

|                                                                                   |                                                                                        |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|  | Il Delfino Srl                                                                         | Rev 00 del 06/03/2023 |
|                                                                                   | <b>PROGETTO LABORATORIO DI CUCINA<br/>COMUNITA' TERAPEUTICA S.R.P. 2.1. IL DELFINO</b> | Pagina 1 di 3         |

# **PROGETTO “LABORATORIO DI CUCINA & PIZZERIA” COMUNITA' TERAPEUTICA S.R.P. 2.1 IL DELFINO**

## 1) Introduzione al Progetto

***“La stima di sé rappresenta un elemento fondamentale per l'essere umano, il quale dovrebbe mirare continuamente a ridefinire se stesso e a costruire un'immagine di sé sempre più stabile.”***

Tale identità deve però necessariamente durante le fasi normali dell'esistenza, passare al vaglio e all'approvazione dei pari, altrettanto impegnati nella medesima ricerca e rappresentare un fattore di disagio per gli individui più fragili ed in possesso di strumenti meno adeguati per affrontare questa sfida. Questo può in alcuni casi costituire la base che, insieme ad altri fattori di rischio, può condurre ad una fase di scompenso, inteso come momentanea perdita della stabilità e dell'equilibrio psichico.

Ad una base psicologica si può innestare una combinazione multi-fattoriale come nel caso degli individui affetti da problematiche complesse (disagio sociale, spesso causato da carenze familiari, intrecciato a patologie psichiche o tossicodipendenze) che può implicare potenziali devianze.

Per tale motivo, nasce il progetto “Laboratorio di Cucina e Pizzeria”

## 2) L'attività

Le attività che si svolgono all'interno di un laboratorio di cucina, oltre ad essere attività espressive e creative, posseggono un importante aspetto strutturale tale da configurarle come un'adeguata cornice per impostare un lavoro ri-educativo.

Si tratta infatti di attività che richiedono un confronto con la propria capacità di tollerare la frustrazione, in quanto pongono continuamente di fronte a piccoli fallimenti, che permetteranno gradualmente al Paziente di educare quest'abilità, spesso deficitaria, è alla base di numerosi comportamenti aggressivi e/o di ritiro sociale.

Parallelamente proprio in virtù dei fallimenti sperimentati durante il percorso, l'incremento delle proprie capacità e le sempre più frequenti

|                                                                                   |                                                                                              |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|  | Il Delfino Srl                                                                               | Rev 00 del 06/03/2023 |
|                                                                                   | <b>PROGETTO LABORATORIO DI CUCINA</b><br><b>COMUNITA' TERAPEUTICA S.R.P. 2.1. IL DELFINO</b> | Pagina 2 di 3         |

esperienze di riuscita che ne conseguono, comporteranno un incremento del vissuto di auto-efficacia personale. Il Paziente diverrà così in grado di accedere ad una nuova immagine di sé come individuo competente ed in grado di creare con le proprie mani qualcosa di bello e buono. Il cibo ed il pasto inoltre, richiamano immediatamente a dimensioni quali la convivialità e l'offerta, oltre che costituire un'occasione di condivisione ed interazione. Questo può offrire l'occasione di esperienze costruttive, che potranno portare alla creazione di nuovi modelli di relazione, che una volta consolidati, potranno essere utilizzati anche al di fuori del piccolo gruppo.

### Perché svolgere l'attività in gruppo?

Le attività di gruppo tendono a sviluppare il senso di appartenenza, favorendo la socializzazione e la collaborazione, esperienza che consente il confronto e la sperimentazione di ruoli diversi. Il gruppo risulta parallelamente meno impegnativo di una relazione a due, consentendo così ai Pazienti con difficoltà a livello socio-relazionale, frequenti nei casi di disagio psichiatrico/psicologico, di tenersi inizialmente ad una distanza di sicurezza. I gruppi verranno formati da un numero di 5-6 Pazienti, individuato con l'aiuto dello Psichiatra della Comunità e dello Psicologo, come numero ideale, ed accompagnati durante il Laboratorio dagli Educatori Professionali e dai Tecnici della Riabilitazione Psichiatrica.

## 3) Gli obiettivi

L'obiettivo Principale del Progetto è la promozione del benessere psicologico e del senso di auto-efficacia personale nell'individuo, attraverso la risorsa del gruppo dei pari e dell'attività di cucina in qualità di pratica espressiva strutturata.

Gli obiettivi specifici del progetto invece, possono essere racchiusi nei seguenti punti:

- Insegnare tecniche base e strumenti per lavorare in una cucina
- Promuovere un clima di gruppo positivo
- Favorire la formazione di un gruppo capace di collaborare in vista di un fine comune
- Incrementare la capacità di tollerare la frustrazione
- Migliorare la percezione di auto-efficacia
- Creazione di un ricettario cartaceo in cui documentare il progetto anche attraverso foto e video
- Creazione di un intero menù dall'antipasto al dessert

|                                                                                   |                                                                                              |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|  | <b>Il Delfino Srl</b>                                                                        | Rev 00 del 06/03/2023 |
|                                                                                   | <b>PROGETTO LABORATORIO DI CUCINA</b><br><b>COMUNITA' TERAPEUTICA S.R.P. 2.1. IL DELFINO</b> | Pagina 3 di 3         |

## 4) Il Laboratorio

Il laboratorio sarà strutturato in una serie di incontri, all'interno dei quali il gruppo di Pazienti avrà modo di vedere e di svolgere in maniera pratica le diverse attività della cucina. Durante queste attività, saranno sempre affiancati e guidati dagli Educatori Professionali e dai TERP, i quali si occuperanno anche di svolgere quelle attività considerate maggiormente "rischiose".

Tutte le attività quali lo sminuzzamento degli alimenti ecc. e più in generale tutti gli aspetti della cucina che implicino l'utilizzo di attrezzature taglienti e/o pericolose, verranno infatti preparate in precedenza dagli Educatori Professionali e dai TERP in cucina, mettendo così i Pazienti nella condizione di poter "lavorare" con gli ingredienti già pronti, conservati in appositi contenitori alimentari, abbattendo così il fattore di rischio incidenti.

La stessa attenzione verrà posta per l'aspetto che riguarda le cotture, sia che siano da svolgersi al forno (pane, pizza, torte ecc), sia che siano da effettuarsi con le piastre ad induzione e/o fornelli, che saranno destinati all'uso esclusivo del personale della Comunità.

I Pazienti, si occuperanno invece di tutti quegli aspetti che riguardano le "Creazione del Piatto", ovvero dei dosaggi dei vari ingredienti, la preparazione degli impasti, la preparazione delle farciture ecc.

Parte del Progetto sarà l'ideazione di un menù completo che spazierà dalla creazione di un piccolo antipasto, al primo piatto, al secondo piatto, fino al dessert, che darà poi seguito alle fasi successive quali:

- organizzazione della lista della spesa finalizzata alla preparazione del menù
- l'individuazione per ogni Paziente "dell'ingrediente preferito" da inserire in ogni portata (ogni Paziente sceglierà un ingrediente che dovrà essere utilizzato in un singolo piatto)
  - la suddivisione dei compiti per la preparazione dei piatti
  - la scelta della presentazione/impiattamento

L'intero menù verrà infine servito ad altri Pazienti ed alcuni Operatori della Comunità.

Con gli stessi principi, verrà individuato un giorno della settimana in cui il Laboratorio si dedicherà all'impasto ed alla cottura, sempre svolta esclusivamente dal Personale, della pizza, dove i Pazienti impareranno anche i principi degli impasti lievitati.

Le pizze create dal gruppo del Laboratorio di Cucina, verranno poi condivise a cena con tutti i Pazienti della Comunità, dando vita alla "Serata Pizza", cercando di creare un ambiente quanto più possibile conviviale e di condivisione di quanto creato.

Verrà infine promossa la creazione di un ricettario cartaceo, in cui verrà documentato l'intero progetto, attraverso l'ausilio di foto.

|                                                                                   |                                                                                              |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|  | <b>Il Delfino Srl</b>                                                                        | Rev 00 del 06/03/2023 |
|                                                                                   | <b>PROGETTO LABORATORIO DI CUCINA</b><br><b>COMUNITA' TERAPEUTICA S.R.P. 2.1. IL DELFINO</b> | Pagina 4 di 3         |

|                                             |                                      |                                    |
|---------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|
| <b>Redatto da:</b>                          | <b>Approvato da:</b>                 | <b>Approvato da:</b>               |
| <b>Ruolo:</b> Il Responsabile della Qualità | <b>Ruolo:</b> Il Direttore Sanitario | <b>Ruolo:</b> Il Direttore Clinico |