



[www.merestproject.eu](http://www.merestproject.eu)



#MEREST\_PROJECT  
#RESILIENCE

## NEWSLETTER #2 – Ottobre 2024

**Siamo entusiasti di annunciare la pubblicazione di due nuove risorse sul sito del Progetto #MeRest!**

**Queste risorse sono state sviluppate per facilitare la condivisione e l'utilizzo delle metodologie creative che hanno caratterizzato il progetto, offrendo un supporto concreto a formatori e adulti interessati a promuovere la resilienza.**

### **Linee Guida: "Laboratori per la Resilienza Creativa | Ispirazioni Resilienti"**

La prima risorsa è una guida dettagliata che illustra il laboratorio di Registrazione e interpretazione teatrale, basato sul *Resilience Framework* (Copyright Hart, Blinchow & Cameron). Questo laboratorio, l'ultimo dei tre previsti dal progetto, si è focalizzato sulla creazione di podcast, attraverso i quali i partecipanti hanno narrato le proprie storie di resilienza. Durante il processo, hanno sviluppato abilità fondamentali come flessibilità, risoluzione dei problemi e creatività. Inoltre, grazie a lezioni e attività mirate al miglioramento della voce, dell'interpretazione e della lettura espressiva, i partecipanti si sono immersi in un nuovo approccio artistico coinvolgente, che ha permesso loro di condividere le proprie esperienze in maniera innovativa.

Questi laboratori si sono rivelati un potente strumento per rafforzare la resilienza personale, offrendo uno spazio sicuro e stimolante in cui esplorare le proprie esperienze. Le linee guida forniscono tutte le informazioni necessarie per replicare e adattare l'attività in diversi contesti, offrendo a formatori e partecipanti la possibilità di esplorare la resilienza attraverso l'arte e la narrazione.

Inoltre, la guida presenta la raccolta dei podcast realizzati durante il progetto nei cinque Paesi partner (Lituania, Romania, Italia e Grecia) disponibile sul canale YouTube del progetto: [@MeRestProject](https://www.youtube.com/@MeRestProject).

### **Manuale: "Promuovere la Resilienza con la Creatività | Guida con Raccomandazioni e Buone Pratiche per Replicare i Risultati del Progetto #MeRest"**

La seconda risorsa è un manuale pratico pensato per promuovere la resilienza attraverso attività creative. Il manuale offre linee guida, buone pratiche e strategie per replicare i risultati del Progetto #MeRest, concentrandosi su laboratori progettati per sviluppare competenze emotive e sociali. È destinato a chi lavora con adulti e organizzazioni, con l'obiettivo di migliorare il benessere e favorire la crescita personale.



Co-funded by  
the European Union

Complementare alle altre risorse del progetto, il manuale rappresenta uno strumento utile per adattare e replicare le attività proposte, in modo da rafforzare la resilienza e promuovere l'inclusione sociale, soprattutto tra i gruppi più vulnerabili, colpiti da eventi difficili sia a livello personale che collettivo. Il manuale introduce i fondamenti teorici del *Resilience Framework* e fornisce le competenze necessarie per implementare i laboratori a livello locale, mantenendo coerenza con gli obiettivi pedagogici del progetto.

Nel manuale troverete:

- Presentazione dell'impatto psico-sociale dell'emergenza sanitaria da Covid-19 in Lituania, Romania, Grecia e Italia
- Buone pratiche di progetti artistici che promuovono la Resilienza
- Presentazione dei Laboratori di registrazione #MeRest nei diversi paesi partner
- Principali risultati
- Raccomandazioni per la replica
- Linee guida per i formatori

Questi laboratori, oltre a favorire la crescita dei partecipanti, mirano anche allo sviluppo professionale dei formatori, che potranno integrare le loro competenze con tecniche creative di narrazione, arti visive e teatro, seguendo le indicazioni fornite. In questo modo, i formatori avranno gli strumenti necessari per potenziare la resilienza dei partecipanti, contribuendo a creare un impatto duraturo nelle comunità.

## **Dove trovare le risorse presentate**

Le due risorse sono già disponibili e scaricabili gratuitamente sul sito ufficiale del [Progetto #MeRest](#).

I materiali sono disponibili in cinque diverse lingue: **inglese, lituano, rumeno, greco e italiano**.

## **Vuoi saperne di più?**

Per rimanere aggiornato sul progetto visita il nostro sito web [www.merestproject.eu](http://www.merestproject.eu) o seguiteci sui principali social network con #merest\_project e #resilienza

*Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente le opinioni degli autori, e l'Agenzia nazionale e la Commissione non possono essere ritenute responsabili per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.*