

Che cos'è? UP GRADE! rimette al centro gli adolescenti, accogliendo la loro sofferenza e offrendo loro spazi di pensiero per prevenire il disagio psichico.

Per chi? Per i ragazzi dai 14 ai 18 anni dei territori provinciali di Milano e Pavia, per le famiglie e il personale scolastico.

Come funziona?



ATTIVITÀ NELLE SCUOLE

TEEN LAB:

5 laboratori per aiutare i ragazzi ad identificare le risorse personali utili a fronteggiare momenti o circostanze impegnative.

PROF LAB:

Momenti di riflessione sui bisogni dei ragazzi e sul ruolo educativo all'interno della scuola.

FAMILY LAB:

Laboratori condotti da esperti per fornire competenze emotive e cognitive utili ad affrontare la realtà in cambiamento dei propri figli.



SUPPORTO PSICOLOGICO INDIVIDUALE E COLLETTIVO

Uno spazio di ascolto e supporto, in presenza o on-line, per tutti i giovani che sentono il bisogno di un percorso continuativo di supporto.



Partecipa

www.progetto-upgrade.it | info@progetto-upgrade.it



EVENTI

INCONTRA IL TUO IDOLO:

La riflessione sul benessere psicologico si sposta sui social coinvolgendo giovani attivisti e influencer.

LABORATORI CREATIVI PER RAGAZZI:

Per conoscere la propria città attraverso l'arte, i film, i libri o visite guidate.

GRUPPI DI PAROLA PER GENITORI E FIGLI:

Momenti di confronto, guidati da esperti, su diverse tematiche di interesse come dipendenze, social, sessualità.

**Sei un insegnante?
Sei un adolescente?
Sei genitore?
Partecipa alle attività**

Scopri di più su

www.progetto-upgrade.it



PROGETTO REALIZZATO DA:

soleterre

Fondazione Soleterre è impegnata da 20 anni per la tutela della salute psico-fisica di uomini, donne e bambini in condizioni di vulnerabilità come malattia, povertà, guerra, disuguaglianza sociale, in Italia e nel mondo.

www.soleterre.org

Fondazione
G.B. Guzzetti

Dal 2014 a Milano Fondazione Guzzetti raggruppa sette consultori privati accreditati con Regione Lombardia.

www.fondazioneguzzetti.it

Fondazione IRCCS
Policlinico San Matteo

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia

La Fondazione **IRCCS Policlinico San Matteo di Pavia** è un **ospedale di ricerca e alta formazione** di rilievo nazionale ed internazionale di natura pubblica e uno dei **centri medici accademici** più importanti d'Europa.

www.sanmatteo.org

UNIVERSITÀ
CATTOLICA
del Sacro Cuore

L'Università Cattolica, secondo lo spirito dei suoi fondatori, fa proprio l'obiettivo di assicurare una presenza nel mondo universitario e culturale di persone impegnate ad affrontare e risolvere i problemi della società e della cultura.

www.unicatt.it

FINANZIATO DA:

Fondazione
CARIPLO

Fondazione Cariplo sostiene progetti di utilità sociale legati ad arte e cultura, ambiente, servizi alla persona e ricerca scientifica in Lombardia e nelle province di Novara e del Verbano Cusio Ossola. In questi 30 anni di vita, Fondazione Cariplo ha reso possibile la realizzazione di 35.600 progetti donando al territorio oltre 3,6 miliardi di euro.

www.fondazionecariplo.it