

# CHI SIAMO

L'associazione, fondata nel 1987 con obiettivi prevalenti di studio e ricerca, si è costituita nel 1996 come Onlus, aprendosi ad interventi di cura per psicopatologie gravi, anche come Centro Diurno.

E' una struttura semi-residenziale con funzioni terapeutico-riabilitative personalizzate, rivolte a pazienti adulti e adolescenti con sofferenza psicologica e psichiatrica.

Il Centro Diurno rappresenta un luogo di accoglienza e sostegno con lo scopo di ampliare gli spazi emotivi e relazionali degli ospiti, nonché favorirne una migliore qualità della vita.

Onlus - Iscritta nel Registro Regionale  
(L.571-p.2280-sez.A)  
C.F. 97211480153

L'équipe di psicologi è attiva presso  
Arpa Volontariato, con sede in via  
Fontana, 18  
20122 Milano

Per informazioni e  
iscrizioni:



02.55191221  
dal lunedì al venerdì  
dalle 8.30 alle 12.30



[www.arpavolontariato.it](http://www.arpavolontariato.it)  
[segreteria@arpavolontariato.it](mailto:segreteria@arpavolontariato.it)

Un progetto di

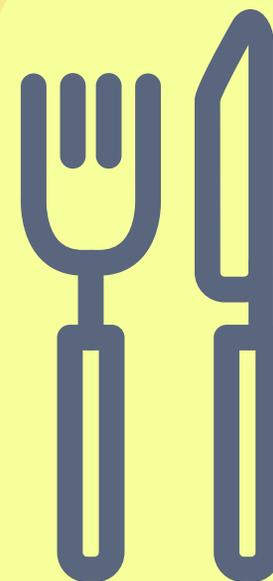


Progetto sostenuto con i fondi otto per  
mille della Chiesa Valdese

**otto**  
**8 per**  
**mille**  
CHIESA VALDESE  
UNIONE DELLE CHIESE METODISTE E VALDESI

# Arpa Volontariato Onlus

Associazione fondata dal  
Prof. Musatti e dal Dott. Reichmann



## LABORATORIO DI CUCINA

## « Nutrendo il corpo si apre spazio per nutrire la mente attraverso l'acquisizione di competenze pratiche ed emozionali »

Il laboratorio, proprio per la sua connotazione ludico-creativa, si configura come una delle prime tappe capaci di rimettere in gioco le capacità d'interazione sociale e delle proprie abilità manuali. Attraverso la "funzione artistica e creativa", non solo è più facile comprendere i propri vissuti, ma anche entrare in contatto con gli altri. Cucinare e nutrirsi sono azioni alla base del mantenimento autonomo dell'individuo e tappe fondamentali dello sviluppo umano. Il cucinare insieme in un ambiente protetto e positivo come il Centro Diurno permette ai partecipanti del laboratorio di sperimentare la propria capacità di mantenere un impegno, realizzare un prodotto, conservare e sviluppare abilità cognitive che potranno essere poi utilizzate nella quotidianità di ognuno. Inoltre, vi sarà la preziosa possibilità di confrontarsi con uno chef professionista rispetto alla preparazione e ad aspetti nutrizionali.

### COME SI SVOLGE IL LABORATORIO



1

Introduzione alla pietanza e alla preparazione da parte dello chef.



3

Pranzo condiviso



5

Pensiero condiviso e proposte sulla ricetta per l'incontro successivo.

4

Pulizia e riordino dello spazio.



Preparazione in gruppo della pietanza.



### CALENDARIO

#### INCONTRI

mercoledì 4 aprile; ore 12.30-14.30  
mercoledì 11 aprile; ore 12.30-14.30  
mercoledì 18 aprile; ore 12.30-14.30  
mercoledì 2 maggio; ore 12.30-14.30  
mercoledì 9 maggio; ore 12.30-14.30  
mercoledì 16 maggio; ore 12.30-14.30  
mercoledì 6 giugno; ore 12.30-14.30  
mercoledì 13 giugno; ore 12.30-14.30  
mercoledì 20 giugno; ore 12.30-14.30  
lunedì 25 giugno aperitivo dalle 17.30

#### DESTINATARI

Il laboratorio è aperto ad utenti di tutte le età, provenienti dal Centro Diurno Arpa o esterni ad esso.

Le attività verranno svolte da **Chef professionisti:**

- **Maria Teresa Biotti**

- **Luca Sacchi**

e saranno accompagnate dagli operatori del Centro Diurno e da psicoterapeuti di Arpa.

#### LUOGO

Le attività si svolgeranno presso lo spazio del Centro Diurno Arpa, in Via Fontana 18.

M1 San Babila; Tram 9, 12, 19, 27; Bus 60, 65, 73, 84.

#### ISCRIZIONE

E' previsto un numero minimo di due partecipanti ed un numero massimo di 5 partecipanti

E' possibile iscriversi **entro il 21 marzo** tramite:

**e-mail: [segreteria@arpavolontariato.it](mailto:segreteria@arpavolontariato.it)**

**Tel.: 0255191221**

E' richiesto un contributo pari a 60 Euro per 10 incontri.