

**PARC
Bretto**

RIFLETTI(TI)



A AQAQMI

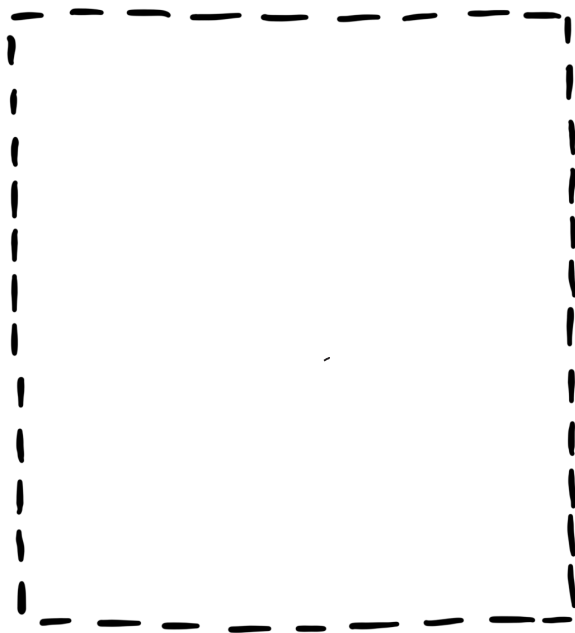
ЭЛ ЭРАQPAУЭ

APTJA'ИU AQ ЭЭOQ

AVITTEЭQЭOQ

CIAO!

IL TUO RITRATTO BRUTTO:



(Tranquill* nessuno giudicherà il tuo risultato)



ORA CHE HAI DATO DEL TUO PEGGIO (SI SCHERZA, FORSE)
SCRIVI IL TUO NOME:

ORA È IL TURNO DEL SOPRANNOOME:

IL TUO COGNOME:

IL MODO IN CUI HANNO STORPIATO IL TUO COGNOME DA PICCOL*:

PRIMA DI INIZARE, SCANSIONA
IL QR CODE PER SCOPRIRE LA
COMMUNITY DI "FARE BRUTTO"



ADESSO SEI PRONT*



IL PRIMO STEP È

COME FARE BRUTTO?



TIENTI FORTE E NON
FERMARTI ALE APPARENZE!





Come ormai avrai capito, questo non è un semplice libro, ma una guida per sentirti più legger*.

No, non ti sentirai più legger* perché ti darò i 10 step per migliorare te stess* e cancellare il brutto dalla tua vita. Qui non troverai la solita lista di cose da fare per essere la miglior versione di te stess*. Anzi, alla fine di questo libro la tua mente avrà imparato qualcosa di molto più utile: accettare l'imperfezione.

Il punto è proprio questo: la perfezione è pesante, noiosa, monotona e richiede un sacco di fatica... e onestamente, a chi serve tutto questo? l'imperfezione, al contrario, è leggera, creativa, spontanea. È il lato divertente della vita che spesso ignoriamo.

Ma poi, onestamente, chi ha deciso che la perfezione è bella? Seramente, chi è stato? perché ci sarebbe da discuterne. Forse qualcuno ha confuso "perfetto" con "interessante" e da qua è partita tutta questa farsa. Perché, se ci pensi bene, le cose più belle, quelle che ci fanno ridere, riflettere o innamorare, hanno sempre qualcosa di storto, di sbagliato, di imperfetto.



Bando Alle ci4nce!






COSA ASPETTARTI DA QUESTO LIBRO?


Ti troverai a fare collage improbabili, completare cruciverba inutili, indossare cose che normalmente non ammetteresti neanche di possedere e scattare foto che non mostreresti neanche al tuo migliore amico, ma in tutto questo, scoprirai che il brutto ha una sua forza, una sua verità, e persino una sua bellezza.





ISTRUZIONI


PRIMA DI COMINCIARE, ECCO ALCUNE SEMPLICI NON-REGOLE CHE TI AIUTERANNO AD AFFRONTARE QUESTO LIBRO CON LO SPIRITO GIUSTO.


-  Se stai facendo qualcosa e pensi "oddio, è venuto malissimo!" congratulazioni! hai capito tutto. Sei sulla strada giusta.
-  Ogni tentativo di creare qualcosa di "troppo bello" o "perfetto" potrebbe essere penalizzato con... boh fai quel che ti pare.
-  Questo libro non è un segreto, non vergognarti, condividilo con chi vuoi (anche con la tua famiglia).
-  Non esiste un modo sbagliato di fare le cose. Se pensi di aver fallito, hai già vinto, perchè accettare il brutto è il nostro unico traguardo.
-  Qualunque istruzione o regola può essere ignorata, invertita o reinterpretata. Questo non è un manuale, è un caos controllato.

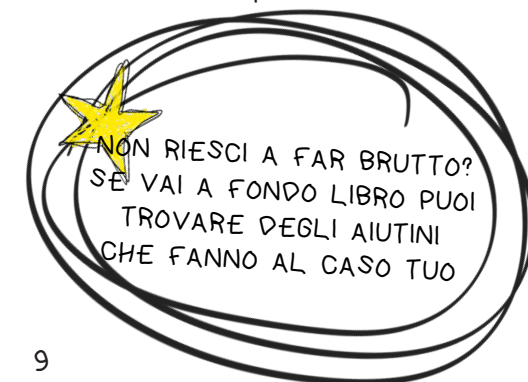
 Divertiti, crea e sbizzarrisciti, qualsiasi cosa ti venga in mente sarà perfetta, questo è il tuo safe place.

 Questo libro non ti chiederà mai di essere brav*. Anzi, il più delle volte ti incoraggerà a fare le cose male. Il bello è sopravvalutato.

 Se qualcosa ti viene particolarmente brutto, fermati e ammiralo. La perfezione è noiosa, l'imperfezione racconta storie.

 Non devi essere un artista, non devi essere creativ*, non devi sapere fare niente di speciale. Ti basta solo un po' di voglia di giocare (e forse una buona dose di autoironia).

 Se un tuo sketch sembra uscito da un incubo puoi ritenerti un artista.



MA LA VERA DOMANDA È:

TU, SAI FARE BRUTTO?



ADESSO CHE SAI COME FUNZIONA
IL LIBRO E CONOSCI TUTTE LE
"NON-REGOLE" PUOI SBIZZARITI
COME PIÙ TI PIACE. SII CAOTIC*



Hai presente quel gioco che si faceva alle elementari per imparare l'alfabeto, in cui si associava un sostantivo a ogni lettera? Usando lo stesso principio, prova ad esplorare le diverse sfumature del concetto di "brutto". Risolvi questo cruciverba.

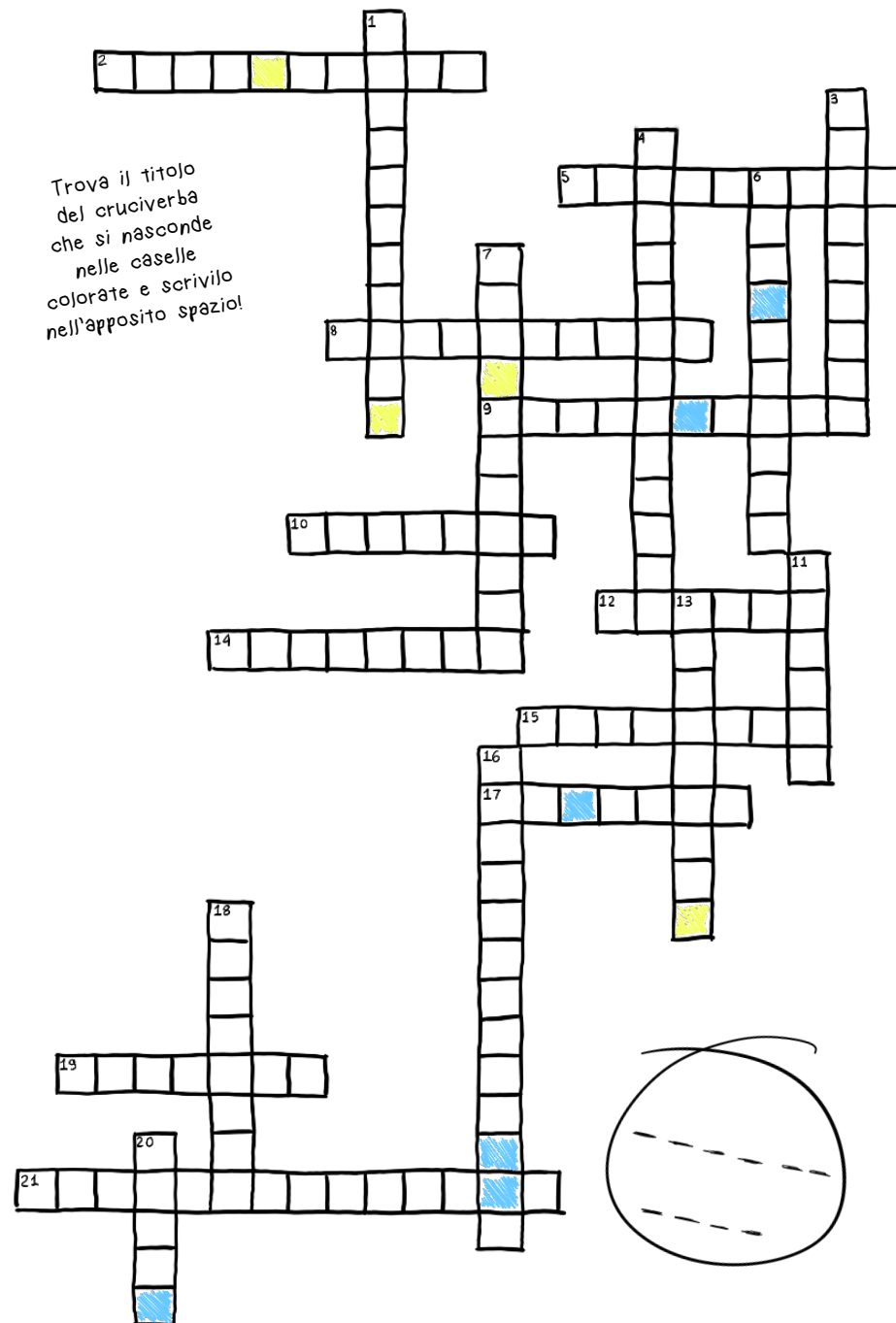
ORIZZONTALI

2. Rappresenta qualcosa che è stato ignorato o non curato, mostrando segni di abbandono
5. Un aggettivo che descrive qualcosa di talmente esagerato o distorto da sembrare quasi comico o inquietante
8. Qualcosa che tende a disturbare e a far perdere la pazienza
9. Qualcosa che non ha una forma regolare o sviluppata correttamente
10. Si riferisce a qualcosa che è considerato di cattivo gusto o inappropriato
12. Ciò che appare monotono e ripetitivo
14. Qualcosa che non è più in uso o che è superato rispetto ai tempi moderni
15. Qualcosa che colpisce per la sua stranezza o per il suo modo insolito di essere
17. Indica qualcosa che ha subito danni o deterioramento a causa dell'uso eccessivo
19. Un aggettivo che descrive ciò che ha una forma irregolare o alterata rispetto al solito
21. Descrive qualcosa che presenta una misurazione o una dimensione eccessiva rispetto a un'altra, creando un effetto di disarmonia

VERTICALI

1. Un risultato finale sbrigativo e poco armonioso
3. Materiale che è stato riutilizzato e trasformato in nuovi prodotti
4. Un aggettivo che descrive qualcosa di caotico e disordinato, come una stanza piena di oggetti sparsi senza logica apparente
6. Spesso sopra le righe
7. Non segue mai le regole della bilancia e non ama gli specchi
11. Tipico di qualcosa che mette i brividi e che suscita paura
13. Termine che si usa per definire un disegno ricco di creatività ed immaginazione, ma con linee imprecise
16. Qualcosa che si avvicina all'ideale, ma ha ancora piccole imperfezioni
18. Qualcosa che porta i segni di uno strappo o di una rottura
20. Descrive qualcosa o qualcuno che ha difficoltà a muoversi in modo armonioso; un'idea di imperfezione nel movimento

Trova il titolo del cruciverba che si nasconde nelle caselle colorate e scrivilo nell'apposito spazio!



(LE SOLUZIONI SONO
NELLA PAGINA SEGUENTE).

PRENDITI UN MINUTO E GUARDA BENE GLI AGGETTIVI CHE HAI TROVATO

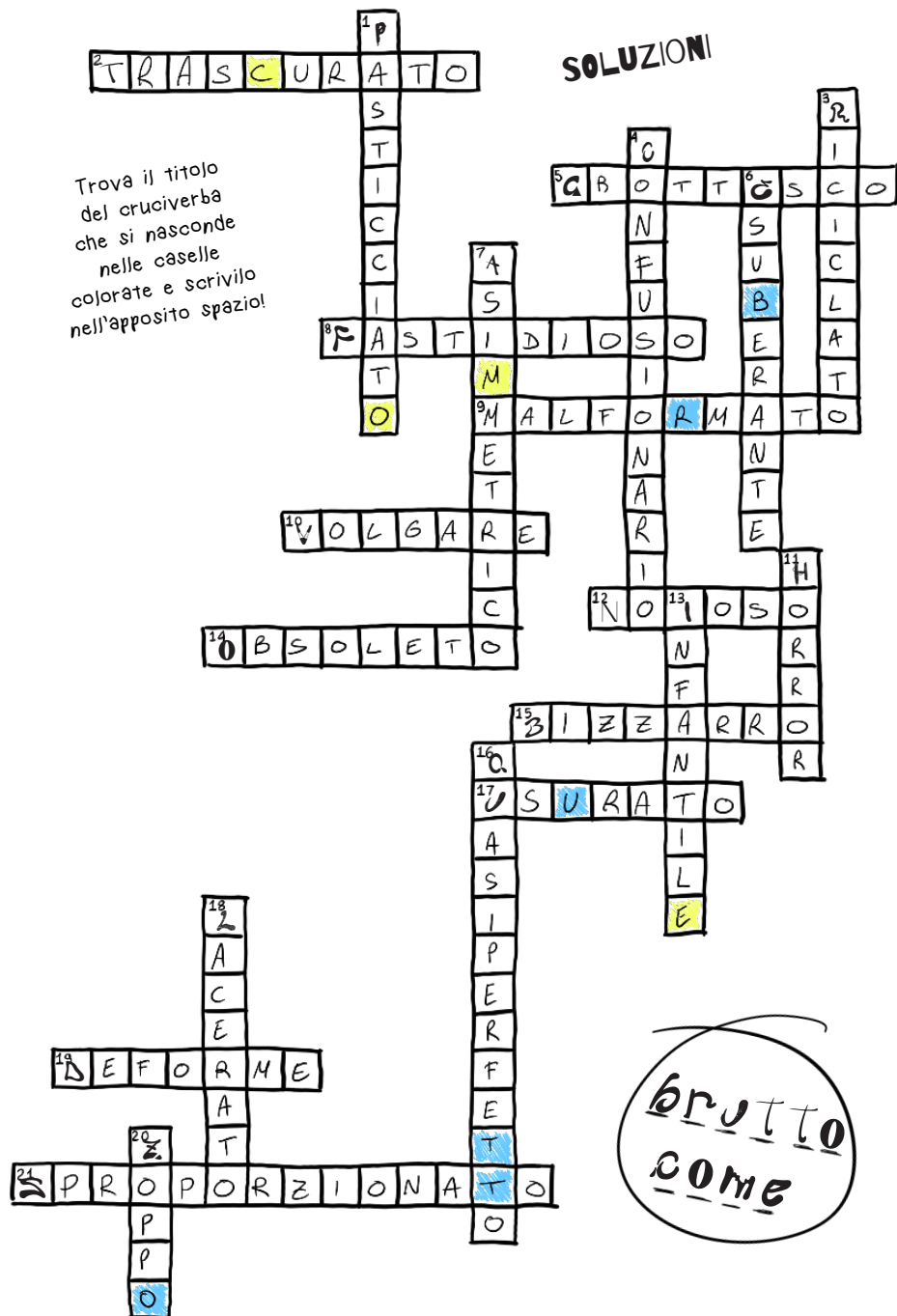
Sono davvero
solo brutti?

O a volte
siamo noi
che vediamo
solo un lato
delle cose?

SOLUZIONI

brutto
come

Trova il titolo
del cruciverba
che si nasconde
nelle caselle
colorate e scrivilo
nell'apposito spazio!



1

VISTO CHE NON CI SONO SOLUZIONI
ESATTE, ELENCA CINQUE PAROLE
A CUI HAI PENSATO MENTRE
COMPILAVI IL CRUCIVERBA, MA CHE
NON ERANO QUELLE CORRETTE.
(tu puoi tutto)

2

3

5

4

OK ADESSO PROVA A ORDINARE QUESTE
PAROLE LEGATE AL CONCETTO DI "BRUTTO",
PARTENDO DA QUELLE CHE TROVI SOLO "UN
PO' BRUTTE" FINO A QUELLE CHE CONSIDERI
"DAVVERO TERRIBILI"!

1

2

3

4

5

Perché? Qual è una cosa universalmente brutta ma che per te è bellissima?

**DESCRIVI UN OGGETTO
BRUTTO CON TERMINI CHE
USERESTI PER QUALCOSA
DI BELLO**

es. la minestrina che ti prepara tua nonna
non sa di acqua sporca ma di casa e coccole

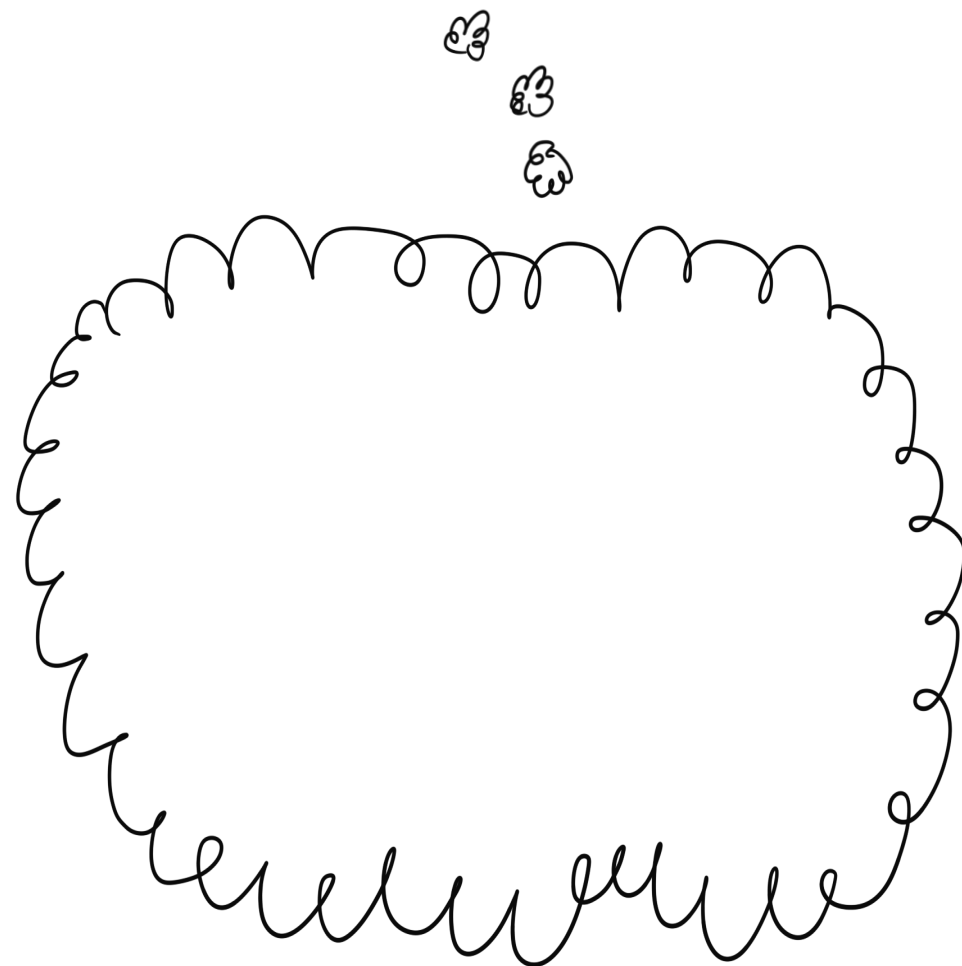
A black and white line drawing of a stylized human figure in a dynamic, crouching pose, possibly representing a dancer or athlete. The figure is composed of thick, expressive black outlines on a white background. The figure is shown from the side, with one leg bent and the other extended forward. The arms are raised, with one hand near the head and the other near the shoulder. The overall style is minimalist and expressive, focusing on the contours and movement of the body.

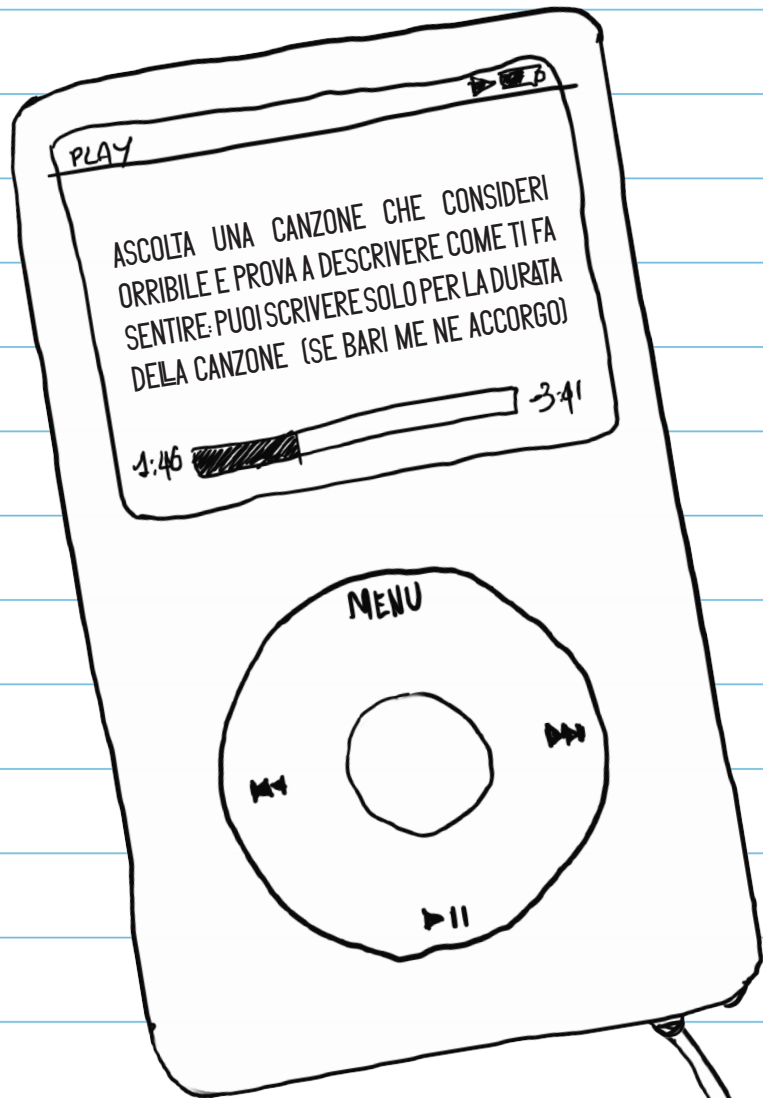
...in molte culture, ciò che generalmente viene considerato un difetto rappresenta invece un simbolo di bellezza, forza e storia personale. Ad esempio, in alcune tribù africane, le cicatrici, ottenute tramite incisioni sulla pelle, rappresentano delle decorazioni per il corpo che simboleggiano il coraggio, la maturità o l'appartenenza ad una comunità. Similmente, il popolo Maori in Nuova Zelanda esegue tatuaggi facciali chiamati moko, che raccontano la storia e l'identità della persona.



SO BENISSIMO CHE NEI MEANDRI DELLA TUA
CAMERETTA HAI UNO O PIÙ OGGETTI CHE TI
VERGOGNI ANCHE SOLO DI POSSEDERE, C'È UNA
CARATTERISTICA SPECIFICA A RENDERLO BRUTTO
O È PROPRIO BRUTTO DA FAR *EMOJI CACCA?
DESCRIVILO E SE TI VA DISEGNALO.

RACCONTA UN BRUTTO RICORDO
CERCANDO DI DESCRIVERLO
SOLO ATTRAVERSO LE
COSE POSITIVE CHE NE HAI
RICAVATO.





IMPREVISTO

LA SETTIMANA BRUTTISSIMA

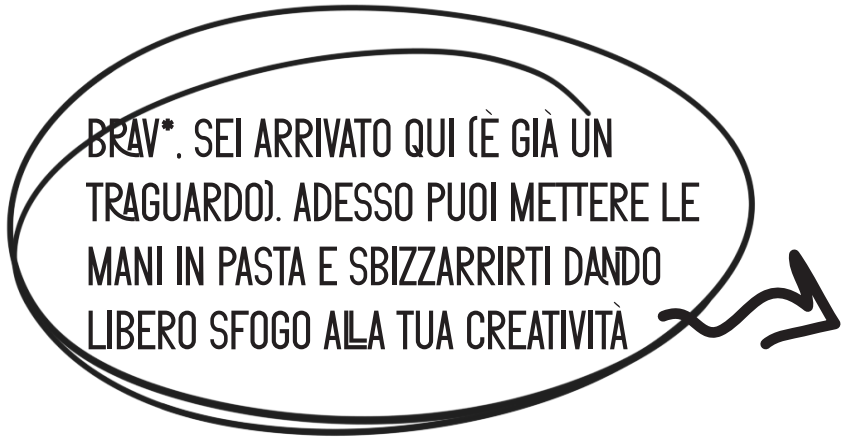


"BENVENUT* NELLA TUA
PERSONALISSIMA 'SETTIMANA
BRUTTISSIMA! QUESTO PICCOLO
LIBRICINO SARÀ IL TUO COMPAGNO
PER UN'INTERA SETTIMANA.
PORTALO CON TE OVUNQUE E,
GIORNO DOPO GIORNO, ANNOTA
LE COSE PIÙ BRUTTE CHE
INCONTRI. DAI MURI SCROSTATI
A QUEL MAGLIONE INFELTRITO
DELLA TUA PROFESSORESSA DI
MATEMATICA. NIENTE È TROPPO
BRUTTO PER ESSERE IGNORATO.
AL TERMINE DELLA SETTIMANA,
SARAI UN ESPERTO NEL TROVARE
LA BELLEZZA NEL BRUTTO.

GOOD LUCK

OK, ORA CI SIAMO

È ORA DI FARO BRUTTO!



BRAV*. SEI ARRIVATO QUI (È GIÀ UN TRAGUARDO). ADESSO PUOI METTERE LE MANI IN PASTA E SBIZZARRIRTI DANDO LIBERO SFOGO ALLA TUA CREATIVITÀ

BRUTTO NEL QUOTIDIANO

IL BRUTTO RISIEME OVUNQUE

ANCHE NEL CIBO CHE NON AMI, IN UNA TEXTURE
SPIACEVOLE AL TATTO O IN UN SUONO FASTIDIOSO.

**PROVA AD IMMERGERTI IN QUELLA
SENSAZIONE PER ALMENO UN MINUTO,
OSSERVANDO OGNI DETTAGLIO E POI PROVA
A DESCRIVERLA O A DISEGNARLA.**



SO CHE OGNI GIORNO QUANDO ESCI NEL TUO
PAESINO VEDI QUALCOSA DI STRANO E PENSI

"QUESTO NON DOVREBBE ESSERE QUI".

Prendi il tuo cellulare e vai alla ricerca di oggetti
e situazioni che ritieni brutte. scegli quella che
ti colpisce di più e postala sui social senza alcuna
spiegazione. Vedi la reazione dei tuoi amici e poi scrivi
qui il commento che ti ha divertito maggiormente.

PROVA A DARTI DELLE SPIEGAZIONI IPOTETICHE.



CREA UN COLLAGE ATTRAVERSO L'UTILIZZO DELL'APPOSITA PAGINA, CERCANDO DI REALIZZARE IMMAGINI BRUTTE E DANDOGLI UN SIGNIFICATO PERSONALE.

QUANTE VOLTE TI È CAPITATO DI ROMPERE
ACCIDENTALMENTE UN OGGETTO CHE HAI IN CASA?



INVECE DI BUTTARLO,
PROVA A CREARCI
UN'OPERA D'ARTE
CON LA TECNICA DEL
KINTSUGI

Cosa ti occorre:

1. il tuo oggetto in ceramica rotto;
2. colla epossidica (non farti spaventare dal nome, la puoi trovare facilmente nei negozi fai da te);
3. polvere dorata;
4. pennello;
5. guanti e mascherina;
6. carta abrasiva (per rifinire il tutto).

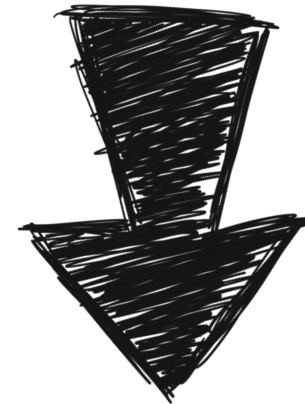
E TU LO SAPEVI CHE...

...il kintsugi è un'antica arte giapponese che consiste nel riparare oggetti in ceramica attraverso l'utilizzo dell'oro o di altri metalli preziosi. In pratica, invece di buttare via qualcosa di rotto, lo rendi ancora più prezioso! La filosofia sulla quale si basa questa pratica è legata alla cultura giapponese che vede la bellezza nella fragilità umana e nell'imperfezione, dunque ciò che viene rotto e poi riparato assume un valore prezioso proprio perché porta i segni della sua storia.

Quindi, la prossima volta, invece di buttare il vaso preferito di tua madre che hai accidentalmente rotto, prova anche tu a renderlo ancora più bello di prima attraverso il kintsugi!



**CHI NON AMA LO
SHOPPING COMPULSIVO?**



**ESCI E COMPRA
LA PRIMA COSA
BRUTTA CHE TROVI.**

**BRUTTO
FUORI**

**VAI AL SUPERMERCATO E
COMPRA QUALCOSA FUORI
DALLA TUA COMFORT
ZONE ES. UNA VERDUNA,
UN FRUTTO CHE NON
PROVERESTI MAI PERCHÉ
TROPPO STRANO**

**COMPRA QUALCOSA
CON UN PACKAGING
DISCUTIBILE CHE
SOLITAMENTE
EVITERESTI**

The background of the page is white, covered with numerous black spiral patterns of varying sizes. In the center-left, there is a rectangular piece of pink, crumpled paper with a torn edge. On this pink paper, the text "IL BRUTTO VA DI MODA" is written in a bold, black, hand-drawn font.

IL BRUTTO VA DI MODA

DISEGNA
UN OUTFIT
ORRENDO CHE
TI È RIMASTO
IMPRESSO
E PROVA A
RIFLETTERE
SUL PERCHÉ
A QUALCUNO
POSSA PIACERE.

DESCRIVI COME TI HA FATTO SENTIRE INDOSSA UN VESTITO CHE TI PIACE MA CHE RITIENI
BRUTTO PERCHÉ FUORI MODA E A FINE GIOCHI

ADESSO FAI IL PASSO PIÙ GRANDE

ED ESCI CON DEI VESTITI CHE NON NASCONDONO

QUELLO CHE TU CONSIDERI UN TUO

“DIFETTO”

DISEGNA LE TUE EMOZIONI.

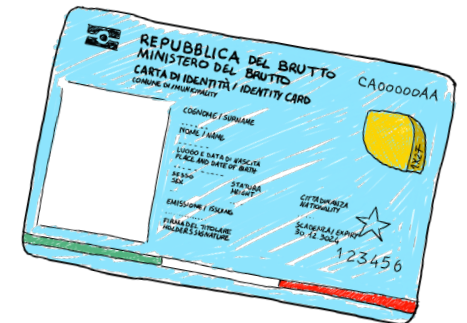
DESEGNA QUALCOSA CHE MI
PIACE CON LA TUA MANO NON
DOMINANTE E VEDI SE TI
PIACE ANCORA (IO DISO DI SÌ)

UN DISCENO
BRUTTO

PROVA A DISEGNARE UN ANIMALE O UNA PERSONA CON GLI OCCHI CHIUSI. UNA VOLTA FINITO, OSSERVA IL RISULTATO E CERCA DI DARGLI UN NOME DIVERTENTE BASATO SULLA SUA BRUTTEZZA (non essere offensivo, anche j* ha dei sentimenti).



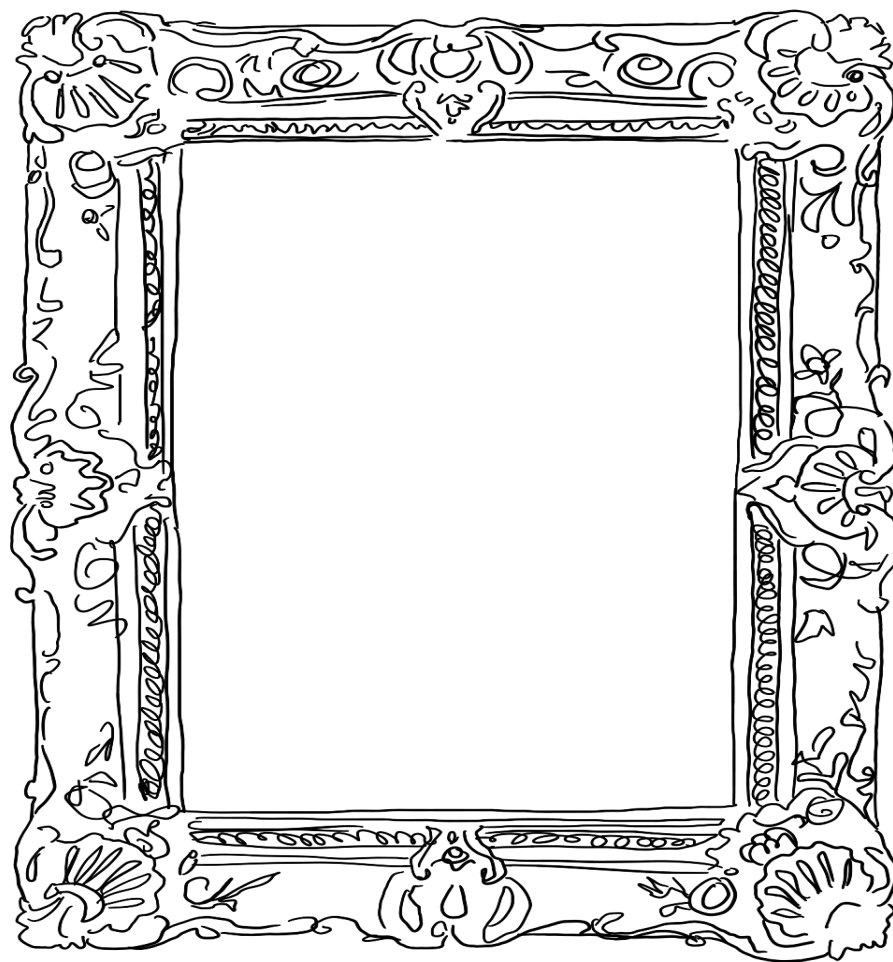
INVENTA E DISEGNA UN PERSONAGGIO BRUTTO, DONANDOGLI DELLE CARATTERISTICHE NON CONVENZIONALI MA ALLO STESSO TEMPO EVIDENZIANDO I TRATTI PIU AFFASCINANTI (puoi anche inventare la sua storia).



HAI PRESENTE LA TUA OPERA D'ARTE PREFERITA,
È DAVVERO COSÌ BELLA? ELENCA ALCUNI DEI SUOI
ASPETTI BRUTTI O DIFETTOSI, PER POI DISCUTERE
COME QUESTE CARATTERISTICHE CONTRIBUISCANO
ALLA SUA UNICITÀ.



PROVA A RIDISEGNARE L'OPERA ENFATIZZANDO CIÒ
CHE HAI DESCRITTO.



BRUTTO IN
COMPAGNIA

ORGANIZZA UNA

FESTA

DEL BRUTTO

RIUNISCITI CON AMICI O
PARENTI E OGNUNO DEVE PORTARE
QUALCOSA DI BRUTTO

(la personalità non vale)

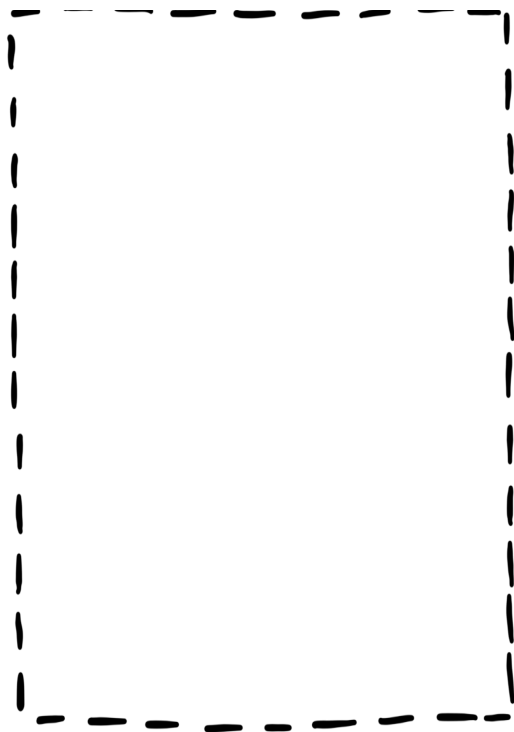
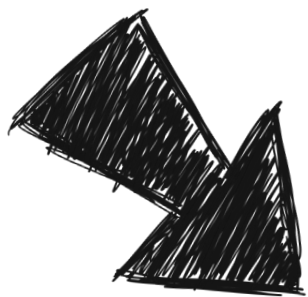
INIZIA UNA STORIA CON UN PERSONAGGIO
BRUTTO E PASSALA AD AMICI E FAMILIARI (e
se vuoi anche al tuo gatto), CIASCUNO DOVRÁ
AGGIUNGERE LA SUA PARTE.



CONGRATULAZIONI! SEI
ARRIVAT* ALLA FINE
DI QUESTO INTENSO
PERCORSO, SPERO CHE
TU ORA ABBA MAGGIORE
CONSAPEVOLEZZA
DELLE COSE CHE
CONSIDERI SOLAMENTE
"BRUTTE" E CHE LE
VEDA CON OCCHI
DIVERSI. È STATO
DIVERTENTE, MAGARI CI
RIVEDIAMO.



USARE
IN CASO DI
EMERGENZA



CREATO DA:

Giulia Ajmone-catt

Natalia Bonetti

Erika Bruno

Elena Maria Laura Caruso