

# Drawing the Line

FACILITATION GUIDE

# INDICE

## DEI CONTENUTI

GLOSSARIO	2
INTRODUZIONE	4
INFORMAZIONI SU QUESTA GUIDA	4
CHE COS'È LA SALVAGUARDIA SENSIBILE AL GENERE?	4
APPLICARE UNALENTE SENSIBILE AL GENERE	5
INTRODUZIONE AL DISEGNO DELLA LINEA	8
PERSONALIZZARE LE CARTE	9
ALLESTIMENTO E PREPARAZIONE	11
PIANO DELLA SESSIONE	16
MONITORAGGIO E VALUTAZIONE	20
ALLEGATO 1: DICHIARAZIONI DI TRACCIATO	28
ALLEGATO 2: CARTE PER IL DISEGNO DELLA LINEA	30
MODELLI DI CARTA DI CREDITO	32
ALLEGATO 3: ATTIVITÀ ENERGIZZANTI	33

## GLOSSARIO:

**SALVAGUARDIA** – Misure adottate per proteggere la salute, la sicurezza, il benessere e i diritti degli individui, affinché possano vivere liberi da discriminazioni, violenza, abusi, negligenza, maltrattamenti e sfruttamento.

**SPAZIO SICURO** – Un luogo o un ambiente in cui una persona o una categoria di persone può sentirsi sicura di non essere esposta a discriminazioni, critiche, molestie o qualsiasi altro danno emotivo o fisico.

**SICUREZZA EMOTIVA** – Quando le persone si sentono a proprio agio e supportate nel partecipare, esprimersi, rischiare e commettere errori senza temere giudizi, critiche o ritorsioni.

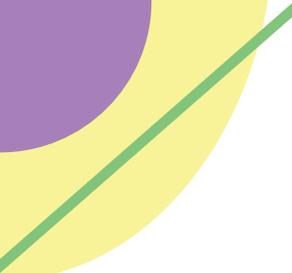
**SICUREZZA FISICA** – Quando le persone si sentono sicure e libere da azioni che causano danni fisici effettivi o potenziali.

**INCLUSIONE** – Un senso di appartenenza creato da comportamenti e azioni intenzionali e proattivi che fanno sì che persone di ogni provenienza, identità e abilità si sentano accolte, rispettate e valorizzate.

**DISCRIMINAZIONE** - Trattamento ingiusto o pregiudizievole di persone e gruppi in base a caratteristiche quali razza, sesso, età, lingua, religione, disabilità o orientamento sessuale.

**INTERSEZIONALITÀ** - Si riferisce al modo in cui varie forme di disuguaglianza e oppressione spesso operano insieme e creano esperienze di discriminazione che si sommano l'una all'altra.

**GENERE** - Una concezione socialmente costruita della mascolinità e della femminilità in relazione a ruoli, comportamenti, aspettative, attività, identità e attributi. Questo termine è spesso inteso come un binomio tra uomini e donne, tuttavia, storicamente e attualmente, il genere è espansivo e dinamico.



**IDENTITÀ DI GENERE** - Il concetto personale di sé come maschio, femmina, un misto di entrambi o nessuno dei due. È il modo in cui gli individui percepiscono e identificano sé stessi e può essere uguale o diverso dal sesso assegnato alla nascita.

**GENERE EMARGINATO** - Un termine generico per descrivere chiunque non sia un uomo cisgender. Questo termine indica il modo in cui le donne cisgender e le persone LGBTQIA+, storicamente e attualmente, hanno sperimentato le disuguaglianze del sistema e una maggiore regolamentazione dei loro diritti.

**NON-BINARIO** - Aggettivo che descrive una persona che non si identifica esclusivamente come uomo o donna. Le persone non binarie possono identificarsi sia come uomo che come donna, con una posizione intermedia o completamente al di fuori di queste categorie. Sebbene molte persone non binarie si identifichino anche come transgender, non tutte le persone non binarie lo fanno.

**TRANSGENDER** - Termine generico che indica le persone la cui identità di genere e/o espressione di genere è diversa dalle aspettative culturali basate sul sesso assegnato loro alla nascita.

# INTRODUZIONE

## INFORMAZIONI SU QUESTA GUIDA

La seguente guida spiega come utilizzare lo strumento “Drawing the Line” (DTL), come facilitare una discussione sulla salvaguardia e l’inclusione, come raccogliere i dati e come seguire i passi successivi.

Questo strumento può essere personalizzato per qualsiasi tipo di organizzazione o programma, ma la componente critica che deve rimanere è che l’attività è guidata dai e dalle partecipanti e quindi qualsiasi influenza esterna deve essere ridotta al minimo.

## CHE COS’È LA SALVAGUARDIA SENSIBILE AL GENERE?

Per salvaguardia si intendono tutte le misure adottate per proteggere la salute, la sicurezza, il benessere e i diritti degli individui, affinché possano vivere liberi da discriminazioni, violenze, abusi, negligenza, maltrattamenti e sfruttamento. Aggiungere una lente sensibile al genere alla vostra tutela significa riconoscere ed evidenziare le norme, i ruoli e le disuguaglianze di genere esistenti e tenerne conto nella progettazione e nell’attuazione dei principi, delle politiche e dei processi di tutela. Si tratta di capire direttamente dalle persone partecipanti giovani come i programmi possano diventare più sicuri e inclusivi per tutti i generi. Le pratiche di salvaguardia sensibili al genere riflettono le realtà e le esigenze dei generi emarginati, comprendendo che le ragazze, le donne e la comunità LGBTQIA+ sono spesso a maggior rischio di molestie, discriminazione, abusi e danni.

In questa attività, le questioni relative alla salvaguardia sono suddivise in tre temi:

1. **sicurezza emotiva**
2. **sicurezza fisica**
3. **inclusione**

Questi temi riflettono la realtà che le esperienze di sicurezza emotiva, sicurezza fisica e inclusione degli individui sono strettamente legate al genere e all’identità. Di seguito sono riportati alcuni esempi di applicazione di una lente sensibile al genere a questi temi e alle relative questioni di salvaguardia.

# APPLICARE UNALENTE SENSIBILE AL GENERE

## Tema della salvaguardia: Sicurezza Emotiva

La sicurezza emotiva si riferisce alla creazione di un ambiente in cui chi partecipa, in particolare le ragazze e le persone di altri generi emarginati, si senta a proprio agio e supportato/a nella partecipazione, nell'espressione, nel rischio e nell'errore senza paura di giudizi, critiche o ritorsioni. Quando le giovani le ragazze e le persone di altri generi emarginati si sentono emotivamente sicure, è più probabile che si trovino a proprio agio nel parlare se subiscono abusi o molestie e meno probabile che si spingano troppo oltre e si facciano male, o che sperimentino effetti negativi sulla salute mentale come ansia o depressione.

## Dichiarazione — — → Lente sensibile al genere

*C'è qualcuno di autorevole con cui possiamo parlare quando abbiamo un problema.*

Questo è essenziale per garantire che la voce di ognuno e ognuna sia ascoltata e che la sicurezza sia prioritaria per tutti gli individui, indipendentemente dal loro genere. Ciò è fondamentale in ambienti in cui gli squilibri di potere o le norme culturali potrebbero scoraggiare gli individui, in particolare le ragazze e le persone di altri generi emarginati, dal parlare di problemi di sicurezza.

*La nostra salute mentale viene considerata prioritaria e sostenuta.*

Le ragazze e le persone di altri generi emarginati devono affrontare ulteriori fattori di rischio per la salute mentale, poiché le norme e i fattori di stress basati sul genere sono significativamente correlati alla depressione, all'ansia e ad altri disturbi mentali comuni. Le pratiche e i programmi di coaching informati sulla salute mentale possono portare a un aumento della resilienza e dei meccanismi di coping, consentendo a chi partecipa di rispondere a stress e traumi futuri in modi positivi, curativi e salutari.

## Tema della salvaguardia: Sicurezza fisica

Gli ambienti sportivi, purtroppo, possono offrire opportunità di abuso e sfruttamento, in particolare per le ragazze e le persone di altri generi emarginati. Tuttavia, quando si sentono fisicamente sicure nei programmi sportivi, è più probabile che partecipino pienamente, sviluppino le proprie capacità e acquisiscano fiducia.

### Dichiarazione — — → Lente sensibile al genere

*Siamo liberi e libere dal contatto fisico che ci mette a disagio.*

Dare alle ragazze e alle persone di altri generi emarginati la possibilità di decidere ed esprimere il tipo di contatto fisico con cui si sentono o non si sentono a proprio agio è fondamentale per il senso di sicurezza e rispetto, in particolare riconoscendo che questa categoria di persone può correre maggiori rischi ed essere esposta ad abusi e molestie sessuali.

*Abbiamo uno spazio privato e sicuro per cambiarci.*

Disporre di uno spazio privato e sicuro per il cambio d'abito di ragazze e di altri generi emarginati nei programmi sportivi garantisce dignità, privacy e benessere emotivo, prevenendo potenziali disagi, molestie o abusi e facendo in modo che chiunque si senta sicuro/a e rispettato/a.

## Tema della salvaguardia: Inclusione

L'inclusione è fondamentale per salvaguardare le ragazze e le persone di altri generi emarginati nei programmi sportivi, in quanto garantisce le pari opportunità, promuove il benessere fisico e mentale, rompe gli stereotipi di genere, previene la discriminazione e coltiva modelli di ruolo positivi.

### Dichiarazione — — → Lente sensibile al genere

*I nostri pronomi personali sono rispettati e usati correttamente.*

Ognuno e ognuna di noi ha dei pronomi che vengono usati quando ci si riferisce a lui/lei (ad esempio, lei/lui, lui/lei, loro/lei) - ed è importante che questi pronomi siano corretti. Il rispetto e l'uso dei pronomi personali afferma l'identità di genere delle persone e promuove un senso di sicurezza e di rispetto; questa pratica è particolarmente importante per il benessere delle persone transgender e non binarie che possono subire discriminazioni o danni quando i loro pronomi e la loro identità non vengono riconosciuti, affermati o rispettati.

Nota: il concetto di pronomi potrebbe essere nuovo per alcuni e alcune coach e partecipanti. Sottolineare che questa dichiarazione mira a evidenziare l'importanza di creare ambienti in cui tutte e tutti si sentano sicure/i e rispettate/i nel presentarsi come se stesse/i.

*Ognuno/a ha un'uniforme/un'attrezzatura adatta alla propria corporatura.*

Garantire che le uniformi e gli indumenti abbiano dimensioni adeguate e siano comodi per le ragazze e le persone di altri generi emarginati non solo è una questione di sicurezza fisica, ma sostiene anche la loro partecipazione dignitosa allo sport. Ciò contribuisce a creare un'immagine corporea positiva, promuovendo l'inclusività e prevenendo il potenziale disagio emotivo legato a un abbigliamento inadeguato o non consono all'ambiente sportivo.

Questo include anche la considerazione dell'abbigliamento necessario per gruppi specifici, come gli hijab sportivi o i reggiseni sportivi per chiunque ne abbia bisogno.

È importante notare che affrontare la salvaguardia e le barriere all'inclusione che le persone iscritte incontrano nei vostri programmi può essere complesso e dipendente dal contesto. Women Win riconosce che i problemi di salvaguardia emergono nel contesto di sistemi di potere, oppressione e disuguaglianza storicamente rafforzati, che vengono vissuti da individui e gruppi in modo diverso in base alle loro identità intersezionali. Il DTL è stato sviluppato con la convinzione che chi partecipa alla programmazione sportiva debba avere l'opportunità di essere coinvolto/a e condividere il proprio punto di vista su questioni che hanno un impatto diretto su di loro.

## INTRODUZIONE AL DISEGNO DELLA LINEA

Il DTL è un'attività che segue un approccio ludico e partecipativo per comprendere meglio il livello di salvaguardia e inclusione nei programmi attraverso la prospettiva di coloro che vi partecipano. È uno strumento interattivo che aiuta le organizzazioni interessate a migliorare le condizioni dei loro programmi raccogliendo feedback direttamente dalle persone coinvolte. Lo strumento è destinato a chi partecipa al vostro programma, ma può essere utilizzato anche da chi allena, fa volontariato, o è parte dell'amministrazione, così da raccogliere altri punti di vista sulla sicurezza e l'inclusione nei programmi.

Lo strumento DTL consiste in una serie di circa 30 schede, ognuna delle quali contiene un'affermazione e un disegno corrispondente (vedi esempio sotto). Una alla volta, ogni affermazione viene letta ad alta voce e discussa all'interno del gruppo. A chi partecipa viene chiesto di condividere i propri pensieri e di allinearsi sull'importanza di quella particolare affermazione. Il gruppo dovrà posizionare il cartoncino contenente l'affermazione in una delle tre colonne: "Più importante", "Importante", "Meno importante".

Ciò che rende questa attività impegnativa è che ogni colonna ha un numero massimo di carte che possono essere inserite al suo interno. Se si gioca con 30 carte, si possono mettere al massimo 10 carte in ogni colonna (se si usano meno di 30 carte, si possono mettere al massimo 1/3 del numero totale di carte in ogni colonna). L'attività incoraggia il gruppo a discutere sulle ragioni per cui ritiene che una carta sia più o meno importante di un'altra. È importante ricordare che tutte le questioni di salvaguardia riflesse nelle affermazioni sono importanti e lo scopo dell'attività è quello di creare un dialogo su questi temi.

**Nessuna persona viene escluso dallo sport a causa del suo genere, della sua razza o etnia, della sua religione, del suo stato finanziario, della sua disabilità, del suo orientamento sessuale o dei suoi problemi di salute mentale\*.**



*Esempio di schede di affermazione*

Dopo aver determinato l'importanza relativa di tutte le affermazioni, il gruppo si concentrerà sulle affermazioni “più importanti” e stabilirà se ritiene che il proprio programma abbia o meno questo elemento. Disegnerete una linea di demarcazione tra le affermazioni riferite a caratteristiche che la vostra organizzazione possiede e quelle che non possiede. Come risultato di questa attività, si avrà una chiara comprensione di quali componenti della salvaguardia sono ritenuti prioritari e quali mancanti, da parte delle persone partecipanti al programma.

## **PERSONALIZZARE LE CARTE**

Potete personalizzare le affermazioni del DTL per adattarle al vostro contesto culturale o sociale. Nel personalizzare la vostra attività DTL, potreste pensare a quali affermazioni sono più applicabili per il vostro gruppo, programma o comunità. Un modo per farlo è chiedere a chi partecipa di proporre affermazioni importanti per loro nell'ambito dei temi della salvaguardia della sicurezza emotiva, della sicurezza fisica e dell'inclusione (o di altri temi di salvaguardia da voi/da loro identificati). Potete usare le vostre affermazioni personalizzate in aggiunta o al posto delle affermazioni campione elencate in questo kit di strumenti.

Una volta determinate le affermazioni, si può chiedere ai e alle partecipanti di disegnare sul retro della scheda le immagini che ritengono corrispondenti a tali affermazioni. Un modello di esempio per la creazione di queste schede è allegato a questo kit di strumenti.

Se il o la coach, che conosce le comunità e le realtà dei membri del gruppo con cui lavora, rivedendo le schede campione ritiene che manchi un argomento specifico rilevante per il suo gruppo e per il suo contesto culturale, religioso o spirituale, anche questo è un motivo per aggiungere una nuova scheda/dichiarazione.

Le carte campione sono suddivise in tre temi: sicurezza emotiva, sicurezza fisica e inclusione. Se il vostro gruppo crea le proprie carte, pensate se rientrano in uno di questi temi o se rappresentano un altro tema di salvaguardia. Dopo l'attività, l'annotazione dei temi più presenti in ciascuna colonna può aiutarvi a discutere con il vostro team dei temi di salvaguardia in cui la vostra organizzazione è forte e di quelli che potrebbero essere migliorati.

# ALLESTIMENTO E PREPARAZIONE

## PREPARAZIONE

Coinvolgere i e le partecipanti e i genitori sullo scopo della sessione, sugli argomenti di discussione e rispondere a eventuali domande o dubbi.

Capire quale consenso può essere richiesto per la sessione e quali altre approvazioni amministrative possono essere necessarie prima di facilitare la sessione.

## MATERIALI

Assicurarsi di avere una serie completa di schede di dichiarazione DTL. Questo dovrebbe includere:

- 30 schede di dichiarazione totali (comprese quelle del set di campioni e le schede personalizzate)
- 3 schede di valutazione: Più importante - Importante - Meno importante
- 2 schede di giudizio: Lo abbiamo – Ne abbiamo bisogno

Dovreste anche avere un quaderno per documentare i punti di discussione interessanti e le schede finali presentate alla fine dell'attività. Questo aiuterà l'organizzazione a capire come migliorare i propri programmi per garantire che siano sicuri e inclusivi per tutte e tutti.

## POSIZIONE

Scegliete un luogo privato in cui altre persone non possano guardare o ascoltare. È importante creare uno spazio sicuro per chi partecipa, in modo che chiunque si senta a proprio agio nel condividere qualsiasi pensiero durante l'attività. Si vedano i suggerimenti per creare uno spazio sicuro qui sotto.

## PARTECIPANTI

**Le dimensioni del gruppo** sono molto importanti. I gruppi dovrebbero essere composti da un massimo di 10-15 persone. Questo è fondamentale per garantire che tutti e tutte possano partecipare all'attività e alla discussione.

È importante anche **considerare l'età** di chi partecipa. L'attività DTL prevede un'età minima di 10 anni, ma potrebbe dover essere svolta in modo diverso per adattarsi a gruppi di età diverse.

Suggerimenti per lavorare con i **gruppi più giovani**:

- **SPIEGARE I TERMINI:** Il gruppo potrebbe non conoscere alcuni dei termini utilizzati nell'attività o nelle dichiarazioni, ad esempio “sensibili al genere”, “salvaguardia” o “molestie emotive”. Siate pronti a scomporre questi termini o concetti in spiegazioni più semplici. Fate in modo che siano rapportabili al loro contesto, alla loro età e al loro livello di conoscenza.
- **UTILIZZATE ESEMPI CONCRETI:** Le persone più giovani potrebbero avere difficoltà con i concetti più astratti. Rivedete tutte le affermazioni e preparatevi con esempi pratici e semplici che aiutino a spiegare il significato di ciascuna affermazione.
- **MANTENERE IL RITMO:** I e le partecipanti possono perdere interesse se le discussioni si protraggono troppo a lungo. Prestate attenzione ai loro livelli di energia e, se l'energia è poca, mescolatela con giochi energizzanti e di movimento. Ad esempio, fate 5-7 affermazioni e poi fate una pausa per un gioco. Ripetete questo ciclo finché non avrete completato tutte le affermazioni.
- **USARE MENO CARTE:** Per mantenere il gruppo impegnato, spesso è meglio ridurre il numero di affermazioni nell'attività. Identificate le affermazioni che sono più relazionabili e rilevanti per l'età e le caratteristiche del gruppo.

Suggerimenti per lavorare con **gruppi di adulti**:

- **DARE SPAZIO ALLA DISCUSSIONE:** Le persone adulte potrebbero volere più tempo e spazio per la discussione e il dibattito. Se il gruppo vuole parlare di un argomento, non mettetegli fretta per andare avanti. Tuttavia, prestate attenzione al ritmo delle discussioni per assicurarvi di portare a termine l'attività.
- **OSSERVARE LE DINAMICHE DI GRUPPO:** Le amicizie e l'opinione di persone coetanee possono essere particolarmente influenti nei gruppi di persone più adulte. Siate consapevoli delle dinamiche di gruppo. Se il tempo lo permette, create insieme al gruppo delle regole di base per garantire uno spazio sicuro e di fiducia.

## FACILITAZIONE

Idealmente, una sessione di DTL è condotta da due facilitatori o facilitatrici. Può essere utile anche una terza persona, soprattutto quando i gruppi sono numerosi. Chi facilita dovrebbe avere già un rapporto consolidato e di fiducia con il gruppo (ad esempio, coach, staff del programma, consulente).

**FACILITATORE/FACILITATRICE 1: guida** la sessione, sostiene la partecipazione del gruppo e mantiene il flusso generale dell'attività.

**FACILITATORE/FACILITATRICE 2: osserva** la sessione, annotando le conversazioni chiave, cogliendo le sfumature, il linguaggio del corpo e gli esempi forniti.

**FACOLTATIVO - FACILITATORE/FACILITATRICE 3: controlla** la sessione, assicurandosi che lo spazio sia mantenuto sicuro e privato da sguardi esterni, supportando al contempo Facilitatore/Facilitatrice 1 nel ridurre al minimo le distrazioni, come le conversazioni secondarie tra chi partecipa.

Uno dei ruoli più importanti di chi facilita un'attività di DTL è quello di creare uno spazio sicuro in cui chi partecipa possa esprimere liberamente i propri punti di vista. Ascoltare il più possibile ciò che viene detto, evitando di guidare la discussione verso un determinato risultato o di influenzare in qualche modo le risposte. Anche se spesso è impegnativo, è fondamentale porre domande aperte per approfondire una determinata questione.

**SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Può essere utile esercitarsi con le altre persone che facilitano la sessione prima del suo svolgimento. Questo vi permetterà di avere un'idea del flusso dell'attività, di individuare i momenti di pausa e di familiarizzare con le frasi*

## SPAZI SICURI

Uno spazio sicuro è fondamentale per una sessione DTL efficace. In uno spazio sicuro, le ragazze e le persone di altri generi emarginati si sentono più libere di esprimersi apertamente e più a proprio agio nel condividere le loro preoccupazioni e nel porre domande delicate senza temere giudizi o intimidazioni. Ciò richiederà a chi facilita un certo lavoro di preparazione nell'allestimento dello spazio, nonché azioni da intraprendere durante la facilitazione della sessione. Di seguito sono riportati alcuni suggerimenti su come creare spazi fisicamente ed emotivamente sicuri per una sessione di DTL.

## SICUREZZA FISICA:

- In primo luogo, lo spazio fisico deve essere sicuro, in modo che chi partecipa possa sedersi e partecipare comodamente senza disturbi dall'esterno.
- Nessuna persona estranea deve poter ascoltare durante la sessione.
- Presentare al gruppo l'ambiente circostante: dove prendere l'acqua, dove si trovano i servizi igienici e dove possono andare se hanno bisogno di una pausa dalla sessione (devono essere accompagnati da una delle persone che facilita la sessione).

## SICUREZZA EMOTIVA:

- Creare regole di base con chi partecipa per definire le linee guida per il comportamento durante la sessione che tutte e tutti dovranno rispettare. Se non sono state menzionate dal gruppo, assicuratevi che siano incluse le seguenti regole di base:
  - ◇ **Riservatezza.** I contributi di chi partecipa potranno essere utilizzati per migliorare il programma, ma saranno condivisi in forma anonima. Non condividete i dettagli o le storie con altre persone al di fuori di questa sala. Si noti che esiste un'eccezione per chi facilita: loro possono essere tenuti a rispettare le politiche di salvaguardia dell'organizzazione per garantire la sicurezza e il benessere delle persone partecipanti se queste ultime rivelano un problema di salvaguardia.
  - ◇ **Nessun giudizio.** Sottolineando questo aspetto per il gruppo, fate capire loro che è lecito commettere errori, fare domande curiose e chiarificatrici.
- Poiché molti dei temi trattati nelle dichiarazioni riguardano questioni di salvaguardia sensibili al genere, è importante che nell'individuare persone che facilitano la sessione ci sia rappresentatività secondo un aspetto di genere, in modo che le ragazze e le persone di altri generi emarginati si sentano a proprio agio nel discutere le loro esperienze e condividere le loro prospettive su questi temi.
- Se una persona racconta una storia delicata, riconoscetela e ringraziatela per la sua forza/resilienza/coraggio/fiducia. Non chiedete dettagli personali sull'evento nel gruppo, né indagate su comportamenti di abuso/violenza/molestie.
- Tenete presente che chi partecipa potrebbe aver subito un trauma nella propria vita: bullismo, molestie, oppressione o abusi. Queste persone potrebbero essere innescate dall'ascolto di storie che ricordano loro l'evento traumatico. Quando vengono innescate possono esprimere emozioni come ansia, paura, vergogna, rabbia e possono apparire eccessivamente emotive, distratte, silenziose, con poca energia o disimpegnate.
  - ◇ Se qualcuno o qualcuna si sente emotivamente sopraffatto/a, consentite di fare una pausa per prendere aria e tornare una volta pronto/a. Chiedete a una delle persone che facilitano l'attività di offrire accompagnamento e supporto, se necessario.

- Assicuratevi di avere a disposizione risorse o numeri di contatto per la salute mentale o la consulenza locale per sostenere coloro che potrebbero avere reazioni emotive alla conversazione.

### **INCLUSIONE:**

- Creare un'atmosfera in cui la voce di tutti e tutte sia valorizzata e ascoltata.
- Chi facilita deve incoraggiare attivamente la partecipazione di tutti e tutte, e soprattutto coloro che possono essere più riservati/e o meno propensi/e a parlare, utilizzando tecniche come la discussione in piccoli gruppi per facilitare il dialogo inclusivo. Tuttavia, è importante che chi facilita non obblighi mai nessuno/a a partecipare.
- Alcune delle persone che partecipano possono beneficiare di metodi alternativi di partecipazione, come risposte scritte o espressioni artistiche.
- Comunicare chiaramente una politica di tolleranza zero per qualsiasi forma di discriminazione o comportamento di esclusione.
- Assicurarvi che chi facilita rappresenti una gamma diversificata di contesti, compresi il genere, l'etnia e le prospettive culturali.

# PIANO DELLA SESSIONE

## ENERGIZZANTE

1. Iniziate la sessione con un'attività divertente ed energizzante per far muovere il gruppo ed entusiasmarlo per le attività future. Nell'allegato A sono riportati alcuni suggerimenti di attività energizzanti che promuovono la comunicazione, la risoluzione dei problemi e la fiducia.  
  
\* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Assicuratevi che anche chi facilita partecipi! Questo è un buon modo per stabilire il tono della sessione futura, ed è particolarmente importante se chi facilita non ha mai lavorato con il gruppo prima.*

## INTRODUZIONE

2. Dopo un rapido gioco, fate sedere il gruppo in cerchio, compresi/e coloro che facilitano, su sedie o a terra. Introducete l'attività spiegando l'obiettivo e sottolineando che questo è uno spazio per condividere ciò che pensano senza alcun giudizio. Lo scopo è imparare da loro come pensano che i programmi in cui sono coinvolti/e possano diventare più sicuri e inclusivi per tutti e tutte.  
  
\* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Cercate di sedervi allo stesso livello del gruppo, in modo da creare un maggiore senso di sostegno, piuttosto che stare in piedi sopra o davanti.*

## ISTRUZIONI

3. Prendete qualche minuto per spiegare il materiale. Iniziate con le carte delle affermazioni. Spiegate che ogni carta ha due lati: uno con un'affermazione e l'altro con un disegno che si riferisce a quell'affermazione. Posizionate le 3 schede di valutazione una accanto all'altra sul pavimento, in modo che chiunque possa vederle. Dite che una per una, esaminerete insieme le carte e deciderete il livello di importanza delle stesse. Verranno create 3 colonne con le carte delle affermazioni poste sotto ciascuna delle carte di valutazione.  
  
\* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Spiegate che chi partecipa deve lavorare per dare priorità sia alle cose che sono importanti per loro e che sono già in atto, sia a quelle che sono importanti per loro ma non ancora in atto.*

## GIOCO: FASE DI DEFINIZIONE DELLE PRIORITÀ

4. Chiedete a una delle persone che partecipano di leggere ad alta voce la prima scheda e di mostrare l'immagine al gruppo. Il gruppo deve decidere se l'affermazione è molto importante per loro come gruppo, importante o meno importante. Deve riflettere su questo aspetto nel contesto del programma di cui fanno parte. Una volta deciso, la persona che ha letto la carta può posizionare l'affermazione sotto la scheda di valutazione corrispondente. Incoraggiate la lettura delle schede una alla volta, in modo che tutto il gruppo discuta della stessa scheda. È utile anche che le carte siano lette a turno da chi partecipa, passando il mazzo da una persona all'altra
- \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Se qualcuno o qualcuna non sa leggere o ha difficoltà, incoraggiatelo/a a descrivere ciò che vede nell'illustrazione, se si sente a suo agio. Le domande possibili per valutare la comprensione includono: Possible questions to assess comprehension include:*
    - ◇ *Capite cosa significa questa affermazione?*
    - ◇ *Come potrebbe essere per voi?*
    - ◇ *Potete ripetere questa affermazione con parole vostre?*
  - \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Essere consapevoli delle dinamiche di gruppo e assicurarsi proattivamente che tutte e tutti siano incluse ed inclusi e partecipino, senza che uno/a o due partecipanti prendano il controllo e prendano tutte le decisioni da soli/e.*
  - \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Sebbene possiate avere un'opinione personale su un argomento o sulla collocazione di una carta, è importante che non influiate sulla decisione del gruppo. Chi facilita può fornire ulteriori informazioni o esempi sulla carta se qualcosa non è chiaro, ma non deve dare suggerimenti sulla sua importanza o meno.*
5. Passate il mazzo di carte delle affermazioni alla persona successiva nel cerchio e chiedete di leggere l'affermazione seguente. Come gruppo, decidete il suo livello di importanza. Continuate in questo modo fino a quando tutte le carte sono state messe in una colonna di valutazione. Nel corso della discussione, le carte possono essere spostate da una colonna all'altra se il gruppo decide di cambiare la propria valutazione. .

**Nota:** non ci possono essere più di 10 carte in ciascuna colonna (o 1/3 del numero totale di carte se si gioca con meno di 30 carte). In questo modo chi partecipa può discutere sulle ragioni per cui ritengono che una carta sia molto importante o

meno, e quindi prendere decisioni in gruppo. Molte informazioni importanti per la raccolta dei dati deriveranno da questa parte della discussione, in particolare sul motivo per cui una carta è ritenuta più importante di un'altra.

- \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Le domande guida per aiutare il gruppo a determinare l'importanza relativa di una carta includono:*
  - ◇ È importante per il vostro senso di sicurezza e benessere?
  - ◇ È più o meno importante di... (si può paragonare a una carta già messa in un'altra pila)?
- \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Se chi partecipa ha difficoltà a decidere quali sono le 10 carte "più importanti", ribadite che tutto è importante e chiedete loro di riflettere:*
  - ◇ Quali carte hanno avuto il maggiore impatto sul vostro senso di sicurezza e benessere nel nostro programma?
  - ◇ Se aveste risorse limitate e non poteste affrontare tutti questi problemi, quale sarebbe la vostra priorità principale?
- \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Non preoccupatevi troppo di trovare il consenso e la collocazione di ogni carta, può portare a un'inutile pressione per la scelta e ostacolare l'apertura della conversazione. Se per il gruppo è difficile collocare una carta in una pila specifica, potete metterla da parte e tornarci in un secondo momento.*

6. Una volta che tutte le schede sono state inserite in una colonna, si può passare alla fase successiva. Ora che il gruppo ha identificato gli elementi che considerano più importanti per un programma sicuro e inclusivo, è il momento di definire ciò che hanno già all'interno del loro programma e ciò che non hanno ma di cui sentono chiaramente di aver bisogno.

Annotate quali carte si trovano nelle colonne "Importante" e "Meno importante" e poi spostatele. Dovreste avere davanti ai partecipanti solo le carte della colonna "Più importante".

## ATTIVITÀ ENERGIZZANTE

7. Se c'è tempo, fate un altro rapido esercizio energizzante per preparare il gruppo alla parte successiva.
- \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Assicuratevi di gestire molto bene il vostro tempo: se è limitato potreste decidere di togliere l'esercizio energizzante o cercare di accelerare un po' il processo di posizionamento delle carte.*

## GIOCO: CAPIRE COSA ABBIAMO E DI COSA ABBIAMO BISOGNO

8. Posizionate le due schede di giudizio al centro del cerchio. Come è stato fatto nel turno precedente, chiedete a qualcuno/a di leggere uno per uno i cartoncini con l'affermazione "Più importante" e di decidere in gruppo se si tratta di qualcosa che hanno già nel loro programma/organizzazione o che non hanno ma di cui hanno bisogno. Ciascuna scheda deve essere collocata sotto una delle seguenti schede: "Lo abbiamo" o "Ne abbiamo bisogno".
9. Per completare l'attività, è importante tenere una discussione più approfondita su come i e le partecipanti possano svolgere un ruolo nell'incorporare alcune delle componenti mancanti della salvaguardia e dell'inclusione nei loro programmi. In gruppo o in gruppi più piccoli, utilizzate le carte "Ne abbiamo bisogno" e chiedete al gruppo di pensare a come possa essere proattivo per ottenere le cose di cui ha bisogno, a come il gruppo potrebbe lavorare insieme per apportare questi cambiamenti e a quali altre soluzioni possono essere introdotte o esplorate. Scrivete alcuni di questi punti e condivideteli con il vostro gruppo dopo l'attività.
  - \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Riportate gli appunti di questa conversazione nel modello di annotazione. Quando una carta viene inserita nella colonna "Ne abbiamo bisogno", assicuratevi di porre ulteriori domande, come ad esempio:*
    - ◇ *Che aspetto avrebbe idealmente nel nostro programma/organizzazione?*
    - ◇ *Come possiamo lavorare insieme per cambiare questo tema?*
    - ◇ *Di cosa avete bisogno per poter cambiare?*

## CONCLUSIONE

10. Riassumete alcuni temi o punti di discussione dell'attività e chiedete se c'è qualcosa che i partecipanti hanno ritenuto mancante nella conversazione.

Ringraziate i e le partecipanti per il loro tempo e per aver condiviso apertamente le loro prospettive, opinioni ed esperienze. Ribadite che tutti i dettagli che sono stati condivisi devono essere mantenuti anonimi.

Chiudere la sessione con un'attività conclusiva o un esercizio di radicamento, in modo che i e le partecipanti possano passare da questa attività al resto della loro giornata in modo consapevole.

- \* **SUGGERIMENTO PER LA FACILITAZIONE:** *Ricordate di gestire le aspettative di chi partecipa, assicurandovi di chiarire che non tutte le questioni potranno essere affrontate nei prossimi mesi e di non fare promesse.*

# RIEPILOGO E FOLLOW-UP

Una volta completata l'attività di DTL, avrete una chiara comprensione di ciò che il gruppo ritiene manchi nel programma e di ciò che è importante includere. Il seguente documento consente di raccogliere le intuizioni, le note e i passi successivi della sessione.

## 1. PRIORITÀ DELLE AFFERMAZIONI

Dopo la sessione, registrate quali affermazioni sono state ritenute più importanti, importanti o meno importanti barrando la colonna corrispondente sulla destra.

# Sicurezza Emotiva

AFFERMAZIONE	PIÙ IMPORTANTE	IMPORTANTE	MENO IMPORTANTE
Sappiamo a quale persona adulta rivolgerci quando abbiamo un problema.			
Riceviamo il sostegno e l'incoraggiamento delle nostre famiglie a praticare sport.			
Ci sentiamo emotivamente al sicuro con chi ci allena (ad esempio, abbiamo canali di comunicazione aperti e onesti, ci sentiamo rispettate e rispettati).			
Gli errori vengono trattati come opportunità di apprendimento piuttosto che come motivi di punizione (ad esempio, non veniamo sgridati/e per motivi disciplinari).			
Ci sentiamo a nostro agio nel sottolineare i comportamenti che non vanno bene.			
Nella squadra ci sosteniamo a vicenda sia nelle vittorie che nelle sconfitte			
Abbiamo uno spazio per giocare senza temere molestie emotive (bullismo, abusi emotivi, vergogna, insulti, minacce, battute offensive).			
Siamo tutte e tutti coinvolte e convolti nella decisione dei valori della nostra squadra o delle regole di base della comunità.			
Ci sentiamo a nostro agio nell'essere pienamente noi stesse e noi stessi durante le nostre sessioni sportive.			
La nostra salute mentale è considerata prioritaria e sostenuta da chi ci allena e da compagni e compagne di squadra.			

## Sicurezza Fisica

AFFERMAZIONE	PIÙ IMPORTANTE	IMPORTANTE	MENO IMPORTANTE
Il trasporto verso i nostri parchi giochi/campi e campi da gioco è facile e sicuro.			
I parchi giochi/campi e le strutture sono sicuri e accessibili a persone di tutte le abilità.			
Abbiamo uno spazio per giocare senza temere molestie fisiche (spinte, colpi, spintoni).			
Abbiamo uno spazio privato e sicuro per cambiarci.			
Le nostre aree di gioco sono ben illuminate, in modo da poter giocare anche dopo il tramonto.			
Ci sono servizi igienici che chiunque può utilizzare in modo sicuro e confortevole.			
Disponiamo di attrezzature e materiali adeguati e di qualità per poter giocare in sicurezza.			
Chi ci allena non ricorre ad abusi fisici per motivi disciplinari (botte, schiaffi, punizioni con esercizi eccessivi).			
Siamo libere e liberi da contatti fisici che ci mettono a disagio.			
I nostri infortuni sono presi sul serio e il nostro recupero è supportato dal nostro team e da chi ci allena.			

# Inclusione

AFFERMAZIONE	PIÙ IMPORTANTE	IMPORTANTE	MENO IMPORTANTE
Nessuno/a viene escluso dallo sport a causa del suo genere, della sua razza o etnia, della sua religione, del suo stato finanziario, della sua disabilità, del suo orientamento sessuale o dei suoi problemi di salute mentale*.			
Nessuno/a viene escluso dallo sport per mancanza di abilità.			
Ci è consentito giocare con un abbigliamento culturalmente accettabile.			
Ognuno/a ha un'uniforme/un'attrezzatura adatta alla propria corporatura.			
Ci è consentito comunicare su argomenti delicati nella nostra lingua madre.			
I nostri pronomi personali sono rispettati e usati correttamente.			
Abbiamo donne allenatrici**			
Abbiamo accesso agli assorbenti igienici o ad altri prodotti mestruali e a un luogo privato per smaltirli.			
Il nostro diritto a praticare sport è chiaramente valutato, rispettato e considerato prioritario dall'organizzazione.			
I ragazzi e gli uomini accolgono e sostengono il nostro diritto di fare sport (ad esempio, ci incitano, credono nelle nostre capacità, ci incoraggiano a giocare).			

Le schede campione sono suddivise per temi: **sicurezza emotiva**, **sicurezza fisica e inclusione**. Nella tabella sottostante, annotate quali temi sono emersi contando il numero di affermazioni in ciascuna categoria e la loro priorità relativa. Questo può aiutarvi a discutere con il vostro team dei temi di salvaguardia che coloro che partecipano ritengono più importanti per loro.

TEMA	PIÙ IMPORTANTE	IMPORTANTE	MENO IMPORTANTE
SICUREZZA EMOTIVA			
SICUREZZA FISICA			
INCLUSIONE			

## 2. RACCOMANDAZIONI

Registrate quali delle affermazioni “più importanti” il vostro gruppo ha scelto come “Lo abbiamo” e “Ne abbiamo bisogno”:

AFFERMAZIONI “PIÙ IMPORTANTE”	LO ABBIAMO	NE ABBIAMO BISOGNO

Per ciascuna delle affermazioni che il vostro gruppo ha selezionato “Ne abbiamo bisogno”, includete delle note su qualsiasi idea condivisa dal gruppo che potrebbe sostenere il senso di sicurezza e benessere delle persone partecipanti al vostro programma sportivo. Queste possono includere raccomandazioni per cambiamenti che vorrebbero vedere nelle loro squadre o nell’organizzazione, o possibili azioni per chi partecipa, chi allena, o per il personale del programma, così da poter affrontare un problema o un’esigenza specifica di salvaguardia. Ciò sarà utile per condividere con l’organizzazione i risultati della discussione e creare un piano d’azione per attuare i cambiamenti necessari.

NE ABBIAMO BISOGNO	
<b>AFFERMAZIONE:</b>	
<b>Note:</b>	

NE ABBIAMO BISOGNO	
<b>AFFERMAZIONE:</b>	
<b>Note:</b>	

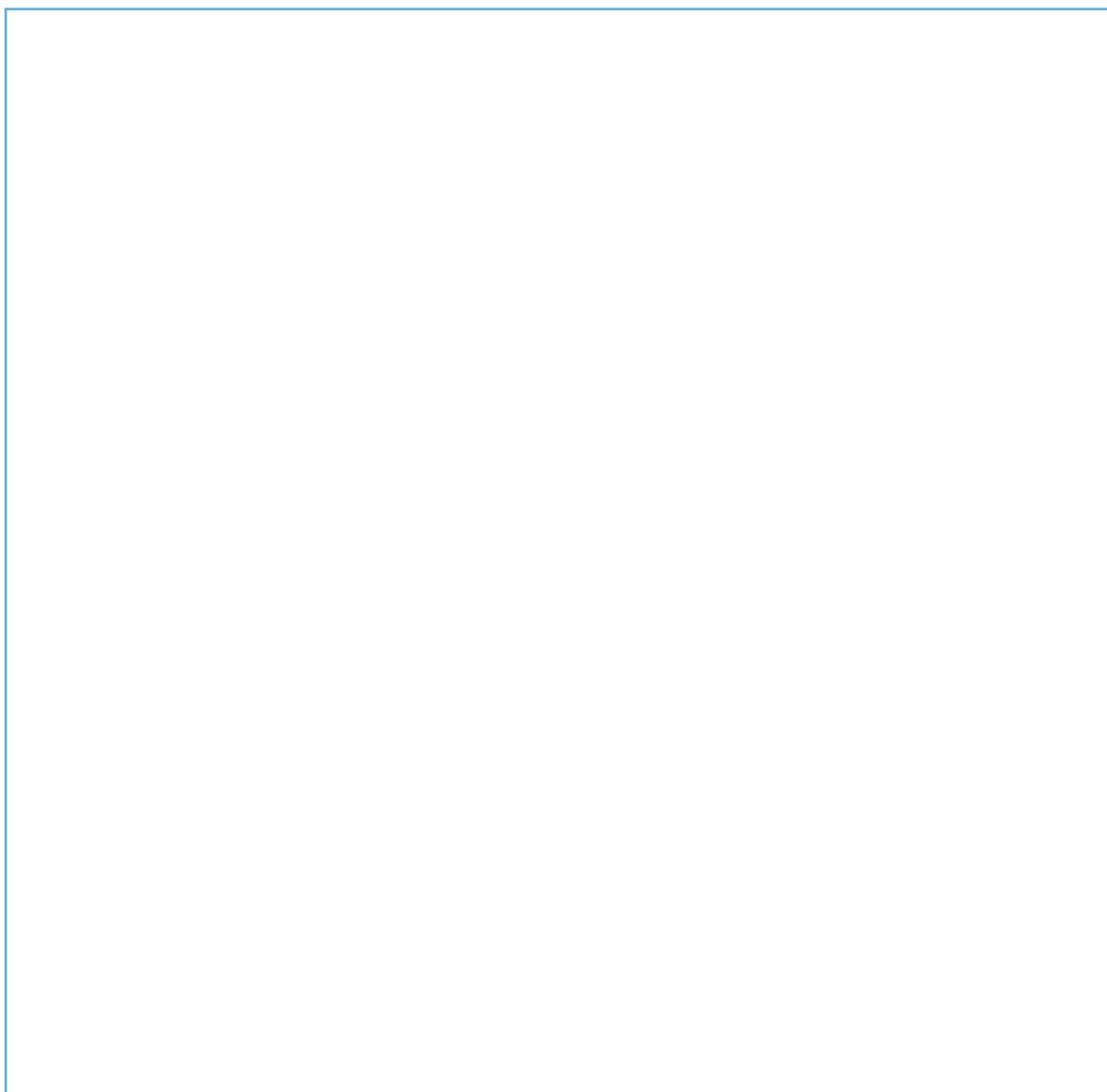
NE ABBIAMO BISOGNO	
<b>AFFERMAZIONE:</b>	
<b>Note:</b>	

NE ABBIAMO BISOGNO	
<b>AFFERMAZIONE:</b>	
<b>Note:</b>	

NE ABBIAMO BISOGNO	
<b>AFFERMAZIONE:</b>	
<b>Note:</b>	

### 3. ALTRE NOTE

Questo spazio è riservato alle note aggiuntive. Annotate tutto ciò che avete colto durante la sessione e che è rilevante per comprendere meglio il contesto della discussione o delle decisioni. *Ad esempio, com'è lo spazio? Com'è stata l'interazione all'interno del gruppo? Com'è stata l'interazione tra le persone partecipanti e chi ha facilitato? Tutte e tutti si sono sentite/i sicure/i di condividere? Tutte e tutti hanno avuto pari opportunità di condividere?*



# ALLEGATO 1:

## Affermazioni per le carte da gioco

SICUREZZA EMOTIVA

AFFERMAZIONE	No.
Sappiamo a quale persona adulta rivolgerci quando abbiamo un problema.	1
Riceviamo il sostegno e l'incoraggiamento delle nostre famiglie a praticare sport.	2
Ci sentiamo emotivamente sicuri e sicure con chi ci allena (ad esempio, abbiamo canali di comunicazione aperti e onesti, ci sentiamo rispettate/i).	3
Gli errori vengono trattati come opportunità di apprendimento piuttosto che come motivi di punizione (ad esempio, non veniamo sgridate/i per motivi disciplinari).	4
Ci sentiamo a nostro agio nel sottolineare i comportamenti che non vanno bene.	5
Nella squadra ci sosteniamo a vicenda sia nelle vittorie che nelle sconfitte	6
Abbiamo uno spazio per giocare senza temere molestie emotive (bullismo, abusi emotivi, vergogna, insulti, minacce, battute offensive).	7
Siamo tutte/i coinvolte/i nella decisione dei valori della nostra squadra o delle regole di base della comunità.	8
Ci sentiamo a nostro agio nell'essere pienamente noi stesse e noi stessi durante le nostre sessioni sportive.	9
La nostra salute mentale è considerata prioritaria e sostenuta da chi ci allena e da compagne e compagni di squadra.	10

SICUREZZA FISICA

AFFERMAZIONE	No.
Il trasporto verso i nostri parchi giochi/campi e campi da gioco è facile e sicuro.	11
I parchi giochi/campi e le strutture sono sicuri e accessibili a persone di tutte le abilità.	12
Abbiamo uno spazio per giocare senza temere molestie fisiche (spinte, colpi, spintoni).	13
Abbiamo uno spazio privato e sicuro per cambiarci.	14
Le nostre aree di gioco sono ben illuminate, in modo da poter giocare anche dopo il tramonto.	15
Ci sono servizi igienici che tutte e tutti possono utilizzare in modo sicuro e confortevole.	16
Disponiamo di attrezzature e materiali adeguati e di qualità per poter giocare in sicurezza.	17
Chi ci allena non ricorre ad abusi fisici per motivi disciplinari (botte, schiaffi, punizioni con esercizi eccessivi).	18
Siamo liberi e libere da contatti fisici che ci mettono a disagio.	19
I nostri infortuni sono presi sul serio e il nostro recupero è supportato dal nostro team e da chi ci allena.	20

AFFERMAZIONE	No.
Nessuna persona viene escluso dallo sport a causa del suo genere, della sua razza o etnia, della sua religione, del suo stato finanziario, della sua disabilità, del suo orientamento sessuale o dei suoi problemi di salute mentale*.	21
Nessuna persona viene esclusa dallo sport per mancanza di abilità.	22
Ci è consentito giocare con un abbigliamento culturalmente accettabile.	23
Ognuno/a ha un'uniforme/un'attrezzatura adatta alla propria corporatura.	24
Ci è consentito comunicare su argomenti delicati nella nostra lingua madre.	25
I nostri pronomi personali sono rispettati e usati correttamente	26
Abbiamo donne allenatrici**	27
Abbiamo accesso agli assorbenti igienici o ad altri prodotti mestruali e a un luogo privato per smaltirli.	28
Il nostro diritto a praticare sport è chiaramente valutato, rispettato e considerato prioritario dall'organizzazione.	29
I ragazzi e gli uomini accolgono e sostengono il nostro diritto di fare sport (ad esempio, ci incitano, credono nelle nostre capacità, ci incoraggiano a giocare).	30

\* Vi incoraggiamo a utilizzare un approccio intersezionale nell'implementazione di questa attività e nella facilitazione delle discussioni sulla salvaguardia. L'intersezionalità si riferisce al modo in cui varie forme di disuguaglianza e oppressione spesso operano insieme e creano esperienze di discriminazione che si sommano l'une alle altre. Ad esempio, le barriere che le ragazze e le donne devono affrontare per accedere allo sport possono apparire diverse se si tiene conto di identità intersecanti come razza, religione, etnia, classe, abilità, ecc.

Prendendo in considerazione il contesto locale, i codici culturali o le leggi locali, valutate come incoraggiare chi partecipa a riflettere sulla sicurezza e sull'inclusione in modo intersezionale. Invitate il gruppo a considerare l'impatto di questi problemi di salvaguardia sulle persone di genere diverso, nonché sui gruppi e sulle comunità emarginate come persone di colore, indigene, LGBTQIA+, rifugiate, le ragazze e le donne migranti con o senza disabilità.

\*\* La presenza di allenatrici, in particolare quando si lavora con le ragazze, è una chiave per un approccio alla salvaguardia sensibile al genere per qualsiasi organizzazione sportiva. Tenendo conto dell'età del vostro gruppo e del contesto locale, considerate la possibilità di aprire la discussione per includere una maggiore diversità di genere. Chiedete a coloro che partecipano di riflettere su come la presenza di persone di genere non-binario o transgender che allenano possa influire sul senso di sicurezza e benessere dei giovani non-binari e/o transgender. È un aspetto importante anche per loro?

## **ALLEGATO 2: Schede di Valutazione e Giudizio**

(stampare e ritagliare le schede sottostanti per utilizzarle nell'attività).

**PIÙ IMPORTANTE**

**IMPORTANTE**

**MENO IMPORTANTE**

**LO ABBIAMO**

**NE ABBIAMO  
BISOGNO**



# ALLEGATO 3:

## Attività energizzanti

### 1. Nodo Umano

**Obiettivo:** Incoraggiare la comunicazione e il lavoro di squadra.

**Tempo:** 5-10 min

**Istruzioni per l'attività:**

- Ogni persona stringe con una mano e afferra la mano di chiunque nel gruppo, tranne le persone in piedi accanto a loro.
- Con l'altra mano afferrano la mano di qualcuno o qualcuna nel gruppo, tranne le persone in piedi accanto a loro e la persona con cui si stanno già tenendo per mano.
- La sfida consiste nel districarsi senza lasciarsi andare le mani.

**Aumentare la sfida:**

- Allargate i gruppi e/o aggiungete restrizioni ai loro metodi di comunicazione.

### 2. Linea Silenziosa

**Obiettivo:** Promuovere la comunicazione non verbale e il lavoro di squadra.

**Tempo:** 5-15 min

**Istruzioni per l'attività:**

- Chi gioca deve organizzarsi in fila secondo un determinato criterio (ad esempio l'altezza) senza parlare.

**Aumentare la sfida:**

- Ripetere la sfida due o tre volte con compiti progressivamente più impegnativi (ad esempio, la data di nascita).

### 3. Salita da Schiena a Schiena

**Obiettivo:** Esercitare la comunicazione, la costruzione della fiducia e il pensiero strategico.

**Tempo:** 5-10 min

**Istruzioni per l'attività:**

- Dividete il gruppo in coppie.
- Chiedete a tutte le coppie di mettersi schiena contro schiena.
- Fate in modo che in ogni coppia si premano le schiene in modo cooperativo per poi sedersi lentamente, senza usare le mani.
- Una volta che le coppie si sono sedute, fate in modo che provino a rialzarsi tenendo la schiena unita e muovendo i piedi vicino al sedere.

**Aumentare la sfida:**

- Aumentare le dimensioni del gruppo che lavora insieme.

#### 4. Gara di Lancio Della Palla

**Obiettivo:** Facilitare il team building, la risoluzione dei problemi e la comunicazione.

**Tempo:** 10-15 min

**Istruzioni per l'attività:**

- Chiedete al gruppo di disporsi in cerchio e di preparare una o più palle (di dimensioni e peso adeguate al lancio e alla presa).
- Girate intorno al cerchio permettendo a tutte e tutti di dire il proprio nome in modo che tutte e tutti possano sentire.
- La persona che anima il gioco inizia lanciando, facendo rotolare o rimbalzare una palla (a seconda dell'età e del livello di abilità) nella direzione di un altro giocatore o giocatrice, mentre pronuncia ad alta voce il suo nome.
- Spiegate che è molto importante ricordare a chi avete passato la palla.
- Continuate a passare la palla intorno al cerchio in modo che tutte e tutti abbiano ricevuto la palla una volta. Una volta ricevuta la palla, le persone possono sedersi o incrociare le braccia, in modo da assicurarsi che nessuno/a la riceva due volte.
- Quando l'ultima persona prende la palla, fatela passare di nuovo al leader.
- Ora, senza la palla e nello stesso ordine, chiedete a ogni giocatore e giocatrice di dire ad alta voce a chi passerà la palla, in modo da stabilire lo schema del movimento della palla.
- Una volta che tutti e tutte si ricordano a chi passare, provate di nuovo con la palla e vedete quanto sono veloci.

**Aumentare la sfida:**

- Dopo aver provato un paio di volte, chiedete al gruppo:
  - ◇ Chi ha un'idea su come far arrivare la palla a tutte e tutti più velocemente?
  - ◇ Cosa ne pensate dell'aggiunta di una seconda palla?
  - ◇ Vogliamo cronometrarci e poi cercare di battere il nostro tempo?
- Permettete al gruppo di riprovare con le nuove idee.