



Partner:



In collaborazione con:



Comunicazione:



Per maggiori informazioni sulle attività:

RETE DORA | +39 01118836546 | info@retedora.it

IL PROGETTO

In Equilibrio nasce per offrire un sostegno concreto a persone e famiglie in situazioni di fragilità, accompagnandole verso maggiore autonomia e benessere. Attraverso percorsi personalizzati, accompagna nella gestione della vita di tutti i giorni e nell'accesso a soluzioni abitative e sociali, aiutando a superare l'isolamento e a riscoprire la forza delle relazioni. In Equilibrio è uno spazio dove coltivare relazioni positive fra le persone e la comunità. Offriamo azioni mirate a migliorare il benessere soggettivo e rafforzare l'inclusione sociale.

Laboratorio di Videomaking

Presso Associazione Almm

Via Vanchiglia, 3, Torino

Un laboratorio che prevede l'utilizzo di strumenti digitali per raccontare storie e valorizzare il vissuto personale attraverso le immagini. Sarà possibile riscoprire il proprio rapporto con la città attraverso la pratica artistica. L'obiettivo è di promuovere l'interazione tra le persone e lo spazio urbano, stimolando la creatività dei partecipanti.

Laboratorio di Teatro

Presso La Cricca Circolo Arci

Via Carlo Ignazio Giulio, 25 bis, Torino

Un laboratorio di espressione corporea e drammatizzazione, per stimolare la creatività e migliorare la comunicazione interpersonale. La costruzione delle buone relazioni all'interno del gruppo favorisce lo strutturarsi di momenti di socializzazione e la creazione di legami interpersonali, che forniscono ulteriore sostegno alle persone. Alla fine del corso è previsto l'allestimento di uno spettacolo in cui i partecipanti possono esibirsi in letture, monologhi o messa in scena di testi teatrali.

Calcio Rotondo

Presso Cecchi Point

Via Antonio Cecchi, 17, Torino

L'iniziativa propone una diversa metodologia sportiva, basata sulla rivisitazione delle regole del calcio, un programma di crescita che mira allo sviluppo autentico dei partecipanti, trasferendo gli strumenti adeguati a diventare protagonisti attivi del cambiamento. Si propone un calcio reinterpretato, fuori dalla logica comune, dove tutte le regole sono finalizzate a favorire la cura delle relazioni, preferendo alla semplice competizione sportiva.

Gruppi Famiglia

Presso Associazione Almm

Via Vanchiglia, 3, Torino

I Gruppi Famiglia offrono uno spazio sicuro dove condividere esperienze e difficoltà, trovando ascolto, comprensione e sostegno reciproco. In questo ambiente accogliente si rompe l'isolamento e si dà voce al proprio vissuto, sentendosi parte di una comunità. Gli incontri aiutano ad acquisire strumenti pratici e strategie utili per affrontare le sfide quotidiane legate al disagio psichico o sociale. Allo stesso tempo favoriscono la nascita di reti di solidarietà e relazioni di mutuo aiuto, che spesso continuano a vivere anche oltre il gruppo, diventando un prezioso punto di riferimento nella vita di ogni partecipante.

Sportello di Ascolto e Supporto legale

Presso Associazione Almm

Via Vanchiglia, 3, Torino

Lo sportello si propone di facilitare l'accesso alla tutela dei diritti, promuovendo inclusione e benessere nella comunità delle persone fragili, prevede la collaborazione di psicologi e legali.