

Le trame dell'appartenenza

Piccola guida simbolica per esplorare identità,
relazioni e radici

Guidate con cura e gentilezza da
Veronica Perego e Camilla Bonfanti

MILANO

Sabato
23 Maggio 2026

dalle 09:30 alle 17:30
(con pausa pranzo)

Costo: 80 euro



Per informazioni:

formazione@educatorisenzafrontiere.org

Perché questa valigia?

Spesso non abbiamo davvero tempo o spazio per guardare con calma chi siamo, da dove veniamo e quali relazioni ci hanno formato.

Questa valigia offre uno spazio esperienziale e creativo per farlo insieme, con strumenti concreti e facili da utilizzare, basati su simboli e metafore.

Obiettivi

- Maggiore consapevolezza della identità
- Acquisire consapevolezza rispetto ai nodi, fatiche e dinamiche che si tramandano
- Acquisire capacità di individuare risorse, valori ed eredità positive
- Rafforzare un senso di appartenenza più consapevole e aprire nuove possibilità di scelta
- Imparare a raccontarsi attraverso il gruppo
- Scoprire nuove parti di sé

Destinatari/Partecipanti

- Massimo 15 partecipanti (minimo 7)

Laboratorio aperto a tutti, agli insegnanti, agli educatori, ai curiosi, a chi vuole sperimentarsi nella crescita personale attraverso tecniche

Quando e logistica:

Luogo: Milano – Viale Marotta 18/20, all'interno del Parco Lambro e della Comunità Exodus di don Antonio Mazzi.

Contenuti e strumenti

Lo strumento centrale è l'albero dell'appartenenza, costruito e trasformato con materiali creativi durante la giornata. L'albero permette di rappresentare le origini, le relazioni significative, i percorsi di vita, le risorse e i nodi in modo visivo e creativo. Accanto a questo vengono utilizzati esercizi di scrittura creativa, brevi visualizzazioni, attività corporee semplici e materiali simbolici come la lettura di albi illustrati che aiutano a dare forma all'esperienza.

Modalità di conduzione

Il laboratorio inizia con un cerchio di presentazione per conoscersi attraverso l'introduzione dell'oggetto simbolico.

Seguono esercizi di meditazione guidata e di scrittura creativa come base di partenza per costruzione dell'albero dell'appartenenza, che rappresenta la rete dei legami.

Tramite la lettura di un albo illustrato viene introdotto il tema dei nodi, rielaborato poi mediante attività creative e di scrittura condivisa poi a coppie e in gruppo.

Agenda indicativa per la giornata:

- 9:30 – 10:00: Accoglienza informale e registrazione partecipanti
- 10:00 – 10:45: Apertura del campo e introduzione
Presentazione conduttrici e partecipanti
Aspettative in una parola
Condivisione dell'oggetto simbolico
- 10:45 – 11:25: Esercizio corporeo e visualizzazione "L'albero" e scrittura riflessiva guidata
- 11:25 – 12:25: Costruzione dell'albero dell'appartenenza
- 12:25 – 13:00: Condivisione in gruppo e esposizione degli elaborati
- 13:00 – 14:00: Pausa pranzo
- 14:00 – 14:20: Lettura dell'albo illustrato e introduzione al tema dei "nodi"
- 14:20 – 14:40: Consapevolezza corporea e riconoscimento dei nodi
- 14:40 – 15:00: Attivazione creativa identificazione dei nodi
- 15:00 – 15:20: Movimento nello spazio: mostrare e lasciare andare i nodi
- 15:20 – 15:30: Esposizione nodi nello spazio e breve condivisione a coppie
- 15:30 – 15:40: Coffee break
- 15:40 – 16:40: Rielaborazione dell'albero e trasformazione simbolica
- 16:40 – 17:30: Parole-seme, quadro collettivo dei valori e cerchio di chiusura e restituzioni finali

Cosa mi porto a casa

- Visione nuova e più consapevole della propria identità e dei propri legami
- L'esperienza di aver sperimentato dinamiche di gruppo, quali il confronto, l'ascolto e la condivisione
- La scoperta di utilizzare materiali creativi e simbolici per rileggere il proprio vissuto
- Scegliere come e quanto mettersi in gioco all'interno del gruppo

Dovrete portare con voi

- Abbigliamento comodo
- Kit di piccola cancelleria
- Quadernino/Taccuino
- Tappetino/telo per sedersi a terra e essere più comodo
- Oggetto simbolico che parli di te e della tua storia e che ti permetta di presentarti al gruppo



Veronica

Chi sono le nostre formatrici?

Nome: Veronica

Cognome: Perego

Sogno nel cassetto: Dar voce attraverso racconti o audio, alle storie che nessuno racconta

Sono laureata in Scienze dell'Educazione e della Formazione, oltre che in Progettazione e gestione dell'intervento educativo nel disagio sociale. Dopo questo percorso di formazione, che mi ha portata a diventare progettista e pedagoga, ho recentemente conseguito un master in Consulenza di pedagogia familiare, giuridica e scolastica.

Mi piace progettare, immaginare e dare forma alle idee. Parto sempre da un bisogno o da una necessità concreta per costruire laboratori, attività, percorsi e interventi pedagogici ed educativi su misura, intrecciando le mie diverse esperienze.

Sono una persona precisa e attenta ai dettagli: nulla viene lasciato al caso.

La curiosità e il desiderio di mettermi in relazione con gli altri, mi hanno portata, nel tempo, a sperimentarmi in contesti differenti: dallo scoutismo a Educatori Senza Frontiere; dalle esperienze di volontariato all'estero, al lavoro come educatrice nell'ambito della tutela dei minori; dalle comunità per persone con dipendenze, alla progettazione all'interno di un'ONG; dalle esperienze nelle carceri e nei centri di prima accoglienza, all'incontro con bambini, adolescenti e adulti in contesti di fragilità, nell'educativa di strada, nei contesti scolastici e nell'ambito della disabilità. Ultimamente mi sto sperimentando privatamente come Pedagoga, offrendo consulenza ai bambini, agli adolescenti, agli adulti con un particolare affondo al tema della genitorialità e al sostegno.

Nome: Camilla

Cognome: Bonfanti

Sogno nel cassetto: Creare spazi sicuri per attraversare insieme i passaggi difficili

Sono counselor professionista e assistente sociale e lavoro nell'ambito della tutela dei minori e nel sostegno alle famiglie. Incontro ogni giorno persone che attraversano momenti delicati, cambiamenti profondi o eventi critici, e il mio lavoro nasce dal desiderio di stare accanto a queste storie con rispetto e cura. Credo in una relazione d'aiuto fondata sull'incontro adulto con l'altro: una presenza autentica, capace di ascoltare senza giudicare e di accompagnare senza forzare. La delicatezza e l'empatia guidano il mio modo di stare nella relazione, soprattutto quando emergono fragilità, paure o smarrimenti. Nel mio lavoro cerco di creare spazi sicuri in cui le persone possano sentirsi accolte e riconosciute, ritrovando gradualmente fiducia nelle proprie risorse e nella possibilità di attraversare ciò che fa male. Accompagnare significa per me camminare accanto, rispettando i tempi, sostenendo i passaggi e lasciando che ognuno possa ritrovare il proprio modo di stare nelle relazioni e nella vita.

