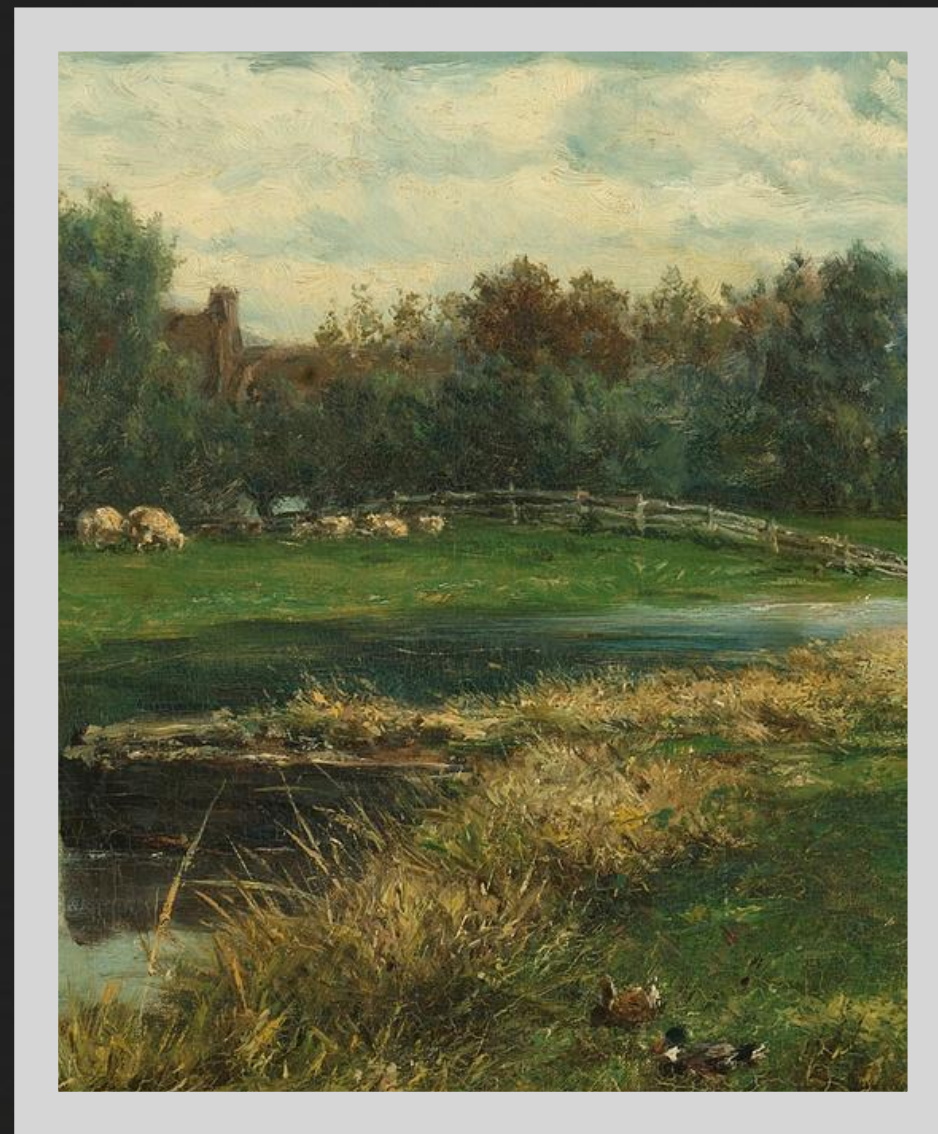


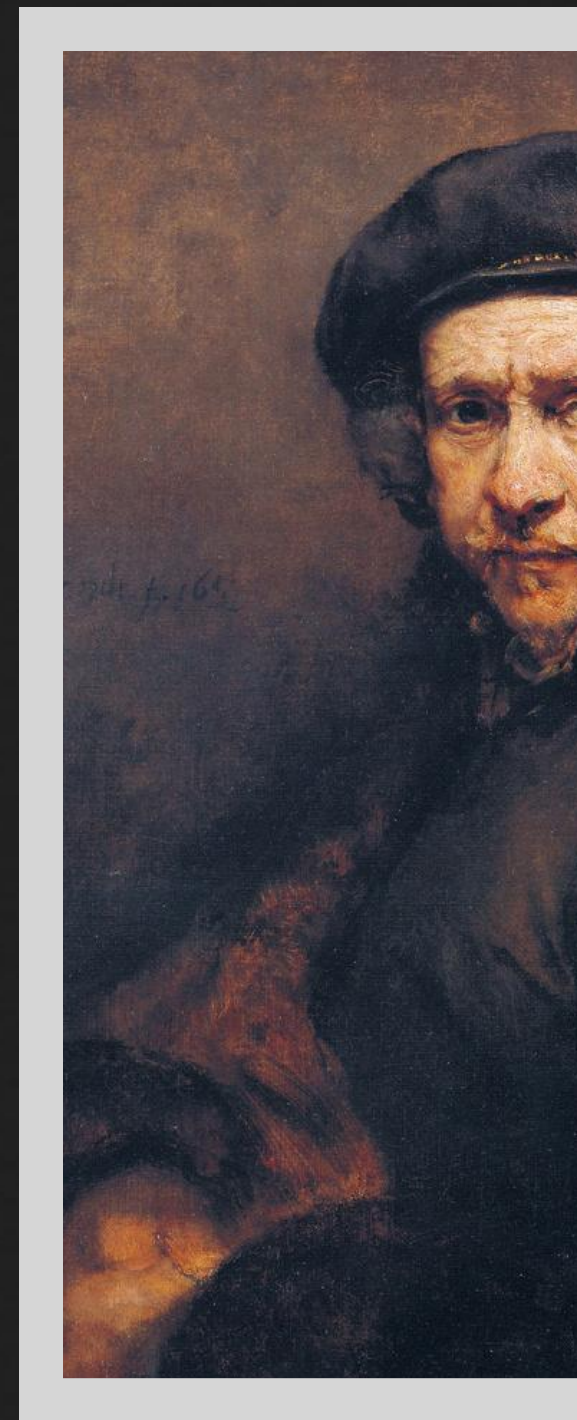


L'ARTE DI STARE BENE



14 Aprile 2026

di Paola Parazzoli



In collaborazione con



ASLCN2



Voi credete nei miracoli?

Immagine: Sant'Antonio e il miracolo del neonato che parla, Tiziano Vecellio, 1511, Scuola del Santo, Sala delle Adunanze - fotografia di Giuliano Ghiraldini dopo i restauri del 2005 - fototeca MSA

Progetto Scaldacuore

Al principio ci fu il pianto ...

Io sono Federico e sono nato a 7 mesi in assenza di battito cardiaco ma dopo tanti massaggi, il mio cuoricino ha ripreso a battere. Sono nato tra le lacrime. Piangevano i medici, piangeva papà e anche mamma ma poi si sono trasformate in tanti sorrisi. Tutti dicono che sono un miracolo e la mia copertina e cappellino sono fonte d'ispirazione.

Io credo che il vero miracolo l'abbiano fatto mamma, papà e tante zie nel creare un'associazione che diffonde Amore Incondizionato attraverso gesti di un'arte antica :
L'arte del creare a maglia, all'uncinetto e cucito.





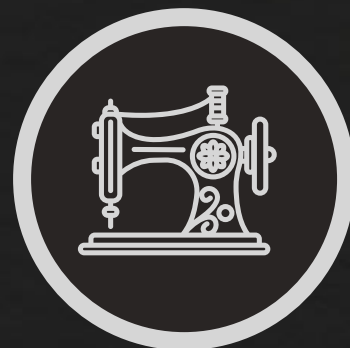
Le attività principali



L'uncinetto non è solo un passatempo creativo, ma anche una pratica che favorisce il benessere mentale ed emotivo. I movimenti ritmici e ripetitivi dell'uncinetto aiutano a rilassare la mente, ridurre lo stress e migliorare la concentrazione.



Fare a maglia può diventare un gesto di solidarietà, un modo concreto per unire creatività e altruismo. Ogni punto, ogni filo intrecciato, può trasformarsi in un dono che scalda non solo chi lo riceve, ma anche chi lo realizza.



Il cucito solidale nasce con l'obiettivo di aiutare persone in difficoltà: creare coperte, manufatti atti alla cura, oppure confezionare oggetti da vendere per raccogliere fondi destinati a progetti sociali.

DOVE AGIAMO

OSPEDALI

OSPEDALE DI VERDUNO - DIST. ALBA-BRA
OSPEDALE DI CIRIE'
OSPEDALE DI ASTI
OSPEDALE DI BIELLA
OSPEDALE DI SAVIGLIANO
REGINA MARGHERITA - SANT'ANNA

NEL SOCIALE

SCUOLE
GRUPPI DI LAVORO ZONALI
CASE DI RIPOSO

OGNUNO HA LA SUA ARTE!

Non esiste una specifica forma d'arte per far parte di Progetto Scaldacuore Odv.

Tutti possono farne parte donando la propria arte a favore dei più fragili

Scultori

Lettori

Commercianti

Insegnanti

Uncinettine

Dottori

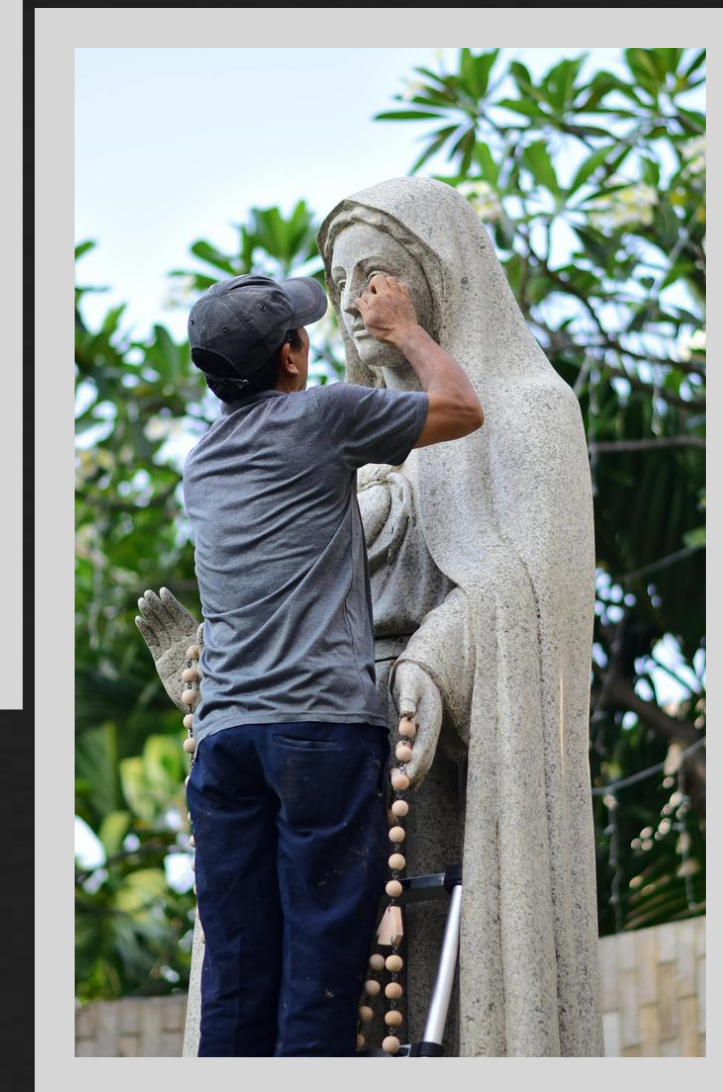
Pittori

Musicisti

Senz'arte

Nel mondo della solidarietà tutto serve.

E' un bellissimo mercato di scambio dove tu doni la tua arte ed il tuo tempo ed in cambio hai sorrisi, riconoscenza ed Amore incondizionato.



PROGETTI SOCIALI

- IL GIROTONDO DELLA SOLIDARIETA' ci permette di avvicinarci ai più piccini con semplicità ed empatia. Ci viene in aiuto una speciale fata che porta a loro il filo rosso della solidarietà collegandoli simbolicamente ad un loro coetaneo in difficoltà
- NONNI IN MOVIMENTO ci permette di dare dignità all'anziano in casa di riposo attivando il ricordo, il movimento, l'ascolto e l'antico mestiere del fare "come na volta"
- CORSI DI ABILITAZIONE AI VARI PROGETTI ci permette di formare in modo adeguato il volontario che si avvicina alle attività di Progetto Scaldacuore in condivisione con altri volontari creando connessioni e vere amicizie.



Progetto Scaldacuore ODV ETS



Il girotondo della solidarietà

Attività di sensibilizzazione al volontariato giovanile a supporto de
IL CUORE DI ADELAIDE per i bambini del Regina Margherita di Torino

Crescere
nel
volontariato



Le più belle pagine della letteratura e della poesia italiana lette dalle volontarie di Progetto Scaldacuore ODV

Letture
ad alta voce
Nonni in movimento



CORSI ONLINE DI PROGETTO SCALDACUORE

Il lavoro ai ferri ed uncinetto con Claretta

9 lezioni al mercoledì sera dalle ore 20.00 alle 22.00 a partire dal 14 gennaio 2026 al 25 marzo 2026
15 posti disponibili
GRATUITO PER TUTTE LE VOLONTARIE
ASSOCIARSI CONVIENE!

iscrizioni esterne possibili con contributo minimo di € 50 con rilascio di ricevuta
invia la tua richiesta a : info@progettoscaldacuore.org



DOT.SSA GIULIA EBARNABO



Corso formazione volontarie per abilitazione progetto

- ✓ Bisogni generali e specifici della prevenzione sanitaria di vita
- ✓ L'anziano in RSA: tra vantaggi e criticità
- ✓ Decadimento psicofisico ed accompagnamento alla morte
- ✓ La figura del caregiver: tra risorse e limiti

NONNI IN MOVIMENTO

18 Febbraio
4 Marzo
18 Marzo
1 Aprile
Dalle ore 9.00 alle ore 11.00

Il corso gratuito è rivolto a tutte le volontarie che vorranno avvicinarsi alla figura del caregiver nel contesto del progetto **NONNI IN MOVIMENTO**

PER INFO: info@progettoscaldacuore.org Cell: 351-7598188
Presso la Casa di riposo di Cornigliano d'Alba



- SALVA IL TAPPO è un'iniziativa studiata dalla nostra Barbara Buffo che fa bene all'ambiente e ci permette di raccogliere fondi. Successivamente implementata grazie alla collaborazione di associazioni sociali per l'integrazioni di ragazzi con difficoltà motorie o sindrome di Down che hanno inserito l'iniziativa SALVA IL TAPPO nelle loro attività didattiche per essere ugualmente utili per le persone con fragilità.
- TUTTI POSSONO CONTRIBUIRE ADA OGNI BOTTIGLIA STAPPATA IN ALLEGRIA! UN TAPPO IN SUGHERO SONO 5 GRAMMI DI POSSIBILITA' PER CHI SOFFRE.



- SALUTEGUSTO è un circuito di attività ristorative con portate buone per tutti; è sinonimo di prevenzione attraverso cibo di prima qualità da agricoltura naturale senza lo sfruttamento del suolo e privi da agenti chimici in qualsiasi fase della vita del vegetale, da allevamenti non intensivi ed autoctoni e da realtà non industriali a vasta produzione.
- SaluteGusto è il poco ma con gusto alla portata di tutti
- SaluteGusto è lo sforzo di figure professionali che si mettono in gioco per il bene della collettività.



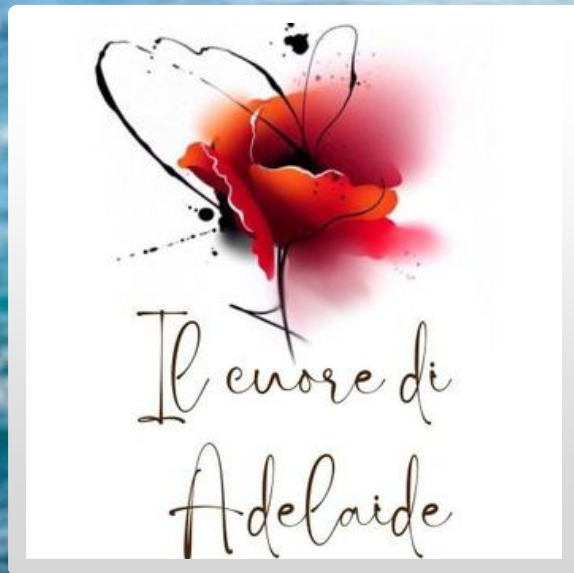
RELAX KNITTING BAG è un progetto di lanaterapia promosso nei reparti di lungodegenza

La lana terapia è una pratica che utilizza il lavoro a maglia, l'uncinetto o altre attività manuali con la lana come strumento di rilassamento, concentrazione e benessere mentale. Non si tratta solo di un hobby creativo, ma di una vera e propria forma di meditazione attiva.

Il ritmo ripetitivo dei movimenti, il contatto con la lana e la possibilità di creare qualcosa con le proprie mani favoriscono uno stato di calma e presenza. Durante la lavorazione, la mente si libera dai pensieri negativi e si concentra sul "qui e ora", riducendo ansia e stress.

Dal punto di vista psicologico, la lanaterapia stimola la fiducia in sé stessi, la pazienza e la soddisfazione personale. Inoltre, quando praticata in gruppo, favorisce la socializzazione e il senso di appartenenza, elementi fondamentali per il benessere emotivo.

In sintesi, la lanaterapia unisce creatività e cura, trasformando un gesto semplice e antico in un potente alleato per la salute mentale.



IL CUORE DI ADELAIDE

Quando il bene lenisce il dolore

Questo progetto nasce per celebrare la memoria di una donna straordinaria, scomparsa a causa di un cancro al seno, che ha lasciato un segno profondo di amore, forza e generosità. La sua vita, segnata dal coraggio e dalla dedizione verso gli altri, diventa oggi fonte d'ispirazione per un'iniziativa rivolta ai bambini di tutto il mondo.

L'obiettivo del progetto è trasformare il dolore in speranza, creando opportunità di crescita, educazione e benessere per i più piccoli. Attraverso attività artistiche, educative e solidali, si promuove un messaggio di vita, resilienza e solidarietà.

Le azioni possono includere:

- raccolte fondi per garantire istruzione, cure e sostegno psicologico;
- collaborazioni con scuole, ospedali e associazioni internazionali;
- eventi culturali dedicati alla sensibilizzazione sul cancro al seno e alla promozione della prevenzione.

Ogni iniziativa porta con sé il ricordo della donna a cui è dedicata, mantenendo vivo il suo spirito di amore e altruismo. Il progetto diventa così un ponte tra memoria e futuro: un modo per continuare a donare vita, speranza e sorrisi ai bambini del mondo, nel nome di chi ha saputo insegnare il valore della gentilezza e della forza interiore.



Professional Portfolio

Copertine



Cappellini chemio



Tubi running



Copripicc donna



Copripicc uomo



bomboniere solidali



Cuori Mastectomia



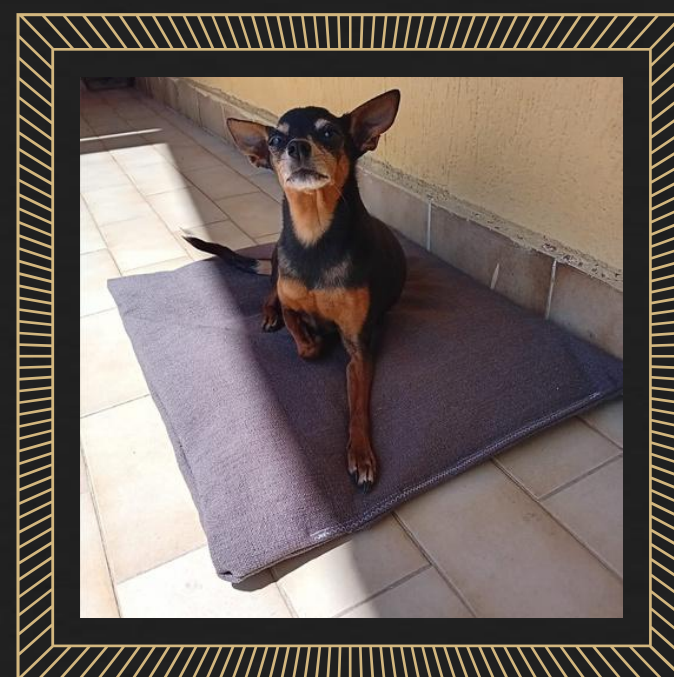
Ausili per contenzione



Coperte



Cuscini per i pelosetti



PRESIDIO OSPEDALIERO UNIFICATO DI SAVIGLIANO SALUZZO FOSSANO –S.C. CHIRURGIA GENERALE SAVIGLIANO

Con la presente si comunica che dopo 3 anni di esperienza si voleva ringraziare l'associazione Progetto Scaldacuore Odv per il prezioso contributo offerto:

- Cuscino a forma di cuore:
- particolarmente gradito dalle pazienti sia come supporto fisico che come supporto psicologico (si sentono "coccolate" materiale colorato che le fa sorridere)
- supporta durante il riposo a letto con diminuzione del dolore e del fastidio.
- Distoglie il pensiero dall'evento malattia facendo concentrare attenzione su pensieri positivi

Porta drenaggio utilissimo per il trasporto del drenaggio a domicilio

- Materiale colorato che permette di vivere l'iniziale disagio con spensieratezza
- Utile nella pratiche quotidiane (facilmente indossabile)

Dott.ssa Lamanna Ginevra

PRESIDIO OSPEDALIERO UNIFICATO DI SAVIGLIANO SALUZZO FOSSANO
S.C. CHIRURGIA GENERALE SAVIGLIANO
Ospedale SS. Annunziata Via Ospedali 14 12038 Savigliano (CN)
Tel. centr.: 0172 719 111/ email: centralino.savigliano@asicn1.it

Direttore:
Dr. PETRUZZELLI Luca

Medici di Reparto:
Dr. AVAGNINA Giovanni
Dr.ssa BENEDETTO Mariachiara
Dr. BRUGHITTA Eugenio
Dr. CINTI Lorenzo
Dr. CUOGHI Matteo Maurizio
Dr.ssa FRANCO Caterina
Dr. KOLTRAKA Bledar
Dr.ssa KROEZZE Cristina
Dr.ssa LAMANNA Ginevra
Dr. LANATI Ivano
Dr. LAZZARI Ivano
Dr. LISA Flavio
Dr.ssa LOVESIO Silvia
Dr.ssa MICARI Jasmina
Dr.ssa ODASSO Chiara
Dr.ssa OSELLA Giulia
Dr.ssa PELUSO Chiara
Dr.ssa PONZO Paola
Dr. SCIANDRA Piercarlo
Dr. SIMONELLI Alessandro
Dr. TORRE Giovanni
Dr. VIAZZI Paolo

Medici Specializzandi:
Dr. IEMMOLO Paolo
Dr.ssa MIRTO Francesca

Coordinatore:
Sig.ra PANETTA Alessia Giuditta

Segreteria:
Sig.ra CICIO Giuseppina
Sig.ra GARAVAGNO Susanna Maria

Call Center Cup Regionale:
al numero 800.000.500
attivo tutti i giorni dalle 8 alle 20

Reparto di Chirurgia:
Tel. 0172 719 276
Tel. 0172 719 038

Chirurgia Senologica:
Tel. 0172 719 732

Ambulatorio divisionale:
Tel. 0172 719 183

**Ambulatorio di endoscopia
digestiva :**
Tel. 0172 719 280

Ambulatorio di vulnologia:
Savigliano Tel. 0172 719962
Saluzzo Tel.0175 215320

Savigliano 09/03/2026

Con la presente si comunica che dopo 3 anni di esperienza si voleva ringraziare l'associazione Progetto Scaldacuore Odv per il prezioso contributo offerto:

- Cuscino a forma di cuore:
 - o particolarmente gradito dalle pazienti sia come supporto fisico che come supporto psicologico (si sentono "coccolate" materiale colorato che le fa sorridere)
 - o supporto durante il riposo a letto con diminuzione del dolore e del fastidio.
 - o Distoglie il pensiero dall'evento malattia facendo concentrare attenzione su pensieri positivi
- Porta drenaggio utilissimo per il trasporto del drenaggio a domicilio
 - o Materiale colorato che permette di vivere l'iniziale disagio con spensieratezza
 - o Utile nella pratiche quotidiane (facilmente indossabile)

Con la speranza che questo progetto possa continuare negli anni, colgo l'occasione per ringraziare

Dott.ssa Lamanna Ginevra

PRESIDIO OSPEDALIERO CARDINAL MASSAJA ASTI S.C. MEDICINA INTERNA



Questi ausili, semplici ma estremamente significativi, contribuiscono concretamente alla tutela della sicurezza del paziente, prevenendo la rimozione accidentale dei presidi venosi e, al tempo stesso, permettono di limitare il ricorso alla contenzione fisica, in coerenza con i principi di un'assistenza centrata sulla persona.

Il gesto del Progetto Scaldacuore si inserisce pienamente nella visione di una sanità orientata all'umanizzazione delle cure, in cui l'attenzione al comfort, alla dignità e al benessere della persona assistita rappresenta parte integrante del processo di cura. In un contesto assistenziale complesso come quello della Medicina Interna, tali strumenti rappresentano un supporto concreto per gli operatori, rafforzando il valore etico e relazionale dell'agire professionale.

Il personale tutto desidera quindi riconoscere pubblicamente la sensibilità e la vicinanza dimostrate dal Progetto Scaldacuore, esempio virtuoso di collaborazione tra comunità e servizi sanitari nel comune obiettivo di una cura più umana, rispettosa e sicura.

Dott. Piero Riva

PRESIDIO OSPEDALIERO REGINA MARGHERITA – TORINO

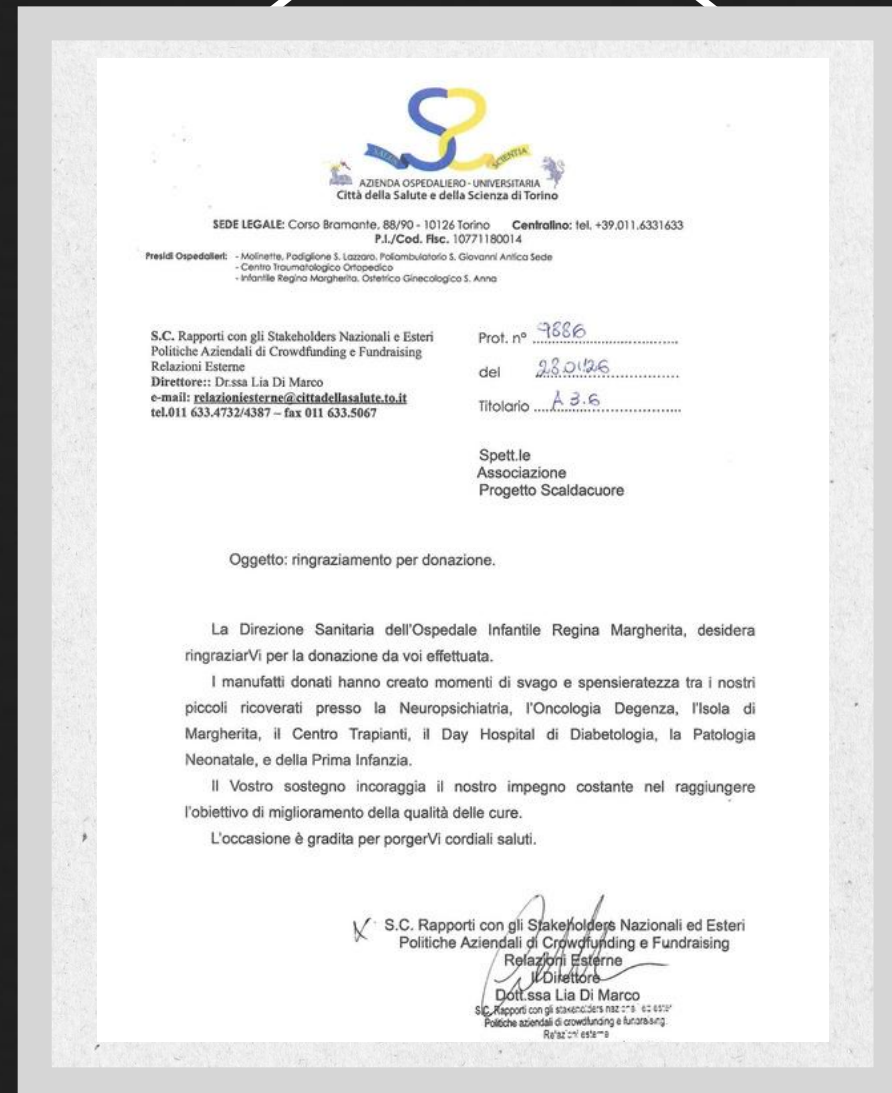
La Direzione Sanitaria dell'Ospedale Infantile Regina Margherita, desidera ringraziarVi per la donazione da voi effettuata.

I manufatti donati hanno creato momenti di svago e spensieratezza tra i nostripiccoli ricoverati presso la Neuropsichiatria, l'Oncologia Degenza, l'Isola di Margherita, il Centro Trapianti, il Day Hospital di Diabetologia, la Patologia Neonatale, e della Prima Infanzia.

Il Vostro sostegno incoraggia il nostro impegno costante nel raggiungere l'obiettivo di miglioramento della qualità delle cure. L'occasione è gradita per porgerVi cordiali saluti.

S.C. Rapporti con gli Stakeholders Nazionali ed Esteri
Politiche Aziendali di Crowdfunding e Fundraising

Dott.ssa Lia di Marco





**L'ARTE DI
STARE BENE**

L'ARTE DI STARE BENE



Il 5 febbraio la Conferenza Stato-Regioni ha approvato lo schema di "Protocollo d'intesa" tra Ministero della Cultura e Ministero della Salute per prescrivere l'arte come cura.

Nelle premesse del Protocollo d'intesa si legge che "la fruizione della cultura può essere fonte di benessere per soggetti affetti da varie patologie, a titolo esemplificativo e non esaustivo, nelle seguenti forme:

- a) museoterapia;
- b) arteterapia;
- c) musicoterapia nei luoghi di cura, accompagnando i pazienti nei percorsi sanitari, offrendo loro conforto e supporto alle cure, attraverso le opere d'arte o mediante la partecipazione ad attività culturali".

Il Protocollo è finalizzato a sostenere attività che rendano fruibili le arti dello spettacolo e il patrimonio culturale come strumenti terapeutici, supportino persone con disabilità o in marginalità sociale (e le loro famiglie) attraverso esperienze culturali significative; generino effetti di benessere, inclusione, relazione sociale, non solo spettacolo fine a sé stesso



**L'ARTE DI STARE
BENE**



PROGETTO BELLEZZA IN OSPEDALE

Iniziativa di umanizzazione degli spazi di cura
attraverso installazioni artistiche, fotografiche e/o di design

Portare bellezza nei luoghi di cura è fondamentale perché la qualità dell'ambiente influisce profondamente sul benessere psico-fisico di pazienti e operatori.

Studi dimostrano che la presenza di elementi artistici stimolano emozioni positive, sostengono il processo di cura e rafforzano la resilienza di chi affronta momenti difficili.

Per questa ragione, come Fondazione Ospedale Alba-Bra investiamo impegno e dedizione per trasformare gli ambienti ospedalieri in luoghi più accoglienti e ospitali attraverso l'inserimento di opere artistiche nei reparti, nelle sale d'attesa e nelle aree comuni.

Nello specifico, sono state esposte le fotografie del progetto Me Langa dell'Ordine dei Cavalieri delle Langhe, generosamente donate all'ASL CN2

Progetto di allestimento e grafica
Danilo Manassero

In collaborazione con



ASL CN2



**L'ARTE DI STARE
BENE**



BENE



L'ARTE DI STARE BENE

L'arte, in tutte le sue forme, rappresenta un potente mezzo di espressione personale e di benessere interiore.

Pittura, musica, danza, teatro, scrittura e fotografia permettono di comunicare emozioni, pensieri e vissuti che spesso le parole non riescono a esprimere. Attraverso la creazione artistica, l'individuo può esplorare se stesso, elaborare esperienze difficili e trovare un senso di equilibrio e serenità.

L'arte-terapia, ad esempio, utilizza il processo creativo come strumento di cura, favorendo la consapevolezza emotiva, la riduzione dello stress e il miglioramento dell'autostima. Ogni forma artistica diventa così un linguaggio universale capace di connettere mente, corpo e spirito, promuovendo la salute mentale e il benessere complessivo della persona.





Colori ed emozioni

I colori hanno un forte potere comunicativo e influenzano profondamente le nostre emozioni e il nostro stato d'animo. Ogni tonalità può evocare sensazioni diverse, stimolare ricordi o modificare la percezione di ciò che ci circonda.

- Rosso – Energia, passione, forza, ma anche rabbia o tensione. È un colore intenso che richiama vitalità e movimento.
- Arancione – Entusiasmo, creatività, calore. Trasmette ottimismo e voglia di fare.
- Giallo – Allegria, luce, positività. È il colore della mente e della concentrazione.
- Verde – Equilibrio, calma, natura. Rappresenta la speranza e la crescita interiore.
- Blu – Serenità, fiducia, introspezione. Aiuta a rilassarsi e a ritrovare la pace interiore.



L'ARTE DI STARE BENE

- Viola – Spiritualità, mistero, immaginazione. Stimola la riflessione e la sensibilità artistica.
- Rosa – Dolcezza, affetto, empatia. È legato alla gentilezza e al bisogno di protezione.
- Nero – Eleganza, profondità, ma anche tristezza o chiusura. Invita all'introspezione.
- Bianco – Purezza, equilibrio, rinascita. Simboleggia nuovi inizi e chiarezza mentale.

Nell'arte e nella vita quotidiana, i colori diventano un linguaggio emotivo universale: attraverso di essi possiamo esprimere ciò che proviamo, anche senza parole.



L'ARTE DI STARE BENE

“Molti artisti usano l'arte per stare dentro alle emozioni.”

- Billie Eilish racconta spesso come la musica sia stata il suo modo per gestire ansia e pressione.
- Ultimo scrive partendo da emozioni forti e personali.

***“Creare non è da artisti.
È umano.”***





L'ARTE DI STARE BENE

L'arte del volontariato

Il volontariato può essere considerato una vera e propria forma d'arte: l'arte di donare tempo, energie e competenze per il bene degli altri. Come ogni espressione artistica, nasce da un impulso interiore, dal desiderio di creare qualcosa di bello e significativo nel mondo.

Essere volontari significa mettere in pratica valori come empatia, solidarietà e responsabilità sociale. È un gesto creativo perché trasforma la realtà: un piccolo atto di aiuto può generare cambiamenti profondi, proprio come un'opera d'arte che ispira chi la osserva.

Il volontariato è anche un percorso di crescita personale. Permette di scoprire nuove prospettive, di sviluppare sensibilità verso le fragilità altrui e di costruire legami autentici. In questo senso, diventa un linguaggio universale che unisce le persone al di là delle differenze.

L'arte del volontariato, dunque, è la capacità di trasformare la generosità in azione, la compassione in impegno e il tempo in valore condiviso. È la bellezza del fare del bene, insieme.



L'ARTE DI STARE BENE

Scegli una forma d'arte che senti più vicina a te.
— pittura, disegno, poesia, musica, danza,
fotografia o qualsiasi altra espressione creativa —
e utilizza questo linguaggio per rappresentare il
concetto di salute mentale.

Puoi riflettere su cosa significhi per te stare bene
con te stesso, trovare equilibrio, affrontare le
difficoltà o esprimere le tue emozioni. L'obiettivo
non è la perfezione tecnica, ma la sincerità e
l'autenticità del messaggio che vuoi trasmettere
attraverso la tua opera.

Let's Work
Together



L'ARTE DI STARE BENE



Grazie