risorse latenti e portare l'individuo ad appropriarsi consapevolmente del suo **potenziale**.

### FENOMENOLOGIA

Il fondamento dell'approccio fenomenologico è la **relazione**. L'essere-in-relazione è, di per sé, terapeutico, efficace, funzionale. La fenomenologia non è tanto un "sapere" da trasmettere, quanto un "modo di relazionarsi" da favorire.

Il fattore di benessere fondamentale è ESSERCI, ovvero la possibilità di un **riconoscimento reciproco nella relazione**. Il focus è lavorare per lo sviluppo della **consapevolezza** e della **responsabilità** personale che rappresentano capacità di rispondere (respons-abilità) a ciò che accade.

### GRUPPI AMA

L'**Auto Mutuo Aiuto (AMA)** è l'insieme di tutte le misure adottate da **figure non professioniste** per promuovere, mantenere o recuperare la **salute**, intesa come **completo benessere fisico, psicologico e sociale** di un individuo o di una comunità. (definizione dell'OMS - Organizzazione Mondiale della Sanità). Partendo dall'affermazione significativa "aiutando gli altri è un po' aiutare se stessi", si può cogliere come il concetto fondamentale dell'auto mutuo aiuto si espliciti in tre parole chiave: **attivazione, condivisione, reciprocità**.

# PER CHI È L'ASSOCIAZIONE??

## IL TARGET

Il target a cui l'Associazione vuole rivolgersi abbraccia tutto l'arco di vita, dai bambini ai giovani agli adulti, offrendo percorsi e strumenti adeguati alle differenti esigenze di sviluppo personale e sociale:

- **per i bambini**, attraverso l'utilizzo del gioco come attività ricreativa, di divertimento, di conoscenza e di libera espressione;
- **per i giovani**, attraverso percorsi didattici e momenti ludici in cui lo spazio di apprendimento e di consapevolezza è basato sul confronto relazionale, sulla riflessione, sulla conoscenza e sviluppo di abilità;
- **per gli adulti**, attraverso percorsi formativi e momenti ricreativi finalizzati all'apprendimento di conoscenze e allo sviluppo di abilità.

# COME SVOLGIAMO LA NOSTRA ATTIVITÀ??

## L'ATTIVITÀ ASSOCIATIVA

### FORMAZIONE

- L'attività associativa propone occasioni di approfondimento di contenuti, di sviluppo di abilità guidate da formatori – interni o esterni al contesto associativo in grado di esprimere una competenza nel tema prescelto.

### GRUPPI DI CONFRONTO

- La vita associativa si fonda sull'azione partecipata delle persone che attraverso il confronto di gruppo si attivano ed aiutano, portando qualcosa di sé, la propria storia, la propria esperienza, le conoscenze e le competenze che da tale esperienza derivano loro, le proprie risorse, cognitive ed emozionali.  
- Ciò trova il suo fondamento valoriale nella volontà delle persone di giocare un ruolo attivo, consapevole, responsabile nella costruzione del benessere del singolo e della collettività.  
- La chiave di lettura della forza e del successo dei gruppi di confronto associativi sta nella reciprocità di risorse che ogni partecipante racchiude in sé e condivide con gli altri, nella parità e mutualità della relazione che diviene mezzo per conoscere, per crescere, per trovare stimoli lungo le dimensioni della consapevolezza e della progettualità.



# QUALI PERCORSI E PROGETTI??

## ETÀ COME VARIABILE

Le iniziative proposte dall'Associazione di carattere didattico, possono essere rappresentate per fasce di età, rispettivamente quella dei Bambini (6/13), Ragazzi e Giovani (14/25) e Adulti (26/100). Questo vale ovviamente come indicazione, dato che vengono presentate anche attività trasversali o alternative, o che comprendono l'intero arco di vita, soprattutto per contesti familiari.

### BAMBINI

Vacanza per Bambini – Campi Estivi  
Jonathan & Fletcher sono vacanze estive per i bambini dai 6 ai 13 anni per l'area Centro-Nord e Centro-Sud della durata di una settimana circa, oltre a incontri ludici o esperienziali per il bambino o per tutta la famiglia.

#### L'Intento

L'intento principale è sempre quello di porre i bambini a contatto con la Natura all'interno di un'esperienza di consapevolezza e di libera espressione, adeguata alle loro età, attraverso il Gioco, la vita in Gruppo, l'Avventura e la Condivisione di esperienze.

Correre nei prati, respirare aria pulita, camminare in montagna, giocando e divertendosi attraverso un Programma strutturato di attività ricreative è ciò che permette ai bambini di vivere "con" e "nella" Natura, facendone parte e non essendone solo "spettatore".

#### Obiettivi e Modalità di Lavoro

Lo strumento didattico che ci permette di fornire gli stimoli più adatti ai bambini è il Gioco, linguaggio che permette di capire ed essere capiti, di sperimentare, di sbagliare e avere successo. Con il gioco il bambino riesce ad esprimersi liberamente imparando allo stesso tempo il rispetto per i propri compagni e per la natura.

#### Lo Staff

Lo Staff che organizza e gestisce Jonathan & Fletcher è formato completamente da volontari dell'Associazione Progetto Tre&Sessanta che hanno svolto un percorso formativo interno all'Associazione finalizzato a fornire gli strumenti e le abilità (organizzative e relazionali) utili alla realizzazione di un Campo Estivo sereno, gioioso e utile per i Bambini.

### GIOVANI

L'Associazione Progetto Tre&Sessanta all'interno delle attività organizzate per i soci, ha strutturato uno spazio dedicato ai giovani nel quale vengono sviluppati percorsi formativi dedicati a ragazzi e giovani adulti dai 14 ai 25 anni.

Il Progetto Giovani è composto di diversi momenti formativi a carattere nazionale e residenziale distribuiti nell'arco dell'anno e, nella restante parte dell'anno, vengono realizzate riunioni di approfondimento all'interno dei diversi centri presenti in Italia.

#### Obiettivi

L'obiettivo principale del percorso didattico proposto dal Gruppo Giovani è quello di accompagnare i ragazzi lungo un processo di scoperta di sé e delle proprie risorse attraverso esperienze nel "qui ed ora" e il confronto sia con coetanei che con persone di età differenti.

Le tematiche proposte rappresentano solo la cornice di riferimento entro cui realizzare il proprio percorso di consapevolezza, guidati in attività esperienziali al fine di fare punti di riferimento rispetto al proprio mondo relazionale, motivazionale, emotivo e corporeo.

#### Modalità

Per assumere un taglio più partecipato, connotato dalla sperimentazione e dal confronto guidato da animatori con esperienza, la parte d'aula e di spiegazione diretta è stata ridotta in favore di esercitazioni, giochi, simulazioni ed esperienze pratiche finalizzate ad un confronto strutturato, aperto e arricchente, orientato alla consapevolezza dei propri meccanismi emotivi, cognitivi, relazionali e motivazionali.

#### Lo Staff

I formatori e animatori - collaboratori volontari dell'Associazione Progetto Tre&Sessanta - che guideranno il percorso, hanno un'esperienza pluriennale nella gestione di gruppi di ragazzi e giovani, sotto la supervisione della Direzione Didattica, facente capo al Consiglio Direttivo.

### ADULTI

L'Associazione Progetto Tre&Sessanta all'interno delle attività organizzate per i soci, ha strutturato una serie di momenti formativi dedicati agli adulti finalizzati all'apprendimento di conoscenze, alla consapevolezza e allo sviluppo di abilità.

#### Obiettivi

L'obiettivo principale dei percorsi formativi è l'empowerment, ovvero un percorso di sviluppo che parte dalla consapevolezza e si orienta allo sviluppo di risorse personali e relazionali. L'approccio è orientato unicamente al presente (fenomenologia) e al futuro (potenziamento).

#### Modalità

Si andranno a realizzare tutta una serie di iniziative didattiche, la cui strutturazione in termini di durata sarà diversificata in modo flessibile, al fine di rispondere alle molteplici esigenze degli associati. Si realizzeranno ad esempio incontri di 1 gg. su temi specifici (come Essere Genitori, lo Stress e il Cambiamento, La relazione di Coppia...), raduni residenziali di 2gg., piuttosto che incontri serali più brevi di 3-4 ore.

#### Lo Staff

I formatori e animatori - collaboratori volontari dell'Associazione Progetto 360 - che guidano le diverse proposte, hanno svolto un percorso formativo interno all'Associazione finalizzato a fornire gli strumenti e le abilità (didattiche e relazionali) utili alla gestione dei diversi momenti formativi.





[WWW.PROGETTO360.IT](http://WWW.PROGETTO360.IT)

Associazione **Progetto Tre&Sessanta**  
Via Marconi, 44/B  
33100 Pradamano - UD  
info@progetto360.it  
FB: Progetto 360