



**PIANO DELLE ATTIVITÀ FORMATIVE,  
DIDATTICHE E DI ORIENTAMENTO  
PER GLI STUDENTI OSPITI DEI COLLEGI**

a.a. 2025/2026

*Chiaramente Insubria!*



AREA FORMAZIONE, RICERCA E TRASFERIMENTO  
TECNOLOGICO

Via Ottorino Rossi, 9 - 21100 Varese (VA) – Italia

Tel. +39 0332 397294

Email: [alta.formazione@uninsubria.it](mailto:alta.formazione@uninsubria.it) - PEC: [ateneo@pec.uninsubria.it](mailto:ateneo@pec.uninsubria.it)

Web: [www.uninsubria.it](http://www.uninsubria.it)

P.I. 02481820120 - C.F. 95039180120

*Chiaramente Insubria!*

Padiglione Rossi – Piano 01



**PIANO DELLE ATTIVITÀ FORMATIVE, DIDATTICHE E DI ORIENTAMENTO PER  
GLI STUDENTI OSPITI DEI COLLEGI**

**INDICE**

PREMESSA .....	3
Destinatari delle attività formative.....	4
Piano Formativo Personalizzato .....	4
Attività Formative e didattiche.....	5
Assenze .....	5
Calendario delle attività formative e didattiche .....	5
ELENCO DELLE ATTIVITÀ FORMATIVE.....	6



## PREMESSA

Nel 2021 l'Ateneo ha scelto di trasformare la residenza universitaria nominata "Collegio Carlo Cattaneo" in Collegio Universitario di eccellenza: una struttura ricettiva, dotata di spazi polifunzionali, idonei allo svolgimento di funzioni residenziali (con servizi alberghieri), formative, culturali e ricreative; un luogo in cui lo studente ha la possibilità di consolidare le proprie competenze e di acquisire nuove skills all'interno di una comunità attiva e vivace. A seguire, nel 2023, è stato inaugurato il Collegio Santa Teresa nella sede di Como.

A tal fine, in ottemperanza al Decreto Interministeriale n. 757 del 09 luglio 2021, attuativo dell'art. 1, c. 523, legge 30 dicembre 2020, n.178 relativo al "Fondo per la valorizzazione delle università a vocazione collegiale", essendo il precedente Comitato Scientifico giunto alla sua naturale scadenza, con Decreto Rettoriale n. 633/2025 è stato istituito il Comitato Scientifico per il triennio 2025-2028, garante delle attività formative erogate presso i Collegi, e nominato il nuovo Responsabile delle attività formative con funzione di organizzare e supervisionare le attività didattiche e di tutorato dedicate agli studenti universitari ospiti dei Collegi.

### Comitato Scientifico:

Prof. GIORGIO GRASSO, Delegato al Diritto allo studio e all'uguaglianza sostanziale - Coordinatore  
In rappresentanza della sede di Varese:

- Prof.ssa MARINA PROTASONI;
- Prof.ssa ALESSANDRA RIZZARDI;

In rappresentanza della sede di Como:

- Prof.ssa LUCIA CASPANI;
- Prof. MARIO CORVEDDU.

Rappresentanti degli studenti:

- Caterina Giorgia Villa \_ Studentessa di Merito - Collegio C. Cattaneo di Varese;
- Edoardo Maria Filippo Baltrocchi \_ Studente di Merito - Collegio Santa Teresa di Como.

### Responsabile delle attività formative:

Dott.ssa Elena La Torre, Dirigente dell'Area Formazione, Ricerca e Trasferimento Tecnologico.

### Premessa

Nella definizione del piano formativo 2026, in accordo con il Responsabile e il Comitato Scientifico, è stato individuato un tema di fondo che sottende e intreccia la programmazione delle attività formative che vedranno coinvolti gli studenti e le studentesse ospiti dei Collegi dell'Insubria.

A partire dalla riflessione sull'esperienza realizzata negli anni precedenti, si è arrivati ad individuare quale *fil rouge* del progetto, il concetto di "Responsabilità", intesa come capacità di **rispondere**; essere responsabili significa rispondere delle proprie azioni, riconoscere se si hanno le capacità di farsi carico di un compito, di un impegno e di portarlo a compimento, significa saper dialogare con sé stessi e al contempo saper creare un legame con gli altri, significa prendersi cura di sé e dell'altro. Essere responsabili significa, quindi, migliorare costantemente la qualità di ciò che si fa attraverso l'assunzione del controllo delle proprie azioni (correndo anche dei rischi) e smantellando, in questo modo, la cultura degli alibi.

L'essere responsabili, inoltre, non riguarda solo la sfera personale. La responsabilità investe la persona nella sua globalità, coinvolge sia i processi di pensiero, le capacità personali dei soggetti, gli aspetti del comportamento



individuale, sia i fenomeni sociali del proprio contesto personale, organizzativo e professionale. Il focus è su sé stessi, sulla volontà di cambiamento e sul desiderio di incidere sulla realtà. In questo senso la responsabilità in quanto costrutto sociale rappresenta un orientamento valoriale che motiva i comportamenti prosociali, morali e civici delle persone.

Partendo proprio da questi presupposti, il piano formativo 2026 intende mettere in atto delle esperienze formative con l'obiettivo di cercare nuove connessioni, nuovi punti di incontro e di confronto tra gli studenti e le studentesse ospiti dei collegi e l'intera comunità accademica, nella ricerca di momenti di collaborazione, di accettazione della diversità, momenti di crescita e contaminazione reciproca, affrontando la difficoltà che nascono da una vita sociale e organizzativa complessa e a tratti contradditoria.

Sulla base dell'esperienza maturata in questi anni accademici si è ampliata l'offerta formativa, coinvolgendo i soggetti del territorio insubrae al fine di consolidare le reti con i soggetti istituzionali e non, offrendo agli studenti e alle studentesse opportunità per consolidare le proprie soft skills per agire in maniera più efficace in un contesto sociale e professionale sempre più sfidante, competitivo e dinamico.

### **Destinatari delle attività formative**

- a. I vincitori del bando di concorso riservato a studenti di eccellenza per l'assegnazione dei posti alloggio presso il collegio Carlo Cattaneo in Varese e presso il Collegio Santa Teresa in Como.  
Il completamento del Piano Formativo Personalizzato concordato insieme al Consiglio Scientifico è condizione necessaria, insieme alla media accademica prevista dal bando, per il mantenimento del posto in Collegio nell'anno accademico successivo.
- b. Gli studenti assegnatari di posto alloggio nell'ambito del bando di concorso per l'assegnazione dei benefici per il Diritto allo Studio a.a. 2025/26 ed i dottorandi selezionati dalla Scuola di Dottorato quali assegnatari di posto alloggio nei Collegi di Ateneo.
- c. Gli studenti, selezionati in base a graduatorie di merito, assegnatari di posto alloggio a titolo di foresteria a pagamento e senza diritto al mantenimento del posto nell'anno accademico successivo. Questi studenti possono essere ammessi, a domanda e nel limite del numero massimo eventualmente fissato per ognuna di esse, a singole attività senza rilascio di open badge o altre certificazioni.

Il piano delle attività formative, didattiche e di orientamento, infine, prevede e finanzia iniziative rivolte a tutti gli ospiti di collegi e residenze dell'Ateneo. Queste attività sono finalizzate a promuovere il benessere psicofisico degli ospiti, a offrire occasioni per scoprire e conoscere il territorio di Varese e Como e saranno gestite anche in collaborazione con il CUS Insubria.

### **Piano Formativo Personalizzato**

Gli studenti che partecipano al progetto sono tenuti a sottoscrivere con la Responsabile delle attività formative, il Piano Formativo Personalizzato annuale (di seguito PFP) composto da attività formative, didattiche, di orientamento e di coaching per un impegno orario annuo non inferiore a 60 ore.

Ai fini della definizione del PFP, è previsto un incontro iniziale obbligatorio per tutti gli studenti, durante il quale si procederà alla presentazione del progetto e delle attività formative e didattiche programmate. In questo modo gli studenti avranno la possibilità di conoscere la proposta formativa e avranno maggiori elementi per poter presentare il proprio PFP.

A seguito dell'incontro di gruppo, è previsto un secondo incontro individuale durante il quale gli studenti condivideranno il PFP con il Responsabile delle attività formative; in questa fase gli studenti avranno la possibilità di rivedere il proprio piano personalizzato, in virtù degli interessi, delle proprie disposizioni personali, dell'offerta formativa che si andrà a realizzare sulla base delle adesioni alle iniziative presentate.



Il PFP, infatti, non vuole essere uno strumento rigido, ma rappresenta un percorso, un'opportunità di crescita individuale e dell'intera comunità accademica.

### Attività formative e didattiche

Nella definizione del presente piano formativo si è lavorato seguendo 2 criteri: quello pedagogico-formativo e quello temporale.

Seguendo la prospettiva pedagogica, che indaga le modalità di apprendimento dei soggetti anche in contesti diversi da quelli formativi istituzionali, riconoscendo in tal senso l'importanza dell'esperienza del singolo, il Comitato Scientifico ha cercato di dare maggiore forma e struttura a tutte quelle attività che rientrano in quello che viene definito apprendimento non formale e informale<sup>1</sup>. In questo senso si è voluto offrire agli studenti l'opportunità di acquisire strumenti di crescita personale e professionale con l'obiettivo di aiutarli a consolidare il proprio pensiero critico, la propria capacità di giudizio e il senso di responsabilità verso sé stessi, verso gli altri e verso la comunità universitaria.

In secondo luogo, il Comitato Scientifico ha inteso programmare le attività seguendo un criterio temporale consapevoli del fatto che le esigenze e i bisogni formativi degli studenti sono differenti rispetto all'età e all'anno di frequenza. In questo senso, quindi, le attività formative potranno essere differenziate in base all'anno di iscrizione. Ad esempio, per le matricole saranno previste attività di orientamento per favorire il loro inserimento all'interno della realtà universitaria, nonché corsi di sviluppo delle soft skills per esplorare la dimensione personale e la dimensione del gruppo. Per i laureandi, invece, saranno previsti momenti di orientamento in uscita, corsi voltati ad ampliare e a consolidare quelle competenze trasversali necessarie nel mondo del lavoro e delle professioni al fine di sostenere la transizione dal contesto universitario a quello professionale.

La maggior parte delle attività sono gestite e coordinate dall'Area Formazione, Ricerca e Trasferimento Tecnologico (Servizio Formazione - Ufficio Supporto Iniziative Formative) mentre altre iniziative, previ accordi, potranno essere affidate a Dipartimenti dell'Ateneo o al Centro Speciale Teaching and Learning Center, a cui verranno trasferiti i relativi fondi.

La supervisione di tutte le attività è in capo al Responsabile delle attività formative e al Comitato Tecnico Scientifico dei Collegi.

### Assenze

Sono ammesse assenze (per malattia, frequenza attività didattiche e formative curriculari,...) per un massimo del 25% rispetto all'impegno orario annuo previsto non inferiore a 60 ore.; le assenze devono essere giustificate attraverso mail.

È ammessa, inoltre, una sola assenza discrezionale.

Gli studenti in mobilità internazionale, durante la permanenza all'estero, potranno partecipare alle attività in modalità a distanza (ove attivata).

### Calendario delle attività formative e didattiche

Le attività formative si svolgeranno da ottobre a giugno. In particolare:

<sup>1</sup> Secondo la definizione di Eurodyce per **apprendimento formale**, si intende quello che si attua nel sistema di istruzione e formazione e nelle Università e istituzioni di alta formazione artistica, musicale e coreutica, e che si conclude con il conseguimento di un titolo di studio o di una qualifica o diploma professionale, conseguiti anche in apprendistato, o di una certificazione riconosciuta.

Per **apprendimento non formale** si intende quello caratterizzato da una scelta intenzionale della persona, che si realizza al di fuori dei sistemi formali, in ogni organismo che persegue scopi educativi e formativi, anche del volontariato, del servizio civile nazionale e del privato sociale e nelle imprese.

Per **apprendimento informale** si intende quello che, anche a prescindere da una scelta intenzionale, si realizza nello svolgimento, da parte di ogni persona, di attività nelle situazioni di vita quotidiana e nelle interazioni che in essa hanno luogo, nell'ambito del contesto di lavoro, familiare e del tempo libero.



Ottobre/Novembre: sono previste le iniziative obbligatorie di accoglienza (Welcoming) rivolte agli ospiti del Collegio

Novembre/Dicembre: si svolgeranno le attività che hanno come obiettivo principale quello di creare relazioni tra i partecipanti, gruppo e comunità.

Novembre/Dicembre: incontri individuali con il personale dell’Ufficio Supporto Iniziative Formative per condividere il PFP.

Gennaio/Giugno: realizzazione delle attività formative programmate nel piano formativo sulla base degli interessi dimostrati dagli studenti.

## **ELENCO DELLE ATTIVITÀ FORMATIVE**

### **ORIENTAMENTO E ACCOGLIENZA**

**Welcoming - Introduzione alla vita del Collegio:** momento di accoglienza in cui verranno date informazioni rispetto alla vita del Collegio e verrà presentato il Piano Formativo ai fini della definizione del Patto Formativo Personalizzato.

L’attività è obbligatoria per tutti gli studenti ospiti dei Collegi.

**Struttura di Riferimento:** A.C. Area Formazione, Ricerca e Trasferimento Tecnologico

Affinché il Collegio diventi una comunità di persone e luogo di relazioni è importante creare uno spazio condiviso, un luogo in cui vi sia uno scambio relazionale, culturale, formativo. In questa prospettiva sono previsti 2 corsi, uno per Varese e uno per Como con l’obiettivo di creare coesione tra i membri e condivisione di pensieri e idee.

#### **Collegio Cattaneo\_CONVIVIO + ANOTHER CELL ON THE WALL**

Attraverso la realizzazione di manufatti in ceramica il corso si pone il fine di “diventare più indipendenti insieme agli altri”, sviluppando capacità creative e sensibilizzando i partecipanti all’arte e alla comunità DIY (Do It Yourself).

Referente Progetto: Keramò Ceramic di Giulia Bonora

#### **Collegio Santa Teresa\_CONTATTO: DALL'ARGILLA ALLA CERAMICA**

Il workshop si pone l’obiettivo di sviluppare un senso di appartenenza creando legami significativi tra gli studenti.  
Referente Progetto: Attivamente

### **ORIENTAMENTO PROFESSIONALE**

Incontri svolti in collaborazione con l’Ufficio Orientamento dell’Università degli Studi dell’Insubria che prevedono il coinvolgimento di rappresentanti di aziende e servizi del territorio.

#### **Collegio Santa Teresa\_Coaching**

Percorso di crescita personale volto ad acquisire o incrementare la consapevolezza di sé per sviluppare autonomia, autostima e motivazione intrinseca

Referente Progetto: Attivamente

### **SOFT SKILLS**

Promozione di seminari realizzati anche in collaborazione con il Teaching Learning Center, per il consolidamento delle competenze trasversali. Tematiche:

Migliora la tua capacità relazionale: l'intelligenza emotiva

Teamwork

Come scrivere una tesi di laurea

Public Speaking

Comunicazione efficace

Critical thinking



Leadership  
Mindfulness

#### **Collegio Cattaneo\_Role Playng**

Il gioco di ruolo rappresenta una narrazione collaborativa che permette ai giocatori di esplorare in prima persona scenari e dinamiche differenti. Attraverso questa “semplice” struttura narrativa, i giocatori sono chiamati a risolvere conflitti di leadership, a lavorare in teambuilding e a risolvere problemi con soluzioni creative.

Referente del progetto: Carlo Riuscitti

#### **Collegio Cattaneo\_Cattaneo's Kitchen**

Il Cattaneo's Kitchen è un saporito e profumato percorso di socializzazione e conoscenza reciproca “sfruttando” il linguaggio universale del cibo e valorizzando la multiculturalità presente nei residenti del Collegio. Il percorso si concluderà con una serata-evento in cui gli studenti e le studentesse avranno modo di condividere le proprie esperienze legate alle loro tradizioni culinarie.

L’attività proposta da un lato intende promuovere la conoscenza, la socialità e la multiculturalità, dall’altro lato rafforza le soft skills (capacità organizzativa, capacità di lavorare in team, capacità relazionali)

Referente del progetto: Cooperativa Totem Onlus

### **APPRENDIMENTO NON FORMALE**

CORSO DI INGLESE

CORSO DI ITALIANO PER STRANIERI

LAVORATORI 24 ORE CULTURA AL MUDEC

LAVORATORI EDUCAZIONE E CULTURA MA\*GA

TEATRO SOCIALE DI COMO – SERATE EVENTO

### **APPRENDIMENTO INFORMALE**

#### **Collegio Cattaneo\_Corso di fotografia: dalle tecniche base alla progettualità creativa**

Obiettivo principale dell’attività è far acquisire la capacità di “vedere e pensare fotograficamente”, non solo per utilizzi pratici/professionali, ma anche per valorizzare la propria modalità espressiva.

È prevista una mostra fotografica delle opere realizzate dagli studenti e dalle studentesse.

Referente del progetto: Associazione CREATI.VA

#### **Collegio Cattaneo\_VLOG “A Volg-Day in the life”**

Gli studenti e le studentesse saranno guidati, attraverso incontri laboratoriali, nella realizzazione di brevi video-documentari della durata di 2/3 minuti dal taglio personale e realistico per rappresentare la loro vita universitaria e collegiale. L’obiettivo principale è promuovere la narrazione personale come espressione di autenticità personale in mondo in cui i contenuti sono iper-filtrati.

Referente del progetto: Carlo Riuscitti

#### **Collegio Cattaneo\_Cortisonici 2026: Giuria Festival Internazionale del Cinema**

I Cortisonici è una manifestazione dedicata al cinema “corto” che si tiene ogni anno a Varese. L’esperienza animativa e culturale proposta, prevede la costituzione di un gruppo che vada a comporre la giuria degli studenti del Festival Internazionale del Cinema Cortisonici 2026.

L’obiettivo del percorso è sviluppare la capacità critica potenziando del contempo le competenze comunicative dei partecipanti e favorendo l’esperienza di partecipazione attiva.

Referente del progetto: Cooperativa Totem Onlus

#### **Collegio Cattaneo\_VareseCorsi**

Realizzazione dei seguenti seminari

Astronomia (in collaborazione con l’Osservatorio Astronomico G.V. Schiaparelli)

Gestione del risparmio

Deep web, hacker & cybercrime

Decluttering mentale

Referente del progetto: VareseCorsi



#### **Collegio Cattaneo\_Bookclub**

L'attività consiste nella creazione di un gruppo di lettura che si ritrova mensilmente per discutere sul libro prescelto dagli stessi partecipanti.

Referente del progetto: gli studenti del Collegio Cattaneo

#### **Collegio Santa Teresa**

- **Disegno en plain air** i partecipanti saranno guidati attraverso dimostrazioni pratiche e spiegazioni tecniche, alla scoperta di luoghi della Città.
- **Caccia al Tesoro e mappe narrative/espressive:** una visita guidata fuori dal comune per osservare la città con occhi nuovi, superando il semplice “guardare” attraverso una caccia al tesoro “sensoriale”. Il gioco guidato favorisce la collaborazione e la condivisione, stimola la relazione con l’ambiente e con gli altri.
- **Appunti di viaggio:** i partecipanti vivranno un’esperienza personale e immersiva, raccogliendo impressioni uniche da condividere, scoprendo e/o riscoprendo il territorio e i suoi abitanti.
- **Corso di Teatro Fast** – la recitazione quale mezzo di espressione, strumento per accedere ed esprimere le proprie emozioni, per migliorare la propria consapevolezza, stimolare la riflessione.
- **MeeTeatro** – attraverso i giochi teatrali e la creatività, in un clima ludico accogliente e privo di giudizi, si lavorerà sul concetto di gruppo e dello stare insieme.
- **My Way** - l’obiettivo di questo percorso è acquisire gli strumenti per provare a vivere una vita più piena, con la leggerezza, che non è superficialità, sapendo mantenere la giusta distanza emotiva.

Referente Progetto: Attivamente

#### **Collegio Cattaneo e Collegio Santa Teresa**

Promozione di seminari e incontri di approfondimento su tematiche di rilevanza sociale.

- Volontariato e terzo settore, a cura del CSV Insubria;
- Volontariato all'estero \_ Il CSV Insubria offre ai giovani dai 18 ai 30 anni opportunità di volontariato internazionale di breve o lungo periodo attraverso i programmi della Commissione Europea Corpi Europei di Solidarietà ed Erasmus +;
- Diritti e parità di genere;

#### **BENESSERE PSICOFISICO**

Collegio Cattaneo\_Corso difesa personale

Yoga – GAG – Tabata

Referente progetto: CUS Insubria

Eventuali proposte, avanzate nel corso dell'anno accademico da studenti e studentesse ospiti del Collegio, e/o da istituzioni, enti e realtà associative, purché coerenti con la finalità del piano formativo e che rientrino nell'impegno finanziario approvato dal CdA, potranno essere valutate dal Comitato Scientifico.