



**Sport cultura e solidarietà**

## **INCONTRI DI EDUCAZIONE ALL'INVECCHIAMENTO**

L'iniziativa proposta prevede la realizzazione di un cineforum, attività che nasce come ciclo di incontri in cui, alla proiezione del film, fa seguito un dibattito guidato.

Il percorso è strutturato all'interno di una didattica costruttivista che implica la partecipazione attiva dei partecipanti che saranno chiamati ad intervenire alla fine delle proiezioni per favorire il confronto, condividere le emozioni vissute e, per chi lo vorrà, lo scambio di esperienze. E' dunque evidente che gli strumenti principali del progetto sono il gruppo e i film.

La presenza del **gruppo** rende l'esperienza socialmente stimolante e arricchente e il successivo dibattito, guidato da psicologi e psicoterapeuti, indirizza i pensieri e le emozioni verso un'esperienza di serenità e piacevolezza fautrice di benessere, volta a raccogliere spunti utili per l'attuazione di comportamenti positivi che sono di supporto nell'affrontare situazioni di vita difficili.