

# EUROPE

## Ensuring Unity and Respect as Outcomes for the People of Europe

### In cosa consiste EUROPE?

EUROPE è un progetto, della durata di 2 anni, che mira a promuovere l'inclusione sociale, la tolleranza e gli altri fattori che prevengono la violenza nelle scuole. Il progetto EUROPE è incentrato sull'implementazione del "Momento di quiete in classe", un programma basato sulla tecnica della **Meditazione Trascendentale (MT)**, per studenti e insegnanti, finalizzato alla riduzione dello stress, per favorire un incremento dei comportamenti prosociali e degli atteggiamenti positivi, dell'intelligenza emotiva, della creatività e del rendimento scolastico.

### A chi è rivolto il progetto?

La metodologia del progetto EUROPE viene sperimentata e valutata in Olanda, Svezia e Portogallo in almeno una scuola per paese, coinvolgendo almeno 150 studenti per scuola. Il progetto EUROPE è rivolto direttamente a studenti e insegnanti. Tuttavia, il progetto prevede il coinvolgimento della comunità scolastica nel suo insieme, ossia i genitori, i fornitori di

servizi scolastici, le organizzazioni della società civile, i politici che operano nel settore dell'istruzione scolastica e le comunità scientifiche.

### Quali sono i risultati attesi?

- **Report di valutazione dei benefici** del programma Momento di quiete in classe/Meditazione Trascendentale:
  - per studenti, misurando i livelli di: stress, ansia, comportamenti negativi e violenza, non discriminazione, rispetto e comprensione, comportamenti prosociali positivi, tra cui tolleranza e ragionamento morale, resilienza, abilità di far fronte alle situazioni e risultati scolastici;
  - per insegnanti: fiducia in se stessi, motivazione, tolleranza e flessibilità, stress percepito, livelli di ansia e problemi di salute mentale, soddisfazione sul lavoro e livelli di esaurimento/burnout;
  - per l'intera comunità scolastica: atmosfera scolastica, ambiente di apprendimento inclusivo, violenza e bullismo;

- **Articoli scientifici** pubblicati in riviste specialistiche, siti web e presentazioni in seminari e congressi per aumentare la consapevolezza sul programma Momento di quiete in classe/Meditazione Trascendentale, nonché sui risultati e la valutazione del progetto;

- **Manuale di buone pratiche e piano d'azione** per guidare i policy makers nell'implementazione del programma Momento di quiete in classe/MT, in altri contesti;

- **Infrastrutture di supporto online e comunità di interesse** che coinvolgano insegnanti, dirigenti scolastici, coordinatori pedagogici, rappresentanti dei genitori nelle scuole, associazioni studentesche, associazioni di dirigenti e di genitori, politici e altre parti interessate a livello di base, per mantenerli aggiornati sui risultati del progetto e permettere loro di familiarizzare con l'approccio incentrato sull'implementazione del Momento di quiete in classe basato sulla Meditazione Trascendentale, nelle scuole.





Come potete contattarci?  
Per ulteriori informazioni sul progetto EUROPE,  
si prega di consultare i seguenti siti web:



[europe-project.org](http://europe-project.org)



Erasmus + project results  
[bit.ly/2gdtBZc](http://bit.ly/2gdtBZc)



[facebook.com/europeproject.eu](https://facebook.com/europeproject.eu)

Altrimenti, per conto del coordinatore  
del progetto, è possibile contattare  
il responsabile di progetto

Nicoleta Susanu: [europrojects@montesca.it](mailto:europrojects@montesca.it)

o il responsabile di progetto nazionale:

[europe-project.org/contacts](http://europe-project.org/contacts)

Il progetto EUROPE è cofinanziato dal programma  
Erasmus+ - Azione chiave 3: Iniziative per  
l'innovazione delle politiche - Inclusione sociale  
attraverso istruzione, formazione e gioventù.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production  
of this publication does not constitute an endorsement  
of the contents which reflects the views only of the  
authors, and the Commission cannot be held  
responsible for any use which may be made of the  
information contained therein.

This work is licensed under a Creative Commons  
Attribution-NonCommercial 4.0 International License.



## Partner

**Fondazione Hallgarten Franchetti - Centro Studi Villa  
Montesca**

Italia / [montesca.eu](http://montesca.eu)



**Stichting Hogeschool Utrecht [Utrecht University of Applied  
Sciences]**

Paesi Bassi / [international.hu.nl](http://international.hu.nl)



**Universidade do Algarve**

Portogallo / [ualg.pt](http://ualg.pt)



**CESIE**

Italia / [cesie.org](http://cesie.org)



**Agrupamento de Escolas João de Deus [Teacher Training  
Centre]**

Portogallo / [aejdfaro.pt](http://aejdfaro.pt)



**Maharishi School Trust Limited**

Regno Unito /

[maharishischool.com/2016/12/09/lancashire-fire-rescue-visit](http://maharishischool.com/2016/12/09/lancashire-fire-rescue-visit)



**Stichting Maharishi Onderwijs Nederland**

Paesi Bassi / [mbsdefontein.nl](http://mbsdefontein.nl)



**Maharishi Foundation England**

Regno Unito / [uk.tm.org/maharishi-foundation-uk](http://uk.tm.org/maharishi-foundation-uk)



**APEJAA – Associação de Pais e Encarregados de Educação  
da Escola João Afonso De Aveiro**

Portogallo / [agrupamentodeescolasdeaveiro.pt](http://agrupamentodeescolasdeaveiro.pt)



**Cooperativa Cultural Ciencia Tecnologia Vedica Maharishi,  
CCCT**

Portogallo / [meditacao-transcendental.pt](http://meditacao-transcendental.pt)



**MIKI – SVERIGE [Maharishi Institut for Kreativ Intelligen]**

Svezia

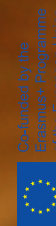


**Stichting Maharishi Vedisch Instituut**

Paesi Bassi / [nl.tm.org](http://nl.tm.org)

# EUROPE

Ensuring Unity and Respect as Outcomes for People of Europe



[europe-project.org](http://europe-project.org)