

WE HAVE A DREAM



PSICOLOGI E PSICOTERAPEUTI ASSOCIATI
PER LA PERSONA E LE FAMIGLIE

www.nefeshonlus.it

**"SE SI SOGNA DA SOLI È
SOLO UN SOGNO, SE SI
SOGNA INSIEME È LA
REALTÀ CHE COMINCIA"**

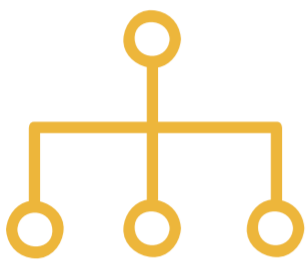
Proverbio Africano



5
Premessa



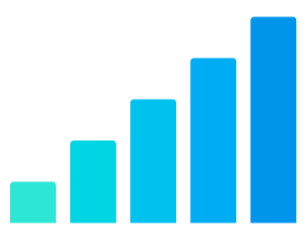
8
Visione



9
Governance



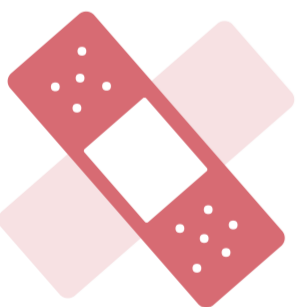
10
Consiglio Direttivo



11
Nèfesh in Numeri



12
Mappa d'azione



14
Progetti d'intervento



21
Progetti Cultura e Benessere



28
Cosa puoi fare TU!

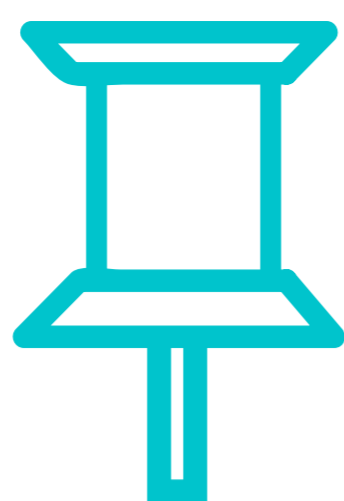


29
Contatti

**"RENDI COSCIENTE L'INCONSCIO,
ALTRIMENTI SARÀ L'INCONSCIO A
GUIDARE LA TUA VITA E TU LO
CHIAMERAI DESTINO."**

Carl Gustav Jung





PREMESSA



Francesco Garzillo
Psicologo - Psicoterapeuta -
Ph.D.
Presidente Nèfesh ONLUS -
Componente del Consiglio
Direttivo

È per me un immenso piacere e motivo d'orgoglio presentare qui di seguito il Report sulle attività dell'Associazione Nèfesh Onlus – Psicologi e Psicoterapeuti Associati per la Persona e le Famiglie.

L'Associazione Nèfesh Onlus, sin dalla sua nascita, nel 2014, si prodiga per il benessere di una vasta fetta della popolazione della Campania, con l'obiettivo di facilitare e promuovere l'accesso alle cure psicologiche a tutte le fasce sociali.

Abbiamo desiderato ed ottenuto la realizzazione di un'associazione unica nel suo genere. Nèfesh Onlus ha sviluppato un'originale e produttiva congiunzione tra l'azione volta al benessere psicologico delle fasce sociali più svantaggiate e un servizio di clinica psicologica con alti standard qualitativi e professionali.

Il nostro intervento si è sviluppato in sintonia con altre associazioni e istituzioni impegnate sul territorio: i progetti e le attività sociali di Nèfesh hanno coinvolto scuole, Onlus, associazioni del terzo settore ed enti religiosi.

Il volume di utenza e le richieste di intervento e di collaborazione sono progressivamente cresciute in questi anni, a testimonianza di quanto si avvertisse, nel contesto in cui operiamo, la necessità di una realtà che tende una mano verso chi è emarginato e bisognoso di aiuto e supporto. Ci siamo presi carico di centinaia di richieste di consultazione psicologica e di psicoterapia, e contiamo, per il futuro, di ottenere le risorse necessarie per poter ampliare il nostro margine di azione e per poter accogliere con i medesimi elevati standard qualitativi e professionali la sempre più crescente richiesta da parte della collettività.

Il punto di forza di Nèfesh Onlus sta nella determinazione e nell'affiatamento del Consiglio Direttivo e della sua équipe, e nella forte motivazione a portare avanti la nostra mission sociale. È ai miei soci e compagni di viaggio che porgo i miei ringraziamenti, insieme a tutti coloro che hanno abbracciato la nostra causa e che hanno reso possibile la realizzazione di tutto questo.



| MAI PIÙ SOLI

DEPREM





VISIONE

Nèfesh Onlus nasce per consentire a tutti di avere accesso alle cure psicologiche individuali, familiari e dei gruppi. Vogliamo che il benessere psicologico e l'accesso alle cure psicologiche diventino appannaggio di tutti, senza distinzioni sociali e senza che l'impegno economico costituisca motivo di esclusione e di marginalizzazione.

Per noi il benessere psicologico, al pari di quello fisico, costituisce un diritto inalienabile e una priorità, per il bene dell'individuo e nell'interesse della società. Vorremmo che l'accesso alla cura psicologica abbandonasse le logiche speculative e di mercato, abbracciando invece un interesse umanitario e solidale nei confronti di chi soffre.

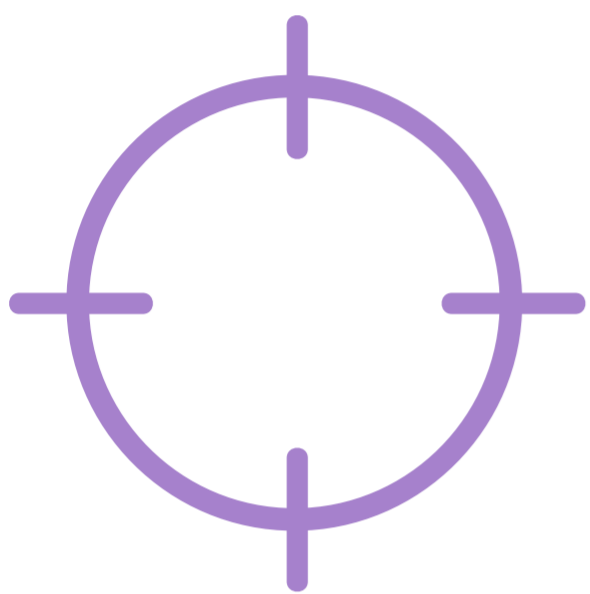
MISSIONE

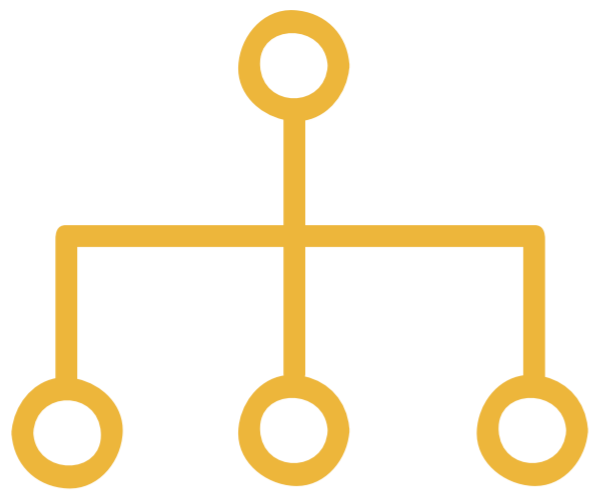
Per realizzare i nostri propositi, ci siamo posti due fondamentali direttive: concretezza e interventi mirati. Li stiamo perseguendo tramite la nostra attività clinica e la nostra attività di sensibilizzazione al benessere psicologico.

L'attività clinica consiste in un servizio di consultazione psicologica e percorsi psicoterapici a costi sostenuti e variabili in rapporto alle possibilità economiche di chi ne fa richiesta; in sportelli d'ascolto psicologici presso alcune scuole del napoletano, di tutti i gradi scolastici, finalizzati a fornire gratuitamente una consultazione psicologica agli alunni, agli insegnanti e ai genitori degli alunni; in progetti realizzati in sinergia con altre associazioni del settore, in cui il nostro intervento clinico e assistenziale è rivolto alle fasce svantaggiate della popolazione.

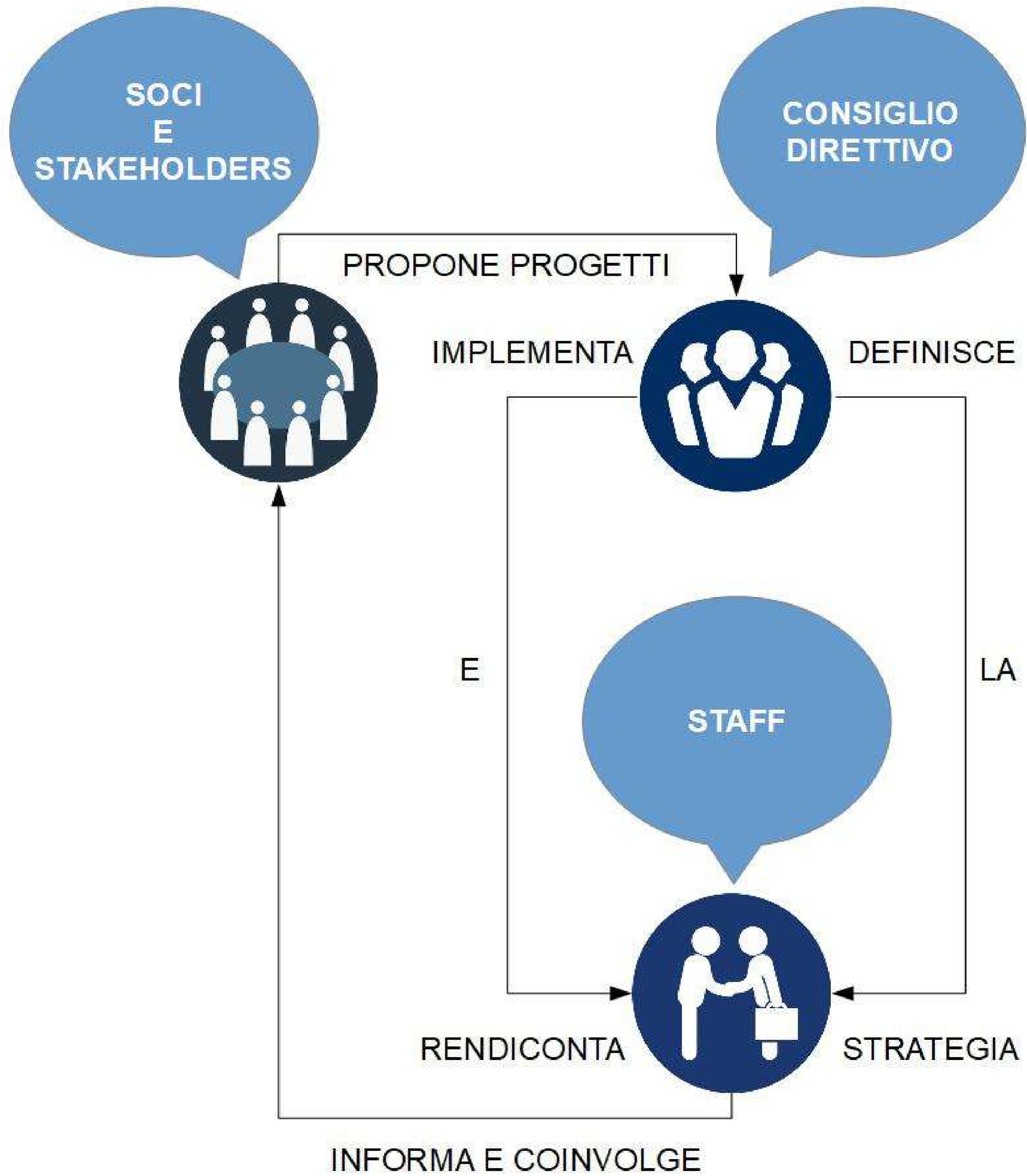
L'attività di sensibilizzazione viene realizzata attraverso interventi a finalità divulgativa e formativa rivolti alla popolazione, alle istituzioni e alla categoria professionale dei colleghi psicologi, volti ad estendere e a esportare il modello di intervento clinico sostenibile da noi adoperato.

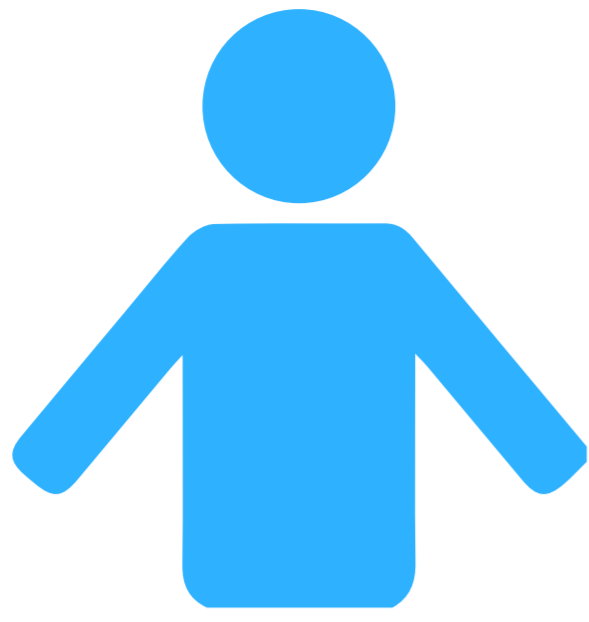
Il nostro obiettivo primario è la promulgazione di una nuova cultura dell'intervento psicologico, svincolata dalle logiche di interesse economico e rivolta al bisogno di cure e assistenza psicologica che la società, specie quella del nostro territorio, esprime inascoltata da troppo tempo.





GOVERNANCE





CONSIGLIO DIRETTIVO



FRANCESCO GARZILLO

Psicologo - Psicoterapeuta - Phd
Presidente Nèfesh ONLUS
Con Delega alla supervisione

MARIA MASTROLONARDO

Psicologa - Psicoterapeuta
Consiglio Direttivo Nèfesh ONLUS
Con Delega alla Progettazione



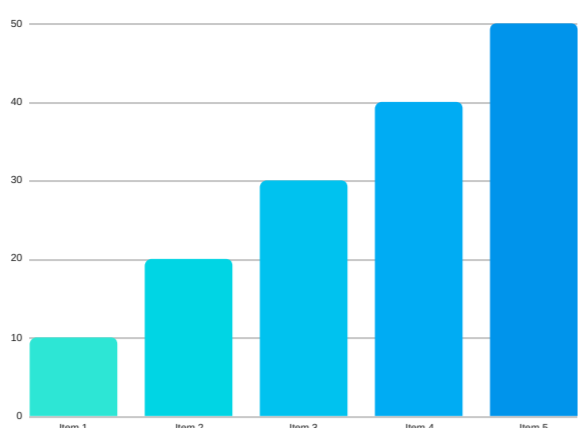
DAVIDE DI MARZO

Psicologo - Psicoterapeuta
Vice Presidente Nèfesh ONLUS
Con Delega ai Progetti d'Intervento

SARA SCHETTER

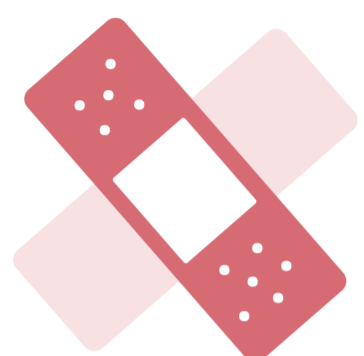
Psicologa - Psicoterapeuta
Consiglio Direttivo Nèfesh ONLUS
Con Delega ai Progetti
di Sensibilizzazione





NEFÈSH IN NUMERI

DATI DI IMPATTO



6 PROGETTI DI INTERVENTO



6 PROGETTI DI CULTURA E BENESSERE

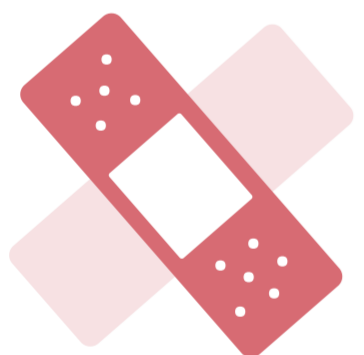


PIÙ DI 600 PERSONE COINVOLTE



10 SCUOLE COINVOLTE

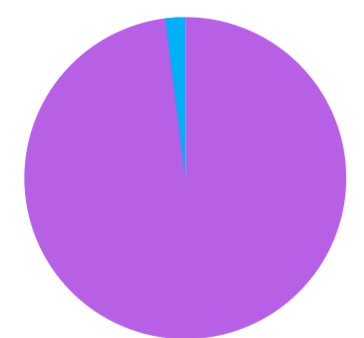
DATI FINANZIARI



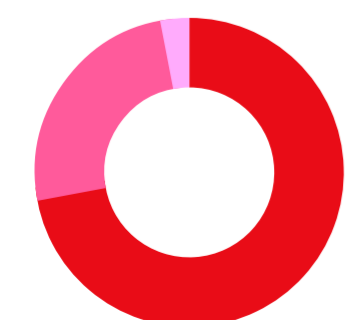
10.166 Euro. Costo medio annuale per Progetti di Intervento



1.089 Euro. Costo medio annuale per Progetto di Cultura e Benessere



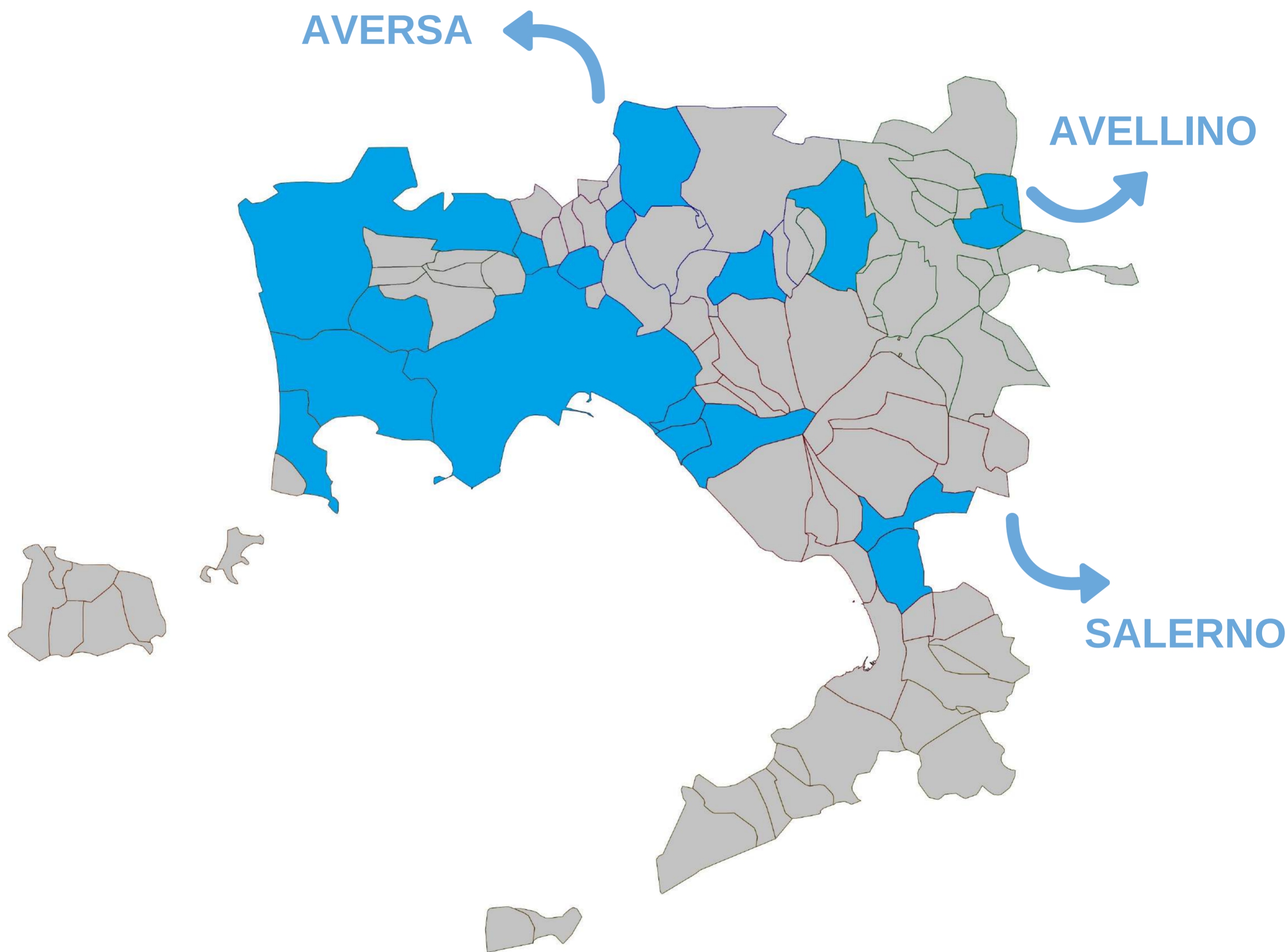
98 % di Investimento in Progetti
02 % di Investimento in Gestione



72.07 % Donazione da Soci
24.93 % Contributi da Partner
03.00 % Donazione da Campagne



MAPPA D'AZIONE

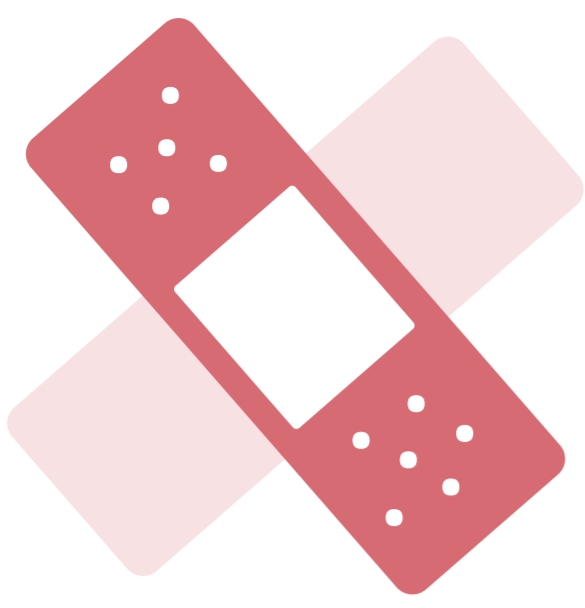


Sulla mappa è indicata la provenienza territoriale delle persone assistite da Nèfesh Onlus. Sorprendentemente, rispetto alle nostre aspettative, abbiamo abbracciato ambiti territoriali che vanno ben oltre il contesto in cui operiamo, raggiungendo anche una vasta fetta della provincia di Napoli, e zone di Caserta, di Avellino e di Salerno.



“RENDERE ACCESSIBILE LA NOSTRA TERAPIA A QUELLE GRANDI MASSE DI UOMINI E DONNE CHE, SEBBENE NON SOFFRANO MENO A CAUSA DELLE LORO NEVROSI DI QUANTO SOFFRANO I RICCHI, NON HANNO TUTTAVIA LA POSSIBILITÀ DI AFFRONTARE LE SPESE DI UN TRATTAMENTO.”

Sigmund Freud



PROGETTI D'INTERVENTO

Nel contesto sociale campano, e più in generale del sud Italia, assistiamo ad un progressivo declino della qualità dei servizi sanitari rivolti al cittadino. A pagare tale dissesto è innanzitutto la tutela del diritto alla cura psicologica delle persone. Nelle ASL e nelle strutture convenzionate l'assistenza psicologica e psicoterapica è la prima voce ad essere cancellate, a fronte della carenza di risorse, dall'elenco dei servizi sanitari offerti. Le persone e le famiglie che necessitano di cure e sostegno psicologico sono costrette a ricorrere ai professionisti privati e ad affrontare gli ingenti costi che, necessariamente, ne derivano. Il risultato è che la maggior parte di loro, non potendo sostenere quei costi, rinunciano alle cure psicologiche, con infauste conseguenze sul piano personale, familiare e sociale.

Accanto alla questione economica, e forse anche in conseguenza di essa, è sorto un profondo scollamento da parte della popolazione rispetto alla cultura del benessere psicologico. La cura e l'assistenza psicologica e la terapia psicologica sono visti sempre di più come un vezzo, un lusso che possono concedersi in pochi. Tale cultura è foraggiata, indirettamente, anche dal Servizio Sanitario Nazionale che, alle richieste di intervento psicologico, risponde preferenzialmente con degli interventi psichiatrici, cioè con interventi che si limitano a risolvere le urgenze psichiatriche e a prendersi cura dei disagi psicologici col solo uso degli psicofarmaci.

Nèfesh Onlus ha messo in atto dei progetti d'intervento finalizzati a fornire al cittadino le cure psicologiche di cui necessita, promuovendo una cultura solidale e umanitaria dell'intervento psicologico e garantendo al cittadino degli standard di cura e di professionalità di alto livello.

I progetti d'intervento di Nèfesh Onlus hanno come obiettivo anche il risanamento della frattura creatasi tra la società e cultura del benessere psicologico: attraverso le nostre attività formative e di sensibilizzazione intendiamo riportare l'interesse per la cura psicologica al primo posto delle priorità, non solo del cittadino ma anche delle istituzioni del territorio. Attraverso la sinergia delle attività che stiamo realizzando, e di altre che contiamo di attivare in futuro, intendiamo riportare la cultura del benessere e della cura psicologica in primo piano, e di promuovere un cambiamento di rotta: il benessere psicologico del cittadino e delle famiglie è sinonimo di benessere della società, e tale interesse deve rappresentare la priorità per le istituzioni e la politica del meridione.



PSICOTERAPIA SOSTENIBILE

LE NOSTRE STORIE

Era un lunedì mattina quando conoscemmo una giovane e bellissima ragazza, di circa trent'anni. Questa ragazza di periferia aveva affrontato, negli ultimi tempi, alcune separazioni importanti: la madre, poi il ragazzo e poi il padre che, seppur in vita, non era mai stato presente. Parlò di se stessa e della sua vita, come segnata dal destino della solitudine. Questa bellissima ragazza ha terminato il suo percorso con noi diverso tempo fa. Ha guadagnato la fiducia, e la consapevolezza che non è detto che il destino sia già segnato. Che non è detto che resterà sempre sola così come credeva



Capodichino - Dante - Soccavo



Più di 100 Persone Coinvolte



90% Individuali, 8% Famiglie, 2% Coppie

I Centri di “Psicoterapia Sostenibile” costituiscono l’attività attorno alla quale si è strutturata l’organizzazione e la mission dell’Associazione Nèfesh Onlus. L’obiettivo del Progetto d’Intervento Psicoterapia Sostenibile è di fornire consultazione psicologica, sostegno psicologico e percorsi di psicoterapia a costi contenuti e variabili in rapporto alle possibilità economiche e alle condizioni sociali del paziente. È rivolto a tutte le fasce d’età e applicabile a tutti i setting d’intervento: individuale, familiare, di coppia e di gruppo.

Garantendo alti standard professionali e qualitativi, la Psicoterapia Sostenibile si rivolge a un’ampia fascia sociale del territorio campano, costituita da persone che non potrebbero coprire il carico di spese necessario per garantirsi delle cure psicologiche nel contesto privato e che non hanno accesso alle cure psicologiche del Servizio Sanitario pubblico, che nella maggior parte dei distretti sanitari non eroga prestazioni psicologiche e psicoterapie.

Nèfesh Onlus è attualmente in grado di erogare 100 ore di prestazioni cliniche a settimana.



LA SCUOLA... CHE ASCOLTA!

LE NOSTRE STORIE

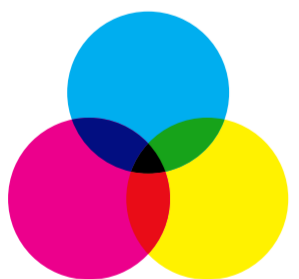
Alessia è una ragazzina timida ed introversa. Frequenta la seconda media e chiede qualcuno che l'ascolti. Pur così giovane, le si legge negli occhi la fatica ed il disordine di molte storie di vita: il peso prematuro delle responsabilità economiche, la malattia del padre, la paura di non farcela nella vita, la fatica di crescere e cambiare e l'immobilità dell'ansia che imprigiona e che, nonostante gli sforzi scolastici, la mette sempre lì all'ultimo banco. Insieme cerchiamo di vedere meglio le sfumature del sentimento d'angoscia, i suoi significati, cosa le comunica. Domande, desideri, paure la attraversano, verso una crescita che, attraverso il nostro incontro, cambierà inevitabilmente la strada



Municipalità: 2, 4



9 Istituti Coinvolti



**90% Individui, 8%
Famiglie, 2% Coppie**

Il Progetto “La scuola... che ascolta!” nasce dal nostro impegno in campo sociale e dalla collaborazione con alcune scuole del territorio che hanno voluto abbracciare la nostra causa. Lo Sportello Ascolto consiste in un servizio di consultazione psicologica totalmente gratuito, rivolto agli alunni delle scuole di tutti i gradi scolastici, ai genitori degli alunni e agli insegnanti delle scuole.

Lo Sportello Ascolto si occupa di fornire consulenza psicologica sia per i problemi strettamente attinenti alla scuola (problemi di apprendimento degli alunni; problemi di condotta; orientamento scolastico; difficoltà lavorative del personale scolastico e del corpo docenti, etc.), sia per le difficoltà attinenti all'ambito familiare e personale (difficoltà relative all'infanzia e all'adolescenza; problemi familiari; disturbi psicologici, etc.).

La finalità di tale progetto d'intervento è di fornire sostegno alle scuole, nella loro complessa e problematica attività quotidiana, e di avvicinare e sensibilizzare le famiglie e gli insegnanti al tema della cura e del benessere psicologico, con particolare riferimento e attenzione alle specifiche esigenze dei giovani.



PARTNER: Regione Campania, LICEO STATALE "P. Villari", Le Cheminée Business Hotel

DALLA SCUOLA AL LAVORO

LE NOSTRE STORIE

Andrea ha 16 anni, frequenta il terzo anno del liceo linguistico ed ha tanti sogni: diventare un medico, o forse un interprete, e vivere all'estero. Come accade a tutti i ragazzi della sua età, questi sogni si mescolano alla confusione per il non sapere ancora bene chi si è, ai conflitti familiari e scolastici, alle prime delusioni, alla voglia di allontanarsi. Cose di cui Andrea non parla mai con nessuno. Ma grazie al progetto "Dalla Scuola al Lavoro", Andrea ha avuto la possibilità di mettersi alla prova nel mondo del lavoro con uno stage in hotel, acquistando fiducia in se stesso, e di confrontarsi sulle proprie paure, prospettandosi una progettualità di vita e di lavoro nello spazio del gruppo di riflessione



Quartiere Vasto



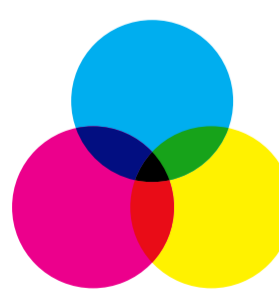
50 Studenti Coinvolti



50 h. di Formazione



400 h di Tirocini Svolti



98 % di Partecipazione

Il Progetto "Dalla Scuola al Lavoro" è un intervento che si svolge nell'ambito della piattaforma Regionale "Scuola Viva". Il modulo proposto rientra nell'area dell'alternanza scuola-lavoro, un metodo didattico e formativo che coinvolge tutti gli studenti del terzo e quarto anno delle scuole superiori.

Nèfesh Onlus ha voluto proporre agli alunni del liceo una modalità operativa volta all'acquisizione di competenze progettuali e organizzative orientate all'esperienza di tirocinio che svolgono presso una struttura alberghiera, con la nostra supervisione e assistenza. Tale attività intende configurare l'esperienza degli

alunni in chiave formativa, nell'intento di fornire loro gli strumenti per rendere l'esperienza di tirocinio lavorativo un'occasione per riflettere sul loro futuro lavorativo, sulle loro attitudini e, più in generale, sul ruolo e sul valore che acquisiranno nella società.

All'attività pratica di tirocinio lavorativo è affiancata quella di supervisione e condivisione dell'esperienza. Il nostro obiettivo è quello di accompagnare lo studente nella costruzione della sua identità sociale e di affiancarlo nella ricerca di una collocazione lavorativa e identitaria in sintonia con le proprie aspirazioni e attitudini.



PARTNER: Regione Campania, S.M.S. "G. Capuozzo"

GRUPPI A CONFRONTO

LE NOSTRE STORIE

Milena è una docente che da anni lavora presso la stessa scuola di un quartiere difficile di Napoli. Si sente stanca, frustrata ed insoddisfatta del proprio operato. Anche il rapporto con i colleghi è difficile, perché Milena non si sente compresa, e cerca invano il loro supporto.

Ha voluto partecipare ai gruppi di lavoro del nostro progetto "Gruppi a confronto", nella speranza di ricevere l'ascolto e i consigli che cerca da tanto tempo. Ha trovato un contesto di scambio e di sostegno reciproco, ed ha scoperto, per la prima volta, che le sue difficoltà sono anche le difficoltà dei suoi colleghi



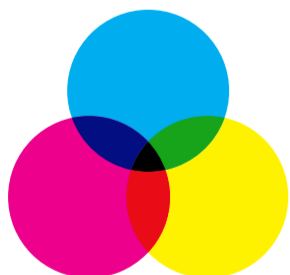
Quartiere Centro Direzionale



10 Insegnanti e 10 Genitori Coinvolti



30 h. di Formazione



80 % di Partecipazione

Il Progetto "Gruppi a Confronto" è un intervento che si svolge nell'ambito della piattaforma Regionale "Scuola Viva". L'attività progettuale è rivolta agli insegnanti e ai genitori degli alunni. I gruppi di lavoro sono composti da alcuni rappresentanti dei docenti e dei genitori, portavoce delle esigenze e dei malcontenti dell'intera comunità scolastica.

Attraverso il confronto, supervisionato da uno psicoterapeuta dell'Associazione Nèfesh Onlus, gli utenti coinvolti hanno l'opportunità di conoscere prospettive diverse ed altre direzioni da dare al proprio operato, e di affacciarsi, reciprocamente, alle difficoltà che caratterizzano la loro azione sociale, di insegnanti e di genitori. L'incontro consente di scoprire e di valorizzare gli obiettivi comuni: obiettivi formativi, educativi e pedagogici, e a stimolare la collaborazione nell'interesse e per il bene dei ragazzi.

Con "Gruppi a confronto" abbiamo voluto valorizzare le risorse degli operatori scolastici, creare uno spazio di ascolto, confronto e riflessione, alimentando, stimolando e accrescendo le loro competenze educatori per una comunità scolastica ed un luogo di formazione migliori.



PARTNER: 8x1000 Valdese, Piano Terra ONLUS

A CASA DI MAMMA

LE NOSTRE STORIE

S. è in Italia da 7 anni, ha l'obiettivo di tornare un giorno nel proprio Paese. È lì che partorisce la sua prima figlia, il ricordo fa scendere copiose lacrime sul suo viso. La paura di non essere in grado di nutrirla, di perderla, di non essere all'altezza del nuovo compito la sovrasta. Sta proprio male e questo suo dolore viene tamponato dai farmaci. Ora al suo secondo figlio S. non vuole ricadere nello sconforto. Questa volta si prepara e attiva tutte le risorse che trova intorno a sé. Ascoltiamo le sue ferite e il suo bisogno di rassicurazione. La sosteniamo nella ridefinizione del suo essere madre. Non è più sola.



II Municipalità Napoli



35 Madri



40 h. di Intervento

Il progetto "A casa di Mamma" è parte del progetto "L'ALVEARE: a Napoli un sistema comunitario di presa in carico integrata, protezione socio-sanitaria ed educativa a misura di mamma e bambino nei primi anni di vita" intende mettere in campo una serie di interventi di prevenzione che mirano al miglioramento delle condizioni di partenza di una vita.

A Napoli una parte consistente del Sistema Sanitario Nazionale (SSN) è di difficile accesso alle fasce più deboli, dove scarseggiano i servizi socio-educativi destinati alle famiglie con bambini molto piccoli (0-3 anni), solitamente gli unici presidi che possono intercettare e agire precocemente su problemi di salute e sviluppo del bambino, è necessario promuovere interventi precoci fin dalla gravidanza e durante i primi anni di vita del bambino al fine di agire sulle diverse dimensioni della salute e del benessere della famiglia in condizione di povertà e marginalità. Capofila del progetto è l'Ass. Pianoterra Onlus che promuove e implementa da anni attività e servizi per aiutare e sostenere le famiglie più vulnerabili, in particolare rivolgendosi alle donne in gravidanza e le giovani mamme italiane e straniere. Nèfesh Onlus, partner del progetto, si occupa di due interventi: 1. Lo psicologo a domicilio - 2. Laboratorio di creta.

PSICOLOGO A DOMICILIO

LE NOSTRE STORIE

Luca è un uomo che soffre di schizofrenia, rinchiuso ormai da diversi anni nella sua casa/fortino. Ha gli occhi sgranati della paura, il suo corpo abbandonato e mal curato evoca scenari di grande sofferenza e dolore attraversato e da attraversare. Luca vive da solo con la madre che, angosciata dagli anni che passano, teme il momento in cui dovrà lasciarlo.

In diversi incontri, pian piano, conosciamo Luca. Ci permette di entrare nel suo mondo, nel suo passato - tante volte raccontato nelle diverse psicoterapie - ma il futuro? Che forma ha? C'è ancora speranza che esista?



**Quartiere Centro
Direzionale**



4 Persone Coinvolte

Il Progetto "Psicologo a Domicilio" nasce parallelamente all'attività cardine di Nèfesh Onlus, la Psicoterapia Sostenibile. È finalizzato a garantire un supporto psicologico alle persone che, a causa di ridotta mobilità, non possono lasciare la propria casa e usufruire di un servizio psicologico presso uno studio professionale.

Lo "Psicologo a Domicilio" funziona con gli stessi presupposti del lavoro clinico che gli Psicoterapeuti di Nefesh Onlus adoperano nello svolgimento dell'attività clinica in studio, ma con i dovuti accorgimenti che il particolare tipo di setting richiede. L'intervento domiciliare si struttura in una prima fase di consultazione psicologica, della durata di tre colloqui, che si svolge presso l'abitazione del paziente. Una volta appurata la sussistenza dei presupposti e dei requisiti necessari per espletare un lavoro psicologico, si prosegue con un intervento psicologico di sostegno, finalizzato ad accompagnare la persona nella ricerca di strumenti psicologici per affrontare la problematica emersa e per cercare ulteriori soluzioni compatibili con le sue condizioni di vita.

**“QUELLI CHE SOGNANO AD OCCHI
APERTI SONO A CONOSCENZA DI
MOLTE COSE CHE SFUGGONO A CHI
SOGNA ADDORMENTATO.”**

Edgar Allan Poe





CULTURA E BENESSERE

Nèfesh Onlus ha a cuore il “Benessere Psicologico”, perché ritiene che soltanto attraverso una profonda trasformazione culturale sarà possibile ottenere un miglioramento del benessere collettivo ed individuale. L’accesso alle cure psicologiche senza distinzioni sociali, obiettivo primario della nostra azione sociale, non può prescindere da un’azione di formazione e di divulgazione della cultura del benessere psicologico, che fornisca alla collettività gli strumenti necessari a prendersi carico dei propri e degli altrui problemi. Lo facciamo attraverso le nostre piattaforme web, tramite gli interventi nelle scuole, attraverso la collaborazione con le associazioni che si occupano di cultura e divulgazione e con gli eventi sociali che organizziamo per coinvolgere le persone del nostro territorio..



NÈFESH BLOG

LE NOSTRE STORIE

Tutto nasce nel 2014, quando Nèfesh ONLUS era una neonata realtà con soli 4 soci. Era necessario iniziare da qualcosa per avviare l'attività di informazione e sensibilizzazione sulla complessità dell'umano e delle relazioni. Decidemmo allora di iniziare con un blog.

Da allora, sono diventati oltre seicento i lettori giornalieri dei nostri articoli ed aumentano sempre di più le richieste di informazioni che riceviamo via mail.



Italia



186 Pagine Web
Pubblicate



634 visite medie
giornaliere

Maggiore è il livello di conoscenza di una persona sulle questioni attinenti alla psicologia e al benessere, maggiori sono le sue probabilità di prendersi cura di se stesso e del prossimo. Quando si soffre di un malessere esistenziale si ha solitamente la sensazione di esserne i soli, spesso ci si sente confusi, disorientati ed alla ricerca di un nome per quel malessere. L'informazione è l'elemento fondamentale da cui partire per cambiare le cose e aprire la porta a una nuova vita. Per questo, tramite il nostro sito web, abbiamo scelto di fondare un blog nel quale fare informazione e sensibilizzazione sulle tematiche attinenti al malessere psicologico, sociale e culturale. La scelta del web quale canale preferenziale della nostra attività di sensibilizzazione non è casuale: il web, con le sue caratteristiche di anonimato, facile accessibilità e sostenibilità, consente un' ampia diffusione dei contenuti; e le statistiche di accesso al nostro blog confermano e incoraggiano la nostra intuizione.

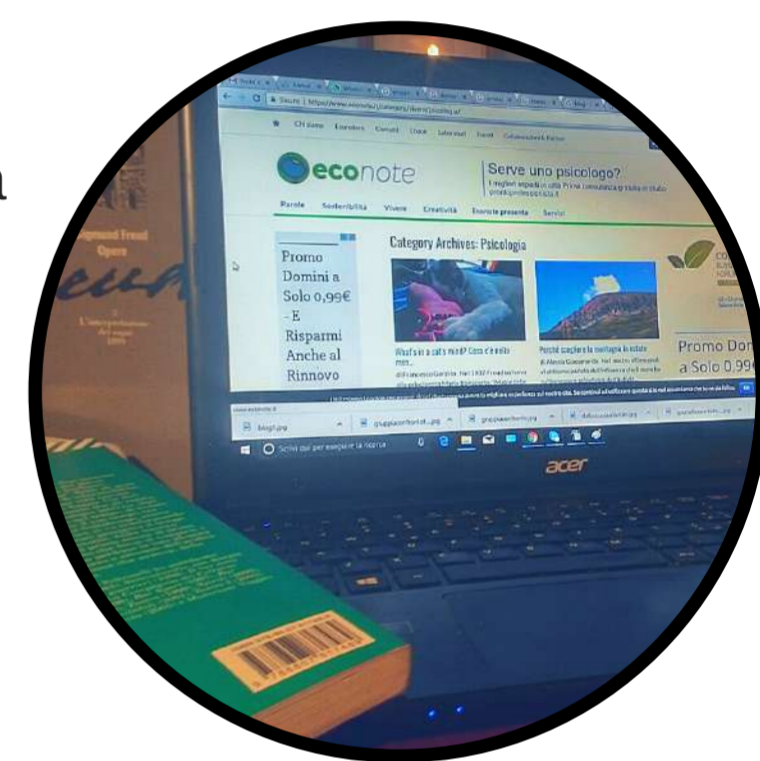


PARTNER: Associazione Culturale Econote

ECONOTE DI BENESSERE

LE NOSTRE STORIE

Diffondere la cultura del benessere psicologico quale elemento essenziale della vita umana è un obiettivo che ci sta molto a cuore. Ci piace farlo servendoci dei nuovi mezzi di comunicazione, per poter raggiungere davvero tutti, e ci piace farlo anche con un occhio all'ambiente che ci circonda, coniugando la nostra passione per la psicologia con il bisogno di accendere i riflettori sull'ecologia e sul rapporto dell'uomo con la natura. Per questo abbiamo dato vita ad un progetto online che parla di sostenibilità ambientale e benessere psicologico. Perché ciò che siamo e che sentiamo passa anche dalla cura per il luogo in cui viviamo.



Italia



XX Articoli Pubblicati

Nel dicembre 2016 Nèfesh Onlus incontra Econote, un'associazione con una mission culturale ed ambientale. Nèfesh decide di sostenerne la causa apportando il proprio contributo, integrando la promozione del benessere psicologico con l'attenzione per l'ambiente.

Nasce così nel marzo 2017 la rubrica "Psicologia" del portale Econote.it, all'interno della quale Nèfesh racconta di una forma di "cura" per il proprio sé, per la comunità, per i bambini e per le famiglie che passa attraverso la natura: dall'ortoterapia alla pet therapy, dai benefici dell'escursionismo al rapporto con i nostri amici a quattro zampe. Grazie anche alle pagine Facebook delle due associazioni, gli articoli trovano piena diffusione in rete, dando la possibilità ad utenti delle più disparate fasce di età di sviluppare consapevolezza dei temi ambientali e del ruolo della natura sul benessere della persona.



PARTNER: Associazione Culturale Econote

ITINERARI DI BENESSERE

LE NOSTRE STORIE

E' una mattina di fine maggio, ed un gruppo di trenta persone decide di tuffarsi nel cuore di Napoli, lasciandosi avvolgere dalla natura, dalla storia e dalla mitologia. Non si conoscono ma, guidati da un insolito gruppo fatto da un architetto ed alcuni psicologi, abbandoneranno per qualche ora il caos della città e presteranno attenzione alle emozioni evocate dai racconti, dai suoni, dai colori di un parco in cui riposano Virgilio e Leopardi, per poi condividerle con noi. Perché, in questa domenica mattina, hanno scelto di prendersi cura di sé e del proprio benessere psicologico in un modo nuovo: attraverso un viaggio nella natura e nella cultura.



Napoli



Più di 50 Persone coinvolte

Il progetto "Itinerari di Benessere" nasce dall'incontro di Nèfesh con l'Associazione Culturale Econote, una realtà del territorio napoletano che si occupa di sostenibilità ambientale, arte e cultura attraverso progetti nelle scuole e visite guidate in luoghi di interesse storico e naturalistico del territorio campano. Abbiamo deciso di incrociare la filosofia di Econote con uno dei nostri obiettivi: diffondere la cultura di un benessere psicologico che non passa solo dalla clinica, ma anche dal rapporto con l'ambiente, con i luoghi storici del territorio, con la natura. Sono nati così gli "Itinerari di Benessere": percorsi esperienziali in cui l'architetto di Econote racconta la storia, la cultura, la mitologia del luogo, e gli psicologi di Nèfesh invitano a scoprire le risonanze emotive che ciò crea nei partecipanti, attraverso stimoli di riflessione o sessioni di esercizi di bioenergetica, per recuperare l'integrazione corporeamente a contatto con la natura.

E' un modo diverso di occuparsi di sé. Un progetto innovativo che ci appassiona, un modo per integrare discipline e saperi diversi, creare tra le persone reti di relazioni che passano per l'emotività e l'esperienza dei luoghi. Perché il benessere psicologico, dei singoli e della città, parte da un modo diverso di vedere le cose.



SENSE

LE NOSTRE STORIE

Un palazzo storico nel cuore antico della città di Napoli, che ci accoglie a braccia aperte con la sua scalinata mozzafiato. La convivialità del cibo e della musica, dell'arte, quella che avvolge le pareti e quella delle performance, che stupisce, stimola riflessioni, emoziona. Volti, sguardi, mani, parole che si incrociano, relazioni che si intessono, e sullo sfondo la storia di Nèfesh, il suo progetto da raccontare a tutta la città, a cominciare da chi si è lasciato incuriosire da "Sense": una serata evento in cui presentare i molti volti del benessere, iniziando proprio dallo stare bene con gli altri.



Napoli



Più di 150 Persone coinvolte



6 Artisti Coinvolti

L'evento "Sense" nasce dal desiderio di Nèfesh Onlus di realizzare una serata in cui far conoscere i progetti dell'Associazione e permettere alle persone coinvolte di affacciarsi alla cultura del benessere psicologico attraverso la convivialità, lasciando da parte per un attimo la frenesia quotidiana.

Nell'incantevole cornice di Palazzo dello Spagnuolo, i partecipanti hanno potuto incontrare e sostenere la nostra realtà e il nostro lavoro, prendendo consapevolezza dell'importanza del benessere e della cura psicologica. Un benessere coltivato attraverso l'attivazione dei sensi, da cui il nome alla serata: il gusto e l'olfatto, con un'ottima cena, l'udito, con la musica dal vivo e le performance artistiche (un reading teatral ed una performance con monologo), il tatto, con il contatto con amici vecchi e nuovi. Ci hanno sostenuto in tanti, dagli sponsor alle agenzie stampa ed ai partecipanti, e qualcuno ha creduto così tanto nella nostra causa da diventare socio di Nèfesh e offrirci la propria collaborazione.



SEPARAZIONI

LE NOSTRE STORIE

Nefesh ONLUS sostiene e promuove l'arte in un progetto entusiasmante come quello di SEPARAZIONI. Un'installazione co-creata che affronta il delicato tema della separazione nelle sue molteplici sfaccettature quotidiane: dal distacco dalla terra natia dei migranti, all'uscita dal grembo materno, alla fine delle relazioni, alla separazione tra corpo e mente. Esse non formano semplicemente un'esposizione, ma un'opera unica, che include luci che separano dalla terra le varie sculture, suoni ed altre forme artistiche in un unico progetto architettonico. Nefesh riflette con i linguaggi artistici sull'importanza vitale nella nostra società odierna di unire piuttosto che separare, sul bisogno d'integrare: integrare le discipline tra loro, integrare il soggetto nella comunità, cooperare per cambiare, unirsi per crescere.



Napoli



Più di 150 Persone coinvolte



6 Artisti Coinvolti

Nefesh Onlus ha partecipato all'esposizione artistica del gruppo ArgilRosa, tenutasi a Napoli, presso il Castel dell'Ovo, dal 17 giugno al 4 luglio del 2017, con il coordinamento artistico di Massimiliano Santoro.

Le opere hanno raccontato il delicato tema delle separazioni, nelle sue molteplici sfaccettature: la separazione come tema fondamentale del processo patologico e del processo terapeutico, e come elemento costitutivo della crescita dell'uomo e della società.

Su tali premesse, Nefesh Onlus ha attivamente contribuito alla realizzazione della mostra, perché riteniamo che la diffusione della cultura del benessere psicologico passi anche attraverso le suggestioni dell'arte, in grado di cogliere in maniera sintetica ed immediata la profondità e l'intensità dei vissuti dell'animo umano. Il connubio tra arte e psicologia caratterizzerà anche in futuro la mission sociale di Nefesh Onlus, perché l'arte rappresenta un canale preferenziale di divulgazione e diffusione delle tematiche psicologiche e del complesso e inscindibile rapporto che lega la clinica psicologica alle dinamiche sociali e gruppalì.



8 MARZO

LE NOSTRE STORIE

Sembra ormai lontano quel marzo del 2015, quando una delle componenti della Consulta delle Pari opportunità di Melito ci chiamò per esporre alcune riflessioni alla cittadinanza sulle questioni legate alla Violenza Di Genere.

Quell'occasione fu per noi l'inizio di un duplice lavoro. Innanzitutto, l'impegno - giornaliero - nella destrutturazione delle relazionalità fondate sull'asimmetria e sull'abuso di potere. Il secondo, l'informazione e la sensibilizzazione sulla molteplici relazioni caratterizzate da questa forma relazionale.



Melito



Più di 80 Persone coinvolte

L'8 Marzo 2015 la Consulta Pari Opportunità di Melito ha festeggiato la Giornata Internazionale della Donna ed ha richiesto la presenza di Nèfesh ONLUS.

Presso la Sala consiliare del Comunale di Melito di Napoli l'evento dedicato alla Giornata Internazionale della Donna, l'evento è nato dall'esigenza di discutere di problematiche attinenti al genere femminile. Il fine è stato quello di sensibilizzare gli animi contro ogni forma di violenza e sopruso sulle donne: fisica, psicologica, sentimentale, relazionale, familiare e lavorativa.



COSA PUOI FARE TU!

DONAZIONI



Le donazioni a favore di Nèfesh ONLUS sono deducibili o detraibili secondo i termini indicati dalla legge.

- Beneficiario: Nèfesh
- IBAN: IT15G0335901600100000135158

5X1000



Il 5×1000 è un sistema molto efficace per sostenere le nostre attività. A te non costa nulla e per vale molto. È anche molto semplice, al momento della dichiarazione dei redditi scegli di destinare il tuo 5×1000:

- **Firma e scrivi il C.F. di Nèfesh ONLUS: 95202940631**

ATTIVATI



Puoi sostenere le attività di Nèfesh ONLUS anche mettendo a disposizione il tuo tempo e le tue energie, le tue competenze personali e professionali, la tua capacità di tessere relazioni e fare rete. Puoi farlo in diversi modi:

- Tirocinio (per psicologi);
- Volontariato;
- Promozione di raccolte fondi per Nèfesh ONLUS

AZIENDE AMICHE



Se hai un'azienda e condividi valori e obiettivi di Nèfesh ONLUS, insieme possiamo fare molto: individuare percorsi e iniziative che siano occasione di reciproco arricchimento.

Puoi sostenerci mediante:

- Donazioni;
- Eventi;
- Corporate Hospitality;
- Sponsorship.



CONTATTI

Se desideri contattarci, per informazioni o per sostenerci , puoi farlo nei seguenti modi:

Segreteria telefonica: 081 19465841

Cellulare: 331 106 1917

Indirizzo mail: info@nefeshonlus.it