

1	2	3 D	4	5		6	7	8	9	10 R		11
12		C			13	/		14		I	15	
	16	CALEND					17	ALICE				
19	U						I			E		20
21	R				22		U			R		
23	A			24		25	T			C		
		26					27 O			A		

2022

Alice

# *Gennaio 2022 - primo insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

Gestisci la tua crescita personale

La metafora più importante nella storia è quella relativa alla crescita. Nel libro di Carroll, Alice diventa da alta a bassa e da grande a piccola. Crescere significa cambiare le dimensioni del corpo, affrontare gli alti e i bassi e sentirsi sicuri o insicuri di se stessi, ma anche imparare chi siamo, cosa rappresentiamo, cosa vogliamo fare, essere e avere.





# GENNAIO

# 2022

*Alice*

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

**1** sab

**2** dom

**3** lun

**4** mar

**5** mer

**6** gio

**7** ven

**8** sab

**9** dom

**10** lun

**11** mar

**12** mer

**13** gio

**14** ven

**15** sab

**16** dom

**17** lun

**18** mar

**19** mer

**20** gio

**21** ven

**22** sab

**23** dom

**24** lun

**25** mar

**26** mer

**27** gio

**28** ven

**29** sab

**30** dom

**31** lun

# *Febbraio 2022 - seconda insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

Conosci ciò che vuoi davvero e punta su quello

*“Mi diresti, per favore, da che parte dovrei andare da qui?”*

*“Dipende molto da dove vuoi arrivare”, dice il Gatto*

*“Non mi interessa molto dove”, dice Alice*

*“Allora non importa in che direzione vai”, dice il Gatto*





# FEBBRAIO

# 2022

Alice

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

1 mar

2 mer

3 gio

4 ven

5 sab

**6 dom**

7 lun

8 mar

9 mer

10 gio

11 ven

12 sab

**13 dom**

14 lun

15 mar

16 mer

17 gio

18 ven

19 sab

**20 dom**

21 lun

22 mar

23 mer

24 gio

25 ven

26 sab

**27 dom**

28 lun

# *Marzo 2022 - terzo insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

**Di ciò che intendi veramente**

*“Allora, quando parli, dovresti dire ciò che intendi dire,  
soggiunse il Leprotto Marzolino”*

*“Certo replicò prontamente Alice; perlomeno – perlomeno  
io intendo dire proprio ciò che dico – che è poi la stessa  
cosa, no?” “No che non è la stessa cosa! esclamò il  
Cappellaio. A questa stregua, potresti sostenere che “Vedo  
ciò che mangio” sia la stessa cosa di “Mangio ciò che  
vedo!”” “A questa stregua aggiunse il Leprotto  
Marzolino, potresti sostenere che “Mi piace quello che  
prendo” sia la stessa cosa di “Prendo quello che mi piace!”*





# MARZO

# 2022

*Alice*

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

1 mar

2 mer

3 gio

4 ven

5 sab

**6 dom**

7 lun

8 mar

9 mer

10 gio

11 ven

12 sab

**13 dom**

14 lun

15 mar

16 mer

17 gio

18 ven

19 sab

**20 dom**

21 lun

22 mar

23 mer

24 gio

25 ven

26 sab

**27 dom**

28 lun

29 mar

30 mer

31 gio

# *Aprile 2022 - quarto insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

Sviluppa la tua identità

I personaggi nel paese delle meraviglie chiedono continuamente ad Alice chi sia lei.

Di conseguenza, lei si interroga sulla sua identità. Quando abbiamo dei dubbi su chi siamo e cosa rappresentiamo, ciò influisce sulla nostra intera vita.







# aprile 2022



Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

1 ven

2 sab

3 dom

4 lun

5 mar

6 mer

7 gio

8 ven

9 sab

10 dom

11 lun

12 mar

13 mer

14 gio

15 ven

16 sab

17 dom

18 lun

19 mar

20 mer

21 gio

22 ven

23 sab

24 dom

25 lun

26 mar

27 mer

28 gio

29 ven

30 sab

# *Maggio 2022 - quinto insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

Siamo tutti matti!

Prima impariamo ad accettare tutti i tratti caratteriali che ci rendono unici e che rendono uniche le persone che ci circondano e prima potremo andare avanti e creare attorno a noi una bella realtà.

*“Ma io non voglio andare fra i matti”, osservò Alice.  
“Bè, non hai altra scelta”, disse il Gatto “Qui siamo tutti  
matti. Io sono matto. Tu sei matta.” “Come lo sai che  
sono matta?” Disse Alice. “Per forza,” disse il Gatto:  
“altrimenti non saresti venuta qui”*





# MAGGIO

# 2022

*Alice*

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

**1** dom

**2** lun

**3** mar

**4** mer

**5** gio

**6** ven

**7** sab

**8** dom

**9** lun

**10** mar

**11** mer

**12** gio

**13** ven

**14** sab

**15** dom

**16** lun

**17** mar

**18** mer

**19** gio

**20** ven

**21** sab

**22** dom

**23** lun

**24** mar

**25** mer

**26** gio

**27** ven

**28** sab

**29** dom

**30** lun

**31** mar

# *Giugno 2022 - sesto insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

La vita è quella che decidi tu

Riprendete in mano la vita se siete scoraggiati e avviliti, è tempo di ritrovare la felicità. Invece di pensare alle cose negative che sono successe, dovete ricordare che noi stessi siamo il cambiamento che vogliamo.

*“Se io avessi un mondo come piace a me, là tutto sarebbe assurdo: niente sarebbe com’è, perché tutto sarebbe come non è, e viceversa! Ciò che è non sarebbe e ciò che non è sarebbe!”*





# GIUGNO

# 2022

*Alice*

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

1 mer

2 gio

3 ven

4 sab

5 dom

6 lun

7 mar

8 mer

9 gio

10 ven

11 sab

12 dom

13 lun

14 mar

15 mer

16 gio

17 ven

18 sab

19 dom

20 lun

21 mar

22 mer

23 gio

24 ven

25 sab

26 dom

27 lun

28 mar

29 mer

30 gio

# *Luglio 2022 - settimo insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

Sogna cose impossibili

Una delle cose più grandi di Alice è che sogna sempre cose inimmaginabili. È addirittura arrivata al punto di sognare sei cose impossibili prima di colazione! Mentre alcune cose saranno sempre assurde o semplicemente irraggiungibili, non pensate che sognare cose impraticabili sia una colpa. Stabilire obiettivi elevati e sforzarsi di soddisfarli è qualcosa che chiunque potrebbe e dovrebbe fare. È importante non lasciare mai che qualcun altro nella tua vita definisca ciò che è impossibile per voi!





# LUGLIO

# 2022

*Alice*

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

**1** ven

**2** sab

**3** dom

**4** lun

**5** mar

**6** mer

**7** gio

**8** ven

**9** sab

**10** dom

**11** lun

**12** mar

**13** mer

**14** gio

**15** ven

**16** sab

**17** dom

**18** lun

**19** mar

**20** mer

**21** gio

**22** ven

**23** sab

**24** dom

**25** lun

**26** mar

**27** mer

**28** gio

**29** ven

**30** sab

**31** dom

# *Agosto 2022 - ottavo insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

Segui sempre il Coniglio Bianco

Quando Alice segue il “White Rabbit”, capisce subito che non avrebbe dovuto.

Sa che probabilmente avrebbe fatto arrabbiare sua madre, ma lo ha fatto.

Ciò significa che vale la pena essere sempre curiosi, e addirittura impulsivi di tanto in tanto.

La curiosità ha ucciso il gatto? Ma è anche vero che alcune delle più grandi soddisfazioni arrivano dal fiuto dettato dalla curiosità.







# AGOSTO 2022

Alice

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

1 lun

2 mar

3 mer

4 gio

5 ven

6 sab

7 dom

8 lun

9 mar

10 mer

11 gio

12 ven

13 sab

14 dom

15 lun

16 mar

17 mer

18 gio

19 ven

20 sab

21 dom

22 lun

23 mar

24 mer

25 gio

26 ven

27 sab

28 dom

29 lun

30 mar

31 mer

# *Settembre 2022 - nono insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

Sarai una persona diversa, oggi e domani

Quanto è mutabile la natura umana? Quello che ognuno dovrebbe imparare da Alice è che oggi siamo una persona diversa rispetto a ieri e che anche domani saremo un'altra persona ancora.

*"Non posso tornare a ieri perché ero una persona diversa allora"*





# SETTEMBRE

# 2022

*Alice*

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

1 gio

2 ven

3 sab

**4 dom**

5 lun

6 mar

7 mer

8 gio

9 ven

10 sab

**11 dom**

12 lun

13 mar

14 mer

15 gio

16 ven

17 sab

**18 dom**

19 lun

20 mar

21 mer

22 gio

23 ven

24 sab

**25 dom**

26 lun

27 mar

28 mer

29 gio

30 ven

# *Ottobre 2022 - decimo insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

A volte devi cadere in un buco per risalire su in cima

Nel momento in cui Alice insegue il Coniglio Bianco, non si sente felice.

La sua vita, il suo futuro e tutto sembra essere fuori controllo. Questo accade anche nella vita, e si cade in un buco profondo e oscuro.

Alice non aveva idea di dove stesse andando mentre cadeva, ma ciò che la rende diversa da altre persone è che ha immediatamente iniziato a cercare una via d'uscita. Non rimanete lì se siete insoddisfatti o depressi, ma cercate una via di fuga, e chiedete aiuto.





OTTOBRE

2022

Alice

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

1 sab

2 dom

3 lun

4 mar

5 mer

6 gio

7 ven

8 sab

9 dom

10 lun

11 mar

12 mer

13 gio

14 ven

15 sab

16 dom

17 lun

18 mar

19 mer

20 gio

21 ven

22 sab

23 dom

24 lun

25 mar

26 mer

27 gio

28 ven

29 sab

30 dom

31 lun

# *Novembre 2022 - undicesimo insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

La vita è una serie fantastica di avventure

Se non avessimo mai riso, pianto o sofferto, quanto sarebbe noiosa la nostra vita? E, oltre ai sentimenti, la vita è anche piena di colpi di scena, di improvvise svolte, di sorprese e delusioni.

Accettate con leggerezza il fatto che l'esistenza sia una serie di avventure e sarà più lieve affrontare ogni cosa.





# NOVEMBRE 2022



Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

<b>1</b> mar	<b>16</b> mer
<b>2</b> mer	<b>17</b> gio
<b>3</b> gio	<b>18</b> ven
<b>4</b> ven	<b>19</b> sab
<b>5</b> sab	<b>20</b> dom
<b>6</b> dom	<b>21</b> lun
<b>7</b> lun	<b>22</b> mar
<b>8</b> mar	<b>23</b> mer
<b>9</b> mer	<b>24</b> gio
<b>10</b> gio	<b>25</b> ven
<b>11</b> ven	<b>26</b> sab
<b>12</b> sab	<b>27</b> dom
<b>13</b> dom	<b>28</b> lun
<b>14</b> lun	<b>29</b> mar
<b>15</b> mar	<b>30</b> mer

# *Dicembre 2022 - dodicesimo insegnamento di Alice nel Paese delle Meraviglie*

Positività qui e ora

Pensate colorato! Circondatevi di persone in grado di trasmettere energia positiva grazie al sorriso e siate felici del posto che occupate in questo momento. Se ci si trova davvero dove si desiderava, si sprigiona a propria volta un'energia positiva da trasmettere agli altri.

*“Il segreto, cara Alice, è circondarsi di persone che ti facciano sorridere il cuore. È allora, solo allora, che troverai il Paese delle Meraviglie”*







# DICEMBRE

# 2022

*Alice*

ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Sede legale:  
Ca' Silvestri, 16 (PD)  
Cell. 347 8961115  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

1 gio

2 ven

3 sab

**4 dom**

5 lun

6 mar

7 mer

**8 gio**

9 ven

10 sab

**11 dom**

12 lun

13 mar

14 mer

15 gio

16 ven

17 sab

**18 dom**

19 lun

20 mar

21 mer

22 gio

23 ven

24 sab

**25 dom**

**26 lun**

27 mar

28 mer

29 gio

30 ven

31 sab



ALICE PER I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE

Via Ca' Silvestri, 16 - 35136 Padova  
Cell. 347 8961115 - [aliceperidca@libero.it](mailto:aliceperidca@libero.it)  
[www.aliceperida.org](http://www.aliceperida.org)

[www.facebook.com/ALICE-per-i-DCA-311202388891899](https://www.facebook.com/ALICE-per-i-DCA-311202388891899)

L'associazione *Alice* è nata nel 2006 dal bisogno di un gruppo di genitori con figli affetti da Disturbo del Comportamento Alimentare, di confrontarsi e di aiutare concretamente le persone affette da questa patologia e i loro familiari a trovare percorsi di cura adeguati ed efficaci.

Fin dalla nascita l'associazione ha collaborato con il *Centro Regionale per i Disturbi del Comportamento Alimentare di Padova*, che fa parte della rete di servizi di eccellenza per il trattamento di tali problematiche ed è nostro punto di riferimento per le cure e per l'attivazione di progetti che richiedano la consulenza di esperti. Con i fondi raccolti con varie iniziative, inoltre, abbiamo contribuito a sostenere il Centro nelle sue attività di cura e riabilitazione, come avvenuto per l'apertura del Day Hospital.

*Alice* si propone anche di sostenere la *ricerca scientifica*, con l'obiettivo di conoscere sempre più a fondo vari aspetti di tale problematica e trovare cure sempre più idonee.

Poiché la cura dei disturbi dell'alimentazione è un percorso articolato, talvolta lungo e difficile, è fondamentale pensare alla *prevenzione*. Per questo l'associazione promuove iniziative di formazione, di informazione e di sensibilizzazione rivolte a giovani, genitori, insegnanti e allenatori sui principali fattori di rischio e di protezione per lo sviluppo dei disturbi alimentari.

La salute mentale va tutelata. Attraverso la partecipazione alle giornate del volontariato, l'organizzazione di convegni e di occasioni di incontro, attraverso la formazione su specifici temi sensibili quali l'alimentazione, la bellezza, lo sport, ci proponiamo di parlare del disagio di cui siamo testimoni per farlo conoscere.



IMPRIMENDA  
PER IL SOCIALE