PROGETTO FORZA MAMME
TORINO 2026-2027

Descrizione

Giunto alla sua settima edizione, il progetto *Forza Mamme* di Fondazione Specchio dei tempi-ETS supporta 50 famiglie monogenitoriali che si ritrovano sole con i loro bambini, spesso in condizioni economiche precarie e con scarse chance di inserimento o reinserimento nel mondo del lavoro. Stare vicino a queste famiglie monogenitoriali significa, innanzitutto, sostenerle nelle loro difficoltà quotidiane (come, ad esempio, fare la spesa per sé e i loro figli), ma soprattutto fornire loro un percorso di crescita personale e lavorativa. Queste famiglie sono spesso talmente impegnate a risolvere i loro problemi quotidiani legati ai figli e alle loro condizioni, che non vedono più le loro necessità fisiche e psicologiche come una priorità. Con questo progetto, Specchio dei tempi punta a rimettere queste famiglie monogenitoriali al centro della loro stessa vita per stare meglio con sé stesse, con i propri figli, fornendo loro i mezzi per reinserirsi nel mondo del lavoro.

Obiettivi:

Obiettivo generale: Promuovere l'autonomia e il benessere socioeconomico di queste famiglie in situazioni di vulnerabilità, offrendo loro strumenti concreti per il reinserimento lavorativo, il miglioramento della salute fisica e psicologica e il supporto economico necessario per affrontare le difficoltà quotidiane.
Obiettivo specifico 1: Favorire l'inserimento lavorativo e l'indipendenza economica
Obiettivo specifico 2: Migliorare la salute fisica e psicologica delle famiglie monogenitoriali e dei loro figli
Obiettivo specifico 3: Garantire un sostegno economico immediato per le spese essenziali

Servizi Forniti:

Al fine di rispondere agli obiettivi sopra citati, il progetto si struttura su tre sfere di supporto principali:

- Supporto alla ricerca del lavoro e formazioni di educazione finanziaria
- Supporto alla salute fisica e psicologica e alimentare
- Supporto nelle spese
- Visite dentistiche – Associazione Portesi dentaria gratuita ODV

1. Supporto alla ricerca del lavoro e formazioni di educazione finanziaria

Andando più nel dettaglio, per supportare la reintegrazione di queste famiglie nella società e nel mondo del lavoro, il progetto offre due tipologie di servizi. Da un lato, fin dalle prime settimane del progetto, vengono organizzati corsi collettivi di **educazione finanziaria** insieme ad un esperto, mirati a fornire le competenze di base per una gestione consapevole del denaro. L'obiettivo è accrescere l'autonomia e la sicurezza economica delle partecipanti, aiutandole a pianificare il proprio futuro e a gettare le basi per una stabilità finanziaria. Molte di loro affrontano difficoltà nel gestire situazioni debitorie, piccole o grandi che siano, che,

a seguito dei corsi in plenaria, vengono analizzate singolarmente tramite incontri personalizzati con l'educatore finanziario. Il corso, così come gli incontri successivi, le supportano anche nell'utilizzo di strumenti digitali utili, come i portali dell'Agenzia delle Entrate-Riscossione e della Soris, per monitorare e gestire al meglio la propria situazione finanziaria.
Oltre ai corsi e agli incontri di educazione finanziaria, il progetto offre la possibilità di fissare appuntamenti individuali. Grazie al supporto del progetto, avranno l'opportunità di presentare il loro percorso lavorativo, attuale e passato, di elaborare il proprio curriculum vitae, qualora non lo avessero già, e di discutere le proprie aspirazioni professionali. Questo permetterà loro di valutare nuove opportunità senza sentirsi vincolate, in base alle competenze acquisite e alle proprie inclinazioni.

2. Supporto alla salute fisica e psicologica e alimentare

In questi anni di progetto, Fondazione Specchio dei tempi si è resa conto che accade spesso che queste famiglie, essendo sole con figli a carico, si "annullino" come persone per dedicarsi interamente al benessere dei propri figli, o semplicemente per gestire la loro situazione di vulnerabilità.
Nell'ambito della salute, il progetto prevede anche la presa in carico di alcune situazioni legate alla salute orale. I costi dell'odontoiatria, sia per adulti che per bambini, sono spesso molto elevati, rendendoli difficilmente accessibili per questi genitori. Per rispondere a questo bisogno, il progetto si avvale della storica collaborazione con **l'Associazione Protesi Dentaria Gratuita ODV**, che fornisce gratuitamente protesi per adulti e apparecchi ortodontici per bambini.
Anche **il benessere psicologico** è un aspetto centrale del progetto. Come per gli incontri di educazione finanziaria, il supporto psicologico si articola in due fasi. Fin dall'inizio del progetto, vengono organizzati incontri di gruppo basati sullo scambio e la condivisione, affrontando tematiche comuni per aiutare i genitori a non sentirsi soli nella gestione di problematiche familiari. In un secondo momento, per cui, per chi lo desidera, sono previste sedute individuali per approfondire situazioni specifiche e offrire un supporto più mirato. In casi particolari, gli psicologi valuteranno anche la presa in carico dei figli delle donne, qualora ritenessero fondamentale seguirli. Ovviamente, il supporto psicologico individuale può avere una durata che oltrepassa quella di 9 mesi del progetto. La società di psicologi "**L'ABC s.r.l.**" prenderà in carico queste donne anche dopo la fine del progetto, garantendo loro la continuità terapeutica necessaria chiedendo un contributo simbolico ai beneficiari.
Parallelamente, il progetto prevede un percorso di educazione alimentare rivolto ai beneficiari, con particolare attenzione alle fasce economicamente più vulnerabili. L'obiettivo è fornire strumenti pratici per adottare uno stile alimentare sano, equilibrato e sostenibile anche con risorse limitate. Gli incontri, inizialmente di gruppo, affronteranno tematiche come la pianificazione dei pasti, la lettura consapevole delle etichette, la scelta di alimenti nutrienti a basso costo e la riduzione degli sprechi. Saranno inoltre proposti momenti laboratoriali e dimostrativi per favorire l'apprendimento attivo e la condivisione di buone pratiche.
In una fase successiva, per chi lo desidera, saranno previsti colloqui individuali con professionisti della nutrizione, al fine di adattare le indicazioni generali alle specifiche

esigenze personali e familiari, tenendo conto di eventuali condizioni di salute o particolari necessità. Il percorso intende così rafforzare l'autonomia delle partecipanti anche nella gestione quotidiana dell'alimentazione, riconoscendone il ruolo fondamentale nel benessere complessivo della persona e del nucleo familiare.

3. Supporto nelle spese

Il terzo ambito di supporto risponde a un bisogno essenziale e quotidiano: garantire alle donne e alle loro famiglie l'accesso al cibo. Ogni mese vengono distribuiti buoni spesa e buoni carne, utilizzabili nei Social Market dell'associazione **Terza Settimana** e nelle macellerie convenzionate. Per molte di loro, anche fare la spesa può rappresentare una difficoltà economica, e questo aiuto concreto vuole alleggerire il peso delle preoccupazioni quotidiane, offrendo un sostegno reale e immediato.
Oltre al coinvolgimento delle organizzazioni partner, queste attività saranno supportate anche dai volontari di Specchio dei Tempi. I volontari affiancheranno le donne durante gli incontri collettivi di educazione finanziaria. La loro presenza offrirà un punto di riferimento costante, aiutando le donne a sentirsi accompagnate e sostenute lungo tutto il percorso.

Destinatari del progetto:

I destinatari del progetto sono genitori soli con figli che si trovano in situazioni di vulnerabilità e che, in diversi casi, sono segnalate alla Fondazione dai Servizi Sociali e da associazioni territoriali. A partire dalle centinaia di richieste che arrivano, vengono successivamente selezionate cinquanta persone, persone italiane e straniere. Questi genitori di solito hanno una storia personale di violenza o di abbandono che le ha lasciate in una condizione di profonda insicurezza economica ed emotiva. Molti di loro si trovano a dover affrontare da soli la crescita dei propri figli, senza una rete di supporto familiare o risorse adeguate a garantire loro un futuro stabile. Il progetto nasce per offrire un sostegno concreto, aiutandoli a ricostruire la propria indipendenza e a ritrovare la fiducia in sé stessi, attraverso percorsi che li accompagnino verso una maggiore autonomia e serenità.
I figli dei beneficiari non saranno destinatari diretti del progetto, ma, a seconda della necessità, sarà comunque possibile inserirli in percorsi specialistici, come ad esempio il supporto offerto dall'Associazione Protesi Dentaria Gratuita, il supporto psicologico o l'intervento di logopedisti, qualora necessario.

Durata e sostenibilità del progetto

Il progetto ha una durata di otto mesi: da ottobre a maggio.
Sebbene il progetto abbia una durata limitata, l'intensità delle attività proposte ne amplifica l'impatto. L'obiettivo è accompagnare i beneficiari in un percorso di autonomia, fornendo loro strumenti concreti e punti di riferimento che potranno utilizzare per tutta la vita. Li sosteniamo in un momento di difficoltà, aiutandoli a rialzarsi e a ritrovare la forza per costruire un futuro più stabile, che da soli avrebbero fatto fatica a raggiungere.

Come candidarsi

Sarà possibile candidarsi inviando una mail all'indirizzo info@specchiodeitempi.org oppure compilando il form sul sito della fondazione **https://specchio.typeform.com/to/dOLbRlq2** nella sezione progetto denominata "Forza Mamme" chiedendo di poter far parte del progetto.

- Nome cognome
- Indirizzo di residenza
- Numero di telefono su cui essere ricontattati per il colloquio
- Mail
- ISEE 2025- 26
- Carta d'Identità
- Codice fiscale (se in possesso)
- Breve descrizione della propria situazione

Potranno candidarsi famiglie monogenitoriali residenti a Torino, priorità avranno le famiglie residenti nella zona sud della città.
Le candidature si **potranno mandare da fine maggio a fine luglio**. I colloqui verranno effettuati nei mesi di giugno, luglio e settembre.