



**NOA** nessuno ostacoli  
l'apprendimento

# *Pensami Adulto*

*Centro socioeducativo diurno*





## Dal tabù al NOA

**NOA** è una parola polinesiana, significa ciò che è permesso, accessibile.

Il suo contrario è la ben nota parola **Tabù**, il divieto, l'inaccessibile.

**Noa** esprime ciò che è consentito, ciò che è possibile, dunque la facilitazione e la rimozione degli ostacoli verso la conoscenza, l'apprendimento, la formazione, la relazione con sé e con gli altri nella dimensione **bio-psico-sociale** che caratterizza l'uomo, i suoi figli, l'ambiente, nella **complessità** che definisce l'uomo come **ambiente per sé stesso**.

La società **NOA, Nessuno Ostacoli l'Apprendimento** è una ONLUS nella forma di cooperativa sociale nata nel 2007, formata da professionisti specializzati in vari settori: educatori, pedagogisti, psicologi, psicoterapeuti, animatori, formatori, consulenti alla persona, esperti nella gestione delle relazioni educative, delle relazioni familiari, dei disturbi dell'apprendimento, delle disabilità.

## Attività socioeducative per disabili adulti *Pensami adulto*

**A chi si rivolge:** adulti e giovani adulti con disabilità fisiche, intellettive, psichiche.

Le attività socioeducative *Pensami adulto* sono attività di gruppo a ciclo diurno, non residenziali, che hanno lo scopo di:

- far trascorrere momenti di serenità e di buona convivialità tra pari,
- favorire e promuovere lo sviluppo delle relazioni sociali e dell'intersoggettività,
- facilitare la crescita delle autonomie personali,
- soddisfare i bisogni di relazione,
- mantenere e acquisire le competenze domestiche,
- mantenere e acquisire le abilità sociali e pro-sociali,
- acquisire le competenze necessarie per l'uso del denaro,
- mantenere e acquisire le competenze della cura di sé e degli ambienti di vita,
- sviluppare le abilità manuali, creative e artistiche,
- promuovere l'inclusione sociale e i legami con la comunità,
- ridurre lo stigma sociale e le sue conseguenze,
- favorire l'autostima e il senso di autoefficacia,
- mantenere e potenziare le competenze cognitive, psico-fisiche-motorie,
- mantenere e potenziare livelli accettabili di comunicazione,
- fornire accesso sicuro ed efficace all'informazione, ai media e ai contenuti sociali e ai riferimenti culturali condivisi,
- fornire sostegno e consulenza attiva nell'accudimento familiare,
- favorire processi di svincolo e individuazione personale concretamente sostenibili,
- dare alla rete dei servizi territoriali e alla cultura cittadina, un punto di riferimento e di confronto sulle disabilità.





Lavoriamo, in un'ottica di inclusione e accoglienza, sull'uso del denaro, la conoscenza degli spazi cittadini, la scelta e la preparazione dei pasti comunitari e sviluppo delle competenze ricreative e musicali.

Le **modalità di accesso** vengono concordate con i clienti e/o le famiglie assieme alla squadra di lavoro del centro socioeducativo.

La nostra proposta di ingresso al centro solitamente si articola in due fasi, caratterizzate da passaggi graduali e "personalizzati":

1. un primo momento conoscitivo durante il quale si **valutano i bisogni e le aspettative** per le quali si presenta la richiesta di accesso al servizio, al termine del quale segue
2. un **progetto di presa in carico** o di orientamento verso altro servizio e proposta di accesso al servizio: durata degli incontri, frequenza, giorni, tipologia di attività e costi di accesso.

Per ogni ragazzo viene predisposto un **piano educativo individualizzato** (PEI)<sup>1</sup> inquadrato all'interno del più vasto orizzonte del **Progetto di vita**.

Tra le **attività** vi sono:

- propedeutica alla terapia occupazionale ed ergoterapia,
- attività espressive grafico-pittoriche,
- attività corporee di educazione al suono e al canto,
- attività di manipolazione ed esplorazione sensoriale,
- attività di autonomia domestica,
- attività psicomotorie,
- orto educativo con realizzazione di un erbario,
- uscite al cinema, teatro, concerti, spettacoli,
- percorsi di lettura, in collaborazione con le biblioteche e le scuole,
- laboratorio di informatica con postazione accessibile,
- laboratorio teatrale,
- partecipazione ad eventi comunitari, culturali, occasioni ricreative e culturali offerte dal territorio, eventi di particolare interesse per l'inclusione sociale,
- escursioni brevi presso siti archeologici, parchi montani, parchi minerari, musei e laboratori didattici,
- uscite serali e pranzi di gruppo.

---

<sup>1</sup> redatto sulla base delle attività sopra descritte nella presa in carico, delle osservazioni e valutazioni evolutive successive e utilizzando le osservazioni raccolte sulla base del modello **ICF** (WHO – OMS Ginevra, **ICF 2001**, **ICF CY 2007** - *International Classification of Functioning Disability and Health*, classificazione internazionale della disabilità e della salute) e secondo le linee guida adottate in ambito nazionale e internazionale, le buone prassi e le evidenze scientifiche.



Oltre alle *routine* quotidiane è prevista, almeno una volta alla settimana, una “giornata lunga” chiamata “**Giornata delle autonomie**” in cui l’organizzazione dell’attività del gruppo verte sulla preparazione e consumazione del pasto, seguendo tutta la filiera preparatoria: scelta del menù, spesa al mercato, preparazione, servizio, condivisione, riordino e chiusura con giochi di saluto. Sono previste delle attività “periodiche” che seguono una programmazione annuale e le ricorrenze festive e rituali durante l’anno. Durante i mesi estivi l’attività comprende le **uscite balneari** in uno stabilimento attrezzato nel lungomare Poetto.

Con frequenza mensile, si svolgerà il “**Gruppo famiglie**” in cui tutti i familiari che hanno un ruolo nella cura del cliente, quindi non solo i genitori, potranno partecipare all’attività condotta dal pedagista o psicologo insieme agli operatori, per:

- affrontare i vissuti e le difficoltà nell’esercizio del loro ruolo e nell’impegno di cura quotidiana;
- sviluppare e condividere i progetti di vita e i piani educativi individualizzati;
- condividere e definire la programmazione delle attività del centro;
- raccontare e ascoltare reciprocamente le proprie storie, i *desiderata* e le aspettative;
- dare occasione di partecipare attivamente allo sviluppo di progetti di integrazione e sostegno, oltre alle attività del centro (es: mutuo aiuto-banca del tempo, associazionismo, rassegne cinematografiche, promozione e sensibilizzazione sull’accesso ai servizi e l’esercizio dei diritti).

L’attività mensile del “Gruppo famiglie” si concluderà con il pranzo insieme.

### **Squadra di lavoro**

Il personale che opera nel nostro centro diurno è composto da: pedagista, educatori, esperti disciplinari, animatori, psicologo e altre figure per la realizzazione delle differenti attività.

### **Recapiti**

Il Centro diurno “Pensami adulto” ha la propria sede in Via G. di Vittorio n. 29 a Sestu.

Coordinatore referente della struttura *dott.ssa* **Alessia Demontis 389 4545038**

Segreteria amministrativa NOA **340 6790622**

Posta elettronica: [pensamiadulto@edunoa.org](mailto:pensamiadulto@edunoa.org) | [www.edunoa.org](http://www.edunoa.org)

### **Orari di apertura**

dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 13.30, il giovedì dalle 8:30 alle 16:30

In altri orari, su appuntamento

### **Costo di accesso**

La tariffa per l’accesso giornaliero è di € 40,00 comprensivi di ogni onere. La tariffa di accesso non tiene conto di esigenze, bisogni personali, frequenza e necessità di accompagnamento *da e per* il domicilio, per i quali prepariamo un preventivo personalizzato.





## Non è un lavoretto

Una delle immagini a cui si associa un centro diurno è quella di un gruppo di persone sedute intorno a un tavolo, affaccendate, intente alla realizzazione di qualche oggetto per commemorare una festività imminente, adornare un ambiente, dare espressione a sentimenti inespressi, dare concretezza, materia a delle abilità e competenze che crescono.

L'oggetto diventa una testimonianza di un percorso altrimenti invisibile, nascosto, limitato e racchiuso dalle pareti del centro.

La nostra filosofia è quella di un centro "aperto" che comunica con la comunità che lo ospita, le sue pareti sono permeabili e le attività che lo definiscono (perché *siamo quello che facciamo*) si svolgono tanto al di qua quanto al di là dei suoi limiti.

La parola "lavoretto" evoca poi un mondo di vezzeggiativi (gli amichetti, i pensierini, le gite, etc.) che popola di pregiudizio il mondo dell'infanzia e degli adulti con disabilità, che sminuisce e sembra relegare certe fasi o certi modi del vivere a una partita di consolazione.

Sì, facciamo *anche* i "lavoretti", perché sono un modo per ricordare, comprendere le ritualità e i passaggi, partecipare alla vita della comunità, stare insieme, condensare un pensiero, un'emozione, rappresentare un affetto, una relazione, addestrare le nostre mani, allineare la testa, l'occhio e il cuore. Ma tutte le volte che possiamo, oltrepassiamo quella soglia e andiamo a fare esperienza della vita un po' più in là da ciò che è comodo, per poi tornare a casa con un più ricco bagaglio, qualcosa di nuovo da raccontare, un pezzo di strada in più sotto le nostre scarpe.





## Non è danaro

“Se le api morissero, avremmo solo 4 anni di vita” è una frase spesso attribuita ad Albert Einstein, che racconta di come gli ecosistemi siano complessi e caratterizzati dall’interdipendenza reciproca.

Le nostre vite sono fatte di scambi, doni, risorse, tempo, valori e il denaro ne è parte.

Alle volte osannato e celebrato come un fine, altre volte demonizzato, è spesso la valuta che usiamo per misurare il valore di qualcosa, del nostro tempo, del nostro impegno.

Comunque, sapersene curare è una competenza imprescindibile per diventare adulti, raggiungere autonomia, dare forma e sostanza ai propri progetti di vita.

## Non è una passeggiata

Fare attività fisica è un modo per prendersi cura di sé e della propria condizione di salute, ma la vita “non è una passeggiata”.

Per far capire agli altri cosa ognuno di noi prova si dice “mettiti nei mie panni”. Gli inglesi dicono “*walk in my shoes*” (letteralmente “cammina nelle mie scarpe”),

come a dire che, se vuoi sapere cosa si prova ad essere me, dovresti fare la strada che ho fatto io.

Nessuna vita è facile, nessuna vita è, solamente, una passeggiata: ognuno ha le proprie gioie, i propri drammi, le proprie sfide. Ognuno può diventare adulto, realizzarsi a modo suo, ognuno è unico e così noi lo *pensiamo*...







## Non è un passatempo

Si dice che nella vita non si finisca mai di imparare.

Ognuno dovrebbe essere protagonista del proprio percorso di vita, poter apprendere ad ascoltare sé stesso e l'altro, decidere la direzione da prendere, prendere concretamente parte a tutto ciò che lo riguarda.

Spesso chi ha una disabilità vive come un "gregario", costretto ad accordarsi e accordarsi ai progetti di vita degli altri e non sente e non pensa sé stesso come artefice del proprio destino.

*Pensami adulto, mostrami un canestro di parole con le quali scrivere e riscrivere nuove pagine della mia vita.*

## Emergenza COVID-19 e rischio biologico

Per poter rispondere al nostro meglio a questa nuova sfida rappresentata dall'emergenza COVID-19, poter continuare o riprendere ad aver cura dei nostri clienti e dei nostri cari, a offrire il nostro aiuto e prestare i nostri servizi in un ambiente salubre e sicuro, abbiamo adeguato l'organizzazione delle nostre attività e dei nostri spazi.

Provvediamo alla sanificazione degli arredi, a ogni utilizzo dei locali, e all'igienizzazione periodica degli ambienti, utilizzando prodotti efficaci e a norma.

Le nostre sedi sono fornite di igienizzante e sapone per le mani, igienizzante per le superfici e dispositivi per la protezione individuale.

I nostri operatori sono formati e informati, una buona guida per orientarsi e acquisire le nuove competenze che la situazione attuale richiede.

Effettuiamo il servizio di accompagnamento da e per il domicilio, utilizzando i nostri pulmini, occupandoci della loro pulizia e sanificazione.