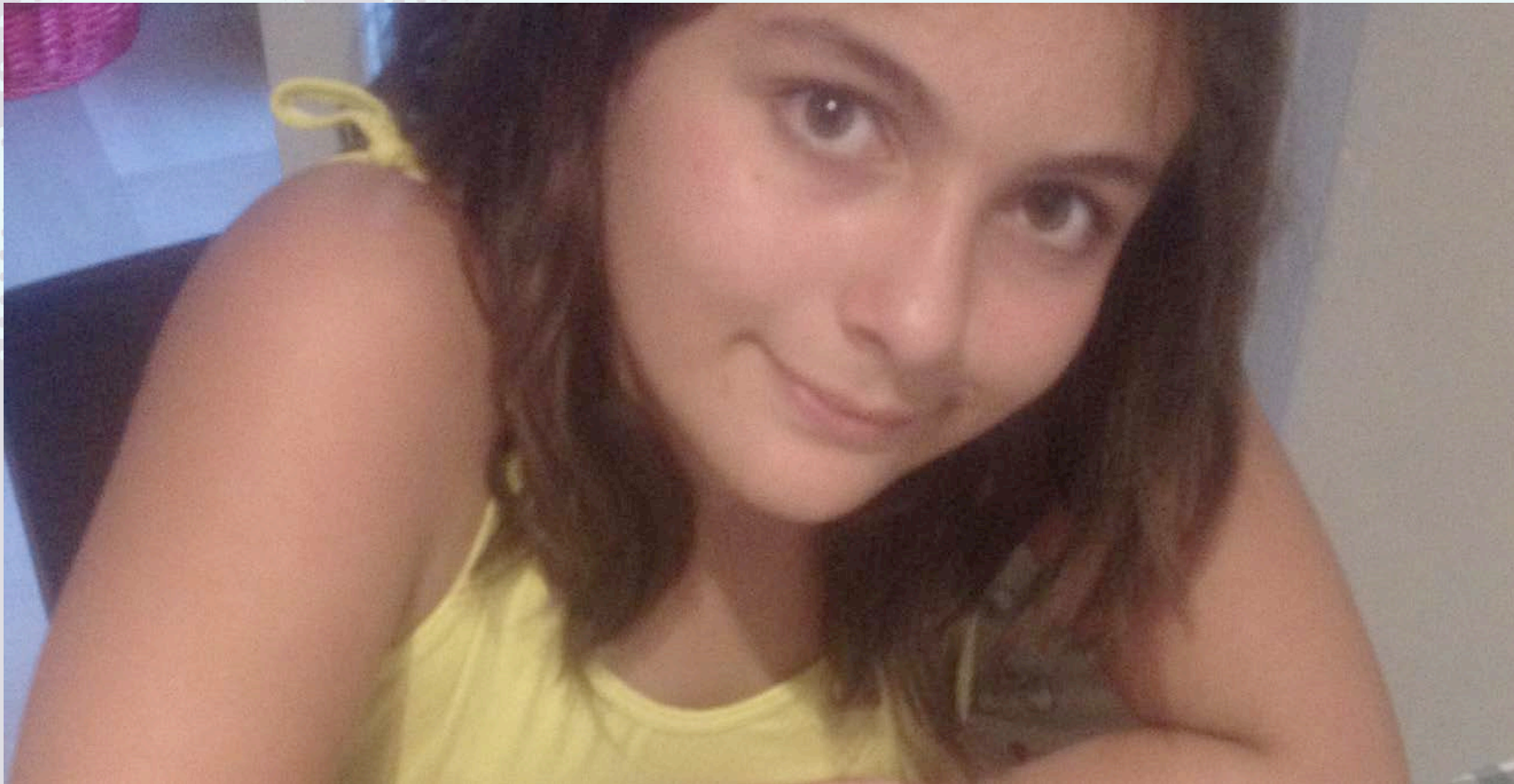




# Non siete soli

Antonella Paolo Angela Domeníco



Indipendente  
Determinata  
Sincera  
Impaziente  
Generosa  
Impulsiva  
Empatica  
Intransigente

Il tratto principale del mio carattere: riflessiva  
Il mio principale difetto: chiudermi troppo in me





Ormai dietro la **maschera** non c'è niente. Non c'è dolore. Non c'è gioia. C'è solo un enorme vuoto che mi sforzo di riempire giorno per giorno con esperienze e sorrisi, ma che come una secchiello bucato lascia scivolare via tutto rendendo inutile ogni mio sforzo.

Ebbene allora provate voi a fare il primo passo, a parlare con la sfigata di turno, o con il brutto mal sopportato.

Andate contro i pregiudizi e quando si rivelano corretti continuate a scavare, perché ciò che gli altri pensano di noi si attacca come una seconda pelle. E allora combattete.

Per tutte le persone sole, apatiche e tristi voglio dare solo un messaggio.

Non siete i soli a soffrire.

Non siete soli.

L'associazione Anto Paninabella OdV si occupa di prevenzione primaria, incontrando personalmente ragazzi e genitori.



*Parliamo di lotta al pregiudizio, all'esclusione e all'indifferenza, del valore del dialogo e dell'importanza di liberarsi dalla vergogna del proprio disagio o dolore interiore, condividendolo e chiedendo aiuto.*

*In due parole: chiediamo ai ragazzi di **prendersi cura** degli altri e di loro stessi.*



# Concorso regionale Antonella Diacono per scuole secondarie



*“Andate contro i pregiudizi e quando si rivelano corretti continuate a scavare, perché ciò che gli altri pensano di noi si attacca come una seconda pelle.”*

**I SEZIONE: PRODUZIONI LETTERARIE:** Prevede la creazione di un elaborato scritto, su supporto cartaceo o digitale, che adotti una forma di comunicazione coerente (saggio, articolo di giornale, tema, poesia, racconto etc.) e che non superi le 5 cartelle.

**II SEZIONE: PRODUZIONI ARTISTICHE E MULTIMEDIALI:** Prevede la realizzazione, di cortometraggi, presentazioni e documentazioni in video o diapositive (tipo PowerPoint) di attività svolte a scuola, come recital teatrali e/o musicali, della durata massima di 10 minuti, o di illustrazioni, manufatti e fumetti, con un'ampia scelta di materiali e tecniche (pittura, grafica, etc.)

Premio per la scuola : 1000 Euro

Per gli studenti: 250 / 150 / 100

**In buoni libro**

Scadenza 31 Marzo 2020

L'associazione Anto Paninabella OdV promuove qualsiasi iniziativa che vada nella direzione di aumentare la consapevolezza emotiva e l'autostima dei ragazzi.



# GROWUP

PROGETTO VINCITORE  
DEL CONCORSO



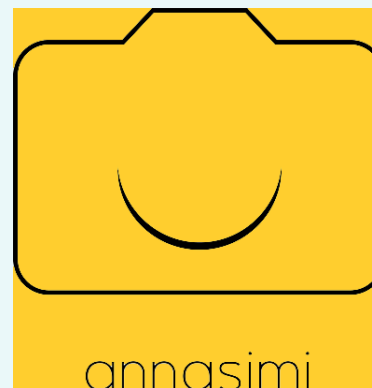
PROMOSSO DA



IN COLLABORAZIONE CON I SUPERMERCATI



Per #GIOVANIDEE: progetto "Emozioni in Rima"  
Per #GIOVANINFORMA: progetto "Lezioni di empatia"



Corso e mostra di fotografia:  
«DIALOGHI»

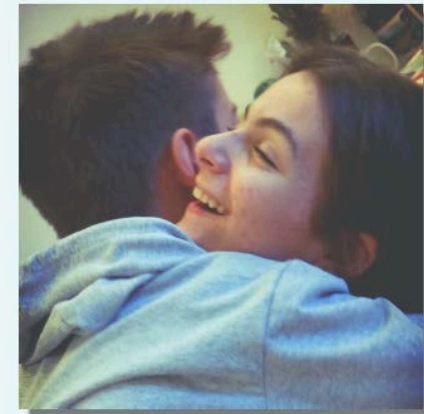


L'associazione Anto Paninabella OdV promuove qualsiasi iniziativa che vada nella direzione di combattere lo stigma della depressione e della sofferenza psicologica, e fornire agli adulti strumenti per prevenirla e intercettarne precocemente gli eventuali sintomi.



Corso di formazione specifica: «Elementi base di psicologia dello sviluppo e tecniche di comunicazione efficace in preadolescenza ed adolescenza»

punto T | ascolto  
rompiamo il silenzio!





Il libro vuole essere un modo per tenere in vita la voce di Antonella, perché sia di ispirazione per trovare il coraggio di parlare e chiedere aiuto.

---

[www.paninabella.org](http://www.paninabella.org)

 @paninabella

 antopaninabellaodv



