



GIOVANI  
SMART

**Youth CoLab** è un progetto finanziato dal bando regionale **Giovani Smart** di Regione Lombardia volto a promuovere forme di socialità e contrastare gli effetti psico-fisici della pandemia, per i giovani con un'età compresa tra i 16 e i 34 anni.

Il Progetto vede l'Associazione Il Chiaro del Bosco ONLUS come capofila, in partenariato con ASST Spedali Civili di Brescia, Comune di Brescia e La Rondine Cooperativa Sociale ONLUS.

**Per informazioni sul progetto:**

mail: [info@youthcolab.it](mailto:info@youthcolab.it)

sito: [youthcolab.it](http://youthcolab.it)

tel e  : 320 6058157



PROGETTO  
youth  
COLAB

CERCHI UN MODO PER ESPRIMERTI?  
ALLORA YOUTHCOLAB È PER TE!

Un progetto di:



Sistema Socio Sanitario  
 Regione  
Lombardia  
ASST Spedali Civili

LA RONDINE  
SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE ONLUS

Con il contributo di:



CORSI E LABORATORI  
PER GIOVANI DAI 16 AI 34 ANNI

# Cos'è *youth*?

COLAB



**YouthCoLab** è un progetto culturale dedicato ai giovani come te dai 16 ai 34 anni. È fatto di incontri e laboratori vari pensati per darti strumenti creativi con i quali esprimere te stesso e sviluppare nuove abilità. Lettura, scrittura, musica, pensiero, comunicazione digitale, in ogni ambito troverai esperti del settore pronti ad accompagnarti. Tutte le attività sono gratuite, per iscriverti vai su [youthcolab.it](http://youthcolab.it) o scrivi una mail a [info@youthcolab.it](mailto:info@youthcolab.it)

Primo evento YouthCoLab, in concomitanza della Giornata Mondiale della Salute Mentale:

## EmozioniAMOCi

SPETTACOLO DI DANZA E PAROLE

Domenica 9 ottobre 2022, Teatro-Auditorium San Barnaba Brescia, appassionato viaggio nel chiaroscuro delle emozioni attraverso una toccante alchimia di parole, musica e danza.

PRESENTAZIONE UFFICIALE DEL  
**PROGETTO YOUTHCOLAB**  
**MARTEDÌ 18 OTTOBRE 2022**

**ORE 17.30**

PRESSO

**COLAB**

**TORRE CIMABUE (1° piano)**  
**VIA CIMABUE, 18**  
**BRESCIA**

*ti aspettiamo!*

## LABORATORIO IO, MUSICA

Ti piace la musica, vuoi scrivere un testo? "IO, Musica" è un laboratorio aperto a ogni giovane che voglia approcciarsi al mondo della musica, anche senza competenze!

Primo corso: dal 15/11/2022 al 07/02/2023  
ogni martedì ore 20.00 - 21.30  
15, 22, 29 novembre - 6, 13, 20 dicembre 2022  
10, 17, 24, 31 gennaio 2023  
7 febbraio 2023



## BIBLIOTECA DEL BENESSERE

Qual è il tuo mood oggi?  
In biblioteca cerca i nostri scaffali, per ogni stato d'animo troverai il libro giusto per te!

Tutti i dettagli nei prossimi mesi.  
Informati sul nostro sito



## LABORATORI DI P4C (PHILOSOPHY FOR CHILDREN) E BIBLIOTECA VIVENTE

Laboratorio filosofico di dialogo, tenuto da un facilitatore esperto, che dà ai giovani gli strumenti per aprirsi all'incontro con la diversità.



## LABORATORI DI SCRITTURA EMOTIVA

Attraverso la narrazione personale è possibile riconoscere e liberare sentimenti a volte nascosti consentendo la rielaborazione delle proprie dinamiche interiori.



LABORATORI DEDICATI AGLI STUDENTI DEGLI ISTITUTI SUPERIORI

## LABORATORIO DI COMUNICAZIONE DIGITALE

Vuoi saperne di più dei siti web e dei social? Cosa aspetti? Approfitta del Laboratorio di Comunicazione Digitale.

Accesso libero



Sistema Socio Sanitario  
Regione Lombardia  
ASST Spedali Civili

## CORSI DI MINDFULNESS

Sai che puoi tenere alla larga i pensieri negativi? Come? Con il Corso di Mindfulness!

Presentazione dei corsi:  
Venerdì 25 novembre 2022 ore 19.30  
Lunedì 12 dicembre 2022 ore 19.00

Sistema Socio Sanitario  
Regione Lombardia  
ASST Spedali Civili

## NUOVO CATALOGO DI LIBRI VIVENTI ED EVENTI A TEMA

Non giudicare un libro dalla copertina!  
Trova il modo di raccontare la tua storia con questo corso.

Presentazione del corso:  
Lunedì 03 ottobre ore 17.00 - 19.00  
Formazione:  
17, 31 ottobre - 14, 28 novembre 2022  
ore 17.00 - 19.00

