

# HELIOS

Star bene in città

[www.heliosverona.eu](http://www.heliosverona.eu)

[info@heliosverona.eu](mailto:info@heliosverona.eu)

 +34 665497477

# Foto Kit

Helios Photovoice Verona



Un progetto promosso dal Centro Comune di Ricerca della Commissione europea, sede di Ispra, in collaborazione con l'Università di Verona.



UNIVERSITÀ  
di **VERONA**

## Partecipa alla ricerca con le tue fotografie

Istruzioni per partecipare

**HELIOS**

Star bene in città

Può un luogo  
contribuire al  
benessere  
mentale?

# Benvenuto al Foto Kit di Helios!

In questo libricino troverai tutte le informazioni necessarie per partecipare alla ricerca fotografica di Helios.

Sei pronto? Iniziamo!

## Cosa troverai in questo kit





# Tutto quello che c'è da sapere su HELIOS

## Che cos'è HELIOS?

HELIOS è un progetto di ricerca che coinvolge i residenti di Verona al fine di esplorare come i luoghi nei quali viviamo influiscano sul nostro benessere mentale, specialmente sullo sfondo della pandemia di Covid-19.

## Chi è coinvolto in HELIOS?

Il progetto coinvolge ricercatori del Centro Comune di Ricerca (Commissione europea, sede di Ispra) con *expertise* su qualità ambientale, salute pubblica e partecipazione pubblica. Il progetto è svolto in stretta collaborazione con esperti esterni nel campo della psichiatria (Università di Verona) e citizen science.

## Chi finanzia il progetto?

HELIOS è un progetto finanziato dall'Unione Europea.

## Cosa facciamo?

Le attività che coinvolgono i cittadini si basano sul metodo di ricerca Photovoice. Fotografando i propri quartieri, i partecipanti costruiscono testimonianze di come diversi tipi di spazi influiscono sul proprio benessere. Attraverso il dialogo e la riflessione di gruppo, si analizzano le foto raccolte mettendo in luce questioni di interesse per le comunità locali.

## In che consiste la mia partecipazione?

HELIOS ti invita a partecipare a una serie di incontri e attività:



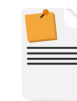
**30 Aprile  
Incontro 1**

Definiamo  
il tema di  
interesse



**1-11 Maggio  
In autonomia**

Scattiamo foto  
di luoghi che  
influiscono nel  
benessere



**14 Maggio  
Incontro 2**

Analizziamo  
le foto  
raccolte



**Nov. - Dic.  
Esibizione**

Presentiamo  
i risultati a  
decisori  
politici



## Informazioni raccolte e riservatezza

### Che informazioni verranno raccolte durante le attività di HELIOS e come verranno utilizzate?

- **Conversazioni e materiali creati durante gli incontri.** I ricercatori prenderanno appunti delle conversazioni di gruppo, senza usare il tuo nome. Gli appunti saranno analizzati unicamente dai ricercatori di HELIOS con il fine di svolgere attività di ricerca.
- **Foto e video della tua partecipazione.** Durante gli incontri sarà presente una fotografa per documentare con foto e video le attività. Saranno utilizzate con il fine di promuovere il progetto e i suoi risultati e saranno pubblicate nei canali di comunicazione del progetto (es. web, social media, articoli, libri).
- **Foto da te scattate.** Le fotografie che crei sono i dati principali di questo progetto. Sarai invitato a selezionare tra le 2 e le 4 foto da te scattate e presentarle agli altri partecipanti.

- Con il tuo consenso, le tue foto potranno essere esposte in una mostra fotografica e pubblicate nei canali di diffusione del progetto. Potrai scegliere se desideri rimanere anonimo o se desideri che il tuo nome sia utilizzato insieme alle tue fotografie.
- **Dati personali** (es. nome, e-mail) saranno raccolti al momento dell'iscrizione e saranno utilizzati per comunicare in merito alle attività programmate e ai risultati dello studio.

### Posso partecipare al progetto senza che le mie foto siano esposte pubblicamente?

Certo! Potrai manifestare la tua preferenza selezionando l'apposita opzione nei moduli di consenso che ti chiederemo di firmare.

### Posso revocare la mia partecipazione?

Puoi revocare la tua partecipazione in qualsiasi momento, senza dover fornire alcuna spiegazione. Invia una mail a [info@heliosverona.eu](mailto:info@heliosverona.eu) Le tue informazioni e le tue fotografie saranno rimosse dal database.



## Che cosa fotografare

### Pensa alla tua foto come a un dato scientifico!

Durante il primo incontro, il gruppo di partecipanti ha riflettuto e proposto alcuni temi di interesse e preoccupazioni in relazione all'ambiente di Verona e al benessere mentale dei suoi abitanti.

Partecipando in questo progetto, hai la possibilità di fotografare qualunque cosa desideri per rendere visibile un problema o un punto di forza della tua comunità.

A destra trovi le istruzioni principali per scattare le foto e i temi di interesse votati dai partecipanti del primo incontro. Tienili in mente quando scatti le tue foto!

### Scatta fotografie che aiutino a rispondere alla domanda: **In che modo i luoghi di Verona condizionano il tuo benessere mentale?**

Mentre scatti le foto, se vuoi, puoi tenere in mente i temi di interesse proposti dai partecipanti del primo incontro:

- Gli spazi verdi di Verona vengono spesso progettati come elementi isolati e indipendenti. Invece, bisognerebbe inserirli come parte centrale di una progettazione integrale dello spazio pubblico.
- Verona emerge come una città divisa in quanto a vivibilità dei quartieri e accessibilità al verde. Emerge la necessità di un'urbanistica differente, partecipata, "fatta" con i cittadini.
- La presenza di spazi di aggregazione e socialità può influire sulla vivibilità dei quartieri e, più in generale, sul benessere dei loro abitanti. Esiste una differenza nella quantità e qualità degli spazi di aggregazione disponibili in diversi quartieri della città.



## Consigli per fare delle buone foto

### Hai un'idea chiara di cosa vuoi comunicare con la tua foto?

Questa è la prima domanda che dovrai porti prima di scattare una foto. Di seguito, troverai alcuni spunti di riflessione che ti aiuteranno ad esprimere al meglio il tuo messaggio attraverso la fotografia.

- **A cosa stai facendo la foto?** Assicurati che l'oggetto che vuoi catturare sia in primo piano. Se la foto contiene molti oggetti potrebbe essere difficile per lo spettatore capire realmente che cosa volessi comunicare. Metti a fuoco il soggetto toccando lo schermo del cellulare.
- **Prendi in considerazione vari angoli di vista.** Prova a guardare la scena che vuoi fotografare da una prospettiva diversa. I bambini ad esempio vedono il mondo dal basso verso l'altro. Tieni la macchina fotografica a diverse altezze e angolazioni per vedere il mondo in modo leggermente diverso. Come cambia il messaggio comunicato dalla tua foto?

- Usa la macchina fotografica del tuo cellulare, sarà più semplice **scattare le foto mentre ti muovi per svolgere le tue attività quotidiane.**
- **No foto di persone.** Siamo interessati ai luoghi di vita, perciò le fotografie non dovrebbero contenere volti di persone. Nel caso in cui la tua scena contenga persone riconoscibili, ricordati di rispettare le misure etiche che troverai spiegate alla pagina seguente.
- **Annota i tuoi pensieri.** L'importante non è solo l'immagine, ma anche la storia che c'è dietro di essa. Subito dopo aver scattato una foto, può essere utile catturare i tuoi pensieri e le motivazioni che ti hanno spinto a scattare proprio quella foto. Usa un taccuino o un audio-messaggio per prendere nota dei tuoi pensieri.
- Ricorda: per partecipare in questo progetto **non è necessario essere dei fotografi professionisti!**



# 5. Aspetti etici della fotografia

## Assicurati che le tue foto rispettino le misure etiche!

Fare foto può sembrare un'azione semplice. Eppure, le foto possono trasmettere un forte messaggio. Per questo, è importante tenere in mente alcune regole etiche. Ti proponiamo una serie di domande che dovrai porti per assicurarti che le tue foto non danneggino te o gli altri.

### 1. È veritiero? Rappresenta accuratamente la situazione?

Assicurati che la scena che vuoi catturare ritrae accuratamente il problema della tua comunità. Evita di scattare fotografie che potrebbero essere mal interpretate se estrapolate dal contesto.

### 2. Può causare danno a qualcuno o qualcosa?

È importante non scattare foto che potrebbero compromettere la reputazione, la sicurezza o la libertà individuale degli altri.

### 3. Può essere pericoloso per me o per altri?

Non metterti in situazioni pericolose per scattare le foto. Non pensare al pericolo solo in termini di danno fisico, ma anche di danno emotivo, danno alla reputazione individuale o potenziale danno finanziario.

### 4. La mia foto invade la privacy di qualcuno?

In alcuni casi, avrai bisogno di far firmare un modulo di consenso alle persone che appaiono nella tua foto. Puoi scaricare il modulo sulla pagina del progetto.

Consenso necessario	Consenso NON necessario
<ul style="list-style-type: none"><li>- Fotografare persone che sono riconoscibili (volti)</li><li>- Fotografare una persona minorenn</li><li>- Fotografare effetti e proprietà personali</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fotografare persone che non sono riconoscibili (es. di spalle)</li><li>- Fotografare ambienti pubblici</li></ul>





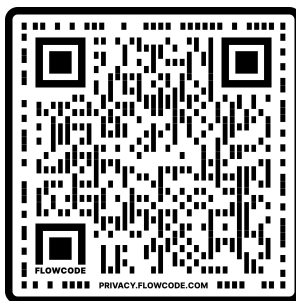
## Istruzioni per inviare le tue foto

### Ricorda di inviare le tue foto entro il 10 Maggio

**Seleziona dalle 2 alle 4 foto** che meglio rappresentano la tua esperienza vissuta e le sfide e i punti di forza affrontati nel tuo quartiere.

Se le tue foto contengono persone riconoscibili dovrai far firmare il [modulo di consenso](#). Puoi portarlo in formato cartaceo durante il prossimo incontro del 14 Maggio. Senza il modulo firmato non potremmo usare la tua foto, e questa sarà eliminata dal database.

**Invia le tue foto attraverso il seguente formulario:**



[https://ec.europa.eu/eusurvey/runner/Helios\\_inviofoto](https://ec.europa.eu/eusurvey/runner/Helios_inviofoto)

Se preferisci, puoi inviare le tue foto per Whatsapp a Valeria:

+34 665497477

Il formulario ti chiederà le seguenti informazioni aggiuntive per ogni foto che invierai

- 1. Dove è stata scattata la foto?** Indica solo il nome del quartiere, non aggiungere l'indirizzo esatto o altre informazioni personali.
- 2. Come ti fa sentire il luogo rappresentato nella foto?** Usa massimo 1 - 2 parole.
- 3. Quale elemento della foto ti provoca questo sentimento?** Se puoi, identifica un attributo dello spazio e indicalo con 1 o 2 parole. Altrimenti, rispondi "Non so" a questa domanda.
- 4. Permesso per usare le tue foto.** Leggi attentamente le condizioni di uso e condivisione delle foto che troverai nel formulario. Ricorda che puoi partecipare a questo progetto anche se decidi di non esibire le tue foto durante la mostra finale!



# 7. Come analizzare le tue foto

## Che conclusioni possiamo trarre dalle fotografie raccolte?

Il progetto non si limita a scattare foto, ma vuole aiutare i partecipanti nell'interpretazione delle immagini così da poter trarre conclusioni da esporre a decisori politici e al pubblico in generale.

Per questo motivo, il 14 Maggio ci ritroviamo per discutere insieme le foto scattate da tutti i partecipanti. L'incontro ha l'obiettivo di:

- **Incoraggiare i partecipanti a condividere le proprie foto tra loro.** Ti verrà richiesto di presentare le tue foto a un gruppo di partecipanti, rispondendo a delle brevi domande (box verde). Tieni in mente le regole per una rispettosa discussione di gruppo (box blu).
- **Aiutare i partecipanti a selezionare le fotografie più significative,** da presentare come dati per il progetto durante la mostra fotografica finale.
- **Coinvolgere i partecipanti nella creazione di titoli e didascalie** delle loro foto.

## Domande guida per presentare le tue foto

- A. Cosa vedi in questa foto? Quali sono gli elementi raffigurati?
- B. Perché l'hai scattata?
- C. Come si relaziona con il tuo stato di benessere, ora e durante il lockdown?
- D. Perché esiste questa situazione?
- E. Quale messaggio potrebbe dare questa immagine ad altre persone per migliorare il loro benessere?

## Regole per la discussione in gruppo

1. Riservatezza - se vengono discusse questioni personali. 2. Ci rispettiamo.
3. Ascoltiamo e diamo agli altri il tempo di parlare.
4. Non ci sono risposte sbagliate o giuste.
5. Rispettiamo le differenze di opinione.
6. Spegniamo la suoneria dei nostri cellulari
7. Siamo tutti coinvolti.
8. Organizziamo il tempo in modo efficace.
9. Impariamo gli uni dagli altri.
10. Ci divertiamo!



Ti aspettiamo il  
14 Maggio per  
discutere  
insieme le foto  
raccolte

**Grazie!**