

## BRESCIA VI ACCOGLIE!

### PROPOSTA DI ATTIVITÀ LABORATORIALE DI ACCOGLIENZA PER STUDENTI INTERNAZIONALI FY



#### PERCHÈ PARTECIPARE?

L'arrivo in un Paese completamente differente per abitudini, cultura e lingua, se da un lato dovrebbe rappresentare un'esperienza stimolante, dall'altro può racchiudere alcuni ostacoli e difficoltà. La presente attività vuole offrire a tutti i giovani che arrivano da Paesi internazionali in vista di essere inseriti nel mondo accademico, l'opportunità di poter usufruire di un supporto di gruppo che possa fungere da facilitatore per affrontare meglio l'esperienza di essere studenti all'estero, lontani dalle proprie famiglie e privi di punti di riferimento iniziali.

#### OBIETTIVI E CONTENUTI

La proposta si articola in 4 incontri, durante i quali una psicologa guiderà gli studenti, mediante attività di gruppo, in un percorso mirato a promuovere l'adattamento e l'inclusione in un nuovo ambiente e incrementare il benessere personale.

La relazione con il gruppo diventerà una risorsa importante non solo per condividere con gli altri ma anche per approfondire la conoscenza di sé.

#### TITOLI DEGLI INCONTRI

1. "Il mio primo arrivo a Brescia: come mi sento?"
2. "Stili di vita e abitudini differenti: difficoltà e risorse"
3. "Gestione di ansia e stress"
4. "Mi sento pronto/a?"

#### NON SENTIRSI SOLI DI FRONTE ALLA NOVITÀ È L'OBIETTIVO DI QUESTA ATTIVITÀ!

Mediante la condivisione in gruppo, utilizzando tecniche attive verbali e non verbali supportate da materiali iconici e creativi, si potranno apprendere strategie funzionali per l'espressione di sé all'interno dell'esperienza universitaria.

L'attività laboratoriale si svolgerà in lingua italiana in quanto il gruppo può diventare un valido strumento anche per l'apprendimento e il consolidamento della lingua.



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI BRESCIA

#### COME

Ogni gruppo sarà composto da un minimo di 5 a un massimo di 10 studenti. DOVE Presso la sede di Spazio Studenti in Viale Europa 39 nella sala riunioni del Cedisu. QUANDO

I quattro incontri, della durata di 2 ore ciascuno, si svolgeranno nella giornata di giovedì nelle seguenti date: 8, 15, 22, 29 maggio 2025.

#### COME ISCRIVERSI?

L'iscrizione è obbligatoria e va effettuata inviando una mail a [matricolando@unibs.it](mailto:matricolando@unibs.it) con oggetto: "Iscrizione all'attività laboratoriale per FY Brescia vi accoglie!" e indicando nome e cognome. Non si preclude la possibilità, se il numero dei partecipanti lo consentirà, di aggiungere studenti in itinere.

“

“Ogni inizio contiene una magia che ci protegge e a vivere ci aiuta”

H.Hesse

Vi aspettiamo in gruppo a condividere la magia del vostro inizio accademico!