

# #IO RESTO A CASA#

## A GIOCARE IN FAMIGLIA



**#IO RESTO A CASA# È UN KIT CON 12 PROPOSTE PER FRONTEGGIARE DA CASA L'EMERGENZA PSICO-SOCIALE DA CORONAVIRUS.**

FONDAZIONE  
*Cariverona*

 **reti di  
comunità**  
f Seguici su Facebook!

**xxiii** | **COMUNITÀ PAPA  
GIOVANNI XXIII**  
Cooperativa Sociale

# PRESENTAZIONE

Il **nuovo scenario imposto** a tutti dalle norme per contenere la diffusione del Coronavirus ha costretto a sospendere le attività in tutte le scuole, in tutti i servizi educativi e a interrompere le attività sportive e i pomeriggi al parco. Le **famiglie** si sono ritrovate a dover **stravolgere** le proprie, stando in casa per il bene di tutti e di ognuno.

E così da un giorno all'altro anche bambini e ragazzi trascorrono **interi giornate lontano da amici**, insegnanti, compagni di scuola e divertimenti all'aperto.

È normale sentirsi disorientati e sospesi in questo tempo che ancora è indefinito. Ma diventa fondamentale spendere questo "presente" al meglio, mantenendo vive le abituali routine, cogliendo l'opportunità di coltivare passioni e interessi comuni e rimanere in contatto con gli altri attraverso i social e i mezzi di comunicazione. Diventa **indispensabile attivare le proprie risorse** e aiutarci reciprocamente ad affrontare le criticità di questo momento.

Il **progetto Reti di comunità e la sua equipe mette in campo diversi materiali** per supportare le famiglie in questa sfida, per scoprire e per cogliere insieme le opportunità che questo periodo può offrire.



## L'EQUIPE OPERATORI DEL PROGETTO RETI DI COMUNITÀ

L'equipe formata da educatori, pedagogisti e psicologi: Monica Campagnolo, Paola De Seta, Dario Soso, Ugo Ceron, Anna Martini, Lucia Riceputi, Eleonora Rebesan e Marco Maggi, si mette al vostro servizio!

# DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ

Se per il bambino il gioco è un diritto, oltre che un innegabile piacere, è importante creare in famiglia degli spazi fisici e mentali che permettano di sperimentare percorsi nuovi ed allettanti. Questo tempo di quarantena forzata familiare può diventare un'occasione per riscoprire il gioco e la dimensione ludica della vita come uno spazio di gratuità e di piacere, che ci mette anche in contatto con noi stessi e con gli altri.

Il gioco dell'oca dell'autobiografia riprende i motivi dell'antico e tradizionale "gioco dell'oca", sostituendo alle consuete caselle numerate immagini che richiamino alla memoria dei partecipanti esperienze, emozioni, sensazioni provate in un passato lontano o anche recente.

Ogni persona ha una sua storia, un suo modo di vedere e vivere le situazioni e, attraverso questo gioco, i vari membri familiari imparano a "raccontarsi" ed ascoltarsi reciprocamente. Si gioca in gruppi non superiori alle 4-5 persone, tirando a turno un solo dado (è possibile stampare e ricomporre un dado cartaceo allegato a questo documento). Si stampa la copia allegato del pannello di gioco (se avete una stampante A3 il foglio intero se invece avete quella in formato A4 stampate le due sezioni del gioco e le unite successivamente) e una copia della legenda del gioco. Ogni partecipante sceglierà un proprio simbolo (una gomma, un portafortuna, un tappo... oppure stampate quelli allegati al file) e si avvia il percorso. Ogni volta che un giocatore lancia il dado e sposta il suo simbolo, legge la parola chiave di quella casella e legge le frasi stimolo sulla legenda. Queste lo aiuteranno a raccontare qualcosa di sé, del proprio vissuto o dei propri pensieri.

Il gioco si conclude non quando il primo partecipante sarà arrivato al traguardo, ma quando l'ultimo componente avrà terminato l'attività.

## REGOLE

Tutti i partecipanti potranno svelarsi nella misura desiderata e ciò che emergerà nel gioco non dovrà essere riferito ad altri. Sono fondamentali atteggiamenti di ascolto, rispetto e attenzione, evitando ironie e sarcasmi. Nel caso si creasse un'atmosfera troppo disturbata, non rispettosa delle regole, è bene interrompere il gioco. Attenzione: nessuno può far domande quando qualcuno parla durante il proprio turno nel gioco.

#IO RESTO A CASA#



# PARTENZA

## Gioco dell' oca

a cura di Marco Maggi  
illustrazioni Pablo Castillo.

1 Mi presento

2 Se fossi un'emozione sarei...

3 Mi piace...

4 Non mi piace...

5 Sono capace...

6 Tre mie qualità

7 Paura

8 Conquista

9 Una difficoltà

10 Vorrei essere...

11 Festa

12 Famiglia

13 Rabbia

14 Sono preoccupato...

15 Solitudine

16 Uscire dal guscio

17 Chiedo scusa

18 Amicizia

19 No, non voglio!

20 Vorrei fare...

21 SOS Chiedere aiuto

22 Tristezza

23 Non mi sono comportato bene a casa.

24 Stai fermo un giro.

25 Il ricordo più bello.

26 Ho bisogno

27 L'offesa peggiore per me è...

28 Sogno

29 Racconta quello che vuoi

30 Diversità

31 Il film più bello che ho visto.

32 Una occasione in cui hai aiutato una persona semplicemente ascoltandola.

33 Il grande orecchio.

34 Ringrazio un familiare

35 Fiducia

36 Credo in me quando...

37 Vorrei dire...

38 Il gioco più divertente.

39 Racconta una barzelletta.

40 Ombrello Come ti difendi?

41 Nei panni degli altri.

42 Queste cose sono mie, ridammele!

43 Litigio

44 In questo momento mi sento...

45 Non ti credo più!

46 Non rinuncerei mai a...

47 Canta una canzone

48 Regalo

49 Fare pace

50 Il mio cibo preferito.

51 Fermo un giro.

52 Nei panni degli altri

53 Fai un complimento positivo a tutti.

54 Il compleanno

55 Fai un complimento positivo a tutti.

56 Vorrei dimenticare...

57 Il grande orecchio

58 Una occasione in cui ti sei sentito ascoltato.

59 Vuoi una mano?

60 Un adulto importante...

61 Quando'ero piccolo...

62 La vacanza più bella.

63 Tra 10 anni mi immagino...

64 ARRIVO

56 Vorrei dimenticare...

57 Il grande orecchio

58 Una occasione in cui ti sei sentito ascoltato.

59 Vuoi una mano?

60 Un adulto importante...

61 Quando'ero piccolo...

62 La vacanza più bella.

63 Tra 10 anni mi immagino...

64 ARRIVO

56 Vorrei dimenticare...

57 Il grande orecchio

58 Una occasione in cui ti sei sentito ascoltato.

59 Vuoi una mano?

60 Un adulto importante...

61 Quando'ero piccolo...

62 La vacanza più bella.

63 Tra 10 anni mi immagino...

64 ARRIVO

56 Vorrei dimenticare...

57 Il grande orecchio

58 Una occasione in cui ti sei sentito ascoltato.

59 Vuoi una mano?

60 Un adulto importante...

61 Quando'ero piccolo...

62 La vacanza più bella.

63 Tra 10 anni mi immagino...

64 ARRIVO



# Gioco dell'oca PARTENZA

1 Mi presento

2 Se fossi un'emozione sarei ...

3 Mi piace...

4 Non mi piace...

5 Sono capace...

6 Tre mie qualità

7 Paura

8 Conquista

16 Uscire dal guscio

15 Solitudine

14 Sono preoccupato ...

13 Rabbia

12 Festa

11 Famiglia

10 Vorrei essere ...

9 Una difficoltà

17 Chiedo scusa

18 Amicizia

19 No, non voglio!

20 Vorrei fare...

21 Chiedere aiuto

22 Tristezza

23 Non mi sono comportato bene a casa.

24 (Il ricordo più bello.

32 Il grande orecchio.

Una occasione in cui hai aiutato una persona semplicemente ascoltandola.

Il film più bello che ho visto.

37 Diversità

30 Jolly

29 Racconta quello che vuoi

28 Sogno

L'offesa peggiore per me è...

27 Ho bisogno

26 Retrocedi di tre caselle e "donale" al prossimo giocatore.

25

Tradimento

34

35

36

37

38

39

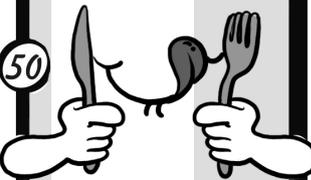
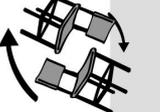
40

a cura di Marco Maggi  
illustrazioni Pablo Castillo.

INCOLLA QUI L'ALTRA PARTE DEL GIOCO



# ARRIVO

 <p>33 Tradimento</p>	 <p>48 Regalo</p>	 <p>49 Fare pace</p>	 <p>64 Tra 10 anni mi immagino...</p>
 <p>34 Ringrazio un familiare</p>	 <p>47 Canta una canzone</p>	 <p>50 Il mio cibo preferito.</p>	 <p>63 La vacanza più bella.</p>
 <p>35 Fiducia</p>	 <p>46 Non rinuncerei mai a...</p>	 <p>51 Fermo un giro.</p>	 <p>62 Quand'ero piccolo...</p>
 <p>36 Credo in me quando...</p>	 <p>45 Non ti credo più!</p>	 <p>52 Nei panni degli altri</p>	 <p>61 Un adulto importante...</p>
 <p>37 Vorrei dire...</p>	 <p>44 In questo momento mi sento...</p>	 <p>53 Fai cambio di posto con il giocatore che si trova all'ultimo posto</p>	 <p>60 Vuoi una mano?</p>
 <p>38 Il gioco più divertente.</p>	 <p>43 Litigio</p>	 <p>54 Il compleanno</p>	 <p>59 Scusa, non volevo...</p>
 <p>39 Racconta una barzelletta.</p>	 <p>42 Queste cose sono mie, ridámmele!</p>	 <p>54 Fai un complimento positivo a tutti.</p>	 <p>58 Ti ho fatto male?</p>
 <p>40 Ombrello Come ti difendi?</p>	 <p>41 Nei panni degli altri. fai cambio di posto con il giocatore da cui ti separa il maggior numero di caselle (e ammesso spostarsi sia in avanti che all'indietro)</p>	 <p>55 Vorrei dimenticare...</p>	 <p>57 Una occasione in cui ti sei sentito ascoltato.</p>



# REGOLE E LEGENDA DEL GIOCO DELL'OCA

Ogni persona deve avere una pedina; si tira il dado a turno, quando si entra in una casella si parla di sé relativamente a quell'argomento/contenuto; nessuno può fare domande, gli altri componenti del gruppo rimangono in ascolto. Per facilitare la comprensione delle caselle, è riportata qui di seguito una legenda, grazie alla quale il giocatore può essere stimolato e aiutato nel comprendere l'argomento.

Buon gioco ...e RISPETTATE LE REGOLE! Il gioco termina quando tutti giungono all'arrivo.

## PARTENZA

### 1. Mi presento

Dico il mio nome e tre cose che mi piacciono di me.

### 2. Se fossi un'emozione sarei...

Se tu fossi un'emozione quale saresti?

### 3. Mi piace

Racconto ciò che mi piace nella vita, di me stesso, della famiglia o della scuola

### 4. Non mi piace...

Racconto ciò che non mi piace nella vita, di me stesso, della famiglia o della scuola

### 5. Sono capace...

Prova a dire in che cosa ti senti capace: nel gioco, nella scuola, nello sport ecc.

### 6. Tre mie qualità

Descrivi tre qualità positive del tuo carattere

### 7. Paura

A scuola, ti capita di vivere alcune situazioni che ti spaventano? Ci sono persone nella tua vita che ti incutono paura?

### 8. Conquista

Racconta una tua conquista in riferimento alla scuola, nello sport, nel gioco, in famiglia, nelle relazioni oppure nella tua capacità di essere maggiormente autonomo (fare il letto da solo, cucinare ecc.)

### 9. Una difficoltà

Nella vita in generale, possiamo incontrare delle difficoltà. Prova a descriverne una.

### 10. Vorrei essere...

Come vorresti essere?

### 11. Famiglia

Descrivo la mia famiglia indicando i componenti, le principali caratteristiche di ognuno, il tipo di relazione che avevo/ho con loro.

### 12. Festa

Di solito come vivo le feste? Quali sono le feste che mi piacciono di più?

### 13. Rabbia

La rabbia è un'emozione forte che si manifesta attraverso un'irritazione violenta e a volte incontrollata. Quando mi arrabbio? Che cosa provo in quei momenti?

### 14. Sono preoccupato

In questo periodo che cosa ti preoccupa di più?

### 15. Solitudine

Ti è mai capitato di vivere momenti di solitudine? In che modo li hai affrontati?

### 16. Uscire dal guscio

Ci sono bambini/persone timide di carattere, mentre altri sono più socievoli. A volte, alcuni bambini/persone non riescono ad "uscire dal guscio" per timore di provare nuove esperienze: stringere nuove amicizie, sperimentarsi in un sport o in un gruppo nuovo. Quali suggerimenti daresti a questo bambino o a questa persona per aiutarlo/la?

### 17. Chiedo scusa

Può capitare di sbagliare, è normale e capita a tutti. Però l'atto che è più difficile compiere è: chiedere scusa. A chi vorresti chiedere scusa? Per quale motivo? Secondo te, perché è così difficile chiedere scusa?

### 18. Amicizia

Che cosa rappresenta per te l'amicizia? Quanti amici hai? Racconta un momento bello di una tua amicizia.

### 19. No, non voglio!

A volte può capitare di non voler far qualcosa. Ti è mai capitato? Racconta un episodio che ti è successo.

### 20. Vorrei fare...

Cosa vorresti fare da grande? Cosa vorresti fare per migliorare la situazione in famiglia?

### 21. Chiedere aiuto

Ci sono momenti, nei quali possiamo vivere alcune difficoltà in famiglia, sul piano scolastico (es. non saper compiere alcuni esercizi) oppure sul piano relazionale (aver litigato con qualcuno, sentirsi rifiutato, ecc...). Riesci a chiedere aiuto facilmente? A chi ti rivolgi quando sei in difficoltà? Se lo desideri, condividi un avvenimento.

### 22. Tristezza

In quali situazioni o momenti provi tristezza? Racconta un episodio.

### 23. Non mi sono comportato bene a casa. Fermo un giro.

### 24. Il ricordo più bello

Racconta un ricordo bello o positivo della tua vita familiare

### 25. Ho tempo per... Retrocedi di tre caselle e "donale" al prossimo giocatore.

### 26. Ho bisogno

Di che cosa avresti bisogno per star meglio in famiglia?

### 27. L'offesa peggiore per me è...

Qual è l'offesa che ti farebbe più male?

### 28. Sogno

Qual è il sogno che fai più spesso? Oppure il sogno più bello o più brutto che hai fatto?

### 29. Jolly: racconta quello che vuoi

### 30. Diversità

Alcune persone vivono bene la diversità e altri male. Alcuni la vivono come una ricchezza e altri come una realtà che ci distanzia. Cerca di scoprire che cosa ti accomuna e cosa ti divide con alcuni componenti della tua famiglia



# REGOLE E LEGENDA DEL GIOCO DELL'OCA

## 31. Il film più bello

Qual è il film, per te, più bello o che ti è piaciuto di più?

## 32. Il grande orecchio. Un'occasione in cui hai aiutato una persona, semplicemente ascoltandola.

Prova a ricordarti se è successa una situazione, in cui hai aiutato qualcuno, attraverso il dono del tuo ascolto. Prova a raccontare l'episodio.

## 33. Tradimento

Può capitare che qualcuno non rispetti la parola data (ad esempio, rivelando un segreto). Come ti senti quando succede? Come ti comporti con quella persona?

## 34. Ringrazio un mio familiare... perché...

Ringrazio un mio familiare per qualcosa che ha fatto o ha detto.

## 35. Fiducia

Sapere di poter contare sugli altri ci incoraggia a compiere nuove esperienze. In chi hai fiducia? Chi ha fiducia in te?

## 36. Credo in me quando...

Quando mi sento sicuro di me? Racconta un episodio in cui hai creduto in te stesso.

## 37. Vorrei dire...

Cosa vorresti dire ai tuoi familiari per stare meglio in famiglia?

## 38. Il gioco più divertente

Qual è il gioco più divertente che ti piace fare o che hai fatto?

## 39. Racconta un barzelletta

Racconta un barzelletta divertente

## 40. Ombrello: come ti difendi?

Ognuno di noi ha dei modi di "difendersi", nei momenti di difficoltà o quando prova emozioni che reputa negative. Come ti difendi? Da chi?

## 41. Nei panni degli altri: fai cambio di posizione con il giocatore da cui ti separa il maggior numero di caselle (è ammesso spostarsi sia in avanti che all'indietro)

## 42. Queste cose sono mie, ridammele!

Se una persona (familiare o amico) riuole indietro qualcosa che tu gli hai preso, come ti comporti? E se prendono qualcosa di tuo e chiedi di riaverlo, cosa succede?

## 43. Litigio

A volte può capitare di litigare. Perché succede? Come si risolve?

## 44. In questo momento mi sento...

Come ti senti in questo momento? Esprimi il tuo vissuto e le tue emozioni

## 45. Non ti credo più!

Come ti comporti se un tuo familiare dice di non crederci più?

## 46. Non rinuncerei mai a...

Per te, che cosa è così importante da non poterne fare a meno?

## 47. Canta una canzone

Mettiti a cantare una canzone

## 48. Regalo

Qual è il regalo più bello che hai ricevuto? Perché ti piace tanto?

## 49. Fare pace

Anche se a volte capita di litigare, dopo si cerca di "fare pace". Come si fa la pace?

## 50. Il mio cibo preferito è ....

Qual è il tuo cibo preferito?

## 51. Fermo un giro.

## 52. Nei panni degli altri: fai cambio di posto con il giocatore che si trova all'ultimo posto

## 53. Il compleanno

Come ti senti il giorno del tuo compleanno? Perché?

## 54. Fai un complimento positivo a tutti

È importante valorizzare le persone che conosciamo e a cui vogliamo bene. Quindi fai un complimento ad ogni partecipante del gioco dell'oca.

## 55. Vorrei dimenticare

Cosa vorresti dimenticare?

## 56. Il grande orecchio. Un'occasione in cui ti sei sentito ascoltato. Racconta di una volta in cui ti sei sentito ascoltato dai tuoi familiari.

## 57. Ti ho fatto male?

Capita che tu e i tuoi familiari vi facciate male, con le parole? Ve ne accorgete quando succede? Cosa fai e o fate?

## 58. Scusa, non volevo...

A volte può capitare di fare male a qualcuno senza volere. Sai chiedere scusa quando succede?

## 59. Vuoi una mano?

Quando un tuo compagno è in difficoltà cerchi di aiutarlo? E i tuoi compagni ti aiutano se sei tu ad avere bisogno?

## 60. Un adulto importante

Parla di un adulto che è importante nella tua vita. Spiega i motivi.

## 61. Quand'ero piccolo...

Racconta un episodio di quando eri piccolo (ad esempio cose che prima non sapevi e che ora conosci, qualcosa che non potevi fare e ora fai...)

## 62. La vacanza più bella.

Qual è stata la vacanza più bella? raccontala.

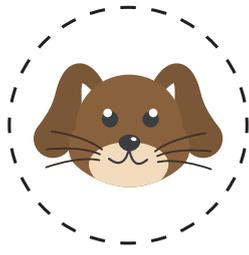
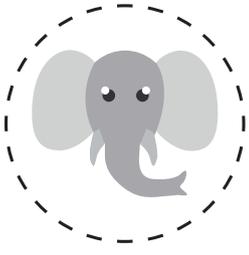
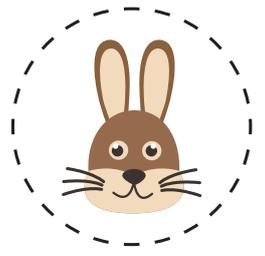
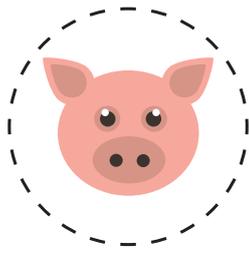
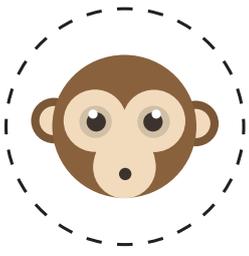
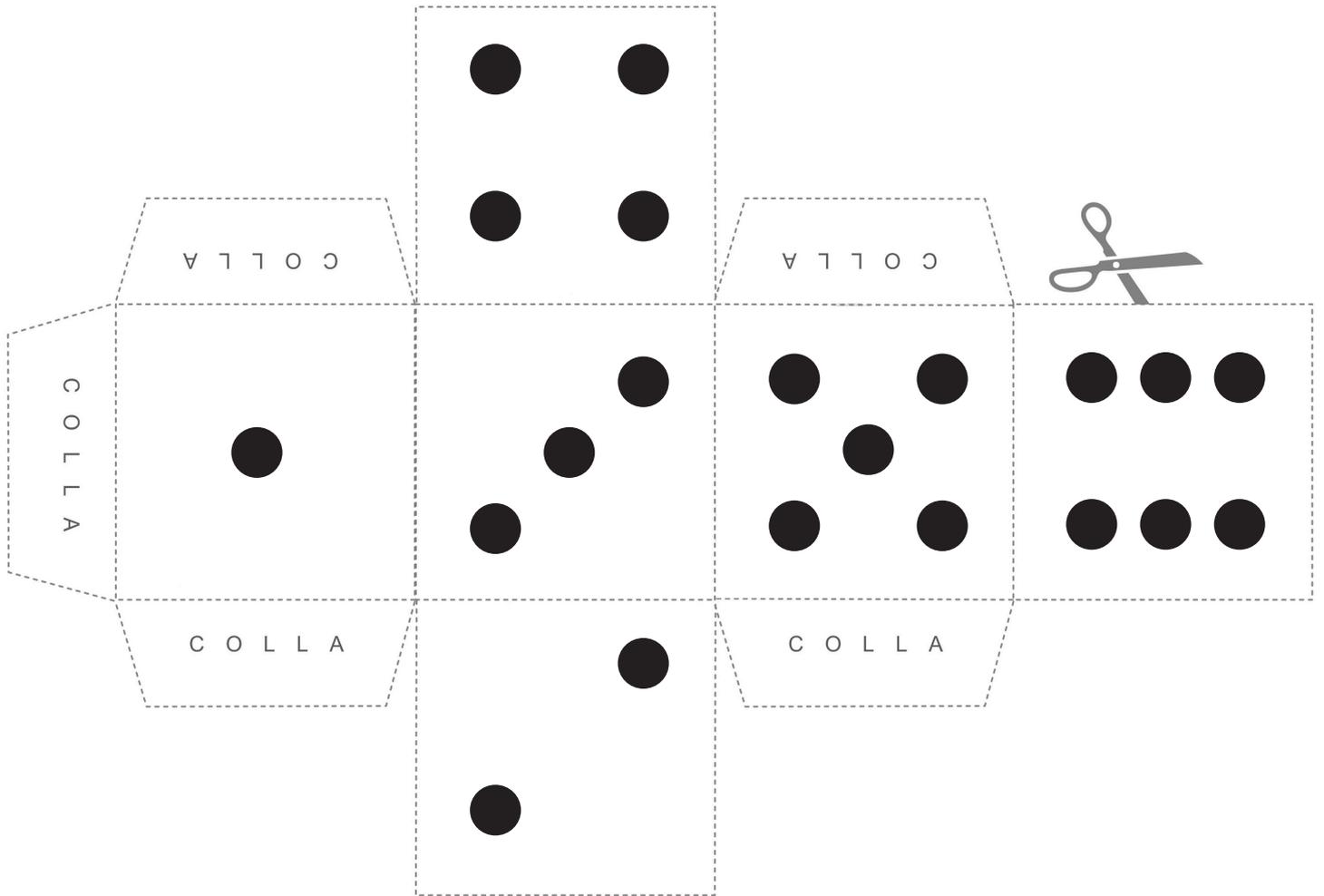
## 63. Tra 10 anni mi immagino...

Come vorresti essere tra 10 anni? Come pensi che sarai e farai?

ARRIVO



# IL DADO E LE PEDINE





# #IO RESTO A CASA#



Il progetto **RETI DI COMUNITÀ** è realizzato da un'equipe di professionisti che lavorano in un'ottica di **prevenzione al disagio giovanile** in 13 comuni dell'ovest vicentino finanziato dalla Fondazione Cariverona e Comuni aderenti, in partner con Ulss8Berica.



Per maggiori informazioni sulle nostre iniziative [iscrizioncorsi.progettoreti@apg23.org](mailto:iscrizioncorsi.progettoreti@apg23.org) e [f](#) pagina RETI di comunità