

Da oltre 20 anni Fondazione Patrizio Paoletti è attiva nella ricerca e promozione della salute globale per il benessere dell'individuo e dell'insieme. Per questo è importante il tuo sostegno con il tuo 5x1000. Un gesto che non costa nulla, ma vale tanto.

tinyurl.com/fpp-5x1000



La divulgazione scientifica per crescere insieme, idee e strumenti per il quotidiano per migliorare capacità e relazioni. Esplora le aree tematiche del nostro Web Magazine: Frontiere educative, Ricerca, Adolescenza, Salute mentale, Neurodegenerazione.

tinyurl.com/web-magazine



Le parole delle neuroscienze, della psicologia, della pedagogia per la nostra vita quotidiana, per guardare con occhio nuovo a ciò che ci succede nel corso della nostra vita, per arricchire le relazioni e imparare sempre, da tutto e da ogni cosa. Sfoglia il nostro glossario online.

tinyurl.com/fpp-glossario




“
È l'insieme che determina la bellezza del particolare
Patrizio Paoletti

PER UNA SALUTE GLOBALE

In un'era segnata da profonde trasformazioni, **il tessuto che lega insieme il benessere individuale e collettivo si trova sotto un assedio costante.** La convergenza di sfide globali di proporzioni inaudite, quali il cambiamento climatico, il disordine economico mondiale, le migrazioni di massa e l'accentuarsi delle tensioni sociali, ha esacerbato la fragilità dei nostri equilibri d'insieme. Questi cambiamenti hanno reso obsoleti i nostri stili di vita in modo repentino, cogliendoci di sorpresa, minando la salute globale e generando pervasive inquietudini.

> pag. 2

LE 4 C DELLA RICERCA NEURO-PSICOPEDAGOGICA

> pag. 3



QUADRATO MOTOR TRAINING (QMT)

Quadrato Motor Training (QMT) is associated with DNA methylation changes at DNA repeats: A pilot study: l'ultimo studio del RINED – Research Institute for Neuroscience Education and Didactics – di Fondazione Patrizio Paoletti, riguarda gli effetti del Quadrato Motor Training (QMT) sul benessere psicologico e sull'espressione genica ed è stato pubblicato sulla rivista scientifica internazionale online PLOS ONE.

> pag. 3



RICERCA AL SERVIZIO DELL'UMANITÀ



350.000
Ore di ricerca



1.000.000
di persone si informano sui nostri canali divulgativi



400.000
bambini e famiglie hanno beneficiato dei nostri interventi

LA SINCRONIA DELLE CRISI GLOBALI

Gli effetti del cambiamento climatico sono ormai evidenti nel nostro Paese: dall'invasione di specie aliene nel Mediterraneo dovute alla tropicalizzazione del nostro mare, alla diffusione della cimice asiatica, all'aumento delle temperature e cambiamento delle precipitazioni. L'inasprirsi di fenomeni quali la violenza di genere, l'intolleranza, l'estremismo violento e la polarizzazione delle opinioni riflette la profondità dell'impatto di queste crisi.

Questi fattori non solo compromettono il benessere psicologico individuale ma anche l'equilibrio e l'equità sociale su scala più ampia. Il panorama che si delinea evidenzia l'urgenza di nuove strategie per navigare questo millennio carico di sfide imprevedibili. È imperativo impegnarsi nella ricerca scientifica di soluzioni innovative.

La salute va oltre la cura medica e riguarda il benessere complessivo, abbracciando stili di vita, equilibrio personale e realizzazione delle aspirazioni. La Fondazione Patrizio Paoletti promuove un benessere multidisciplinare completo, fisico, psichico e spirituale.

GLI ALTRI SONO PARTE DELLA NOSTRA SALUTE

Soluzioni innovative che possono essere davvero sostenibili solo se fondate sulla consapevolezza come competenza interiore ed elaborate in forma multidisciplinare per sviluppare una visione di insieme. Attingendo dalla sinergia di discipline diverse unite dall'orientamento alla consapevolezza di sé, possiamo fornire alle nuove generazioni gli strumenti interiori adeguati a perseguire il benessere in un contesto tanto sfidante.

Secondo un'indagine IPSOS pubblicata nel febbraio 2024, in Italia, la salute e il benessere sono considerati prioritari dal 69% della popolazione. Per la maggior parte degli italiani la salute dovrebbe essere il campo prioritario di investimento, anche rispetto al lavoro. Il crescente disagio sociale – particolarmente evidente tra i giovani - l'invecchiamento demografico e la diffusione delle malattie neurodegenerative, pongono sfide significative. La promozione di un approccio globale alla salute diventa quindi non solo una necessità urgente ma anche un imperativo etico, data l'insostenibilità dei costi umani, sociali ed economici di un'azione tardiva o insufficiente.

L'IMPEGNO VENTENNALE DI FONDAZIONE PATRIZIO PAOLETTI

In prima linea nell'affrontare queste sfide, Fondazione Patrizio Paoletti emerge da oltre vent'anni come baluardo di innovazione e ricerca per la salute globale. Fin dalla sua creazione ad opera di Patrizio Paoletti nel 2000, la Fondazione, in linea con le posizioni dell'OMS, lavora per reinterpretare il concetto di salute, non più come mera assenza di malattia ma come una risorsa vitale per il benessere a tutto tondo. Fattore di prevenzione globale l'educazione, anche questa da intendersi in senso globale, una preparazione al vivere che abbraccia ogni aspetto della vita in termini di lifewide learning e si rinnova costantemente, lifelong learning. Attraverso un approccio multidisciplinare che abbraccia le neuroscienze, la pedagogia e la didattica, Fondazione Patrizio Paoletti si impegna a promuovere un equilibrio armonico tra le diverse dimensioni: fisica, affettiva, psichica, sociale e spirituale dell'individuo e degli insiemi.

Le iniziative della Fondazione, che spaziano dalla ricerca scientifica agli eventi divulgativi, fino ai progetti educativi e formativi, mirano a rispondere efficacemente alle domande fondamentali sul nostro stato di benessere. Questo lavoro mira a fornire strumenti scientificamente validati per il miglioramento delle relazioni affettive e della coesione sociale, a partire dall'innesco di un processo di autoeducazione che rafforza la salute globale dell'individuo e dell'insieme.

UN NUOVO CONCETTO DI PREVENZIONE

La parola chiave per orientare il cambiamento è innanzitutto prevenzione. La salute degli organismi viventi è un processo di equilibrio dinamico, richiede di essere proattivi, di prenderci cura di noi stessi. La cura di sé come stile di vita forma la capacità di anticipare la crisi. L'operato di Fondazione Patrizio Paoletti è orientato a far incontrare in ciascuno di noi due domande, quella dell'io: "Come stai?", parallelamente a quella del noi: "Come stiamo?". Agire su scala collettiva per affrontare, trattare e, se possibile, invertire la condizione a livello sociale, educativo e politico, con una particolare attenzione rivolta alle fasce sociali più deboli. Quando troviamo delle risposte soddisfacenti alle domande "Come stai?" e "Come stiamo?" siamo più consapevoli di noi stessi, riusciamo a sviluppare molte altre competenze centrali per il nostro benessere, come la chiarezza di visione, la fiducia, la creatività e il processo decisionale. Riusciamo di conseguenza a godere di relazioni affettive migliori e a contribuire alla collettività, attivando un processo di auto-educazione che incide positivamente sulla nostra salute globale e su quella degli altri. Il benessere oggi è una questione collettiva poiché la qualità dell'interconnessione delle nostre vite, che attraversano spazi e tempi assieme, determina una parte importante della nostra salute e delle condizioni per realizzare le nostre aspirazioni.

Fondazione Patrizio Paoletti, con il suo impegno nella ricerca e l'orientamento innovativo, si pone come guida in questo percorso, offrendo nuove prospettive e strumenti per navigare un mondo in continua evoluzione, con l'obiettivo ultimo di dotare ogni individuo e la collettività dei mezzi per realizzare appieno le proprie aspirazioni di benessere e salute.

Partecipa in prima persona rispondendo al sondaggio: Quali fattori ritieni determinanti per il tuo benessere? Cos'è per te la salute?



tinyurl.com/sondaggio-salute-globale



2000



Fondazione dell'Ente ad Assisi, Città della Pace.

Fondazione Patrizio Paoletti nasce all'alba del Terzo Millennio, con lo scopo di condurre ricerca neuroscientifica sui potenziali di apprendimento umani, per promuovere un'educazione efficace per tutti attraverso la Pedagogia per il Terzo Millennio.

2004



Scuole nel Mondo

Con il programma Scuole nel Mondo inizia l'attività internazionale di Fondazione Patrizio Paoletti a sostegno dell'educazione nei Paesi a basso e medio reddito. In questi anni Scuole nel Mondo ha incluso la realizzazione di oltre 30 progetti, 52 missioni di formazione pedagogica per oltre 3.500 insegnanti ed educatori in 12 nazioni.

2009



Assisi International School

Prende il via Assisi International School – AIS, scuola bilingue che coniuga il Metodo Montessori con la Pedagogia per il Terzo Millennio. Un modello scolastico d'avanguardia per discenti dai 24 mesi ai 14 anni, che unisce alla didattica arricchita l'attenzione alla formazione continua degli insegnanti. Recentemente selezionato come istituto rappresentativo per il centro Italia nell'ambito del Programma Nazionale EDU dell'Associazione Italiana Giovani per l'UNESCO.

2012



100.000 Beneficiari raggiunti

Un primo importante traguardo, ad oggi sono circa 400.000 i beneficiari tra bambini, famiglie, insegnanti raggiunti in tutto il mondo da Fondazione Patrizio Paoletti con progetti che vanno dal primo sostegno, all'istruzione, alla formazione per genitori ed educatori.

2016



Inaugurazione dei laboratori di ricerca

Presso la sede di Fondazione Patrizio Paoletti ad Assisi vengono inaugurati i laboratori per la ricerca neuroscientifica del RINED Research Institute for Neuroscience Education and Didactics. La creazione dei laboratori permette di potenziare la ricerca su cognizione e movimento nell'ambito didattico, e sulla fenomenologia della coscienza, grazie all'indagine sulle pratiche meditative.

2020-2021



Prefigurare il Futuro

Prefigurare il Futuro, percorso di formazione in consapevolezza, speranza, resilienza, entra nelle carceri minorili, con un programma formativo per gli educatori penitenziari. L'approccio di Fondazione Patrizio Paoletti, in collaborazione con l'Università di Padova, considera l'intera comunità carceraria nelle sue interazioni.

2023



Teachers Outreach

Nel mondo 7 bambini su 10 soffrono di cronica povertà educativa, il progetto Teachers Outreach sta raggiungendo ad oggi 30 nazioni, Sono 1322 gli insegnanti da tutto il mondo iscritti al programma formativo

La ricerca che cambia la vita, giorno per giorno

La ricerca non può fermarsi. È proprio la **continuità** che assicura al progresso scientifico di divenire sostenibile. Il sapere scientifico evolve in relazione al continuo **cambiamento** degli individui e della società. Grazie alla **collaborazione** con i principali enti di ricerca in Italia e nel mondo possiamo garantire la **concretezza** dei nostri interventi a livello globale per il benessere individuale e collettivo.

> Andrea Pintimalli

CAMBIAMENTO

Il cambiamento è il cuore pulsante della ricerca neuro-psicopedagogica. Il cambiamento è l'unica vera costante della vita umana e i nostri tempi lo dimostrano in modo inequivocabile. Per questo la ricerca di Fondazione Patrizio Paoletti ha per bandiera l'innovazione. Un'innovazione orientata a focalizzare soluzioni nuove per tempi nuovi. Troppo spesso lo scarto temporale tra gli avanzamenti scientifici e il quotidiano è insostenibile. Una grande parte della ricerca scientifica sta vivendo ormai da anni un profondo cambiamento di prospettiva, dal fuori si passa a guardare al dentro. Stiamo comprendendo come una scienza che non diventi coscienza produce risultati non sostenibili a livello sociale e ambientale. La ricerca di Fondazione Patrizio Paoletti si dirige verso la creazione di interventi che promuovano l'adattabilità e la resilienza, elementi chiave nell'era dell'informazione accelerata e delle mutate realtà sociali.

COLLABORAZIONE

La ricerca neuro-psicopedagogica, terreno fertile per l'innovazione educativa e lo sviluppo umano, è intrinsecamente collaborativa. Specialisti da diverse discipline convergono, fondendo esplorazioni neurofisiologiche, teorie psicologiche e pratiche pedagogiche per potenziare i processi educativi. Questa sinergia, che incrocia saperi e competenze per una reciproca fecondazione svela i meccanismi che guidano comportamento e apprendimento. L'integrazione degli approcci assicura una comprensione globale degli individui e delle comunità. Solo grazie alla collaborazione si può superare l'impasse generato dall'iper-specializzazione e produrre quindi una visione globale.

CONCRETEZZA

La concretezza si manifesta nella metodologia accurata e nella raccolta sistematica di dati a servizio di un visione fondata sulla consapevolezza. I ricercatori attuano disegni di ricerca strategici, reclutano partecipanti seguendo criteri rigorosi e raccolgono dati attraverso strumenti elettronici, come anche questionari e interviste. Analizzano poi queste informazioni con precisione statistica, estrapolando risultati che non solo confermano o confutano ipotesi ma forniscono anche basi solide per applicazioni pratiche nella vita quotidiana. Questa attenzione alla concretezza assicura che la ricerca non si perda in astrazioni ma rimanga ancorata a benefici tangibili. È così che è possibile fornire,



LE 4 C DELLA RICERCA NEURO-PSICOPEDAGOGICA

attraverso la divulgazione, strumenti che cambiano la nostra vita e le nostre relazioni, migliorando l'attenzione, la regolazione emotiva, la qualità del sonno, la capacità di prefigurare il futuro che intimamente desideriamo.

CONTINUITÀ

La continuità garantisce che la ricerca non sia un episodio isolato ma un flusso costante di indagine e scoperta. Il monitoraggio dei cambiamenti nel tempo e la replicazione degli studi in vari contesti sono essenziali per validare l'efficacia degli interventi. Pubblicare i risultati, partecipare a conferenze e dialogare con la comunità scientifica sono tutte azioni che contribuiscono alla crescita cumulativa della conoscenza. Particolarmente significativo per noi è l'esempio del Quadrato

Motor Training, ideato da Patrizio Paoletti. È una tecnica di mindful movement che viene ormai investigata da oltre due decenni. Le prime ricerche avevano già dimostrato che la pratica migliora coerenza emisferica e creatività, ma negli anni è emerso anche come possa mitigare gli effetti della dislessia, e addirittura influire sulla metilazione del DNA. Oggi sono in corso ricerche sui potenziali effetti nel caso di malattie neurodegenerative.

Vai al nostro web-magazine

tinyurl.com/4c-della-ricerca



Il Quadrato Motor Training (QMT) è associato a cambiamenti nella metilazione del DNA: la nuova pubblicazione del RINED

> Redazione scientifica

Per la prima volta abbiamo mostrato come lo svolgimento del QMT può avere effetti positivi sulla metilazione del DNA, un importantissimo processo epigenetico che regola l'accensione/spengimento dei geni. Tale processo è influenzato da diversi fattori ambientali, quali, solo per nominarne alcuni, le abitudini alimentari, l'attività fisica e la qualità del sonno.

Come evidenziato dal nostro studio, la pratica quotidiana del QMT, per un periodo di 8 settimane, è associata a miglioramenti di alcuni aspetti del benessere psicologico. Questi aspetti includono la nostra capacità di allacciare relazioni positive con gli altri e la spinta a dare un senso alla nostra vita. I nostri risultati suggeriscono che il QMT supporta la rottura degli schemi mentali in favore di una maggiore dinamicità e flessibilità.

Allo stesso tempo abbiamo osservato che tali cambiamenti psicologici sono associati a variazioni nel livello di metilazione di alcune regioni del DNA, che possono promuovere una maggiore stabilità genomica. Pertanto, la pratica del QMT potrebbe giocare un ruolo positivo anche nel ridurre il rischio di sviluppare malattie caratterizzate da instabilità genomica. Un nostro precedente studio, condotto in parallelo sugli stessi soggetti e pubblicato sulla rivista Progress in Brain Research, ha mostrato come lo svolgimento del QMT favorisca anche la riduzione degli stati infiammatori.

“ Se sentite di essere come bloccati da qualche parte nella vostra vita e volete venirne fuori, o se semplicemente volete migliorare un certo aspetto della vostra vita, dovrete avere una mappa. Questa mappa può anche essere rappresentata dal vostro cervello. È l'antica metafora del labirinto. E ora abbiamo la bellissima opportunità di esaminarla cautamente con diversi strumenti affascinanti, rappresentati dai cambiamenti elettrofisiologici nel cervello, nel sistema immunitario e persino nel DNA.” - Tal Dotan Ben-Soussan

In conclusione, il nostro studio porta alla luce nuovi interessanti risultati, suggerendo che la pratica giornaliera del QMT apporta benefici sia a livello del benessere psicologico che a livello molecolare nel controllo delle funzioni del genoma e dell'espressione genica. Queste evidenze saranno ampliate in studi futuri.

Per leggere l'articolo completo su QMT e metilazione:

tinyurl.com/studio-qmt



Tal D. Ben-Soussan, neuroscienziata formatasi presso l'israeliana Bar-Ilan University e ormai da due decenni direttrice del RINED

IL RINED



RESEARCH INSTITUTE
PAOLETTI FOUNDATION

RINED Research Institute for Neuroscience Education and Didactics è l'istituto di ricerca di Fondazione Patrizio Paoletti, iscritta all'Anagrafe Nazionale delle Ricerche del Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca. Attivo dal 2003, L'Istituto è organizzato in due dipartimenti e corrispondenti linee di ricerca in costante interazione tra loro: neuroscientifica e psicopedagogica.

Il RINED svolge studi in ambito neuroscientifico e psicopedagogico in collaborazione con numerosi partner nazionali ed internazionali.

Attraverso i protocolli multidisciplinari l'équipe di ricerca del RINED è impegnata nell'individuazione di nuovi modelli di conoscenza

za teorici e pratici, con il fine di migliorare la salute globale degli individui e delle collettività. Obiettivi della ricerca sono la promozione del benessere e la salute cognitiva, fisica, psicologica ed emotiva, dall'infanzia all'età adulta. Il RINED concorre all'integrazione tra i sistemi dell'istruzione, della formazione e dell'innovazione tecnologica. Con le sue attività di ricerca, la diffusione dei risultati, attraverso convegni, campagne e eventi di divulgazione favorisce l'applicazione dei saperi scientifici e contribuisce all'avanzamento dello sviluppo sociale e culturale, a livello mondiale.

Visita il sito:

rined.institute



Il tuo 5x1000 alla Ricerca



Firma Per
sostenere la ricerca
che cambia la vita

La tua firma ed il codice fiscale di
Fondazione Patrizio Paoletti possono
davvero cambiare il mondo.

Scegliendo di destinare il tuo 5x1000 a Fondazione Patrizio Paoletti, sostieni i progetti della Fondazione e decidi di stare accanto a bambini come Gioele, adolescenti come Emily e ricercatori come Michele. Il nostro obiettivo è una ricerca neuro-psicopedagogica, che studia a fondo la complessità dell'essere umano e del suo ambiente. Una ricerca in grado di accendere la luce dentro di noi, con l'obiettivo di creare con i nostri progetti sui territori, dalle periferie d'Italia e del mondo, alle carceri minorili, alle scuole in tutta Italia, fino alle nostre case, un mondo fatto di pace.

Destinare il cinque per mille non costa nulla ma garantisce ad ognuno di loro un futuro di benessere ed opportunità. La tua firma nel riquadro per il finanziamento della ricerca scientifica assieme al codice fiscale di Fondazione Patrizio Paoletti sono un gesto concreto per donare l'opportunità di una ricerca orientata alla salute globale per ogni bambino, adolescente e di ogni individuo.

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

**FINANZIAMENTO DELLA RICERCA SCIENTIFICA
E DELL'UNIVERSITÀ**

FIRMA *La tua firma*

CODICE FISCALE del beneficiario (eventuale) **94092660540**

Per sostenere una ricerca
che cambia la vita, nella tua
dichiarazione dei redditi ricordati il
codice fiscale di Fondazione Patrizio
Paoletti: **94092660540**

Grazie per esserci accanto!

Leggi le risposte alle domande più frequenti



Il 5x1000 non mi costa nulla, è vero?

È vero.
Il 5x1000 è una frazione dell'IRPEF. Non è assolutamente una spesa aggiuntiva. Se si decide di non destinare a nessuno il 5x1000 quella parte di IRPEF sarà comunque versata allo Stato.



Qual è il termine per la consegna della dichiarazione dei redditi?

- Il termine per la consegna del 730 è: 30/09/2024
- Il termine per la consegna del modello Redditi è: 15/10/2024



Dono già l'8x1000: posso scegliere di donare anche il 5x1000?

Sono due azioni distinte e non alternative tra loro.
La devoluzione dell'8x1000 è una scelta che ogni contribuente può continuare a fare indipendentemente dalla possibilità di destinare il 5x1000.



Che succede se firmo soltanto senza indicare il codice fiscale?

Se non viene specificato il codice fiscale, la cifra non verrà attribuita alla Fondazione Patrizio Paoletti, ma sarà suddivisa in modo proporzionale al numero di preferenze ricevute dalle associazioni appartenenti alla stessa categoria.



Cosa devo fare esattamente affinché il mio contributo vada effettivamente a Fondazione Paoletti?

Basterà firmare nel riquadro dedicato al "Finanziamento della ricerca scientifica e dell'Università" oppure nel riquadro per il "Sostegno delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale...", specificando il codice fiscale nello spazio sotto la firma.



Non devo presentare la dichiarazione dei redditi: posso comunque scegliere a chi destinare il mio 5x1000?

Sì, la scelta di destinare il 5x1000 è svincolata dalla presentazione della dichiarazione dei redditi (Redditi o 730).

Tutti coloro che hanno ricevuto il CU possono ugualmente donare il 5x1000. Per fare ciò ci si dovrà recare presso gli uffici postali o ad un CAF e consegnare gratuitamente la scheda relativa alla destinazione del 5x1000 allegata al modello CU debitamente compilata e firmata entro lo stesso termine di scadenza previsto per la presentazione della dichiarazione dei redditi Mod. Redditi.

La scheda dovrà essere consegnata in una busta chiusa su cui apporre:

- la dicitura "scelta per la destinazione del 5x1000 dell'IRPEF"
- l'anno cui la certificazione si riferisce
- il proprio codice fiscale, il cognome e il nome.

Il tuo **5x1000**
per il benessere di tutti

CODICE FISCALE
FONDAZIONE PATRIZIO PAOLETTI
94092660540

Appassionatamente
Periodico semestrale

Editore:
Fondazione Patrizio Paoletti
per lo sviluppo e la comunicazione

Direttore Responsabile: Silvio Malvolti
Progetto Grafico: Damiano Moscatelli

Redazione:
Andrea Pintimalli

Stampa:
Graphicscalve Spa, sede operativa,
via Dei Livelli di Sopra, 6/a 24060 Costa di Mezzate BG

Sede:
Via Nazionale 230 - 00184 Roma - Tel. 06 8082599
fondazione@fondazionepatriziopaoletti.org
www.fondazionepatriziopaoletti.org

Aut Tribunale RM del 2 novembre 2021 al n. 179 del Registro Stampa

Foto: Archivio Fondazione Patrizio Paoletti, Pixabay.com
Shutterstock.com, Unsplash.com.

Il benessere delle persone riguarda anche la tutela dell'ambiente. Utilizzando carta riciclata e certificata FSC, promuoviamo la gestione responsabile e sostenibile delle foreste

Da oltre 20 anni attiva nella
ricerca e promozione della
salute globale per il benessere
dell'individuo e dell'insieme.

Per saperne di più

Chiamaci

Tel. 06 8082599
Dal lunedì ai venerdì dalle 9:00 alle 18:00

Scrivici

serviziodonatori@fondazionepatriziopaoletti.org



Visita il nostro Web Magazine e resta sempre
aggiornato, inquadra il QR code o vai
al link fondazionepatriziopaoletti.org/blog

