



## PROGETTO GROW UP: IL FUTURO DEI GIOVANI E DEL PIANETA

“**Grow uP: il futuro dei Giovani e del Pianeta**” è un progetto realizzato in partnership con [Fondazione Soleterre](#), [ASD Kalos](#), [Change for Planet](#) e il [Comune di Lardirago](#), all'interno dell'iniziativa **Giovani Smart di Regione Lombardia**.

Esso è volto a **promuovere il benessere tout court dei giovani dai 15 ai 34 anni**. L'idea alla base è il concetto fondante di *One Health*, una visione integrata ed olistica della Salute capace di racchiudere insieme sia quella individuale (fisica e psicologica) delle persone, sia quella degli animali, sia quella dell'ambiente, a partire da cui si promuoveranno attività mirate a contrastare “l'arresto” sperimentato in questi anni di pandemia. L'obiettivo è quello di creare per i giovani, fascia che più ha patito durante la pandemia il cambiamento epocale avvenuto nel mondo, un percorso, individuale e collettivo insieme, capace di dare nuovo impulso alle relazioni: volto a “far crescere” **la fiducia negli altri**, minata dalla paura del contagio, **la fiducia in se stessi**, fiaccata dalle limitazioni necessariamente imposte, e **la voglia di prendersi cura di sé, degli altri, del mondo**.

Lo scopo di “Grow uP: il futuro dei Giovani e del Pianeta” è quello di creare **attività rivolte ai giovani tra i 15 ed i 34 anni sul territorio di Pavia e Provincia**:

- Promozione del benessere psicologico
- **Pratica sportiva al fine di prevenire e promuovere stili di vita sani**
- Sensibilizzazione sulla tutela ambientale per unire ragazzi e ragazze sul territorio
- Gruppi di parola con psicologi, laboratori di danzaterapia, arte terapia, mindfulness

**Il progetto, iniziato a novembre 2022 con eventi a cadenza mensile, si concluderà a giugno con un festival di tre giorni presso l'Orto Botanico di Pavia e l'Università di Pavia e una tavola istituzionale presso il Comune di Lardirago.**

Il **Festival GrowuP: il futuro dei giovani e del Pianeta** è il fulcro dell'azione per la promozione del benessere psicologico, fisico e ambientale ma soprattutto del coinvolgimento attivo dei giovani. Le attività organizzate durante i mesi da novembre a giugno hanno avuto la funzione di far conoscere le attività sul territorio, ingaggiare i giovani e sensibilizzare sulle diverse tematiche per portare maggior consapevolezza e attivazione.

All'interno del festival organizzeremo **momenti di dialogo**, con lo scopo di *rendere i giovani più consapevoli* sulle diverse tematiche del benessere psicologico, sport e ambiente.



## FESTIVAL 16-17-18 GIUGNO

**Siamo tutt\* interconness\***

**3 giornate di talk, workshop, incontri e dialogo per scoprire insieme a speaker esperti, influencer e artisti le connessioni che ci legano come esseri umani.**

Un viaggio alla scoperta del tema One Health - Una sola Salute - ambiente, sport e benessere psicologico si uniscono in una visione olistica del mondo.

Il Festival Grow uP: il Futuro dei Giovani e del Pianeta che si terrà il 16-17-18 giugno a Pavia, ha l'obiettivo di creare nuove visioni e spazi di incontro tra i giovani under 35, fascia che più ha patito durante la pandemia il cambiamento epocale avvenuto nel mondo, un percorso, individuale e collettivo insieme, capace di dare nuovo impulso alle relazioni: volto a "far crescere" la fiducia negli altri e la fiducia in se stessi.

L'evento è completamente gratuito e accessibile e tutt\*.

### **Giorno 1**

**Venerdì 16 giugno**

**Orto Botanico, Pavia**

**Orari: 14.00 - 22.30**

#### **14.00 – 15.00 Affettività e relazioni: confrontiamoci!**

Claudia Popolillo, Psicologa e sessuologa della Rete Psicologi di Fondazione Soleterre

Virginia Gambardella, Autrice e content creator lifestyle e benessere

David Bosoni, Medico Specializzando in Ginecologia presso l'Università di Pavia

#### **15.30 - 16.30 L'attivismo per il clima ci salverà? - Workshop di empowerment giovanile e sostenibilità**

Change For Planet - Fridays For Future Pavia

#### **17.00 - 18.00 Classe di pilates e mindfulness**



## **20.00 - 22.00 Dibattito e proiezione documentario “Gli Attori del Clima” di Rethinking Climate**

Proiezione del documentario “Gli Attori del Clima” di Rethinking Climate, sul tema dei giovani e dell’attivismo climatico, seguito da un dibattito tra attivisti e partecipanti, organizzato dall’associazione Change For Planet.

### **Giorno 2**

**Sabato 17 giugno**

**Università di Pavia, Sede centrale - cortili interni**

**Orari: 9.00 – 21.00**

**10.00 - 11.15 Classe di pilates**

**11.30 - 12.30 - Comunicare la salute mentale: quanto e come se ne parla?**

Vanessa Bocchi - Scrittrice e autrice freelance (1.546 mila follower IG)

Biancamaria Furci - Attivista, caporedattrice di Bossy Italy (12,8 mila follower IG)

**12.30 - 13.30 - La crescita personale attraverso i social media**

Charlotte Le Bleu, Artista e illustratrice (62,3 mila follower IG)

Simona Zanotti, Counselor per la crescita personale (20,2 mila follower IG)



### **14.30 – 15.30 Giustizia climatica: i cambiamenti climatici sono uguali per tutti?**

Roberta Bonacossa, Presidentessa & Co-Fondatrice Change For Planet, attivista e consulente per la sostenibilità (3.117 mila follower IG)

Andrea Grieco, Divulgatore e consulente comunicazione ambientale (13,3 mila follower IG)

### **15.30 - 16.30 One Health - Siamo tutt\* interconness\***

Matteo Innocenti, Psicoterapeuta e psichiatra esperto in Eco Ansia (6.828 mila follower IG)

Letizia Proserpi, Medico chirurgo, esperta del legame tra Salute del Pianeta e Salute umana (10,6 mila follower IG)

Giulia Vettor - ASICS FrontRunner

Francesca Peruzzi, Psicologa esperta in benessere psicofisico e terapie espressive

### **16.30 - 17.30 Case history: la comunicazione per l'impatto sociale**

Different Global, Agenzia di comunicazione

Matteo Mangiagalli, Psicologo della Rete Psicologi di Fondazione Soletierre

### **18.00 - 21.00 Aperitivo buffet e Jam Session con giovani artisti emergenti**

### **Giorno 3**

**18 giugno**

**Comune di Lardirago presso il Mulino della Frega**

**Orari: 11.00 – 14.30**

#### **Tavola rotonda: dialogo e incontro tra i giovani e il territorio**

Volta a coinvolgere stakeholder principali del territorio per ascoltare e confrontarsi con rappresentanti dei giovani sui temi del benessere psicologico, sportivo e tutela dell'ambiente. L'obiettivo è proporre azioni concrete sul territorio per rispondere ai bisogni dei giovani.

- Università di Pavia
- Comune di Lardirago
- Change For Planet
- A.s.d. Kalos
- Regione Lombardia
- Comune di Pavia
- Università Cattolica Milano (Prof.ssa Ionio)
- Damiano Rizzi (Fondazione Soleterre)
- Insegnanti scuole pavesi (es. Cardano)
- Rappresentate di Fridays For Future Pavia
- Direzione provinciale

**13.00**

**Pranzo a buffet e chiusura festival**