

### Progetto "Spazio Benessere"

Nella primavera del 2015 il Progetto "CaveNove" è partito nei locali dell'ex Centro Diurno di Aurisina del Dipartimento di Salute Mentale di Trieste. La compagine è composta dal **S.A.R.** (Servizio Abilitazione e Residenze) ASUITS1 Triestina, la Cooperativa Sociale **C.L.U.** "**Franco Basaglia**" e le Associazioni **Arià** a.p.s., **Comunità di San Martino al Campo** a.d.v. e **Club Zyp** a.d.v.

L'obiettivo progettuale primario consiste nell'offrire ai cittadini di Aurisina e dell'altipiano carsico occasioni di incontro e conoscenza della struttura **R.E.M.S.** e dei suoi ospiti in contesti e attività positive e propositive in modo da facilitare la penetrazione della struttura **R.E.M.S.** nel TERRITORIO e consentire al TERRITORIO una conoscenza diretta della **R.E.M.S.**

Gli eventi pubblici e le attività proposte in questi tre anni sono stati finalizzati alla costruzione di una SIGNIFICATIVA RETE locale volta all'integrazione dei cittadini "ospiti REMS" e di tutti i portatori di "stigma" da salute mentale con la cittadinanza, gli enti pubblici, le tante associazioni culturali, sportive, ed anche ai produttori locali del turismo, dell'artigianato e dell'agricoltura che operano nel territorio.

"**Spazio Benessere**" Nasce con lo scopo di favorire stili di vita sani, in Attività e percorsi Laboratoriali.

**Laboratori didattici:** Orticoltori Urbani, Laboratorio di Cucina Sana e Consapevole e Servizio Catering;

**Attività:** BiodisCIPLINE Olistiche, Ballo, Accoglienza e Camminate nel territorio. Eventi aperti ai cittadini di Aurisina distribuiti nelle 4 stagioni.

I Laboratori hanno la finalità di sostenere percorsi di autonomia, di ripensare i progetti di vita, ed hanno l'obiettivo di fornire ai partecipanti gli strumenti necessari a riproporre nella propria quotidianità quanto imparato, ampliando le rispettive opportunità di inclusione socio-lavorativa.

Le attività sono ragionate e fatte per il benessere a 360° delle persone. Un'ampia gamma di tecniche e approcci permettono di trasformare l'incontro in un lavoro personalizzato che possa venire sentito come prova fisica della propria unicità e dimostrazione vissuta del proprio essere "speciali", inoltre creare una sinergia sempre più forte tra i frequentatori di "CaveNove" ed il territorio di Aurisina cercando di coinvolgere la cittadinanza attraverso non solo i passi di ballo.

**Le settimane Benessere:** vere settimane rilassanti dove i laboratori si intrecciano con le attività e dove il progetto spazio benessere nel suo insieme prende forma. Le diverse attività pensate per il benessere psico-fisico, dalle camminate alle biodisCIPLINE, dalla cucina sana e consapevole all'orticoltura alla scoperta del territorio con i suoi prodotti.

**#DISPERSINELCARSO:** settimane benessere dedicate a giovani dai 12 ai 25 anni inviati dai Distretti Sanitari Triestini dove l'obiettivo oltre ad essere il benessere psico-fisico è la socializzazione, l'attività fisica e quella culturale.

**Eventi "CaveNove":** Eventi stagionali con Gazebo e stand espositivi, hanno ospitato in giardino e all'interno della struttura, oltre 22 gruppi tra Associazioni dell'altipiano carsico e di Trieste e della cooperazione sociale della Salute Mentale. I diversi gruppi hanno esposto, in un contesto di Mercatino (di Natale, primaverile, autunnale ed invernale) le loro produzioni e creazioni oltre alla presentazione delle proprie attività associative, al folto pubblico composto principalmente dagli abitanti di Aurisina.

**Eventi altri:** cinema all'aperto, open day tornei, biciclette, conferenze sul benessere ecc..



Front Desk: 040 20 12 11

Loriana Frattini: 348 13 10 281



**40#180**  
**DEMOCRAZIA  
E SALUTE MENTALE  
DI COMUNITA'**  
DEMOCRACY AND COMMUNITY  
MENTAL HEALTH CARE

Trieste, Parco di San Giovanni, 21-23 giugno/June 2018

21 - 23 Giugno 2018

Aurisina-Nabrežina  
**CAVENOVE**

**LA R.E.M.S ENTRA NEL TERRITORIO,  
IL TERRITORIO ENTRA NELLA R.E.M.S**



Cave Nove

