

PROGETTO ARTE IN CAMPO

Un progetto finanziato dalla Regione Lazio e promosso dalla cooperativa sociale
“LA NUOVA ARCA”.



Obiettivi generali

1. Promozione agricoltura sostenibile
2. Inclusione sociale e integrazione lavorativa delle persone con fragilità o disabilità e non autosufficienti.

Durata

Dal 15 aprile al 31 ottobre 2022.

Ogni venerdì alle ore 10:00.

Destinatari

Persone con disabilità.

Carenze attuali:

- Opportunità di inclusione e integrazione sociale per i disabili (pre-scolastica, scolastica, post-scolastica);
- Onerosità dell'offerta aggregativa e ludico ricreativa delle iniziative locali;
- Difficoltà di informazione e comunicazione con enti ed organizzazioni preposte

Potenzialità

- Integrazione, **accoglienza e inclusione socio-lavorativa di persone fragili e vulnerabili**
- Sostegno **all'inclusione sociale di persone con disabilità e non autosufficienti**
- Sviluppo e rafforzamento dei **legami sociali in aree urbane o extraurbane disgregate o disagiate** (partecipazione delle famiglie alla vita dei quartieri)

Esigenze e bisogni individuali nel territorio

- **Carenza di opportunità di inclusione** e integrazione sociale per bambini e ragazzi in età scolare, sia per adulti in età post scolastica (20-35 anni).
- **Carente offerta extra e post scolastica** rivolta a bambini e ragazzi con disabilità fisiche e cognitive, aggravata dalla pandemia, con conseguente aggravamento della loro condizione di fragilità e di quella delle loro famiglie.
-

Motivazioni e obiettivi della proposta progettuale

L'Associazione ha già intrapreso progetti inclusivi con la popolazione con disabilità cognitive in età scolastica (6-19 anni) e post-scolastica (20-35 anni), nell'ambito di iniziative sostenute dal Comune di Roma (progetti Legami e R-Accogliamoci). In essi si è **dato valore al tempo extra-scolastico** offrendo attività di orto-terapia **finalizzate all'integrazione sociale e allo sviluppo di competenze emotive, cognitive e relazionali.**

Il presente progetto intende (potenzialità attese):

- **approfondire questa specifica linea di intervento** attraverso il **rafforzamento del network territoriale tra le diverse realtà esistenti** sul territorio e che già si

relazionano a vario titolo con i soggetti target (scuole, centri diurni, centri riabilitativi, associazioni di famiglie e genitori). In tal modo sarà possibile **offrire agli utenti di questi servizi attività ricreative gratuite di arte-orto-terapia negli spazi de La Nuova Arca**, una realtà di agricoltura sociale già riconosciuta a livello territoriale.

- **disseminare competenze innovative ed efficaci in agricoltura sociale** mediante incontri di formazione destinati ad operatori di assistenza e sostegno alla disabilità e finalizzati a far acquisire loro le necessarie competenze **per incrementare l'offerta di servizi offerti agli utenti** anche oltre la durata del progetto.

- **favorire il benessere integrale dei beneficiari del progetto**, soprattutto di quelli con disabilità cognitive, **mediante spazi inclusivi di orto-terapia e laboratori di espressione artistica** che permettano l'interazione e la compartecipazione con coetanei normodotati, grazie a percorsi partecipativi gratuiti nell'orto, nel giardino sensoriale e nei due saloni multiuso messi a disposizione dalla cooperativa sociale.

Innovatività e metodologia

Il progetto presenta caratteristiche di **innovazione sia rispetto al territorio** di intervento, **sia rispetto alla tipologia di intervento**. Infatti, **l'intervento proposto si concentra sul benessere complessivo della persona** ed in particolare sull'importanza che in esso assumono la socializzazione e l'inclusione.

Inoltre, l'orto-terapia è una attività ancora poco diffusa e praticata nel territorio della ASL Roma 2 e le sue molteplici potenzialità terapeutiche risiedono tra l'altro nel:

- Rispondere con efficacia alla **sensibilità ecologica** dei giovani e l'attenzione sempre più generalizzata verso una **sana alimentazione**, prodotta nel rispetto della natura, con processi facilmente replicabili in casa;
- Favorire **l'interazione sociale**, grazie alla possibilità di riunire piccoli gruppi intorno a compiti semplici (semina, cura, raccolta) ed includere anche soggetti con abilità sensoriali e cognitive ridotte;
- Implementare **l'attività fisica nella natura**, perché l'orticoltura implica movimento all'aria aperta (un bisogno sempre più impellente tra i giovani) con attività a diversi livelli di impegno fisico e con richieste di abilità anche motorie differenziabili;
- Favorire il **senso di utilità ed unicità** del proprio contributo, quindi di **autostima**, generato dal contatto con la terra, dalla capacità di generare vita

(attraverso la semina) o di prendersi cura (cura delle piante) e di se stessi, e la capacità di trasformare un terreno, nel rispetto degli equilibri della natura, in un luogo accogliente e produttivo dove collocare le potenzialità di ognuno.

Dato il crescente bisogno di tornare alla “normalità” e di disponibilità di spazi aggregativi e formativi comunitari aperti ai giovani, **il progetto agirà come elemento di coesione per le realtà socio-sanitarie del territorio e le famiglie**, offrendo possibilità di attività complementari rispetto a quelle scolastiche e medico-riabilitative.

Metodologia

1. **Rafforzare il network territoriale**, soprattutto del IX Municipio, in cui il presente progetto si ubica e sviluppa, considerando la ricchezza di attori che già operano a favore della disabilità e partendo da relazioni già esistenti. Si lavorerà in particolare per arricchire la rete delle realtà coinvolte, nell’ottica dello sviluppo di una progettualità territoriale condivisa.
2. **Disseminare competenze innovative ed efficaci in agricoltura sociale**, al fine di rendere il progetto la prosecuzione di un percorso di integrazione ed offerta di servizi innovativi ed accessibili, come patrimonio comune del territorio. Si prevede pertanto di fornire al personale di altre associazioni per le disabilità cognitive, l’opportunità di una formazione teorica e pratica per la creazione di laboratori espressivi e di orto-arte-terapia, per favorirne la replicabilità.
3. **Favorire il benessere integrale dei beneficiari del progetto**, sfruttando l’orto, il giardino sensoriale ed i laboratori di espressione artistica, si offriranno attività gratuite che siano non solo stimolanti e gratificanti per i ragazzi con disabilità cognitive, ma nello stesso tempo coinvolgenti per i loro familiari, amici e compagni di classe, con la consapevolezza dei benefici di un’ottica integrata sulle persone coinvolte.

Arte in Campo. LE ATTIVITA' PROPOSTE

Il progetto prevede:

- **Momenti di libertà e socialità a contatto con la natura**
- **Passeggiate nel giardino sensoriale: yoga in movimento**
- **Coltivazione e gestione di un piccolo orto-giardino**
- **Laboratorio di separazione e pulitura degli ortaggi**
- **Laboratorio di confezionamento di legumi ed erbe aromatiche**
- **Creazione e cura di una propria aiuola fiorita**
- **Preparazione delle verdure per la creazione di piatti semplici**
- **Creazione di mandala e decorazioni con elementi offerti dalla natura**
- **Momenti di aggregazione e condivisione nell'orto aziendale**

L'intento è quello di valorizzare le specifiche qualità ed abilità di ogni partecipante, rispettando le sue peculiarità e creando uno spazio educativo, l'orto appunto, in cui possa muoversi in autonomia, rispettando le sue abilità ed i suoi tempi e nel quale possa esprimere le sue peculiarità. Arte in Campo è una opportunità per gli utenti, ma anche per le loro famiglie e gli educatori di riferimento, oltre che per l'intera comunità.

Durante il periodo di sviluppo del progetto, saranno dunque proposte e strutturate numerose attività.

I CONTENUTI DEL PROGETTO

Il progetto Arte in campo vuole favorire il benessere generale e l'inclusione sociale.

La disabilità diventa handicap laddove la persona viene posta davanti a barriere emotive, psicologiche o socio-culturali che ne limitano la dignità, il senso di utilità e le possibilità di autonomia e di inserimento nella vita attiva.

Arteterapia

L'intento è quello di valorizzare le specifiche qualità ed abilità di ogni partecipante, rispettando le sue peculiarità e creando uno spazio educativo in cui possa muoversi in autonomia.

Arte in Campo è una opportunità per gli utenti, ma anche per le loro famiglie e gli educatori di riferimento.

L'arteterapia è una modalità d'intervento che fa uso di mediatori artistici diversi per favorire un processo di crescita individuale e di gruppo, favorendo l'emergere di risorse latenti, la scoperta delle proprie potenzialità e talenti, trovando stima in se' stessi e autodeterminazione. Un'esperienza che coinvolge tutti i sensi, e grazie ad essa i partecipanti possono collegare gli aspetti più emotivi con la logica del pensiero. L'uso della creatività può favorire e incoraggiare nei ragazzi l'espressione delle proprie emozioni, che convergono nella creazione artistica come le paure, che ad esempio possono essere espresse in forme e colori, oggettivate e osservabili, ma soprattutto condivise all'interno di una relazione positiva. L'esperienza espressiva produce un senso di appagamento e favorisce la scoperta.

DESCRIZIONE DEL PROGETTO

Questo percorso sarà dedicato alla scoperta dei colori primari e dei colori secondari attraverso semplici giochi creativi grazie ai quali gli utenti potranno sperimentare le emozioni e la magia di ogni colore. Nei primi incontri di accoglienza, attraverso la proposta di un piccolo compito o un gioco, gli utenti saranno accompagnati nella creazione di uno spazio operativo personalizzato con i propri materiali e colori, così da creare uno spazio accogliente e rassicurante e che possa poi portare, negli incontri successivi, ad una espressione libera dell'utente, comprendendo con essa la possibilità di rifiutare le attività proposte e restare semplicemente in nostra compagnia.

In questo spazio non è tanto l'esito della creazione o la realizzazione di qualcosa di concreto da portare a casa che interessa, ma si dà importanza al processo creativo e al contatto diretto con la materia con le conseguenti emozioni che ne emergono nel quadro generale di uno spazio ludico e ricreativo, più che terapeutico.

L'operatore avrà il compito di creare un contesto accogliente e non giudicante nel quale i partecipanti siano liberi di esprimersi e di sperimentare i vari materiali, stimolando attraverso la creatività momenti di autonomia che mettano in luce le caratteristiche di ciascun partecipante.

Il gruppo è l'ambito di lavoro privilegiato nel quale saranno valorizzate l'esperienza concreta, la dimensione creativa, espressiva e comunicativa orientandosi al processo piuttosto che al prodotto finale per arrivare

all'accettazione del prodotto realizzato, considerato come migliore possibile in quel dato momento, avendo attenzione nel cogliere bisogni e richieste.

La Rivoluzione del concetto di Disabilità: dal termine “handicap” a quello di “disabilità”

La definizione di disabilità è stata proposta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) che, nel 1980, pubblicò la “Classificazione Internazionale delle Menomazioni, delle Disabilità e Handicap (ICIDH) in cui viene fatta appunto la netta distinzione tra Menomazione (perdita o anomalia di strutture o funzioni psicologiche, fisiologiche o anatomiche riportate a seguito di una malattia oppure di un incidente come quella a carico delle capacità intellettive), Disabilità (la perdita o la limitazione della capacità di agire o di compiere attività al livello personale riscontrata nella comunicazione) ed infine l' Handicap (lo svantaggio sociale vissuto dalla persona a seguito di disabilità o menomazione come quella legata all' interazione sociale).

L'ICIDH si fonda dunque su un modello “medico” sequenziale che utilizza il termine di “persona handicappata” per delineare colui che, in seguito ad una malattia, presenta una menomazione che genera disabilità (riduzione delle capacità) che a sua volta determina handicap (esclusione sociale).

Questo modello, a causa del suo basarsi unicamente sui deficit della malattia, è stato sostituito nel 2001 dall'OMS con la “Classificazione Internazionale del Funzionamento, della Disabilità e della Salute” (ICF) che descrive il funzionamento della persona legato alle sue abilità ancora presenti e sottolinea l'influenza che l'ambiente (sociale, familiare, lavorativo) ha sullo stato di salute della persona. L'ICF delinea dunque il funzionamento in due grandi macro categorie:

1 – *Funzionamento e Disabilità*: si divide a sua volta in Strutture e Funzioni Corporee (organi e strutture anatomiche con le funzioni ad esse associate come il sistema nervoso e dunque le funzioni mentali) ed Attività e Partecipazione (le capacità del soggetto di fare un determinato compito e il coinvolgimento di esso nell'ambiente circostante in una determinata situazione come l'apprendimento, la comunicazione).

2 – *Fattori Contestuali*: si dividono in Fattori Ambientali (l'ambiente fisico e sociale) e in Fattori Personali (sesso, razza, stile di vita). I fattori ambientali possono infatti avere un'influenza positiva o negativa sia sulle funzioni e le strutture del corpo sia sulle attività e la partecipazione.



L'ICF dunque può essere definito un modello biopsicosociale in cui il funzionamento è il risultato dell'interazione tra le condizioni fisiche (salute) e i fattori contestuali (ambiente).

Origini e caratteristiche dell'Ortoterapia

Con il termine Horticultural Therapy o Ortoterapia si intende quel processo terapeutico e riabilitativo che utilizza il contatto con la terra e la natura per raggiungere un maggior grado di autonomia, migliorare lo stato di salute, la qualità della vita e il benessere psicologico, sociale e fisico della persona.

Questo approccio è particolarmente indicato per tutti quegli individui che presentano disabilità fisica o psichica, disagio sociale (marginalità e svantaggio), per i malati di Alzheimer e per chi soffre di depressione e ansia.

L'Ortoterapia nasce intorno al 1600 in Inghilterra quando a dei pazienti, che per la povertà non erano in grado di pagare l'ospedale per le cure ricevute, gli venne chiesto di prendersi cura del giardino dell'ospedale durante il ricovero. Alcuni medici, con grande stupore, notarono che il lavoro nel giardino non pesava minimamente ai malati e che essi guarivano molto più rapidamente rispetto ai pazienti ricchi che potevano permettersi l'ospedalizzazione. A causa della poca rilevanza data all'evento, questa pratica venne apparentemente dimenticata fino a quando nell'Inghilterra del dopoguerra, alcuni reduci feriti fisicamente e con problemi psicologici a seguito del conflitto, riacquisirono la salute, le capacità motorie e la stabilità mentale tramite il contatto con la natura.

Oggi l'Ortoterapia è un approccio che si sta diffondendo in Europa mentre negli Stati Uniti viene praticata da circa 40 anni; in Italia purtroppo non è ancora così diffusa poiché vi è una mancanza di riconoscimento ufficiale e di percorsi formativi specifici.

L'Ortoterapia si svolge prevalentemente all'aria aperta in cui si possono svolgere tutte quelle attività legate alla semina o alla preparazione della terra che stimolano l'olfatto, la vista, il tatto e l'udito creando un ambiente creativo che porta serenità alla persona. Attraverso l'attività di semina, il lavoro nella serra, la raccolta dei fiori o dei frutti infatti, la persona con disabilità sperimenta benefici importanti sul corpo e sulla mente grazie al contatto diretto e alla partecipazione attiva con la natura.

Un elemento fondamentale è che l'orto deve adeguarsi al livello di impedimento che comporta la disabilità adattandosi così ai bisogni fisici e psicologici della persona; è essenziale dunque modificare alcuni aspetti dell'ambiente in modo da renderlo personalizzato e il più possibile su misura per la persona.

Prendiamo come punto di riferimento una persona con disabilità motoria che è costretta su di una sedia a rotelle. L'impedimento potrebbe essere il non potersi abbassare per poter coltivare o prendere oggetti e attrezzi da terra; l'importanza di un ambiente strutturato, in tale situazione, consiste dunque nell'agevolare la persona nelle attività mettendo per esempio cassette o vasi riempiti di terra su di un tavolo in modo da potersi avvicinare facilmente con la sedia a rotelle e dunque svolgere l'attività come gli altri membri del gruppo.

I Benefici dell'Ortoterapia nella Disabilità

I benefici dell'ortoterapia interessano diverse aree. Fra queste:

la Sfera Fisica per ciò che concerne seminare, dedicarsi alla cura delle piante e raccogliere frutti stimolano il movimento, la coordinazione occhio-mano e aiutano nel dosaggio della forza; in tal modo la persona con disabilità ha maggiore opportunità di poter sviluppare la propria psicomotricità compiendo attività motorie.

La Sfera Cognitiva, il dover ricordare il nome di alcune piante, imparare nozioni sulla semina o l'utilizzo di strumenti di lavoro manuale aumentano la capacità di apprendimento oltre a stimolare la memoria, la concentrazione, l'attenzione, la capacità di svolgere un compito nella giusta sequenza e le capacità logiche.

La Sfera Emotiva, ovvero il contatto con la terra e con la natura riducono lo stress, i comportamenti aggressivi, l'affaticamento mentale oltre che combattere la depressione.

La Sfera Affettiva: il verde e l'aria aperta infondono un senso di rilassamento e di quiete portando ad una riduzione dell'ansia. Inoltre, stabilendo un contatto con la terra e la natura in uno spazio verde, vi è un rafforzamento dell'autostima e della fiducia poiché dal suo impegno nel far crescere una pianta o coltivare un terreno trae successivamente soddisfazione nel vedere i risultati delle sue azioni (ortaggi o frutti nati).



La Socializzazione: spesso le persone disabili provano solitudine e isolamento; possono soffrire di depressione, bassa autostima e scarsa fiducia in sé stessi soprattutto quando vivono in un ambiente limitato come un istituto.

La coltivazione della terra stimola le capacità affettive (il paziente si prende cura delle piante), aiuta a migliorare l'autonomia e facilita la socializzazione e le relazioni sociali. Inoltre il gruppo stimola un senso di responsabilità dovuto sia all'importanza del prendersi cura di un altro organismo vivente sia al dover raggiungere un fine comune toccando con mano, insieme al gruppo, il risultato del loro lavoro.

L'ortoterapia dunque può essere considerata uno strumento riabilitativo in grado di migliorare il benessere psicofisico e, grazie al contatto diretto con la natura, dar voce alla persona aiutandola a "combattere" la disabilità nelle sue più svariate forme, dalle più lievi alle più invalidanti.