

STAR BENE AL CAMPUS

Summer Camp

19-23 giugno 2023



OBIETTIVI

Il Meyer Health Campus è la sede ideale per il summer camp del Meyer Center for Health and Happiness (MCHH), rivolto a promuovere il benessere dei ragazzi nel “qui e ora” e rafforzare le loro competenze perché possano farsi a loro volta promotori di benessere per i propri pari nei loro contesti scolastici.

Il summer camp propone una settimana di attività partecipative ed esperienziali con un gruppo di ragazzi provenienti da scuole diverse, nell’ottica di favorire il confronto e la creazione di reti sociali, sfruttando anche gli spazi immersi nel verde e nella tranquillità del Meyer Health Campus e avvalendosi delle competenze professionali che vi sono presenti.

- Proporre un’esperienza di crescita per i ragazzi che contribuisca a promuovere la loro consapevolezza, le loro capacità di adattamento e resilienza e il loro benessere, anche attraverso la messa in gioco di sé stessi e la scoperta di nuovi amici
- Formare peer educators che possano farsi promotori di azioni e agenti di cambiamento nelle loro scuole
- Sviluppare le competenze e fornire gli strumenti che permettano a ragazze e ragazzi di fare chiarezza tra le proprie aspirazioni e le proprie ambizioni, comprendere meglio il proprio ruolo nelle comunità di appartenenza e costruire un percorso di crescita personale consapevole

CONTENUTI

Il summer camp si incentra su tre aree tematiche:

- **Health and Happiness**
 - riflessione partecipata e attività di gruppo sulla relazione tra salute e felicità (l’influenza dei fattori socio-ambientali sulla salute e felicità, la dimensione edonica e eudamonica della felicità, possibili strumenti per promuovere la salute e la felicità)
- **Meditazione**
 - percorso teorico-pratico introduttivo alla meditazione che permetta ai ragazzi di rafforzare le proprie capacità di concentrazione, ascolto di sé e degli altri, rilassamento e focalizzazione
- **Leadership adattiva**
 - percorso esperienziale di ripensamento del concetto e del ruolo dell’esercizio della leadership come strumento per una crescita personale capace di affrontare con successo le incertezze connaturate al cambiamento e come competenza per mobilitare le proprie comunità di riferimento impegnate in sfide di trasformazione

Durata

40 ore (5 giornate)

Integrazione didattica

Possibilità di inserimento dell’intervento nel Piano Scuola Estate della propria scuola

Costo

Gratuito

Posti

25

Responsabile Scientifico

Manila Bonciani

Referente iscrizioni

happiness@meyer.it

Sede corso

Meyer Health Campus
Via Cosimo il Vecchio, 26 -
Firenze

Periodo

19-23 giugno 2023

A CURA DI:
**Meyer Center
for Health and
Happiness**

Insieme a:
Salute
organizzativa e
ascolto psicologico

Center for
Leadership and
Health

Centro
Simulazione
pediatrica

METODOLOGIA DIDATTICA

Il summer camp si basa sui principi e i metodi della peer education. Potenziare le competenze emotive, relazionali e comunicative dei ragazzi e orientarle alla promozione di quelle dei propri pari ha una ricaduta sia a breve che a lungo termine, sia a livello individuale che collettivo.

Si tratta di un capitale di cui i ragazzi beneficiano personalmente per il processo di arricchimento cognitivo ed emotivo che possono vivere durante il summer camp, ma che potranno spendere dei loro contesti scolastici con azioni rivolte ai propri pari e rimarrà come investimento anche per il loro futuro di vita, grazie ad un'esperienza che punta a sviluppare fiducia in sé stessi e ad aumentare il proprio senso di empowerment.

A CHI SI RIVOLGE

Studenti del biennio della scuola secondaria di II grado

ALTRE INFORMAZIONI UTILI

Dopo un primo momento dedicato all'accoglienza e alla costruzione del gruppo, si alterneranno attività inerenti le tre linee tematiche, volte al rafforzamento di conoscenze e competenze, nelle quali verrà valorizzata la partecipazione attiva da parte dei partecipanti.

Al termine del camp ogni partecipante presenterà una proposta di come promuovere efficacemente il benessere tra i propri coetanei, a partire dal proprio contesto scolastico, proposta che tramite il MCHH verrà trasmessa alle rispettive scuole.

PROGRAMMA

19 giugno

ore 9.00-11.30 – Accoglienza e introduzione al summer camp

ore 11.30-13.30 – Meditazione

ore 14.00-18.00 – Health and Happiness

20 giugno

ore 9.00-11.00 – Meditazione

ore 11.00-13.30 – Health and Happiness

ore 14.00-18.00 – Kids save lives. Simulazione per emergenze cardiorespiratorie

21 giugno

ore 9.00-11.00 – Meditazione

ore 11.00-13.30 – Health and Happiness

ore 14.00-18.00 – Leadership adattiva

22 giugno

ore 9.00-13.30 – Leadership adattiva

ore 14.00-16.00 – Elaborazione proposta sulla promozione del benessere a scuola

ore 16.00-18.00 – Meditazione

ore 18.00-20.00 – Evento sociale

23 giugno

ore 9.00-11.00 – Finalizzazione proposta sulla promozione del benessere a scuola

ore 11.00-13.00 – Conclusione e valutazione del summer camp

Tramite questo QRCode
è possibile iscriversi
al Summer camp
entro il 10 giugno 2023



Con il sostegno della Fondazione dell'Ospedale Pediatrico Meyer

