

Un'Associazione dal cuore grande a Velletri



“Difendiamo l'allegria” si costituisce nel giugno 2019 per volontà di un gruppo di famiglie che vivono l'esperienza di un familiare che manifesta un disagio psichico e si prefigge lo scopo di collaborare con il Centro di Salute Mentale di Velletri - Lariano ed il Centro Diurno di Velletri affinché si possano offrire risposte articolate e differenziate ai problemi ed ai bisogni delle persone in difficoltà attraverso interventi mirati alla prevenzione, alla cura, all'assistenza ed al reinserimento sociale e lavorativo.

Per realizzare ciò, ci si impegnerà nella lotta contro i pregiudizi sottesi al disagio psichico promuovendo un reale processo di inclusione sociale che passa attraverso la sensibilizzazione della cittadinanza, il coinvolgimento di tutte le Istituzioni sul territorio e la collaborazione con tutte le realtà aggregative che condividono gli stessi obiettivi di partecipazione attiva e di miglioramento della qualità della vita. Consapevoli che “I problemi non finiscono mai, ma neanche le soluzioni”, il percorso associativo si rivolge a tutti coloro che sono convinti che una “salute mentale ben gestita” produce una società migliore.

Vi aspettiamo a braccia aperte!

Leonardo 347 0919905 - Monica 392 2685739

L'inclusione lavorativa

Perchè l'inclusione lavorativa?

L'inclusione lavorativa per le persone con fragilità psichica è importante per varie ragioni:

1. **Autonomia e indipendenza:** il lavoro può fornire un senso di autonomia e indipendenza, migliorando la qualità della vita.
2. **Integrazione sociale:** l'ambiente lavorativo può offrire opportunità di socializzazione e integrazione con altre persone.
3. **Sviluppo delle competenze:** il lavoro può aiutare a sviluppare nuove competenze e abilità.
4. **Riduzione dello stigma:** l'inclusione lavorativa può contribuire a ridurre lo stigma associato alle disabilità mentali.
5. **Miglioramento della salute mentale:** il lavoro può avere un impatto positivo sulla salute mentale, riducendo lo stress e migliorando l'umore.

Benefici per la società

1. **Diversità e inclusione:** l'inclusione lavorativa delle persone con disabilità mentali può arricchire la diversità e l'inclusione nel luogo di lavoro.
2. **Riduzione della povertà:** il lavoro può aiutare a ridurre la povertà e l'esclusione sociale.

Strategie per l'inclusione lavorativa

1. **Formazione e sostegno:** fornire formazione e sostegno alle persone con disabilità mentali per aiutarle a sviluppare le competenze necessarie per il lavoro.
2. **Adattamenti del luogo di lavoro:** effettuare adattamenti del luogo di lavoro per rendere più accessibile e inclusivo.
3. **Sostegno psicologico:** fornire sostegno psicologico e di counseling alle persone con disabilità mentali per aiutarle a gestire lo stress e le sfide lavorative.



Collaborazione con L'Asino e Le Nuvole

Finalmente ci siamo! Siamo felici di comunicare la collaborazione fra l'Associazione L'Asino e le Nuvole APS e l'Associazione Difendiamo l'Allegria. Il progetto era nei nostri cassetti da tempo e ora è realtà. L'Associazione 'L'Asino e le Nuvole - APS' da anni promuove l'educazione nell'ottica dell'evoluzione integrata dell'individuo e dello sviluppo delle comunità attraverso la creatività e i linguaggi artistico espressivi.

L'Associazione "L'Asino e le Nuvole" collabora con "Difendiamo L'Allegria"; l'obiettivo dell'asinello volante è utilizzare e potenziare tutti i linguaggi espressivi, sviluppare la nostra creatività, fare arte insieme. In questo nuovo percorso, insieme a Giovanna Aragozzini, continueremo le sperimentazioni con la ceramica, scopriremo nuove tecniche e materiali. Il nostro obiettivo è quello di promuovere le qualità dei nostri utenti. Ringraziamo la presidente Silvia Campofiloni per la collaborazione.



Gruppo di Auto Ascolto “Quelli del Sabato”

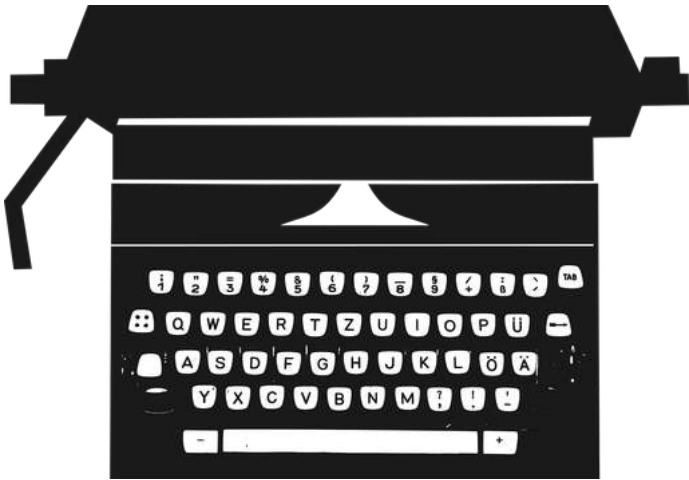


Gruppo di Auto Ascolto
Quelli del Sabato

Un nuovo progetto, partito a settembre 2024 e ideato dall'Associazione in collaborazione con il Centro Salute Mentale e Centro Diurno di Velletri-Lariano.

Un percorso ambizioso - con la dottoressa Cristina Valentini - che vedrà coinvolti sia i ragazzi dell'Associazione che quelli del CSM e che vuole realizzare un gruppo di crescita e autorealizzazione di persone che intendono migliorare la propria qualità di vita, aiutandoli in ambito emotivo e relazionale per accrescere un benessere psicologico e creare legami sociali e una rete amicale.

Scrittura Creativa



La scrittura creativa è un'arte che si concentra sulla creazione di storie, personaggi, descrizioni e immagini che evocano emozioni. Mira a comunicare emozioni, sentimenti e idee attraverso le parole, creando un'esperienza significativa. La scrittura creativa stimola l'immaginazione e permette di creare mondi, ma che possono essere profondamente reali. Aiuta a comprendere meglio pensieri, emozioni e esperienze. Il percorso, curato da Monica Bucci e Antonio Di Lallo, è un viaggio nella fantasia e non solo.

Laboratori di Danza terapia



Ritmo – Relazione – Piacere

La danzaterapia ha la capacità, grazie ad una attivazione motoria ludica e relazionale, di risvegliare il piacere funzionale nei corpi facilitando la riorganizzazione delle strutture di base e favorendo la reintegrazione degli individui nel gruppo.

“Oggi si danza!” è un laboratorio che si propone di ampliare con la danzaterapia metodo Espressivo-Relazionale (DMT-ER®) il benessere psicofisico delle persone che fanno parte dell'associazione “Difendiamo L'Allegria”.



Il ritmo ci farà danzare risvegliando quella spinta vitale che contribuirà a favorire una dimensione di piacere, acquisiremo così maggiore consapevolezza dei nostri corpi in relazione ad altri corpi e all'ambiente circostante. Il gioco e la relazione saranno gli ingredienti che faciliteranno il ripristino e il mantenimento delle abilità di ciascuno e che ci permetteranno di danzare allegramente insieme.

Conduce Consuelo Marras, Danzaterapeuta Dmt-ER®, Socia ARTE- Ass. Professionale Arti Terapie, Socia DANZARE LA ORIGINI.

Corso di Ippoterapia



In collaborazione con il Centro Equitazione, si svolge il laboratorio di Ippoterapia ai Pratoni del Vivaro.



Menzione Speciale per l'APS Difendiamo l'Allegria al Concorso Letterario di Maenza

Una giornata di emozione e riconoscimento per l'associazione APS Difendiamo l'Allegria di Velletri, premiata con una Menzione Speciale nella sezione "Poesia in italiano" del concorso letterario nazionale I Canti della Terra – Le nostre radici, promosso dal Comune di Maenza e dalla Compagnia dei Lepini.

Il riconoscimento è stato conferito per la "Raccolta Poetica", un'opera che unisce parole e valori, dimostrando come la poesia possa essere uno strumento inclusivo, capace di superare barriere sociali e culturali.

Durante la premiazione, il sig. Antonio Scarsella – conduttore dell'evento – ha ricordato quanto sia importante il contributo di tutti, anche delle persone con disabilità, nella diffusione della cultura e nella valorizzazione del territorio.

Un grazie va a tutti i partecipanti, e in particolare a Pawel e Luca, autori di due poesie intense e significative che hanno contribuito all'importante risultato. Come recita un muro a Napoli: "La cultura è l'unica salvezza".





COMUNE DI
MAENZA



CONCORSO LETTERARIO
BIENNALE NAZIONALE

1^A EDIZIONE - ANNO 2025

MAENZA

23 AGOSTO 2025



MENZIONE SPECIALE

- SEZIONE POESIA IN ITALIANO -

CONFERITA A

"APS DIFENDIAMO L'ALLEGRIA"

PER L'OPERA

"RACCOLTA POETICA"

*"La poesia come strumento primario di inclusione umana, sociale e culturale.
Una umanità ricca di suggestioni e valori che, attraverso le parole, supera ogni barriera.
Un invito a proseguire, ad andare in questa direzione, a 'difendere l'allegria'
come patrimonio di tutti"*

MAENZA, 23 AGOSTO 2025

IL PRESIDENTE DELLA GIURIA

DOTT.SSA PAOLA CACCIOTTI

Associazione Difendiamo l'Allegria

A.P.S.

DONA IL 5 x 100 ALLA NOSTRA
ASSOCIAZIONE

C.F.: 90091300583

Donazioni: Iban Difendiamo L'Allegria
IT 85 A083 2739 5200 0000 0002 558

Banca Credito Cooperativo di Roma - Ag. 112



ORGANIGRAMMA

Presidente: Leonardo Mayone

Vice-Presidente: Monica Bucci

Segretaria: Andreina Favale

LA NOSTRA SEDE:

Via del Monastero, 4 - 00049 Velletri (RM)

SIAMO APERTI IL SABATO DALLE 16,00 ALLE 18,00



Seguici sulle pagine Facebook e Instagram

Vi aspettiamo a braccia aperte!

Leonardo 347 0919905 - Monica 392 2685739

