



Promuovere la resilienza e l'inclusione delle donne rifugiate e migranti attraverso attività all'aperto.

Raccomandazioni per le politiche & Linee guida per la trasferibilità (Sintesi): Come possono i decisori politici adottare interventi basati su dati concreti per promuovere la piena inclusione delle donne rifugiate e migranti negli sport all'aria aperta?



Cofinanziato
dall'Unione europea

Crediti immagini:

Immagini del Consorzio OUT4In.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Progetto: OUTdoor for INclusion: Improving resilience and integration for refugees and migrant women through outdoor experiences – OUTforIN, Numero: 2023-1-FI01-KA220-ADU-000153615.

Questo documento è rilasciato con licenza Creative Commons Attribuzione – Non Commerciale – Condividi allo Stesso Modo 4.0 Internazionale (CC BY-NC-SA 4.0).



*“Sono arrivate convinte che sarebbe stata solo una passeggiata.
Invece, per loro è diventata un'esperienza che ha cambiato la vita.”
(Partecipante in Italia)*



Indice



Sintesi	1
Introduzione	4
Informazioni sul progetto	5
Informazioni sui focus group, sulle Raccomandazioni politiche e sulle Linee guida per la Trasferibilità	6
Ostacoli individuati	8
Raccomandazioni per le politiche OUT4In	11
Linee guida per la Trasferibilità OUT4In - Come utilizzare i risultati di OUT4In in un nuovo paese o contesto	14
Sintesi delle Raccomandazioni per le politiche OUT4In	18
Sintesi esecutiva OUT4In per i decisori politici	20

Sintesi

Inquadramento del problema

In tutta Europa, le **donne rifugiate e migranti (DRM)*** devono affrontare molteplici ostacoli che impediscono loro di partecipare ad attività all'aperto e ricreative, tra cui barriere linguistiche, oneri assistenziali, discriminazione, insicurezza economica e mancanza di spazi sicuri e accoglienti. Tuttavia, le **esperienze all'aperto** offrono potenti percorsi di inclusione: migliorano la salute fisica e mentale, l'autonomia, i legami con la comunità e il senso di appartenenza. Per rendere "l'aria aperta" davvero accessibile a tutti, sono necessari **cambiamenti strutturali e istituzionali** nei sistemi educativi, sportivi e comunitari.

Messaggi politici chiave

- L'inclusione parte dall'accessibilità: una comunicazione multilingue, visiva e sensibile alle differenze culturali.
- La fiducia e la continuità hanno un impatto maggiore rispetto ai progetti una tantum.
- Spazi sicuri e a misura di donna sono essenziali per la partecipazione ed il benessere
- Sono le istituzioni che devono adattarsi, non le donne.
- Attività all'aperto = inclusione sociale: azioni su piccola scala, locali, a basso costo e guidate dalla comunità creano un impatto trasformativo.

Raccomandazioni per le politiche

Area di intervento	Misura chiave
Comunicazione accessibile	Fornire informazioni multilingue e di facile comprensione attraverso reti affidabili e immagini inclusive.
Flessibilità e supporto	Offrire orari flessibili, opzioni per l'assistenza all'infanzia e opzioni adatte alle famiglie.
Antidiscriminazione e sicurezza	Applicare regole anti-molestie; designare punti di contatto negli organismi sportivi/all'aperto.
Co-progettazione e partecipazione paritaria	Coinvolgere le DRM nella pianificazione, nel processo decisionale e nella facilitazione delle attività.
Fiducia e sensibilizzazione della comunità	Collaborare con ONG guidate da migranti, mediatori comunitari e gruppi femminili locali
Integrazione culturale e sociale	Combinare eventi all'aperto, sociali e culturali per creare esperienze condivise.
Empowerment & competenze	Promuovere attività che migliorano l'autonomia: ciclismo, navigazione, consapevolezza ambientale.
Trasformazione istituzionale	Sostenere la formazione interna sulla diversità, l'uso di immagini inclusive e programmi di finanziamento a lungo termine.

*Vedi la nota a pagina 7 per maggiori dettagli.

Visione

Spazi esterni come ambienti inclusivi, rigeneranti e responsabilizzanti in cui tutte le donne, indipendentemente dalla loro origine, possano connettersi, muoversi liberamente e sentirsi parte integrante.



Introduzione

Le DRM incontrano varie barriere che ostacolano la loro partecipazione alle attività all'aperto. Queste barriere includono l'accesso limitato ai programmi e ai luoghi, i vincoli economici, le questioni logistiche come i trasporti, l'assistenza all'infanzia e lo stigma sociale. Nonostante queste sfide, le attività all'aperto offrono numerosi potenziali benefici per le DRM, tra cui il miglioramento della salute fisica e mentale, lo sviluppo di competenze e opportunità di inclusione nella comunità.

La ricerca ha dimostrato che trascorrere del tempo nella natura può avere effetti positivi sulle funzioni cognitive, sul benessere emotivo e sulla salute mentale in generale. L'accesso agli spazi verdi è stato associato a una riduzione dei livelli di stress, a tassi più bassi di depressione e ansia e a un miglioramento del benessere generale. Inoltre, le attività all'aria aperta forniscono alle DRM una piattaforma per connettersi con la natura, promuovere un senso di appartenenza e celebrare la diversità culturale.

Il report dei focus group condotti a livello nazionale nell'ambito del progetto Out4In riassume i principali risultati e conclusioni dei gruppi di discussione nazionali condotti in 5 paesi (Austria, Finlandia, Italia, Serbia e Spagna). Vengono evidenziati gli ostacoli e le sfide che impediscono la piena partecipazione delle DRM menzionati e discussi dagli esperti, nonché le raccomandazioni per superarli e contribuire a rendere le attività all'aria aperta più accessibili alle DRM.

Informazioni sul progetto

Il report dei focus group e le raccomandazioni politiche sono tra i risultati chiave del progetto "OUTdoor for INclusion: Migliorare la resilienza e l'integrazione delle donne rifugiate e migranti (DRM) attraverso esperienze all'aria aperta". Si tratta di un partenariato di cooperazione Erasmus+ che mira a migliorare l'inclusione sociale delle DRM attraverso percorsi educativi innovativi incentrati sulle esperienze all'aria aperta. Il progetto cerca di affrontare le sfide uniche che le DRM devono affrontare nell'accedere e partecipare alle attività all'aperto, sfruttando al contempo i benefici terapeutici ed educativi delle esperienze nella natura.

Il progetto prevede la collaborazione tra sette organizzazioni di cinque paesi diversi: Monaliiku (Finlandia), Innovative Education Center (Austria), Vienna Institute for International Dialogue and Cooperation (Austria), GEA (Italia), Trekkify (Italia), Crisis Responce and Policy Centre (Serbia) e Viaje a la Sostenibilidad (Spagna). Queste organizzazioni riuniscono competenze in settori quali il lavoro con i giovani, l'educazione all'aria aperta, l'impegno comunitario e i servizi di sostegno ai migranti.

I risultati del progetto includono il **Toolkit Out4In**, la **Guida al patrimonio naturalistico locale** — risultato diretto delle attività pilota svolte durante il progetto — e le Raccomandazioni per le politiche. Oltre allo sviluppo del Toolkit, il progetto ha implementato programmi e attività pilota per testare e perfezionare il percorso educativo in contesti di vita reale. Questi progetti pilota hanno generato preziose intuizioni su metodi e strategie efficaci, che hanno contribuito al miglioramento continuo del Toolkit. In tutti i paesi partner sono stati condotti focus group per raccogliere esperienze e sostenere lo sviluppo di raccomandazioni politiche basate su dati concreti.

Nel complesso, OUT4IN mira a consentire agli educatori/educatrici di creare ambienti sicuri, solidali e sensibili alle differenze culturali, in cui le DRM possano accedere ai benefici delle esperienze all'aria aperta. Promuovendo l'inclusione sociale e l'empowerment attraverso l'educazione all'aria aperta, il progetto cerca di contribuire al benessere e all'integrazione delle DRM nelle loro comunità.

Informazioni sui focus group, sulle Raccomandazioni politiche e sulle Linee guida per la Trasferibilità

Nel contesto del progetto ERASMUS+ Out4In, sono stati condotti nove focus group con gli stakeholder locali in ciascuno dei cinque paesi partner (2 in Austria, 1 in Finlandia*, 2 in Italia, 2 in Spagna e 2 in Serbia).

I focus group nazionali hanno coinvolto stakeholder rilevanti, accuratamente selezionati sulla base di una roadmap dettagliata. Le discussioni miravano a identificare gli ostacoli e delineare strategie di successo per l'organizzazione di eventi all'aperto accessibili, riflettendo al contempo sulle attività pilota ed esplorando approcci per istituzionalizzare e trasferire tali strategie. Sulla base dei risultati emersi dai focus group e dell'intera esperienza OUT4IN, è stato sviluppato un insieme di Raccomandazioni per le politiche e Linee guida per la Trasferibilità.

Sulla base dei risultati dei focus group e dell'esperienza complessiva di OUT4IN, è stata elaborata una serie di raccomandazioni politiche e linee guida sulla trasferibilità. Queste dovrebbero fornire ai decisori politici e agli organizzatori locali informazioni su come progettare e attuare attività all'aperto in modo inclusivo nei confronti delle donne rifugiate e migranti.

Le raccomandazioni comprendono anche linee guida per il trasferimento dei risultati e la replicabilità del modello in altri paesi e contesti per garantire la trasferibilità e quindi la sostenibilità dei risultati del progetto.

Lo scopo delle raccomandazioni è mostrare ciò che è necessario per promuovere la partecipazione attiva delle DRM attraverso attività all'aperto, sulla base delle esperienze e delle esigenze del gruppo target emersi dai focus group.

*In Finlandia è stato condotto un unico focus group completo invece di due, a seguito di una valutazione contestuale che ha tenuto conto della disponibilità dei partecipanti, dei cambiamenti organizzativi all'interno di Monaliiku e del periodo delle vacanze estive nei paesi nordici, che ha limitato in modo significativo la possibilità di convocare due focus group nei tempi proposti nella domanda. Per garantire la qualità e la rappresentatività dei dati, Monaliiku ha organizzato una sessione inclusiva che ha riunito un gruppo eterogeneo di partecipanti, consentendo una discussione ricca e un coinvolgimento attivo. Il materiale qualitativo risultante ha fornito approfondimenti completi e affidabili, raggiungendo pienamente gli obiettivi dell'attività definiti nel pacchetto di lavoro.

*Nota: Donne rifugiate e migranti (DRM)

L'abbreviazione **DRM** sta per "**Refugee and Migrant Women**" (**Donne rifugiate e migranti**), un termine utilizzato per descrivere le donne che sono migrate da un paese all'altro, spesso in circostanze difficili. Ciò include sia:

1. **Donne rifugiate** – donne che, insieme alle loro famiglie, sono state **costrette a fuggire** dai loro paesi d'origine a causa di guerre, persecuzioni o violenze e che cercano protezione in un altro paese in base alle leggi internazionali sui rifugiati.
2. **Donne migranti**: coloro che, insieme alle loro famiglie, si sono **trasferite volontariamente** (anche se a volte sotto pressione economica o sociale) in un altro Paese, spesso alla ricerca di migliori condizioni di lavoro, istruzione o vita. Le donne migranti possono vivere nella prima, seconda, terza o anche più generazioni nei rispettivi Paesi di destinazione.

Il gruppo è molto eterogeneo, le DRM hanno esperienze migratorie e condizioni di vita diverse e costituiscono un gruppo socialmente diversificato, ma affrontano ostacoli e circostanze strutturali simili. Questo termine è utilizzato per discutere delle sfide e dei sistemi di sostegno relativi a questioni quali l'assistenza sanitaria, la sicurezza e l'integrazione di questo gruppo.



Ostacoli individuati

Ecco una sintesi delle barriere che devono affrontare le DRM sulla base delle informazioni raccolte dai focus group e da altre attività realizzate nell'ambito del progetto OUT4In:

1. Ostacoli sociali ed emotivi

- Esclusione e discriminazione: molte DRM subiscono una continua esclusione nonostante vivano nei paesi ospitanti da generazioni, spesso a causa del loro background culturale, etnico o religioso. Ciò porta a un desiderio di appartenenza e accettazione.
- Paura della discriminazione: le DRM spesso non si sentono al sicuro negli spazi pubblici, il che le porta a evitare le attività all'aperto. Le esperienze di rifiuto o di giudizio possono scoraggiare la partecipazione.

2. Vincoli culturali e familiari

- Ruoli di genere e responsabilità familiari: le norme di genere tradizionali spesso limitano l'autonomia delle donne, specialmente nelle culture conservatrici in cui la famiglia o i parenti maschi possono scoraggiare la partecipazione alle attività pubbliche.
- Carezza di tempo: molte DRM danno la priorità alle necessità di sopravvivenza, come il lavoro e la cura dei figli, rispetto alle attività ricreative, considerando la cura di sé un lusso.

3. Mancanza di informazioni e accessibilità

- Barriere linguistiche: molte donne non ricevono informazioni sulle attività disponibili nella loro lingua madre, il che porta a un senso di esclusione dalle opportunità.
- Conoscenza limitata delle infrastrutture locali: le DRM spesso non hanno familiarità con le risorse locali, il che rende difficile l'accesso alle attività all'aperto o l'utilizzo dei mezzi pubblici.

4. Sfide psicologiche e legate al trauma

- Fattori scatenanti di traumi: le attività all'aperto possono evocare ricordi traumatici legati alla migrazione, soprattutto nella natura. La sicurezza emotiva e la possibilità di scegliere se partecipare sono fondamentali per il coinvolgimento.
- Bassa autostima: i sentimenti di inadeguatezza o vergogna derivanti dal background culturale possono impedire alle DRM di impegnarsi in nuovi ambienti.

5. Fattori economici

- Vincoli finanziari: i costi associati al trasporto, alle attrezzature e alle attività possono essere proibitivi per le DRM, che potrebbero non avere le risorse finanziarie per partecipare.
- Mancanza di opzioni per l'assistenza all'infanzia: spesso le attività non sono adatte ai bambini, rendendo difficile la partecipazione delle madri.

6. Problemi di natura logistica

- Problemi di trasporto: molte DRM vivono lontano dalle aree urbane con scarso accesso ai mezzi pubblici, il che complica gli spostamenti per partecipare alle attività all'aperto.
- Aspettative di impegno: la necessità di un impegno a lungo termine nei confronti di club o attività è in contrasto con le strutture sociali più spontanee a cui molte DRM sono abituate.

7. Lacune nella progettazione dei programmi

- Offerte frammentarie: la programmazione sporadica e incoerente rende difficile per le DRM rimanere coinvolte e molte iniziative mancano di continuità a causa dei limiti di finanziamento.
- Disallineamento culturale: spesso le attività non tengono conto dei diversi background culturali delle DRM, creando in loro una sensazione di esclusione.

Per affrontare queste barriere sono necessari approcci personalizzati e sensibili alle differenze culturali che diano priorità alla sicurezza emotiva, all'accessibilità e al coinvolgimento della comunità. Garantire che le attività siano inclusive e tengano conto delle sfide specifiche affrontate dalle DRM può favorire una maggiore partecipazione e integrazione nella vita della comunità.



Raccomandazioni per le politiche OUT4In

Il report dei focus group europei di Out4In evidenzia le barriere strutturali, culturali e pratiche che le DRM devono affrontare nell'accesso alle attività all'aperto. Queste raccomandazioni politiche forniscono un quadro strategico per i comuni, le autorità pubbliche, le ONG e le organizzazioni sportive/all'aperto per promuovere l'inclusione, la sicurezza e la partecipazione equa negli ambienti all'aperto in tutta Europa.

Raccomandazione per le politiche nr.1

COMPRENDERE E AFFRONTARE LE DIVERSE REALTÀ DELLE DRM

Le autorità e le organizzazioni dovrebbero basare tutti i programmi su valutazioni sistematiche dei diversi contesti delle DRM, tra cui la storia migratoria, l'identità culturale, lo status giuridico, le limitazioni alla mobilità, le esperienze traumatiche e il livello di familiarità con gli ambienti all'aperto.

Le barriere strutturali quali la lingua, le preoccupazioni in materia di sicurezza, gli oneri legati alla cura dei bambini, l'insicurezza economica, l'accessibilità dei luoghi e la scarsa familiarità con i sistemi locali devono essere esplicitamente riconosciute e affrontate nella pianificazione, nel finanziamento e nella realizzazione dei programmi.

Raccomandazione per le politiche nr.2

GARANTIRE UNA COMUNICAZIONE ACCESSIBILE, INCLUSIVA E MULTILINGUE

Le istituzioni pubbliche e i partner del progetto dovrebbero garantire che le informazioni sulle opportunità ricreative e all'aperto siano chiare, multilingue e di facile comprensione. La comunicazione dovrebbe essere fornita attraverso canali affidabili come scuole, ONG, leader della comunità, gruppi WhatsApp e associazioni guidate da migranti.

Gli standard di comunicazione inclusivi, comprese immagini diversificate ed equilibrate dal punto di vista del genere e l'evitare un linguaggio che crei "alterità", devono essere integrati in tutti i programmi finanziati con fondi pubblici.

Raccomandazione per le politiche nr.3

PROMUOVERE UNA PARTECIPAZIONE FLESSIBILE, ACCESSIBILE E A MISURA DI FAMIGLIA

I fornitori di programmi dovrebbero adottare orari flessibili, formati drop-in e politiche di cancellazione non punitive per adattarsi alle routine imprevedibili determinate dal lavoro, dalle responsabilità di assistenza e dai vincoli economici.

Le attività dovrebbero essere semplici, a basso costo o gratuite, situate in zone sicure e facilmente raggiungibili, con trasporto di gruppo ove necessario. I programmi devono offrire opzioni a misura di famiglia, come la possibilità di far partecipare i bambini o fornire servizi di assistenza all'infanzia. È inoltre importante fornire informazioni introduttive chiare e accesso alle attrezzature (prestiti, donazioni o sussidi) in modo che la mancanza di preparazione non diventi mai un ostacolo.

Raccomandazione per le politiche nr.4

COSTRUIRE FIDUCIA ATTRAVERSO PARTNERSHIP SOLIDE, AZIONI DI SENSIBILIZZAZIONE COMUNITARIA E LA CREAZIONE DI SPAZI SICURI.

I comuni, le associazioni sportive e le ONG dovrebbero rafforzare la cooperazione a lungo termine con le organizzazioni guidate da rifugiati e migranti, i gruppi di donne e i mediatori culturali, riconoscendoli come ponti essenziali verso le comunità.

Le istituzioni dovrebbero garantire una partecipazione sicura attraverso politiche antidiscriminatorie visibili, punti di contatto designati per la salvaguardia e, se del caso, spazi riservati alle donne o a loro favorevoli. La sensibilizzazione tra pari e il passaparola dovrebbero essere formalizzati come strategie chiave di coinvolgimento.

Raccomandazione per le politiche nr.5

CO-PROGETTARE LE ATTIVITÀ E VALORIZZARE LE DRM COME LEADER

Le organizzazioni sportive e all'aria aperta dovrebbero adottare metodi di co-progettazione e pianificazione partecipativa che coinvolgano direttamente le DRM nella definizione, valutazione e conduzione dei programmi. Le istituzioni dovrebbero istituire cicli di feedback regolari e sostenere le donne DRM come decisori, mentori tra pari e ambasciatrici locali. Le attività dovrebbero promuovere l'empowerment attraverso l'acquisizione di competenze (ciclismo, escursionismo, navigazione), l'autonomia e il legame emotivo con la natura e l'ambiente locale.

Raccomandazione per le politiche nr.6

INTEGRARE LE DIMENSIONI OUTDOOR, SOCIALE E CULTURALE

I programmi outdoor dovrebbero combinare intenzionalmente l'attività fisica con l'apprendimento culturale, l'interazione sociale e la costruzione di comunità, come passeggiate di gruppo, picnic, visite culturali, tour a tema e incontri informali.

Le attività in gruppi misti dovrebbero avere la priorità per rafforzare il dialogo interculturale, ridurre l'isolamento e sostenere il senso di appartenenza. Gli ambienti all'aperto dovrebbero fungere da spazi inclusivi per la pratica linguistica, l'orientamento alle aree locali e gli incontri sociali positivi.

Raccomandazione per le politiche nr.7

RAFFORZARE LE COMPETENZE DEI FACILITATORI/FACILITATRICI E CONSOLIDARE LA CAPACITÀ ISTITUZIONALE

Le autorità e le organizzazioni dovrebbero investire in facilitatori culturalmente consapevoli, competenti in trauma-informed care e sensibili al genere, valorizzando il ruolo centrale delle donne facilitatrici e delle mediatrici comunitarie. La formazione deve coprire comunicazione interculturale, trauma awareness, safeguarding e leadership inclusiva, riconoscendo empatia e flessibilità come competenze professionali chiave. Queste pratiche vanno integrate nelle strategie a lungo termine, con finanziamenti stabili e l'inclusione riconosciuta come valore strutturale, non come obiettivo legato ai progetti.

**Linee guida per la
Trasferibilità OUT4In -
Come utilizzare i risultati
di OUT4In in un nuovo
paese o contesto**

Trasferire i risultati e le raccomandazioni del progetto OUT4In in un altro paese o contesto locale non significa copiare un modello. Significa comprendere il ragionamento alla base dei risultati e tradurli con attenzione in una nuova realtà.

Come primo passo, è essenziale leggere il report OUT4In, in particolare i risultati chiave e le raccomandazioni, e riflettere su come si collegano al proprio contesto. Le linee guida riportate di seguito hanno lo scopo di supportare questa riflessione, non di sostituire l'impegno con il materiale originale.

1. Differenze contestuali e sensibilità culturale

Ogni contesto ha il proprio panorama sociale, economico, politico, geografico e culturale. Le DRM nel vostro paese possono provenire da regioni diverse, parlare altre lingue o trovarsi in condizioni giuridiche e sociali diverse da quelle dei paesi oggetto di OUT4In. Anche le loro esperienze in materia di sicurezza, discriminazione, ruoli di genere e spazio pubblico possono essere molto diverse.

Prima di trasferire qualsiasi misura, è importante chiedersi: **cosa c'è di simile e cosa non lo è?**

Alcune delle barriere identificate in OUT4In (come la lingua, l'assistenza all'infanzia, i vincoli economici, i trasporti o la discriminazione) possono essere rilevanti anche altrove. Altre possono manifestarsi in modi diversi. È utile esaminare consapevolmente sia le **somiglianze** che le **differenze** identificare eventuali presupposti insiti nel lavoro originale che potrebbero non essere validi nel proprio contesto.

La sensibilità culturale ha conseguenze molto pratiche. Un'attività, un messaggio che in un determinato contesto possono sembrare invitanti, in un altro potrebbero risultare estranei o scomodi. Prendersi il tempo necessario per comprendere le usanze, le norme e le aspettative locali aiuta a garantire che le raccomandazioni non solo siano tecnicamente corrette, ma anche socialmente accettabili e rispettose.

2. Stakeholder locali e coinvolgimento della comunità

La trasferibilità dipende dalle relazioni. Non può essere realizzata da un solo attore o a distanza. Per adattare in modo significativo i risultati di OUT4In, è fondamentale coinvolgere gli **stakeholder locali**: ONG, organizzazioni guidate da migranti e rifugiati, gruppi di donne, club sportivi, scuole, leader della comunità, mediatori culturali e, soprattutto, le stesse DRM.

Può essere utile una **mappatura strutturata degli stakeholder**: chi è già attivo in questo campo? Chi è direttamente interessato dalle misure? Chi potrebbe essere un alleato e un partner di cooperazione? Chi potrebbe essere titubante o critico? E chi è esattamente il gruppo target concreto per le vostre attività in questo nuovo contesto?

Coinvolgere questi attori sin dalle prime fasi consente di testare le idee, adeguare il linguaggio e i formati ed evitare malintesi. Una comunicazione trasparente sui motivi per cui si desidera lavorare con i risultati di OUT4In, sui cambiamenti che si spera di ottenere e sui benefici che si intravedono per le donne e le comunità contribuisce a creare fiducia e senso di appartenenza a livello locale, invece di dare l'impressione che si stia semplicemente "importando" un modello esterno.

3. Strategie di implementazione adattate

Le raccomandazioni OUT4In dovrebbero essere viste come un **quadro di riferimento da adattare**, non come una ricetta finita da riprodurre. Quando si pianifica l'attuazione in un nuovo contesto, la domanda chiave è: come possiamo tradurre le idee fondamentali nel nostro ambiente concreto?

Ciò può comportare aspetti molto tangibili: il tipo di spazi esterni disponibili (parchi, foreste, coste, montagne, aree verdi urbane), il clima e le stagioni, la sicurezza di determinate zone o il funzionamento dei trasporti pubblici. Ambienti diversi possono richiedere attrezzature, competenze e preparazioni diverse. Ad esempio, camminare in una città pianeggiante e fare escursioni in una regione montuosa comportano esigenze diverse.

Anche le strategie di comunicazione devono essere adattate. Quali sono le **lingue** rilevanti a livello locale? Quali **canali** utilizzano effettivamente le DRM: scuole, centri comunitari, comunità religiose, associazioni culturali, WhatsApp o altre app di messaggistica, radio locali o social media? Fornire **informazioni multilingue e di facile comprensione** attraverso canali affidabili è essenziale affinché le attività raggiungano le donne a cui sono destinate.

Mappare l'ambiente e le risorse locali e poi adattare con cura le attività, i formati e i messaggi è fondamentale per l'attuazione in un nuovo contesto.

4. Sicurezza, protezione e supporto

I risultati di OUT4In sottolineano che molte DRM vivono esperienze di esclusione, discriminazione e, in alcuni casi, traumi. Quando si trasferiscono le raccomandazioni, è importante considerare cosa significa **sicurezza** nel contesto specifico.

Ciò include la sicurezza fisica negli spazi all'aperto e nelle aree pubbliche, ma anche la sicurezza emotiva e psicologica. Esistono rischi particolari in determinati luoghi o in determinati momenti? Esistono modelli locali di molestie, razzismo o violenza di genere che devono essere presi in considerazione?

La creazione di **spazi sicuri** va oltre la semplice scelta di un luogo. Implica la definizione di regole chiare contro la discriminazione, la visibilità degli standard antidiscriminatori e la **designazione di persone di contatto o punti di riferimento** a cui rivolgersi in caso di problemi. Può anche significare offrire spazi riservati alle donne o a loro favorevoli, in particolare per quelle provenienti da contesti più conservatori o vulnerabili.

È altrettanto importante essere sensibili ai traumi. Le attività dovrebbero offrire una scelta e non esercitare pressioni: le donne dovrebbero poter decidere quanto partecipare e a quale ritmo. Ove opportuno, la collaborazione con servizi psicosociali o strutture di consulenza può essere di supporto in tal senso.

5. Feedback continuo e adattamento

Non importa quanto sia accurata la pianificazione, non tutto funzionerà perfettamente al primo tentativo in un nuovo contesto. Questo è normale. Ciò che conta è creare una cultura dell'**ascolto, del feedback e dell'adattamento continuo**.

È utile chiedere regolarmente ai partecipanti e ai partner: *questo funziona per voi? Gli orari e i luoghi sono adeguati? Le attività sono accoglienti e sicure? Le informazioni sono chiare?* Le loro risposte possono guidare i cambiamenti necessari nella comunicazione, nella programmazione, nei luoghi o anche nel contenuto delle attività.

Alcuni elementi dei risultati originali potrebbero rivelarsi molto specifici al contesto iniziale di OUT4In e richiedere un ripensamento. Altri potrebbero risuonare ancora più fortemente del previsto. Considerare il trasferimento come un processo di apprendimento, piuttosto che una traduzione una tantum, consente di perfezionare le attività passo dopo passo e di rimanere vicini alle esigenze e alle realtà delle donne coinvolte.

6. Sostenibilità e prospettiva a lungo termine

Infine, il trasferimento diventa significativo quando è **sostenibile**. I progetti a breve termine possono portare esperienze preziose, ma se tutto si ferma quando finiscono i finanziamenti, l'impatto rimane limitato.

Fin dall'inizio, è utile esaminare il **panorama locale dei finanziamenti e delle partnership**: quali istituzioni pubbliche, fondazioni o attori privati potrebbero sostenere tale lavoro a lungo termine? Quali strutture esistenti (ad esempio servizi comunali, club sportivi, ONG, centri comunitari) potrebbero ospitare o integrare attività all'aperto per DRM?

La creazione di partnership a lungo termine tra comuni, ONG, organizzazioni sportive e all'aperto e gruppi comunitari consente di aumentare la fiducia e la stabilità. Idealmente, nel corso del tempo, gli attori locali e le stesse DRM possono assumere una crescente responsabilità delle attività, modellandole e continuandole in modi che si adattino alle loro esigenze e aspirazioni in evoluzione.

Un principio guida: rafforzare l'autonomia

Al centro di tutti gli sforzi di trasferimento c'è un obiettivo comune: rafforzare l'autonomia e la fiducia in sé stesse delle donne rifugiate e migranti, affinché possano utilizzare gli spazi e le opportunità all'aperto secondo le proprie esigenze.

Un* partecipante ai focus group in Serbia lo ha sintetizzato con grande chiarezza:

“Le DRM devono essere rafforzate affinché possano prendere iniziativa in autonomia: cercare da sole attività outdoor, attivarsi senza accompagnamento e diventare quanto più possibile autosufficienti.”

Quando si trasferiscono le raccomandazioni OUT4In in un nuovo paese o contesto, questa può diventare la domanda guida: **questo passo aiuta le donne a sentirsi più sicure, più fiduciose e più in grado di agire autonomamente nel loro nuovo ambiente?**

Se la risposta è sì, allora il trasferimento sta andando nella direzione giusta.

**Sintesi delle
Raccomandazioni per le
politiche OUT4In**

Raccomandazioni chiave per migliorare la partecipazione delle DRM alle attività all'aperto

1. Comprendere il gruppo target

Basare la progettazione del programma su valutazioni sistematiche dei diversi contesti culturali, delle storie migratorie, dello status giuridico e delle circostanze personali delle DRM. Affrontare le barriere strutturali, tra cui la lingua, l'assistenza all'infanzia, le finanze, la mobilità e la sicurezza.

2. Garantire una comunicazione inclusiva e multilingue

Fornire informazioni chiare e prive di gergo nelle principali lingue della comunità e utilizzare canali affidabili come ONG, scuole, leader della comunità e gruppi WhatsApp. Applicare standard di comunicazione inclusivi ed evitare l'emarginazione.

3. Promuovere una partecipazione flessibile e adatta alle famiglie

Offrire orari flessibili, formati drop-in e frequenza non punitiva. Garantire che le attività siano semplici, a basso costo/gratuite, accessibili e sicure. Fornire assistenza all'infanzia, opzioni di partecipazione familiare, supporto per il trasporto e accesso alle attrezzature.

4. Costruire la fiducia attraverso partnership e spazi sicuri

Collaborare con organizzazioni guidate da migranti, mediatori culturali e reti di pari. Garantire politiche antidiscriminatorie visibili, punti di contatto di salvaguardia e spazi riservati alle donne o a misura di donna, ove necessario.

5. Co-progettare e responsabilizzare le donne

Coinvolgere le DRM nella pianificazione, progettazione, conduzione e valutazione delle attività. Supportarle come ambasciatrici e mentori. Utilizzare un feedback continuo e porre l'accento sull'empowerment e lo sviluppo delle competenze.

6. Integrare elementi all'aperto, sociali e culturali

Combinare attività all'aperto con apprendimento culturale, connessioni sociali e incontri informali. Dare priorità a gruppi misti per favorire il dialogo, l'appartenenza e la coesione.

7. Rafforzare la competenza dei facilitatori e l'impegno istituzionale

Impiegare facilitatori culturalmente consapevoli e informati sui traumi. Offrire formazione sulla comunicazione interculturale, la sensibilità ai traumi e la salvaguardia. Garantire finanziamenti a lungo termine e integrare l'inclusione come valore istituzionale fondamentale.

Sintesi esecutiva
OUT4In per i decisori
politici

Le DRM incontrano notevoli ostacoli strutturali e culturali alla partecipazione alle attività all'aperto, nonostante sia ampiamente dimostrato che tali attività favoriscono la salute mentale, le relazioni sociali, l'autonomia e l'integrazione. Il rapporto del gruppo di discussione europeo Out4In evidenzia queste disuguaglianze e sottolinea la necessità di un'azione politica coordinata a livello locale, regionale e nazionale.

Le DRM devono affrontare ostacoli quali barriere linguistiche, scarsa familiarità con l'ambiente locale, preoccupazioni relative alla sicurezza, risorse finanziarie limitate, oneri assistenziali, esperienze traumatiche e mancanza di informazioni accessibili. Per superare queste barriere sono necessari sforzi mirati che combinino una comunicazione inclusiva, programmi sensibili alle differenze culturali e partnership significative con la comunità.

Sulla base delle approfondite conoscenze acquisite dai focus group in tutta Europa, il progetto Out4In propone sette raccomandazioni politiche strategiche per guidare i comuni, le istituzioni pubbliche, le ONG e le organizzazioni sportive/all'aperto:

Comprendere le diverse realtà delle DRM. Utilizzare valutazioni che riflettano le differenze in termini di cultura, status migratorio, salute, mobilità ed esigenze di sicurezza.

Garantire una comunicazione inclusiva e multilingue. Fornire informazioni chiare, accessibili e rispettose delle differenze culturali attraverso canali affidabili.

Promuovere una partecipazione flessibile e favorevole alla famiglia. Adattarsi a orari imprevedibili, fornire opzioni di assistenza all'infanzia, eliminare le barriere finanziarie e garantire un accesso sicuro.

Costruire la fiducia attraverso partnership e spazi sicuri. Collaborare con organizzazioni guidate da migranti, impiegare mediatori culturali e garantire solidi meccanismi di salvaguardia.

Co-progettare e responsabilizzare le DRM. Coinvolgere le donne nella pianificazione e nella conduzione delle attività e dare priorità alla costruzione della fiducia e allo sviluppo delle competenze.

Integrare le dimensioni all'aperto, sociali e culturali. Combinare l'attività fisica con l'interazione sociale e l'apprendimento culturale per favorire il senso di appartenenza.

Rafforzare la competenza dei facilitatori e la capacità istituzionale. Formare i facilitatori in materia di consapevolezza culturale, sensibilità al trauma e salvaguardia, e integrare l'inclusione nelle politiche organizzative a lungo termine.

Queste raccomandazioni forniscono un quadro pratico e strategico per rendere gli ambienti all'aperto veramente inclusivi e accessibili. Con un impegno costante, una collaborazione intersettoriale e un cambiamento strutturale, le attività all'aperto possono diventare potenti strumenti di empowerment, benessere e coesione sociale per le donne rifugiate e migranti in tutta Europa.



out
4INN



Cofinanziato
dall'Unione europea