

come  n! "community projects for social innovation  
through intergenerational volunteering experience"



Achieving **social innovation** in communities  
through intergenerational volunteerism

# Guida per I Volontari Senior

## L'esperienza del progetto ComeON!



THE UNIVERSITY of EDINBURGH



Lifelong  
Learning  
Programme

Il progetto ComeON! è finanziato con il sostegno finanziario della Commissione Europea. L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute. 538254-LLP-1-2013-1-IT-GRUNDTVIG-GMP

## Indice

Nota sulla Guida per i Volontari Senior.....	3
1. Il progetto ComeON!.....	5
2. Il Corso ComeON!.....	7
3. Alcuni suggerimenti pratici.....	11

## Nota sulla Guida per i Volontari Senior

Caro Partecipante,

Ti ringraziamo per aver accettato di partecipare al progetto europeo ComeON! Questa breve guida ha lo scopo di fornire tutte le informazioni necessarie per partecipare al corso. Farai parte di una squadra intergenerazionale insieme alla quale dovrai realizzare un progetto di innovazione sociale di successo (un progetto per migliorare la tua comunità!). Un docente e dei facilitatori esperti ti daranno supporto per tutta la durata del corso.

Avrai la possibilità di imparare e contribuire all'ideazione e all'attuazione di un progetto di innovazione sociale volto ad individuare e risolvere un problema specifico della tua comunità. La tua grande sfida sarà quella di diventare un agente del **cambiamento sociale** a livello locale, insieme a giovani studenti ed altri volontari senior.

L'approccio del corso ComeON! ti darà la possibilità di vivere un'esperienza altamente innovativa che include: (1) un apprendimento esperienziale (apprendere partecipando ad esperienze concrete), (2) un apprendimento intergenerazionale (apprendere attraverso la condivisione con altre generazioni), (3) attività fisiche e virtuali (attività di classe, nel territorio e attività online), (4) teoria e pratica (fornisce conoscenze teoriche e l'esperienza diretta di progetti di innovazione sociale). Il corso prevede anche molti giochi di team-building che ti faranno divertire e ti aiuteranno a creare fiducia e unità all'interno della tua squadra intergenerazionale e tra le altre squadre.

Siamo molto felici di averti a bordo e siamo sicuri che la tua partecipazione a ComeON! avrà effetti positivi su di te, sugli altri volontari junior e senior, sulla scuola e infine sulla comunità. Come Volontario Senior, contribuirai a trasmettere ai giovani la conoscenza e la saggezza che hai accumulato durante la tua esperienza di vita. Ricorda che il radicamento e il coinvolgimento nella comunità in cui vivi, insieme alla tua conoscenza dei problemi e del contesto locale sono i fattori chiave per lo sviluppo di progetti di innovazione sociale di successo.

Grazie al tuo ruolo di "partner esperto", sarai in grado di stimolare e sostenere i giovani volontari durante i loro processi di apprendimento nel corso ComeON!. Allo stesso tempo, in un mondo di rapidi cambiamenti tecnologici, beneficerai delle conoscenze e delle competenze digitali, nonché le nuove prospettive, dei tuoi colleghi più giovani. Potrai praticare e rafforzare le tue competenze per la vita (competenze sociali e di comunicazione, problem solving, creatività, innovazione, motivazione ecc.) e scoprire il mondo dei giovani volontari, rafforzando il tuo ruolo di cittadino attivo e migliorando il tuo benessere e quello della tua comunità.

Infine, il corso ComeON! sarà anche, per certi versi, un'avventura. Non ci sono regole rigide e se ritieni che alcuni aspetti debbano essere modificati o migliorati, potrai contribuire con i tuoi suggerimenti. Flessibilità, apertura mentale, fantasia e umorismo sono tutti ingredienti fondamentali per rendere il corso un'esperienza divertente e utile per te, la tua squadra e la comunità.

Preparati a diventare un innovatore sociale!

## 1. Il progetto ComeON!

*ComeON! è un progetto che promuove la cittadinanza attiva attraverso la solidarietà e il volontariato intergenerazionale, nel quale TU giocherai un ruolo fondamentale.*



5

Il mondo d'oggi presenta delle sfide senza precedenti per l'umanità: bambini, giovani, adulti e anziani. I rapidi progressi scientifici e tecnologici stanno avendo un grosso impatto sul modo di lavorare, organizzare, finanziare, imparare, innovare e, in generale, vivere. Internet ha completamente cambiato gli affari economici e negli ultimi dieci anni sono emersi molte nuove professioni, molti nuovi mercati, industrie e forme di governo. Allo stesso tempo, dobbiamo affrontare una serie di **sfide sociali** quali l'invecchiamento della popolazione, il cambiamento climatico e la profonda crisi economica, un vero e proprio malessere da sconfiggere per migliorare la qualità della vita delle persone. Per

[www.comeon-project.eu](http://www.comeon-project.eu)

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein. ComeON! is an intergenerational learning project funded by the European Commission, within the Lifelong Learning Programme, Grundtvig Multilateral Projects Action.

Agreement N°: 2013 - 3209 /001 - 001 Project N°: 538254-LLP-1-2013-1-IT-GRUNDTVIG-GMP

promuovere un cambiamento in questo scenario, possiamo cominciare dalle scuole, dagli anziani e dalle agenzie per l'innovazione sociale che conoscono i bisogni specifici delle loro comunità e che possono contribuire al loro sostegno. Dobbiamo trovare nuovi modi di consentire a ciascuno, indipendentemente dall'età, di sentirsi parte della società e di avere un ruolo attivo in essa.

Il progetto Europeo ComeON! si colloca in questo contesto e riconosce nella **solidarietà intergenerazionale** una risposta innovativa alle sfide descritte. Il suo obiettivo principale è quello di stimolare la creazione di **gruppi intergenerazionali** (squadre composte da volontari junior e senior) che lavorino su progetti per il miglioramento della comunità. Queste squadre condivideranno la conoscenza, l'esperienza, l'immaginazione, la motivazione e l'energia per (i) individuare alcuni problemi della comunità, (ii) elaborare ipotesi e proposte per la loro soluzione e (iii) realizzare azioni di innovazione sociale nella loro comunità. ComeON! fa leva sul potenziale delle nuove forme di volontariato per promuovere la cittadinanza attiva sia di anziani che di giovani. Il progetto vuole creare nuove opportunità per la crescita personale e sociale dei volontari junior e senior, sostenendoli nella ideazione e nella implementazione di iniziative intergenerazionali volte a fornire nuove soluzioni ai bisogni della comunità.

**L'innovativo corso di formazione intergenerazionale** proposto da ComeON! offre anche l'opportunità di imparare a sperimentare nuove modalità attraverso le quali **il fisico e il virtuale** si possono unire per raggiungere il cambiamento sociale attraverso progetti di innovazione sociale nel territorio locale.

6

L'approccio pedagogico proposto da ComeON! promuove nuove forme di insegnamento per migliorare l'ambiente di apprendimento all'interno delle scuole e fare un passo in avanti verso l'educazione del XXI secolo. ComeON! vuole aiutare le scuole a considerare la propria comunità come estensione del loro ambiente di apprendimento, diventando così delle "scuole estese" che interagiscono con i loro territori. Questo nuovo approccio permetterà agli studenti di imparare a lavorare in gruppo, non solo tra di loro ma anche con altri membri della loro comunità, in questo caso gli anziani. Tale formazione esperienziale aiuterà sia i cittadini giovani sia i meno giovani a sviluppare ed arricchire numerose competenze per la vita (comunicazione, competenze digitali, creatività, capacità imprenditoriali, ecc.) che possono essere applicate a diverse professioni nel mercato del lavoro anche per creare nuove start-up e imprese sociali.

Il corso ComeON! sarà svolto contemporaneamente in 5 Paesi: Italia, Paesi Bassi, Romania, Spagna e Ungheria. Saranno coinvolti studenti della scuola secondaria (dai 14 ai 19 anni) e volontari senior (over 55) supportati dai loro insegnanti e da esperti delle organizzazioni del progetto. Ad ogni partecipante sarà rilasciato un attestato di partecipazione a completamento del corso.

## 2. Il Corso ComeON!

*Il corso ComeON! vuole creare squadre intergenerazionali in grado di ideare e sviluppare progetti di innovazione sociale per il miglioramento delle loro comunità.*



7

Il corso ComeON! si rivolge alle scuole superiori secondarie e la metodologia si avvale di squadre composte da volontari junior e senior, coordinati da insegnanti della scuola. Il corso prevede la realizzazione pratica di **un'attività di progetto**: gli studenti della scuola secondaria insieme ai volontari senior realizzeranno **micro-progetti per l'innovazione sociale** a livello di comunità locale.

L'approccio educativo di ComeON! offre un'esperienza altamente innovativa che include: (1) l'apprendimento esperienziale (apprendere partecipando ad esperienze concrete), (2) la solidarietà tra le generazioni (apprendere attraverso la condivisione con altre generazioni), (3) attività fisiche e virtuali (attività di classe, nel territorio e attività online), (4)

[www.comeon-project.eu](http://www.comeon-project.eu)

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein. ComeON! is an intergenerational learning project funded by the European Commission, within the Lifelong Learning Programme, Grundtvig Multilateral Projects Action.

Agreement N°: 2013 - 3209 /001 - 001 Project N°: 538254-LLP-1-2013-1-IT-GRUNDTVIG-GMP

teoria e pratica (fornisce conoscenze teoriche e l'esperienza diretta di progetti di innovazione sociale).

L'aspetto virtuale si avvale di una piattaforma interattiva online (Phyrtual.org) per condividere conoscenze ed esperienze, che permetterà a tutti di lavorare sui progetti integrando le attività fisiche con quelle online. Questo porterà alla creazione di una comunità di volontari ComeON! aperta a tutti i partecipanti del progetto. In realtà, tutti gli attori coinvolti nei micro-progetti e tutti gli attori interessati nei diversi Paesi, saranno invitati a far parte della comunità "Phyrtual".

Inoltre, il corso prevede numerosi giochi di team-building che vi aiuteranno a costruire la fiducia e l'unità all'interno e tra le squadre intergenerazionali, facendovi divertire molto! Fare squadra è molto importante per il successo del progetto. Le attività sono divertenti e organizzate per stimolare la fiducia e lo spirito di squadra come preludio alle attività di problem solving, di creatività e di impegno nella comunità per lo sviluppo di micro-progetti di innovazione sociale a livello locale. In questo processo, i team di volontari junior e senior non saranno lasciati da soli, ma sempre supportati dai docenti ed esperti delle organizzazioni del progetto. **Ogni classe dovrà implementare almeno un progetto nella comunità.**

Come membri di un team intergenerazionale, dovrete per prima cosa aiutare il gruppo ad identificare un problema che riguarda la vita quotidiana della vostra comunità e, quindi, contribuire a cercare delle possibili soluzioni. In questa fase, si impareranno le tecniche e gli strumenti di ricerca e di creatività collaborativa e si valuteranno, insieme al gruppo, le possibili soluzioni al problema identificato. Dopo aver selezionato la soluzione più fattibile, si procederà alla pianificazione strategica delle attività da realizzare e degli strumenti da utilizzare per implementare il progetto (obiettivi, beneficiari, tempi, budget, ecc.).

Con il supporto del docente e degli esperti, sarete pronti ad andare nel territorio per presentare il progetto alle organizzazioni (stakeholders) identificate come rilevanti per il successo del progetto (ad esempio, enti locali, aziende, scuole, chiese ecc.). Il vostro obiettivo sarà quello di stimolare il loro interesse e appoggio per valorizzare le risorse (ad esempio, spazi, finanziamenti, permessi, attrezzature ecc.) necessarie per realizzare il vostro progetto nella comunità. Attraverso questo percorso formativo imparerete le competenze necessarie per la cittadinanza responsabile, l'invecchiamento attivo e l'educazione del XXI secolo.

Il corso ComeON! è stato pensato per farvi trascorrere un'esperienza divertente insieme agli volontari giovani e senior, in un ambiente sereno e gioiale. Il corso è composto da 6 unità (vedi immagine sotto), ciascuna costituita da una o più sessioni di due ore e realizzata grazie a materiali online/offline, attività d'apprendimento e valutazioni specifiche.

La prima parte del corso, **“Ideazione e Pianificazione del Progetto” (dall’unità 0 all’unità 4)**, è costituita da attività di apprendimento e giochi volti alla socializzazione, alla discussione, alla riflessione e al lavoro di squadra. La prima sfida del corso sarà la creazione di squadre intergenerazionali composte da volontari junior e senior.

Probabilmente, questa sarà la prima volta che vi trovate a far parte di un gruppo intergenerazionale. Questa esperienza rappresenta una grande opportunità per sviluppare e rafforzare le vostre **competenze per la vita** per affrontare efficacemente le necessità e le sfide più complesse della vita quotidiana di oggi. Le competenze per la vita includono sia l'uso delle nuove tecnologie, sia il problem solving, il pensiero critico, le abilità personali come la consapevolezza di sé e le capacità di relazione interpersonale e di comunicazione. Praticare le competenze per la vita arricchisce qualità come l'autostima, la socialità e il rispetto e aiuta anche a rivalutare le competenze acquisite durante la vostra vita, mettendole al servizio della vostra comunità.

La seconda parte del corso, **“Implementazione del Progetto”**, è dedicata alla realizzazione dei progetti di innovazione sociale nella vostra comunità (scuola, quartiere, spazi pubblici, parchi ecc.). L'obiettivo principale è quello di migliorare le esperienze della comunità locale con progetti reali che non solo possano essere sviluppati fisicamente, ma anche virtualmente tramite la piattaforma elettronica “phyrtual”. Lo scambio di punti di vista tra giovani e anziani produce un valore aggiunto alla qualità dei progetti in quanto possono emergere aspetti diversi degli stessi problemi e i bisogni sociali o speciali.

All'inizio del corso, il docente coordinatore vi chiederà di compilare un semplice questionario per auto-valutare le vostre competenze e abilità di partenza. Alla fine del corso, vi sarà di nuovo chiesto di compilare un questionario finale destinato a valutare ciò che avete imparato dal corso ComeON! e quale è stata per voi la qualità e il valore dell'esperienza. Sentitevi sempre liberi di segnalare eventuali problemi o difficoltà incontrate durante il corso e/o di proporre soluzioni e suggerimenti per migliorarlo. ComeON! è un corso pilota e solo grazie alla vostra esperienza e valutazione saremo in grado di migliorarne il contenuto, la metodologia didattica e l'esperienza complessiva.

<p>unit <b>0</b></p>	<p><b>Introduzione al corso ComeON!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-&gt; Panoramica del Corso</li> <li>-&gt; Costruzione dei Team, passo 1– Formazione dei team intergenerazionali</li> </ul> <p>2 ore </p>
<p>unit <b>1</b></p>	<p><b>Le sfide personali, locali e globali del 21° secolo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-&gt; Lavoro di gruppo sulle sfide contemporanee affrontate delle due generazioni</li> <li>-&gt; Le esperienze passate: confronto con le storie degli anziani</li> </ul> <p>2 ore </p>
<p>unit <b>2</b></p>	<p><b>Verso un'educazione esperienziale</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-&gt; Costruzione dei Team, passo 2 – Attività di gioco: costruzione di torri</li> <li>-&gt; Lavoro di gruppo sul ruolo che le due generazioni possono giocare per rispondere alle sfide contemporanee</li> <li>-&gt; L'educazione per una cittadinanza attiva</li> </ul> <p>2 ore </p>
<p>unit <b>3</b></p>	<p><b>Innovazione sociale e volontariato del 21° secolo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-&gt; Costruzione dei Team, passo 3 – Attività di gioco: storie creative</li> <li>-&gt; Le possibili risposte intergenerazionali alle sfide odierne</li> </ul> <p>2 ore </p>
<p>unit <b>4</b></p>	<p><b>I progetti di innovazione sociale per le comunità</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-&gt; Costruzione dei Team , passo 4 – Attività di gioco: il messaggero</li> <li>-&gt; Identificazione dei problemi della comunità</li> <li>-&gt; Creazione di soluzioni per lo sviluppo delle idee progettuali</li> <li>-&gt; Apprendimento dell'uso della piattaforma virtuale Phyrtual.org</li> <li>-&gt; Messa in opera su Phyrtual.org dell'idea progetto</li> </ul> <p>10 ore </p>
<p>unit <b>5</b></p>	<p><b>Portare il progetto nella comunità</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-&gt; Preparazione dei Team al lavoro nella comunità</li> <li>-&gt; Valutazione partecipata della fattibilità dell'idea progetto</li> <li>-&gt; Analisi delle risposte della comunità e modifiche necessarie</li> <li>-&gt; Implementazione dei progetti</li> <li>-&gt; Il processo di valutazione</li> </ul> <p>12 ore </p>

### 3. Alcuni suggerimenti pratici

*Un buon volontario deve essere molto paziente  
e deve saper chiedere aiuto.*

Questa sezione è stata inserita per fornirvi alcuni consigli e suggerimenti pratici che vi permetteranno di ottenere il massimo beneficio possibile, divertendovi. Ecco un breve elenco di problemi che potrebbero sorgere e modi per affrontarli e risolverli.

#### Continuità del corso

I contenuti del Corso ComeON! sono stati adattati al "ritmo" di apprendimento di tutti i partecipanti, giovani e anziani. Il corso non è né troppo lungo né troppo corto. Tuttavia, se sarete spesso assenti, il corso perderà tutta la sua efficacia: diventerà più difficile e imparerete di meno. **NON PERDETE NESSUNA LEZIONE:** organizzatevi nel miglior modo possibile. Anche se il corso è stato pensato per essere divertente, ricordatevi che non è un gioco. Ognuno ha una funzione precisa all'interno del corso e fornisce il proprio tempo e le proprie risorse. Questo dovrebbe essere sempre rispettato.

#### Per imparare meglio

Anche se ognuno ha le proprie strategie personali per imparare e ricordare, i seguenti sono alcuni suggerimenti che possono aiutare ad ottenere il massimo da ogni lezione.

In primo luogo, **non abbiate paura di fare domande.** Sia i membri della vostra squadra (o anche di altre squadre), sia l'insegnante vi risponderanno. Anche se pensate che tutti gli altri hanno capito ciò che è stato spiegato e vi sembra di essere gli unici che sono confusi, non abbiate paura di essere guardati male se chiedete una spiegazione ulteriore. Molti altri partecipanti probabilmente hanno i vostri stessi dubbi ... e la stessa paura di esprimerli!

Una buona idea è quella di **abituarsi a prendere appunti durante le lezioni.** Prendere appunti aiuta a rinforzare quello che avete appena imparato ed è un buon metodo per delineare i concetti e ricordarli a casa e nel corso del tempo.

#### Il rapporto con i giovani volontari

Ci focalizziamo ora su quello che abbiamo definito il "cuore" dell'esperienza di ComeON!: il rapporto di apprendimento tra volontari junior e senior. Come in ogni relazione tra le persone, ci potrebbero essere delle incomprensioni, disaccordi su alcune questioni, o solo un po' di diffidenza o paura della diversità, soprattutto all'inizio.

Ecco alcuni aspetti importanti da tenere a mente quando si fa parte di un gruppo intergenerazionale:

- Ancor prima di diventare amici (il che accade quasi sempre), **i volontari junior e senior sono colleghi.** Il vostro obiettivo comune è quello di collaborare e raggiungere insieme gli obiettivi del corso, soprattutto determinando qualche

beneficio alla vostra comunità. Come colleghi, avete l'obbligo di lavorare insieme e di elaborare soluzioni efficaci per possibili tensioni e difficoltà che potrebbero sorgere.

### Come si possono risolvere i problemi?

I problemi tra i volontari junior e senior nascono in genere da incomprensioni e interpretazioni sbagliate. Naturalmente, ci potrebbero anche essere dei disaccordi veri e propri che devono essere risolti. In entrambi i casi, la chiave per prevenire e risolvere il conflitto risiede nel fare buon uso della vostra intelligenza emotiva, vale a dire, la vostra capacità di guardare la situazione, capire e valutare, e reagire con uno spirito di dialogo e di apprendimento, evitando reazioni negative come l'aggressività o l'indifferenza, che danneggiano lo spirito di squadra.

Un paio di esempi di potenziali situazioni problematiche:

- (1) Un giovane volontario cerca di aiutarvi ad eseguire un compito specifico sulla piattaforma online Phyrtual.org, ma alla fine lui o lei completa ciò che invece dovrebbe essere fatto da voi; questo potrebbe essere un motivo di fastidio e scoraggiamento per voi.
- (2) Chiedi una spiegazione ad un giovane volontario su un certo aspetto di Internet o della piattaforma Phyrtual.org. La sua risposta non risulta essere sufficientemente chiara e quindi chiedi ulteriori chiarimenti. Ancora una volta, la sua risposta non ha successo e non chiarisce il concetto. A questo punto entrambi potreste sentirvi frustrati e influenzare negativamente la comunicazione.

12

In casi come quelli appena accennati, vi preghiamo di riflettere sui seguenti importanti aspetti.

I giovani volontari sono giovani adulti che stanno imparando a sviluppare le loro capacità di comunicazione e di relazione con gli altri. Gli studenti saranno probabilmente molto più scaltri e sicuri di voi nell'utilizzo delle nuove tecnologie, ma non sono ancora abili ad insegnare. Gli studenti normalmente fanno del loro meglio per sostenere e rispondere alle domande dei loro colleghi più anziani, ma stanno ancora imparando cosa significa insegnare e delle volte potrebbero essere non altamente competenti o fare errori senza rendersene conto. A questo proposito, voi, come volontari senior avrete una grande opportunità di contribuire allo sviluppo educativo dei vostri giovani colleghi di squadra.

**Cercate sempre di capire le difficoltà e gli sforzi che i ragazzi fanno per svolgere il loro ruolo. Siate pazienti, comprensibili e collaborativi e vedrete che insieme otterrete il meglio dell'esperienza.**

Se vi rendete conto che un ragazzo della vostra squadra sta avendo alcuni problemi, dategli la vostra attenzione e fate delle domande in un modo gentile. Come Volontari Senior, avrete anche un ruolo di "facilitatori dell'apprendimento", perché trasmetterete ai giovani la conoscenza e la saggezza accumulata durante la vostra esperienza di vita. Ricorda anche che il tuo radicamento e coinvolgimento nella comunità in cui vivi, insieme alla tua conoscenza dei problemi e del contesto locale sono i fattori chiave per lo sviluppo di progetti di innovazione sociale di successo.

In pratica, con un atteggiamento aperto e collaborativo, sarete in grado di risolvere qualsiasi problema. Se, nonostante i vostri sforzi, i problemi non sono risolti, rivolgetevi sempre al docente coordinatore. Questo è anche il suo ruolo: aiutarvi e fornirvi tutte le risposte o le informazioni necessarie. Il docente sarà certamente in grado di chiarire l'equivoco e ripristinare il giusto clima di collaborazione.

Se seguirete questi semplici consigli, potrete probabilmente risolvere ogni piccolo problema che può sorgere e senza sforzo soddisfare gli obiettivi del corso, divertendovi con gli studenti e gli altri volontari senior.

I seguenti suggerimenti dovrebbero fornire un rapido promemoria di come comportarsi per evitare problemi o risolverli nel modo giusto. Tenete sempre la lista con voi durante il corso: tagliatela, copiatela sul vostro diario o ... **imparatela a memoria!**

### **CONSIGLI** per raggiungere con successo gli obiettivi del progetto:

- Ricorda che stai giocando un **ruolo importante** e **devi agire in modo responsabile**.
- Hai bisogno di molta **pazienza**. Spesso i ragazzi non sono abituati a trascorrere molto tempo con gli adulti e gli anziani.
- Ricorda di essere sempre **gentile e collaborativo**.
- Non avere paura di mostrare di non aver capito qualcosa: se hai un dubbio, chiedi pure al docente o a un altro membro della tua squadra. **Imparare insieme è meglio!**
- Non aver paura di rispondere: se dirai la tua opinione agli altri membri del team, troverete soluzioni insieme e ... saprete andare avanti. Allo stesso modo, solo se risponderai alle domande dell'insegnante, potrai essere compreso e aiutato. **Quando giochi un ruolo importante, la tua opinione è importante!**
- **Ricordati di ascoltare gli altri**: forse le tue difficoltà sono le stesse degli altri partecipanti. Ascolta gli altri e condividi con loro le tue idee.

- **Aiuta** i tuoi coetanei e i ragazzi, se necessario. **In un certo senso, siamo tutti insegnanti e studenti allo stesso tempo!**
- Sentiti parte di una squadra, cercando di essere sempre te stesso: **Tu non sei solo!**
- Divertiti: **il divertimento è la chiave per imparare con successo!**

*Tutto quello che rimane da fare è augurarti*

*Una piacevole  
esperienza nel corso  
ComeON!!!!!!*

