

**Rotary**  
Distretto 2090  
Roberto Calai  
Governatore 2025/2026



**UNITI PER FARE DEL BENE**



**Rotary**



Distretto 2090  
Roberto Calai  
Governatore A.R. 25/26

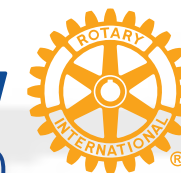
**SEMINARIO NUOVE GENERAZIONI  
FOLIGNO, 12 OTTOBRE 2025**



# PUNTI di VISTA

Fabio Berellini, facilitatore per la formazione distrettuale

**Rotary**



Distretto 2090  
Roberto Calai  
Governatore 2025/2026

**UNITI PER FARE DEL BENE**

# Attraverso Mentimeter abbiamo chiesto agli over 30 presenti in sala quali fossero, nella loro percezione e analisi, i problemi dei giovani oggi. Queste sono le risposte...

Ansia	Insicurezza
Assenza della famiglia	Instabilità relazionale
Autostima	La mancanza di esempi
Cattivoni	La socialità
Cultura	Lavoro
Dialogo con adulti	Istruzione
Dialogo, socialità	Mancanza di punti di riferimento affettivi, fragilità, precarietà
Difficoltà nel definire obiettivi, solitudine	Mancanza di riferimenti con valori profondi
Disagio dei giovani	Mancanza di scopo e del loro futuro
Overuse dello smartphone	Molti stimoli ma poche bussole
Essere troppo legati ai social	Non ascoltano
Fragilità	Non c'è dialogo con i genitori, in quanto i genitori sono concentrati su loro stessi e spesso sulle rispettive passioni e progetti. Troppo spesso i genitori si mettono in competizione con i figli
Futuro	Orientamento professionale
Lavoro, affetti	Orientamento. Poca socialità. Incapacità di comunicazione
Genitori poco presenti	Pensare solo a loro stessi e non essere empatici
Gestione delle emozioni	Non hanno obiettivi e passioni
I giovani sono soli nonostante le connessioni digitali	Percezione di mancanza di futuro
I modelli proposti dagli adulti	Poca capacità di mettersi in gioco
Il mondo che gli abbiamo lasciato	poche certezze riguardo al lavoro
In una società con grandi cambiamenti il problema principale è trovare uno spazio lavorativo coerente agli studi fatti e spesso sono costretti a dei compromessi che non tutti riescono ad accettare	Poche relazioni, genitori poco presenti
Incertezza	Poco ascolto delle loro problematiche
Incertezza circa il futuro	Precarietà e pressione sociale
Poca capacità di socializzazione. Tendenza all'isolamento	Smartphone. Videogiochi. Fragilità
Incomprensione tra genitori e figli	Social
Solitudine sociale	Socializzazione, mancanza di certezze, collaborazione, progetti
Povertà economica	Poca abitudine al confronto
Preparazione scolastica	Solitudine, mancanza di ascolto
Bullismo	Vivere in una società senza ideali ed i dirizzi
Baby gang	Viziati
Indipendenza economica	Volatilità

**Qualche mese prima del seminario abbiamo somministrato un questionario online a giovani dai 12 ai 30 anni del nostro territorio.**

**“Quali sono i problemi che la mia generazione avverte maggiormente?”**

**Questa è stata la voce dei ragazzi interpellati...**

La solitudine, la difficoltà nel socializzare, l'isolamento

La dipendenza da alcool, droghe e apparecchi elettronici

L'uso eccessivo dei social, che conduce ad ansia, insicurezza e solitudine, logora la comunicazione di persona e le relazioni umane concrete,

esercita influenza da parte di alcune persone su tutti gli altri

La preoccupazione per il futuro

I pregiudizi sulla nostra generazione

Le apparenze, le foto, i filtri: non c'è più un rapporto vero tra le persone

La tendenza a conformarsi, ad adeguarsi alle mode per non essere diversi

L'uso eccessivo del cellulare

La mancanza di opportunità, di eventi sociali, centri di aggregazione

L'incertezza sul futuro

La disoccupazione, il costo degli affitti e delle case

Un'ansia da prestazione a livello lavorativo, ma anche nel mondo dello studio

L'eccesso di competizione

Il degrado sociale, l'aumento della violenza

Uno scarso benessere emotivo, minato da ansia, depressione e disturbi come quelli del comportamento alimentare

Una fragilità emotiva data dal confronto con standard di benessere e bellezza irraggiungibili

Il cambiamento climatico e la sostenibilità

La poca fiducia nelle istituzioni

Le disparità sociali che impediscono a tutti di avere le stesse opportunità

La disinformazione

**Abbiamo poi messo a confronto le percezioni, a volte i pregiudizi, degli over 30 interpellati in sala (slide precedente) e le risultanze del questionario riportato sopra; da qui si è innescato il dibattito che ha coinvolto relatori, moderatrice e sala.**



## AFFRONTARE L'INCERTEZZA

Prepararsi al nostro mondo incerto è il contrario di rassegnarsi a uno scetticismo generalizzato. E' sforzarsi a pensare bene, rendersi capaci di elaborare e usare strategie, e, infine, fare con tutta coscienza le nostre scommesse.

[...] La scommessa è l'integrazione dell'incertezza nella fede o nella speranza.

[Edgar Morin, "La testa ben fatta", Cortina 2000]



# DIALOGARE CON L'INCOPIENZA

Roberto Segatori, Professore di Sociologia UNIPG

Veronica Rossi, Psicologa

Silvia Vagaggini, Giornalista, moderatrice

**Rotary**

Distretto 2090  
Roberto Calai  
Governatore 2025/2026



**UNITI PER FARE DEL BENE**

# CONTRIBUTI VIDEO

**Durante la discussione con i due relatori, sono stati proiettati alcuni video ed è stato letto un contributo scritto (“Diario di Luna”, il cui testo è riportato nelle pagine che seguono); i materiali sono stati presentati dai club Interact e dalle Zone Rotaract del Distretto.**

Clicca sul link per accedere al video che vuoi vedere...

[Generazione incompresa: la verità dietro la nostra rabbia](#)

[Quali sono i problemi che vivo ogni giorno](#)

[Il disagio giovanile. Club Interact del Distretto 2090](#)

[Non sempre il silenzio è pace. Rotaract Molise](#)

[I problemi dei giovani in altri Paesi. RYE Distretto 2090](#)

[La crisi silenziosa di una generazione. Rotaract Marche](#)

[La depressione. Rotaract Abruzzo](#)



Diario di Luna - 15 marzo

Oggi ho deciso di scrivere tutto, senza tagliare, senza mentire, senza fingere che "va tutto bene". Perché ho capito che la mia storia non è solo una ferita, ma anche un cammino. E se anche una sola ragazza come me dovesse leggere queste parole un giorno, vorrei che potesse sentire che la luce arriva, anche dopo i giorni più bui.

Per tanto tempo il mio corpo è stato il mio nemico. Mi svegliavo e la prima cosa che facevo era controllare lo specchio, come se da quel riflesso dipendesse il valore della mia giornata, o peggio, il mio valore come persona. Ogni numero sulla bilancia era una sentenza. Ogni boccone di pane, una colpa. Nessuno lo sapeva davvero: sorridevo a scuola, rispondevo "tutto bene" quando gli adulti mi chiedevano come stavo. Ma dentro, c'era solo una guerra silenziosa che nessuno sentiva.

All'inizio pensavo di controllare io la situazione. Mi sentivo forte, disciplinata, quasi "speciale" nel resistere a ciò che gli altri chiamavano fame. Ma poi la fame ha cominciato a resistere a me. E mi ha svuotata non solo nel corpo, ma anche nella mente, nel cuore. Le amiche uscivano, ridevano, mangiavano la pizza insieme, e io inventavo scuse: "Ho già cenato", "Non ho fame", "Sto male". In realtà stavo male davvero, ma in un modo che nessuno avrebbe potuto vedere con gli occhi.

Quando mia madre ha capito che qualcosa non andava, è stato come se mi avesse strappato via la maschera. Ho urlato, l'ho accusata di non capire, di volermi controllare.

Ma la verità è che avevo solo paura: paura di guarire, paura di crescere, paura di dovermi guardare davvero allo specchio e affrontare quello che vedevo, non il corpo, ma la persona dietro.

Il percorso di cura è il tratto più difficile e, allo stesso tempo, il più necessario della mia vita. Psicologi, nutrizionisti, visite mediche, piani alimentari. All'inizio mi sembrava tutto un castello di regole e imposizioni. Ogni pasto era una battaglia. Ogni piccolo passo in avanti era seguito da dieci passi indietro. Eppure, piano piano, qualcosa dentro di me ha iniziato a cambiare.

Non è stato un miracolo. È stato un lento risveglio. Ho cominciato a capire che la cura non è solo "mangiare di nuovo", ma imparare ad ascoltarsi, a perdonarsi. A capire che la fame non è solo del corpo, ma anche dell'anima. Fame di amore, di attenzione, di sentirsi visti. E io quella fame l'avevo negata per anni, perché avevo paura che nessuno potesse saziarla.

La terapia mi ha insegnato a mettere parole dove prima c'erano solo sensi di colpa. Ho imparato che i fallimenti non cancellano i progressi, ma ne fanno parte. Ci sono state tante ricadute, sì. Giorni in cui il pensiero tornava, sibilando, a dirmi "non vali abbastanza". Ma poi arrivavano anche giorni in cui mi guardavo allo specchio e, per la prima volta, riuscivo a dire "sono viva". E quella parola, viva, pesava più di qualunque numero sulla bilancia.

Il rapporto con i miei coetanei è cambiato tanto. Prima mi sentivo isolata, come se vivessi in un mondo parallelo, fatto di tabelle caloriche e specchi deformanti. Oggi ho capito che non serve fingere per essere accettata. Alcune amicizie si sono perse per strada, altre invece si sono rafforzate. Quelle vere, quelle che non ti chiedono "quanto pesi?" ma "come stai davvero?".

Anche il rapporto con gli adulti, soprattutto con i miei genitori, è diventato diverso. Prima li vedevo come giudici, come nemici della mia libertà. Ora so che erano solo impauriti, come me. Ho imparato a parlare con loro, a farmi ascoltare senza urlare, a lasciarmi aiutare senza vergogna. E questo, per me, è stato uno dei passi più grandi verso la guarigione.

Non dico che sia finita. I DCA non "guariscono" da un giorno all'altro. Sono come onde: a volte il mare è calmo, a volte la tempesta torna. Ma la differenza è che ora so nuotare. Non cerco più di fuggire dalle onde, ma di affrontarle, sapendo che dopo ogni tempesta, arriva il sole.

Oggi non voglio più nascondermi. Ho cominciato a parlare della mia esperienza anche all'università, durante una chiacchierata sul benessere psicologico. All'inizio tremavo, poi ho visto negli occhi di altre ragazze lo stesso silenzio che avevo dentro io qualche anno fa. E ho capito che raccontarsi è un atto di coraggio, ma anche di libertà.

Sogno un futuro in cui nessuno debba sentirsi solo per ciò che prova, in cui la salute mentale non sia un tabù ma una parte naturale della vita. Un futuro in cui le nuove generazioni imparino che la bellezza non è una taglia, ma un modo di stare al mondo, di rispettarci, di accettarsi. Ora so che non devo piacermi sempre per potermi voler bene.

E forse è proprio questo il segreto della rinascita: non cancellare le cicatrici, ma imparare a vederle come prove che abbiamo combattuto e che, in qualche modo, siamo ancora qui.

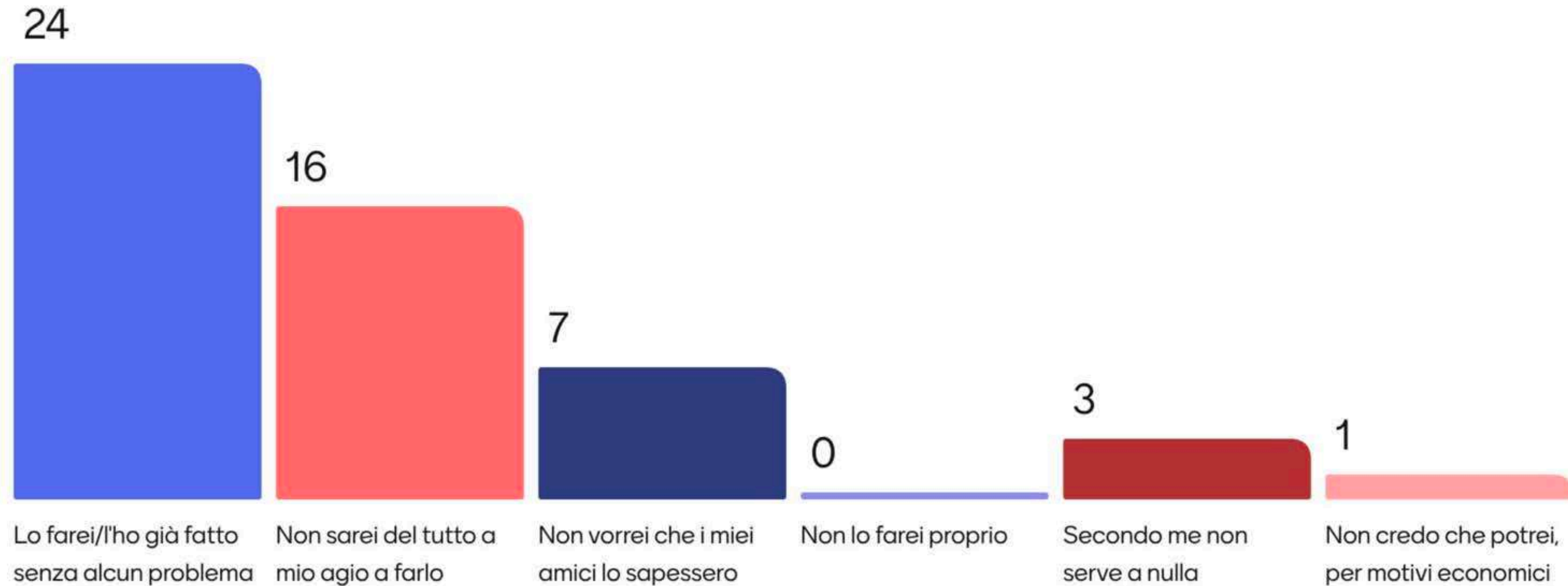
Perché la vera guarigione non è tornare come prima. È diventare qualcuno che sa amarsi, anche dopo tutto.

[Rotaract Zona Umbria]

**Commentando i video, è emersa la necessità da parte dei giovani di chiedere aiuto in situazioni di difficoltà psicologica. Abbiamo quindi formulato agli under 30, con l'aiuto di Mentimeter, la seguente domanda:**

Mentimeter

Under 30. Chiedere aiuto a uno psicologo...



23



51



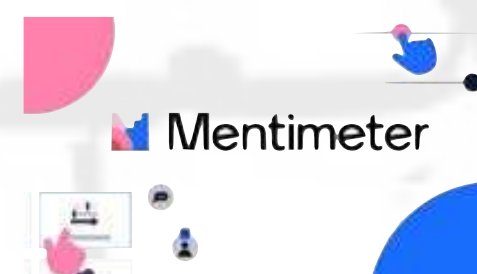
Il dibattito e le idee emerse hanno prodotto una sorta di “analisi dei bisogni” condotta attraverso il dialogo intergenerazionale.

Al di là di stereotipi e/o pregiudizi, il confronto ha messo in luce le effettive esigenze delle nuove generazioni, intese come giovani dai 12 ai 30 anni.

I Rotary, ma anche i Rotaract e gli Interact, sono **club di azione**, in grado di trasformare le competenze dei propri soci in progetti concreti, in questo caso a vantaggio dei giovani.

**Abbiamo chiesto a tutti i presenti di pensare a un progetto che il Rotary della propria città potrebbe mettere in campo per affrontare una o più problematiche giovanili.**

Le proposte emerse, indicate nelle slide che seguono, sono una sorta di “menu” di idee che, nei nostri club, potremmo trasformare in spunti operativi efficaci e mirati.



## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Inclusione e sport

Fatto sul bullismo

Sensibilizzare i giovani  
contro la violenza e il  
bullismo

Facilitare ingresso nel  
mondo dello sport

Un uscita collettiva tra  
ragazzi,condividendo  
pensieri e emozioni

Creare occasioni di  
associativismo

Interact

Rotaract

Implementare sempre di  
piu le attività di Interact  
e Rotaract

Interact

Rotaract

Se una scuola non ha uno  
psicologo a disposizione  
offrite sostegno di un  
professionista

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Fatto (bullismo, educazione alimentare, d&i, ambiente, public Speaking)

Partecipare con altre associazioni, anche religiose, negli oratori

Incontri sull'autostima

RYLA

Alfabetizzazione dei ragazzi in difficoltà per provenienza; organizzare gruppi di ascolto giovanili.

Sportello con psicologo gratuito

Organizzare percorsi di parent training (sostegno alla genitorialità) Lavorare attraverso i film sulla rappresentazione sociale dello psicologo

Ingresso facilitato nelle scuole e luoghi di aggregazione qualificati

Ripartire da progetti di associazione e condivisione di spazi con i giovani. Dove possano trovarsi fisicamente e parlare

Interact

Rotaract

15



78



## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Un progetto volto ad avvicinare nuovamente i giovani alla vita in campagna e nei campi.

Conoscere le problematiche del territorio come primo atto se non confisco non può elaborare un progetto che abbia ricadute pratiche e misurabili

Educazione affettiva

Proporre scambi formativi che possano far luce a quali siano i problemi seri della vita

RYE

Formazione e sensibilizzazione delle famiglie

Stiamo portando avanti un progetto su ansia e depressione nelle scuole superiori

Progetti volti alla socializzazione

Progetto di riqualificazione di una parte degradata del territorio

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

consentire ai ragazzi di avere un approccio con la politica, per incoraggiarli a dare voce alle proprie opinioni

Far meglio conoscere interact e rotaract a tutti i giovani andando nelle scuole

Interact

Rotaract

mettere a disposizione sedute da uno/a psicologa/o

Conferenze per leggere la realtà/attualità a misura di ragazzi

ascolto reciproco tra giovani e scambio di pensieri

Punti di ascolto gratuito per i ragazzi. Non sempre le scuole hanno i fondi per poter assumere degli psicologi per i ragazzi. Sensibilizzare più che altro i genitori riguardo il ruolo dello psicologo.

Si potrebbe organizzare gruppi di riflessione, studio riguardo temi di attualità, volti al proporre le conclusioni sul piano politico.

Inclusione ed incontri con professionisti

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Andare ad una fattoria didattica con dei ragazzi diversamente abili

In sinergia con le ore di educazione civica che vengono fatte a scuola

Informare i giovani sulle loro possibilità future

Parlare con i giovani nelle scuole e farlo con attività interattive e interessanti anche per loro, perché secondo me se fai fare a un ragazzo qualcosa di divertente ci mette l'impegno, sennò si annoia

Progetto che convinca i giovani ad entrare nell'associazionismo

Interact

Rotaract

Conoscere le problematiche sul territorio poi elaborare il progetto

Riqualificazione del territorio

Tavola rotonda con specialisti. Atmosfera che bilanci convivialità e serietà dell'argomento

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Progetto come punti di ASCOLTO

Attività condivise genitori e figli dove si fanno attività assieme e si affrontano tematiche legate ai rapporti umani

Percorso di approfondimento condiviso e paritario con i giovani sul significato di autostima, ieri ed oggi

RYLA

Spazio Futuro: Orientamento, Competenze e Benessere": laboratori di ascolto, sportello di ascolto, formazione pratica e soft skill, benessere psicologico e cittadinanza attiva

Costruire esperienze più pragmatiche che possano spronare i giovani a vivere più nel presente e nella realtà e meno nei loro pensieri (startup, volontariato attivo, attività nella natura)

Virgilio

Aiutare le persone fragili e con poche disponibilità economiche, ad usufruire dei Servizi di ascolto, di integrazione culturale e lavorativa

Progetto di comunicazione formazione nelle scuole primarie

Centro ludico - culturale di incontro.

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Coinvolgere i giovani all'azione, guidati da mentori, con interventi mirati a rispondere alle necessità più impellenti della comunità. Questo li responsabilizza e li educa all'azione

Interact

parlare ai ragazzi. è semplice. bisogna far capire loro che non devono avere paura del futuro e che hanno una vita davanti piena di successi, esperienze ma soprattutto che non sono soli.

Chiedere a loro attraverso un questionario cocostruito perche e'cosi fiffusa la violenza gioanile bsby ganga mancanza divrispettoo dipendenza come terapia del malessere

Trattare di educazione civica e di come affrontare la quotidianità che ci circonda

Organizzare 'laboratori' per ragazzi dove ognuno può parlare di sé. Così si può conoscere altra gente, stare insieme. La scuola può incoraggiare. Basterebbe un parco o poco più

Aprire uno sportello di ascolto anonimo con esperti aiutati da una radio locale

insegnare ai giovani che gli obiettivi futuri non portano da nessuna parte ed indirizzarli verso un progresso personale e costruttivo!

Mettere a disposizione i professionisti del Rotary per affrontare le problematiche locali e generali dei giovani. Lavoro, realizzazione delle loro aspettative, etc

Virgilio

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Agire in sinergia con scuole e istituzioni nei progetti x i giovani

Interact

Progetti di socializzazione, inclusione e scambio

Interact

Rotaract

Sigare un pto di territorio e di comunità'. Le scuole possono inserirlo nei PTOF Piani Territoriali Offerta Formativa triennale per creare proficue e continuative collaborazioni.

Interact

Creare occasioni di incontro tra generazioni diverse in contesti non formali

Progetto con le scuole

Interact

Il club potrebbe organizzare un convegno con gli studenti per affrontare tali problematiche con relatori di un certo rilievo... Anche con loro interventi...

Respirare

Facilitare l'ingresso nel mondo del lavoro dello sport, nelle scuole andando a fare incontri... parlano i protagonisti over

Virgilio

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Iniziare partendo dall'ascolto attivo dei soci del proprio club Rotaract. Insieme si possono trovare idee e suggerimenti da poter praticare nel contesto sociale della propria città.

Rotaract

Progetto su come superare l'ansia di parlare in pubblico.

RYLA

'Etica e società' da 14 anni

Legalità e cultura dell'etica

recuperare il contatto con la realtà e riscoprire la sua bellezza attraverso attività di associazione e supporto reciproco, sociale ed economico

Interact

Rotaract

Facciamo entrare psicologi nella scuola, che possano sostenere le loro fragilità e mettiamo in collegamento le loro famiglie, al fine di fare un "lavoro di squadra"

Offrire opportunità di volontariato, beneficenza o divulgazione in cui possano prendere parte attiva i giovani e sentirsi così valorizzati

Interact

Rotaract

Incontri con i giovani del territorio per ascoltare le loro esigenze o necessità. Organizzare giornate dedicate ai ragazzi con proposte di giochi. Progetto di laboratori creativi.

Contribuire a fare accoglienza / formazione agli stranieri in arrivo in Italia provenienti da paesi in conflitto

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

sportelli di ascolto per i giovani e seminari/dibattiti simili a quelli di oggi, aiutare e offrire ai giovani strumenti e sbocchi concreti per entrare nel mondo del lavoro

Virgilio

Mettere a disposizione delle scuole le nostre professionalità e progetti.

Creare in collaborazione con associazioni stanziali spazi d'incontro per i giovani, in cui poter interagire per comprendere i disagi ed affrontare con loro iniziative per trovare soluzioni applicabili

Interact

Rotaract

Aiutare a recuperare un'idea di comunità e solidarietà, tra generazioni diverse, tra classi sociali diverse, tra pari, senza cadere nelle tentazioni di colonizzazioni ideologiche o tecniche

Creare/ potenziare spazi di aggregazione per giovani

Interact

Rotaract

Inserimento, all'interno di alcune classi, di soggetti esterni designati dal club, concordati con le scuole per l'analisi delle problematiche interne alla stessa classe così da risolvere col dialogo

1. "Spazio Giovani" – Laboratori di orientamento e ascolto

Sicurezza stradale

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Creare spaccati di vita quotidiana fra nuove e vecchie generazioni

Creare un progetto laboratoriale con le scuole, magari su argomenti di vario tipo insieme a dei professionisti. Il Rotary potrebbe essere un ponte tra la scuola e la società.

Ascoltare i giovani e coinvolgerli in progetti di services che li vedano coinvolti strettamente come parte attiva anche nelle future professioni.

Progetto per genitori, fornire strumenti per cogliere segnali e agire in modo proficuo. Genitori e ragazzi, occasioni di confronto con la presenza di professionisti. Fare insieme cose

Interact

Rotaract

Sensibilizzazione sul fatto che in Italia il debito/pil è del 138%, che chi lavora paga contributi per pensioni che non avrà, che i giovani avranno un lavoro precario e incerto

Benessere e Salute Mentale dei Giovani

Momenti di incontro tra Generazioni... Come fatto oggi!

Progetti su come avere più fiducia in se stessi, avere più dignità di se stessi

RYLA

## Cosa può fare e cosa fa concretamente il Rotary per i giovani...

Coinvolgimento nelle  
scelte  
dell'amministrazione  
comunale

Interact

Alessandra Lenzi  
Tel. 3357760696 - Mail: [alelenzi67@gmail.com](mailto:alelenzi67@gmail.com)

Rotaract

Gianna Prapotnich  
Tel. 3385025315 - Mail: [gianna.prapotnich@gmail.com](mailto:gianna.prapotnich@gmail.com)

RYLA

Giulia Ginesi  
Tel. 3395258098 - Mail: [ginesi@tardellaginesi.it](mailto:ginesi@tardellaginesi.it)

Virgilio

Pasquale Romagnoli  
Tel. 3473659440 - Mail: [pasquale.romagnoli@hotmail.com](mailto:pasquale.romagnoli@hotmail.com)

Legalità e cultura dell'etica

Luigi Falasca  
Tel. 3294106802 - Mail: [l.falasca1@virgilio.it](mailto:l.falasca1@virgilio.it)

RYE

Lucia Bellucci  
Tel. 3356194689 - Mail: [erb.acino@libero.it](mailto:erb.acino@libero.it)