



# IL CATALOGO DELLE BUONE PRATICHE

SPORTPERTUTTI E POLITICHE SOCIALI

**Benessere Salute  
e Stili di Vita**

**Contro  
l'emarginazione**

**Innovazione e nuova  
cultura dello sport**



# sportpertutti

## PERCHÈ QUESTO CATALOGO

**Giuliano Bellezza**, responsabile nazionale settore diritti sociali Uisp

Questo catalogo che vi presentiamo rappresenta una grande officina dello sport sociale, sviluppata dall'Uisp e dentro l'Uisp.

Come tutti i cataloghi, esso rappresenta una rassegna di esperienze, di testimonianze, di suggestioni. Ha lo scopo di informare e incuriosire il lettore rispetto ad alcune fra le più significative storie di sportpertutti dell'ultimo decennio. Non è un lavoro concluso, né un progetto pilota: il Catalogo, anche nella sua forma editoriale, si pone come raccolta di schede sintetiche e di immediata lettura, quale presupposto all'approfondimento. In tal senso questa prima edizione è orientata a provocare, innanzitutto nell'Uisp, la discussione e l'arricchimento. Perciò ci si attendono fin da subito una forte richiesta di inserimento di nuove schede e molte osservazioni e suggerimenti.

Una seconda finalità diretta all'esterno dell'associazione, è la comunicazione di ciò che **siamo**, che **facciamo** e quello in cui **crediamo**. **Siamo** fra le più importanti espressioni del movimento sportivo europeo: ce lo dicono i numeri, le presenze nei contesti internazionali, le pubblicazioni, ma soprattutto la nostra storia. **Facciamo** cose da pazzi: fermiamo le guerre, anche solo per un giorno, con una corsa fra le linee di fuoco in Medio-Oriente; attraversiamo l'Africa in bicicletta per accrescere l'attenzione internazionale sui grandi temi della fame, dell'uso responsabile dell'acqua, della promozione della salute e della vita; facciamo il "giro del Mondo" giocando centinaia di partite di calcio all'insegna dell'antirazzismo; discutiamo di diritti e legalità correndo Vivicità dentro le carceri con detenuti e personale di servizio e custodia, nelle periferie urbane delle nostre grandi città con i cittadini che qui abitano e con gli operatori sociali, fra e dentro i campi nomadi.

Per noi sono cose normali e lo diventano anche quando hanno il sapore dell'estremo o dell'incomprensibile. I pazienti psichiatrici e i loro familiari ci dicono che con l'Uisp si vive meglio, giocando a pallone con "Matti per il calcio", cavalcando, arrampicando, pedalando, confer-



# sportpertutti

mandoci pareri autorevoli della comunità scientifica: lo sport favorisce la salute psichica e riduce spesso il ricorso a farmaci e ricoveri. I bambini, i genitori, le maestre, i medici pediatri ci incoraggiano a proseguire l'impegno contro l'obesità infantile con la campagna "Diamoci una mossa" perché lo sport che proponiamo fa bene. Noi **crediamo** che lo sportpertutti sia un impegno politico; per noi è un profilo culturale che si concretizza in attività sportive, eventi, manifestazioni, corsi, gare sempre e solo orientati alla promozione della persona nella sua interezza. Guardando alla persona, infatti, senza snaturare la proposta sportiva e dentro la cornice metodologica, tecnica e valoriale della disciplina, ogni esperienza di sportpertutti è arricchimento e crescita.

Questo nostro Catalogo è anche un'officina: è sia un attrezzo che uno schema tecnico operativo. In tal senso l'Uisp ha inteso mettersi al servizio del movimento sportivo e del Paese. Non con un libro di ricette per ogni occasione ma con una vera e propria officina ove trovare gli elementi per progettare e costruire una proposta di sportpertutti o dove risalire ai punti di forza e di debolezza di un'iniziativa interessante, attraverso la narrazione e la testimonianza dei protagonisti diretti.

Il Catalogo è organizzato in tre sezioni, il cui stesso titolo è da considerarsi provvisorio perché l'organizzazione è funzione del materiale fino ad oggi pervenuto e potrebbe essere rivista alla luce di nuove schede e proposte diverse. **La prima sezione** "Benessere, Salute e Stili di Vita", raccoglie esperienze che descrivono l'impegno dell'Uisp per la promozione, tutela, diffusione della salute e dello star bene attraverso lo sportpertutti. **La seconda sezione** è una provocazione: "Contro l'emarginazione"; in un mondo viziato da individualismi vecchi e nuovi e da germi razzisti e xenofobi, l'Uisp combatte piccole e grandi battaglie "Contro". Abbiamo scelto di esplicitare fin dal titolo la finalità delle azioni promosse e raccolte nella sezione, facilitando il lettore nella ricerca di iniziative e percorsi che ovviamente hanno quale sfondo l'inclusione ma che approfondiscono alcune criticità. **La terza sezione** "Innovazione e nuova cultura dello sport" apre alla frontiera della ricerca, dello sviluppo di nuove pratiche, introduce i temi dell'inclusione sociale fra cultura sportiva e senso civico. Augurandoci che il catalogo concorra a mettere a fuoco nuove e più efficaci strategie di sostegno e crescita del movimento sportivo nella cornice del welfare del Paese e delle politiche di cooperazione e di cittadinanza, ringraziamo tutti coloro che hanno collaborato con professionalità e passione.



# sportpertutti

## “NELLO” SPORT E “ATTRAVERSO” LO SPORT

**Filippo Fossati**, *presidente nazionale UISP*

La Commissione Europea ha fissato come priorità della sua azione, e suggerito agli Stati membri, il sostegno alle pratiche sportive che hanno come obiettivo una maggiore **inclusione sociale**.

“Nello” o “attraverso” lo sport. Consentendo l’accesso alla pratica sportiva a soggetti che nelle filiere agonistiche “tradizionali” non ne avrebbero la possibilità o proponendo attività sportive in contesti e a soggetti che hanno difficoltà o disagi nella dimensione di cittadini e che, con lo sport, possono recuperare dignità e partecipazione sociale.

Porre questa priorità è importantissimo. Significa aver riconosciuto quello che noi della Uisp sosteniamo da tempo: **lo sport può avere un altissimo valore sociale**. Meglio. Può essere uno strumento di qualità sociale. Ancora. Un luogo di integrazione, dialogo, costruzione di cittadinanza.

Ci sono alcune condizioni. Avere il valore sociale come obiettivo dell’azione sportiva, da parte di operatori e dirigenti. Formarsi. Crederci. Sapendo che buona parte del mondo sportivo non è naturalmente orientata a capirne e sostenerne le ragioni. Sapendo inoltre che un pregiudizio di frivolezza svia dallo sportpertutti, dallo sport sociale l’attenzione dei media, delle istituzioni, delle imprese. Fino ad oggi.

A passi rapidi **il mondo sta cambiando**. Chi investe nello sport cerca di costruire una immagine lontana dalla corruzione e dagli abusi del campionismo estremo. La politica si accorge di quanto il movimento sia importante in termini di diffusione della salute, come motore di integrazione in tempi di contrastato multiculturalismo.



# sportpertutti

Oggi il tema è: a pieno titolo lo sport nelle politiche pubbliche e private di sostegno al Welfare. Dai Comuni alle Asl, dalle Fondazioni di impresa a quelle bancarie.

Eccoci qua. La Uisp, le nostre società sportive, sono in campo con idee e progetti, spesso da molto tempo e con successo. Abbiamo detto: costruiamo un catalogo, un repertorio. Aperto, da arricchire ulteriormente.

Serve a noi (Comitati, Leghe, Aree e Coordinamenti di attività) per conoscere e scambiare le buone pratiche, allargare l'ambito delle cose buone che facciamo, misurarle nel confronto con gli altri.

Serve a chi ci conosce poco, conosce poco lo sportpertutti. Perché dimostra la profondità, la serietà, la passione e la fantasia con cui si può usare il **gioco sportivo** per affrontare i grandi problemi sociali e, meraviglia, contribuire a risolvere anche i più estremi.

Il successo costa molta fatica, nello sportpertutti, ma il risultato è più leggerezza. Per tutti nessuno escluso. Impagabile.



# MUOVI IL TUO BENESSERE

## UISP LIGURIA – AREA DISCIPLINE ORIENTALI

L'opportunità che offrono le discipline orientali nel migliorare la qualità della vita della popolazione anziana è ormai riconosciuta in ambito internazionale, numerose sperimentazioni hanno dimostrato l'efficacia di questi sistemi che tendono ad integrare una delicata ma profonda attività motoria con una partecipazione attiva dell'attenzione e la conseguente azione rigenerante delle funzioni emotive e psichiche.

Due incidenti su tre che vedono coinvolti cittadini anziani, sono dovuti a cadute accidentali. Sono più frequenti nelle donne che negli uomini (le donne tendono a camminare con una base di appoggio più stretta, inoltre vivono più a lungo, spesso sole e meno assistite) e la percentuale aumenta parallelamente all'età.

“Muovi il tuo benessere” è un progetto ideato ed elaborato dall'Area discipline orientali dell'Uisp Liguria, dall'Accademia di discipline cinesi Dao Yuan di Genova, dallo Spicgil Liguria e dalla Sms Guerrazzi di Genova. E' stato monitorato dal dottor Luigi Baratto, direttore dell'U.O. Recupero e rieducazione funzionale dell'ospedale “La Colletta” di Arenzano (Ge) anche attraverso l'uso della pedana posturometrica messa a disposizione dalla ditta Rgmd di Genova. Il progetto è stato realizzato tra gennaio e giugno 2010, e ha coinvolto 40 partecipanti tra i 55 e gli 83 anni.

Gli obiettivi erano: migliorare la qualità della vita nell'anziano; verificare l'effettiva efficacia del sistema adottato (zhi neng qi gong); utilizzare i risultati rilevati ai fini di coinvolgere altri potenziali utenti; produrre una pubblicazione convalidante il sistema, le persone, la strumentazione e gli enti coinvolti, da presentare alle istituzioni per una parziale de-medicalizzazione dell'offerta.

Il lavoro proposto attraverso lo zhi neng qi gong tende a far riacquisire capacità di recupero al singolo. L'azione si può principalmente individuare nell'aumento della qualità posturale e la conseguente riduzione delle problematiche dovute alla perdita d'equilibrio e alle cadute.

A sostegno didattico durante le sessioni di pratica oltre al maestro sono stati presenti 2 tutor che hanno permesso un maggior sostegno anche individuale verso i partecipanti. Ogni partecipante ha ricevuto in dotazione 2 Cd per un totale di 3 set di lavoro-guida a domici-

# Muovi il tuo benessere

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



lio. Durante gli incontri è stata costantemente evidenziata l'importanza e l'utilità dell'impegno individuale in supporto al lavoro di gruppo. Considerata l'enorme importanza che riveste la riduzione delle possibilità di caduta che hanno conseguenze sull'individuo e sulla società, durante il periodo di svolgimento del programma si è concentrato il lavoro sulla crescita degli aspetti che concorrono all'incremento dell'equilibrio.

Ai fini della valutazione dei risultati si è proceduto a:

1. acquisire tutti i dati sensibili dei soggetti, quali età, sesso, interventi chirurgici, patologie attuali e pregresse, farmaci utilizzati;
2. rilevare la presenza alle sessioni di lavoro (due volte alla settimana per 80 minuti);
3. consegnare moduli d'autocompiatore di dichiarazione del lavoro soggettivo a domicilio (consigliato nella misura di 45 minuti più eventuali altri 45);
4. sottoporre in due periodi, febbraio e giugno, ad ogni partecipante il questionario "SF-36" sulla qualità della vita;
5. condurre le verifiche strutturali in tre incontri presso la ditta Rgmd la quale ha redatto una relazione dei risultati riscontrati.

Il progetto pilota eseguito, attraverso i dati raccolti e l'esperienza diretta sull'atteggiamento del gruppo di riferimento, può essere uno strumento di grande valore nella strutturazione della nuova proposta. La raccolta dati permette una valutazione dell'efficacia del sistema da parte di tutti i soggetti che hanno partecipato al progetto e fornisce una documentazione, scientificamente corretta, da presentare agli enti preposti allo scopo di promuovere l'inserimento di questa disciplina nei programmi di prevenzione e/o riabilitazione nei soggetti anziani.

# Muovi il tuo benessere

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA

# DISCIPLINE BIONATURALI NEI PARCHI

## UISP LIGURIA - AREA DISCIPLINE ORIENTALI

L'Area discipline orientali dell'Uisp Liguria ha promosso il progetto "Discipline bionaturali nei Parchi". Per cinque week end dal 24 aprile fino al 22 maggio 2010, insegnanti qualificati dell'Ado Uisp e i loro allievi, di qualsiasi età e livello di preparazione, sono stati a disposizione dei cittadini interessati per consentire un avvicinamento sia teorico sia pratico a queste discipline e in particolare lo yoga, il tai chi qian ed il qi gong.

Diversi fattori hanno influito nella valutazione dell'opportunità del progetto: il valore intrinseco delle attività che aiutano a migliorare la salute e l'equilibrio psicofisico attraverso la pratica di un'attività eseguita assieme ad altri (quindi in un ambiente socializzante); l'importanza di divulgare discipline che intendono il movimento non come competizione contro altri ma come ricerca, assieme agli altri, di una crescita personale possibile ad ogni fascia di età; l'utilità di dimostrare che la concezione dell'attività fisica intesa come sport non è l'unica possibile, ma che esistono pratiche motorie avvicinabili anche da chi non è mai stato uno sportivo; la necessità sul piano sociale di informare che l'attività fisica può essere utile e importante anche per chi ha problemi di salute o di disagio; l'intenzione di far conoscere scuole che, dal punto di vista filosofico e della pratica motoria, affondano le loro radici in mondi diversi da quello occidentale, in modo che questo progetto assuma anche una forte valenza culturale.

Prioritaria è stata l'idea di intercettare la "domanda occulta" di attività motoria: troppe persone, soprattutto nella grande età, pensano di essere non adatte alla pratica di discipline "sportive"; il poter vedere in attività persone di ogni età e poter anche provare in prima persona, può essere uno strumento per far cadere pregiudizi e difficoltà anche psicologiche.

Nel comune di Genova gli insegnanti Uisp con i loro allievi sono stati presenti nei Parchi di Nervi, al Porto Antico, sulla Fascia di Rispetto di Prà e a Villa Giuseppina.

Le associazioni che hanno collaborato al progetto sono: Chandra Surya Asd, Asd Ki Centro Studi Yoga, Ittca Italia Asd, Accademia Dao Yuan. Nella provincia di La Spezia il progetto è stato attuato dalla "Scuola per l'utilizzo del Ki" nel Parco di Falconara (Lerici). L'esperienza si è svolta in spazi pubblici e le società partecipanti si sono prestate a titolo gratuito quindi non ci sono stati costi.



## Discipline bionaturali nei parchi

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



# Discipline bionaturali nei parchi

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



# CAMPAGNA DIAMOCI UNA MOSSA

## UISP NAZIONALE

L'Uisp ha lanciato nel 2006 una campagna triennale rivolta alle scuole primarie iniziando da "Diamoci una mossa: nuovi stili di vita attivi per bambini e famiglie". Grazie alla preziosa ed attiva partecipazione dei genitori e degli insegnanti, questa azione sociale è riuscita a coinvolgere i bambini ed aiutarli a capire che il primo passo verso il benessere e la salute è combattere la sedentarietà con il movimento e con il gioco, da associare ad uno stile alimentare corretto che prevede l'adesione a semplici principi di nutrizione sana. Dal 2006 "Diamoci e RiDiamoci una mossa" e "1...2...3...mossa!" hanno coinvolto: 112.509 bambini e le loro famiglie; 11.150 insegnanti; 900 scuole; 5.575 classi; 6.000 educatori Uisp. Il sito internet [www.diamociunamossa.it](http://www.diamociunamossa.it) ospita tutte le informazioni sulle tre fasi della proposta, le pagine dei diari, le immagini delle iniziative promosse dai comitati Uisp delle diverse città e delle feste finali.

## Dal territorio: settimo

L'esperienza nasce nell'anno scolastico 2007- 2008. Si è partiti per quest'avventura con 5 scuole appartenenti a due comuni, per un totale di 390 bambini e si arriva al 2010, con 7 scuole appartenenti a cinque comuni, per un totale di circa 900 bambini. Gli interventi sono per i primi due anni caratterizzati da una prevalenza di attività in classe, basate sull'utilizzo dei materiali distribuiti dall'Uisp nazionale, un intervento di una dietista Coop in ciascuna classe oltre ad un intervento di due ore per classe di un laureato in Scienze motorie, nei locali della palestra, per la parte del movimento. L'ultimo anno, 2009/2010, la distribuzione degli incontri è stata modificata: per ciascuna classe, 3 incontri in classe teorici 3 incontri in palestra, oltre ad un intervento presso un punto Coop per un'attività di laboratorio sull'educazione al consumo.

I destinatari diretti sono bambini frequentanti le classi seconda, terza, quarta e quinta elementare. È abitudine consolidata cominciare il primo anno di "Diamoci una mossa" coi bambini della seconda classe, massimo terza e poi continuare la campagna di comunicazione fino al terzo anno (1...2...3... mossa!).

# Campagna Diamoci una mossa

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA

Per il lavoro presso le scuole, il comitato si avvale di un responsabile organizzativo, un esperto di scienze motorie, un educatore. Il partner di cui si avvale il comitato è stato finora Coop. Per i contatti con le scuole, ci si avvale di rapporti con le amministrazioni pubbliche o pubblicità attraverso uscite su giornali, in occasione di articoli pubblicati da giornali locali sulle iniziative del comitato.

Gli incontri che avvengono con l'intera classe, con un numero di bambini che varia da minimo 15 ad un massimo di 27, si svolgono alla presenza dell'insegnante curricolare, prevalentemente colei/colui che si occupa dell'area scientifica e in minore misura con coloro che si occupano dell'area linguistica/antropologica.

La cooperazione nella definizione della programmazione di "Diamoci una mossa" nella classe, è limitata ad una riunione iniziale in cui si illustrano contenuti e obiettivi del progetto. Si decidono con le insegnanti gli aspetti pratici del progetto: giorno e orario del mese in cui svolgere gli incontri, disponibilità della palestra.

Il comitato territoriale Uisp stila una programmazione personalizzata, su come si intende svolgere un progetto, che viene distribuita a ciascun insegnante prima di cominciare l'anno insieme. In base alla programmazione proposta, vengono scelti i collegamenti interdisciplinari: Educazione all'immagine - Viene richiesto mensilmente/settimanalmente in classe di raccontare con disegni su quaderno o poster o cartelloni, l'esperienza di gioco fatta in palestra.

Area linguistica - Viene richiesto in classe mensilmente/settimanalmente di raccontare, scrivendo sul proprio quaderno le 'buone' abitudini acquisite in campo sportivo/motorio/alimentare grazie a questo intervento e agli input ricevuti, che sono divenuti motivo di sviluppo e approfondimento in classe. Gli alunni di terza prediligono la stesura di testi, gli alunni di seconda, il disegno. Viene insegnata per mezzo di giochi, l'importanza di sapere descrivere alimenti e bevande attraverso corretti aggettivi qualificativi.

Area matematico-scientifica - Vengono dati i primi rudimenti riguardanti i seguenti concetti: carboidrati, grassi, proteine, vitamine. Si parla di piramide alimentare. Si privilegia l'esperienza didattica sensoriale, per lo sviluppo di

gusto, tatto, olfatto, udito, vista attraverso l' "assaggio" di alimenti e bevande. Le collaborazioni durante le ore di presenza dell'operatore, avvengono principalmente quando si fa lavoro di gruppo, l'insegnante assume il ruolo di facilitatore, mediatore e strumento cognitivo per gli alunni, ma in special modo quando ci si trova nell'ambiente della palestra. Cala invece quando ci si trova in classe.

I genitori partecipano in gran numero e in maniera inaspettata per le presenze alle feste finali, in cui si riesce a stabilire un contatto per via delle richieste di informazioni sul progetto, e per feedback positivi o critiche.

## La testimonianza di Fabrizia Lovarini, volontaria in Servizio civile

Ho partecipato, come educatrice, alle attività di "Diamoci una mossa", in particolare nei comuni di Castellamonte e Collettero Castelnuovo. L'esperienza è stata nel complesso molto positiva e spero di ripeterla nel prossimo anno scolastico. Lavorare in un gruppo classe mi ha aiutata a migliorare le mie capacità di comunicazione. I bambini si sono dimostrati attenti e affettuosi. Durante le lezioni in classe e in palestra ho proposto dei giochi che potessero diffondere, in modo ludico, concetti importanti relativi all'alimentazione e allo stile di vita attivo.

Le classi si sono dimostrate, senza eccezioni, molto reattive. I bambini hanno applicato i concetti imparati in classe mangiando merende più sane, aumentando i giochi all'aria aperta e le passeggiate.

Anche le classi più "indisciplinate" al momento di affrontare l'ora di "Diamoci una mossa" diventavano attente, forse perché stimolate dalla presenza di un operatore esterno al corpo insegnanti. A tal proposito, il rapporto con le insegnanti referenti è stato buono. Le maestre tendevano a lasciarmi agire liberamente con i bambini, senza interferire.

Durante le feste finali i bambini si sono mostrati partecipi e socievoli e gli educatori hanno saputo collaborare per creare nuovi giochi stimolanti.

# Campagna Diamoci una mossa

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



# L'OFFICINA DI DIAMOCI E RIDIAMOCI UNA MOSSA

## UISP RIMINI

Il progetto “L'Officina di Diamoci e Ridiamoci una mossa” nasce con la logica di integrare la pluriennale esperienza del comitato di Rimini nei progetti di attività motoria nelle scuole della provincia con la campagna nazionale sui “nuovi stili di vita attivi” dell'Uisp, attivando in via sperimentale un nuovo progetto che vedesse correlati fin dall'inizio i due elementi: alimentazione e movimento. Il primo anno ha visto coinvolti circa 1.000 bambini delle scuole dei comuni della provincia di Rimini. Nel 2010 hanno aderito al progetto scuole di tutti i comuni della provincia con oltre 4.800 bambini partecipanti.

La struttura del progetto standard, salvo poi modifiche concordate con le insegnanti, è la seguente:

dieci incontri nei quali c'è la compresenza di educatori Uisp, insegnanti e bambini; due workshop con la compresenza di genitori, insegnanti, bambini ed educatori Uisp; una festa finale in ogni scuola con la partecipazione di tutti i soggetti citati.

Il lavoro dei dieci incontri scolastici viene sviluppato seguendo un codice cromatico: dal rosso all'arcobaleno seguendo la scala cromatica. Ad ogni settimana viene dato un colore a partire dai colori di base dell'arcobaleno, aggiungendo il bianco ed il nero in quanto tavole l'una della dissoluzione di tutti i colori l'altra il contenitore cromatico degli stessi. Ogni colore viene collegato ad una serie di alimenti. Partendo da questo sono stati sperimentati e sviluppati una serie di giochi motori collegati alle esperienze emozionali. I giochi dai quali partiamo come struttura di base sono i giochi proposti dalla nostra cultura ovvero i giochi della tradizione.

Un percorso teorico sotto forma di gioco dell'oca viene sviluppato nelle feste finali, all'interno del quale i bambini ed i genitori insieme agli operatori Uisp e agli insegnanti sperimentano i vari laboratori-giochi motori vissuti nell'arco dei dieci incontri scolastici.

Agli insegnanti di attività motoria viene chiesto di collaborare in modo integrato con gli insegnanti delle altre discipline affinché questo possa svilupparsi come progetto globale per i bambini stessi.

## L'officina di diamoci e ridiamoci una mossa

Ai genitori viene proposto di condividere insieme ai bambini esperienze culinarie di nuove ricette proposte nell'ambito alimentare. Un'ultima coordinata del progetto è la formazione: alla fine e all'inizio delle scuole vengono organizzati corsi di formazione/aggiornamento in 4 sedi della provincia di Rimini rivolti a tutte le insegnanti delle scuole, ed un corso per educatori Uisp per le scuole.

## **La testimonianza di Claudia Righetti, responsabile Formazione e progetti Uisp Rimini– Coordinatrice attività nelle scuole.**

Abbiamo integrato allo scheletro del progetto nazionale le energie, le risorse; la storia e il patrimonio culturale della nostra provincia. L'alimentazione non è solo sopravvivenza nella nostra cultura ma è piuttosto un'arte. La curiosità di sperimentare ciò che siamo e come viviamo attraverso il cibo. Questo è uno dei passi per noi fondamentale nella crescita e nell'educazione. L'accompagnare i piccoli grandi uomini nelle scuole insieme a coloro che condividono questi passi della loro vita genitori in primis ed insegnanti, è chiaramente il motore fondamentale del progetto. Questa la ragione primaria del coinvolgere bambini, genitori ed insegnanti in questo progetto.

Come l'abbiamo fatto? Attraverso materiale informativo rivolto ai tre soggetti in questione. Con laboratori motori attraverso i quali abbiamo condotto bambini, insegnanti e genitori a sperimentare il loro corpo e le loro emozioni. Guidati da un filo conduttore che si chiama cibo. Ciò che mangiamo è ciò che siamo, ha detto qualcuno. Noi ci crediamo. Questo è per noi la corretta alimentazione.

Sostanzialmente portare attenzione a ciò che mangiamo, sapere da

dove viene il cibo che ci nutre. Si potrebbe dire mangiare con coscienza. Poiché il passo successivo all'aver riempito la nostra macchina corpo di carburante adeguato si traduce nella possibilità di muoverla con gioia e non con fatica. Il gioco alchemico tra cibo, emozioni e corpo dà solo un unico risultato: un uomo che si nutre sanamente si muove bene con gli altri nello spazio in cui si trova.

Noi educatori Uisp portiamo questo messaggio attraverso le esperienze che condividiamo nelle scuole, nelle piazze, nelle palestre, negli spazi in cui gli uomini e i cittadini si muovono.

La ricchezza del mondo Uisp si osserva nel campo in cui opera: la società.

La campagna nazionale di "Diamoci una mossa" è parte di tutto questo, uno dei tanti innumerevoli progetti che nasce nel ventre di mamma Uisp e che la provincia di Rimini sta sviluppando a suo modo di vedere e sentire con la ricchezza di tutti gli operatori che ci lavorano.

# **L'officina di diamoci e ridiamoci una mossa**



# PROGETTO INTEGRATO

## AREA PERLAGRANDETÀ - UISP PARMA

Il "Progetto integrato di prevenzione e promozione della salute" è stato elaborato dall'Area Perlagrandetà Uisp ed è stato realizzato in diversi comitati sparsi su tutto il territorio italiano. Mira ad introdurre la dimensione corporea nell'immaginario e nella vita del cittadino anziano, per aiutarlo a recuperare e/o a mantenere, anche se fragile, le sue capacità psicomotorie e nel contempo contribuire alla individuazione di risposte di continuità fra il sanitario e il sociale.

Il Progetto integrato supera le parzialità delle singole proposte, come i Gruppi di cammino e l'Attività fisica adattata, e introduce una serie di altre attività che rispondono ad esigenze che ora non sono considerate dai progetti che si vanno diffondendo.

È cominciato nell'anno sportivo 2007/2008, a titolo sperimentale, in sole sette città tra cui Parma. Tra gli obiettivi: la riappropriazione e la de-medicalizzazione del proprio corpo, il mantenimento di uno stile di vita attivo e socialmente integrato sul proprio territorio, la trasmissione di valori educativi quali "invecchiamento positivo", "educazione all'invecchiamento", "gestione e riconoscimento dei segnali del corpo".

Il progetto prevede di affiancare ai tradizionali corsi di Ginnastica dolce (Gd), yoga, camminate e balli e altri tre tipi di attività appositamente rivolti a specifici profili di persone a cui risulterebbe difficile o impossibile frequentare i corsi di Ginnastica dolce: Attività fisica adattata (Afa); Ginnastica a domicilio (Gad); Ginnastica a domicilio residenziale (Gadr).

Le attività vengono svolte presso palestre (private, comunali o provinciali), centri fitness, idonee sale presso circoli o comitati anziani di quartiere, sale civiche comunali, piscine coperte, parchi pubblici, case di riposo e centri diurni. Durano da ottobre a maggio tranne le camminate che invece si svolgono da maggio a giugno, e la cadenza è bisettimanale, con incontri di un'ora l'uno.

## L'intervista a un insegnante di Ginnastica a domicilio

Quali sono le figure che intervengono in questo progetto?

Sono tre: l'anziano da riportare sul territorio, l'operatore Gad e l'accompagnatore. L'ac-

# Progetto integrato

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA

compagnatore è una figura fondamentale per la riuscita dell'intervento. E' un coetaneo (all'incirca) dell'anziano e sarebbe ottima cosa lo conoscesse già (magari un vicino di casa o un amico). L'accompagnatore ha inizialmente il compito di presentare l'operatore ed introdurlo nella casa dell'anziano, facendo da "ponte" fra i due, soprattutto quando da parte dell'anziano vi è un po' d'iniziale e comprensibile diffidenza. L'accompagnatore resta insieme a loro a fare ginnastica, creando un microgruppo di lavoro così da eliminare l'idea di un lavoro a due o di un progetto "assistenziale" nel quale poi l'anziano rischierebbe di adagiarsi. Opposto è l'obiettivo Gad: favorire l'autonomia e il desiderio di indipendenza e consentire all'anziano di rientrare in una rete sociale di gruppo.

#### **Puoi brevemente riassumere le fasi in cui si snoda il percorso Gad?**

Le fasi sono essenzialmente quattro. La prima prevede l'ingresso dell'operatore e dell'accompagnatore in casa dell'anziano e la reciproca conoscenza. E' un momento importante perché si gettano le basi del rapporto su cui poi si innesterà tutto il lavoro dei mesi successivi. La seconda fase comprende tutti i 5-6 mesi in cui si svolge l'ora di ginnastica domiciliare due volte alla settimana; è il periodo in cui si cerca di far riprendere all'anziano confidenza e fiducia nel proprio corpo e nelle sue capacità.

La terza fase è il delicato momento in cui all'ora di ginnastica si sostituiscono delle brevi uscite a tre, per far riacquisire gradualmente familiarità con il territorio e con le persone che lo vivono, facendo per esempio un giro al circolo di quartiere, in parrocchia o dove già prima egli si recava. La quarta ed ultima fase prevede la "scomparsa" dell'operatore. Il protagonista del progetto Gad diventa l'accompagnatore che per un breve periodo cerca di coinvolgere l'anziano nelle sue attività, fornendogli un pretesto per continuare ad uscire ed incentivandone l'autonomia, in modo che per lui diventi normale il desiderio di uscire anche da solo, progettare uscite, progettare "vita", senza più la necessità che ci sia qualcuno a coinvolgerlo o spronarlo.

#### **Quali sono i compiti dell'operatore Gad?**

Non sono altro che individuare le competenze motorie residue del-

l'anziano, capire quali sono le difficoltà che ne ostacolano maggiormente il movimento e, attraverso la ginnastica, migliorarle. A seconda della persona che si ha di fronte dunque l'obiettivo potrà essere l'equilibrio, la forza, la memoria, la mobilità articolare, ecc.

#### **Che obiettivi avete raggiunto?**

Nei due comuni che hanno già aderito al progetto Gad (Fontevivo e Medesano) il primo obiettivo raggiunto è stato la riattivazione di 4 anziani su 6, la riconferma del progetto e la sua espansione. Oltre a continuare ad individuare anziani da inserirvi, sono stati creati ad hoc due corsi di ginnastica di gruppo per la terza età, sia a Pontetaro che a Fellegara, per rispondere alla nuova richiesta di attività motoria che si è creata. Ciò è naturalmente un bene perché incentiva l'instaurarsi di stili di vita attivi, la prevenzione di disturbi dovuti all'ipomobilità e, dove già presenti, ne impedisce l'aggravamento. Inoltre offre importanti occasioni di socialità: insomma per la popolazione anziana è un miglioramento nella qualità della vita.

#### **Quali invece gli obiettivi che vi siete posti per il futuro?**

Sicuramente la diffusione del progetto in quanti più comuni possibile. Il progetto, sempre con l'appoggio dell'Amministrazione Provinciale e la collaborazione dei comitati anziani di quartiere, è in fase di attuazione in Parma città. Far conoscere quest'iniziativa è uno degli aspetti fondamentali per la sua realizzazione, chi volesse informarsi o fornire nominativi di persone che ne potrebbero beneficiare, si può rivolgere al comitato Usip di Parma il giovedì dalle 9,00 alle 12,00 o ai comitati anziani di quartiere.



# LUDOBUS

## UISP SASSARI

Il Ludobus è un servizio ludico-educativo: offre ai più piccoli spazi e attività adeguati alla crescita e allo sviluppo psicomotorio, giochi e giocattoli, laboratori espressivi e di manipolazione; ai più grandi, attraverso la valorizzazione degli aspetti educativi del gioco, offre la possibilità di esprimersi, di scambiare esperienze e informazioni. E' un servizio che coinvolge anche i genitori, un'occasione per giocare con i propri figli. È aperto a tutti, gratuitamente, non pone limiti di età, ed è un'opportunità per socializzare. È un servizio sociale perché garantisce il diritto al gioco. È un supporto per enti, associazioni, scuole con le quali interagire per attivare specifiche iniziative di carattere didattico, ludico e culturale.

Essendo una struttura mobile, può all'occorrenza promuovere attività che valorizzano le caratteristiche e le "storie" dei comuni coinvolti.

È anche un servizio-culturale: contribuisce a riscoprire le tradizioni popolari legate al gioco attraverso la riproposizione dei giochi tradizionali, il loro valore culturale, la loro storia. Il settore Politiche educative e giovanili del comune di Sassari per il 2010 ha finanziato un progetto di 90 interventi di animazione con il Ludobus Uisp, realizzati in sei diversi quartieri urbani ed extraurbani della città, in ognuno dei quali è stato individuato il luogo più idoneo: una piazza, un parco, un cortile scolastico, ecc. La partecipazione è stata molto attiva grazie al fatto che l'intervento rappresentava un appuntamento fisso settimanale: ogni giorno della settimana, dal lunedì al sabato, il Ludobus animava uno dei 6 quartieri scelti.

## La testimonianza di Luisa, 12 anni, che ha partecipato alle attività del Ludobus

Ho scoperto questa attività quasi per caso: volevo ritornare a giocare in strada come mi raccontava mia mamma, e poi la mia educatrice Uisp in palestra mi ha parlato del Ludobus. Mi ha incuriosito e così un mercoledì pomeriggio, io e i miei fratelli, ac-

compagnati dalla mamma, abbiamo deciso di andare a conoscere i giochi del Ludobus sport. Mi sono piaciuti tutti i giochi che ho provato, in particolare i trampoli e i pogo stick. Mi è piaciuto tanto anche insegnare ai miei fratellini più piccoli dei giochi che io sapevo fare come i pedalò o dargli la mano per farli sentire più sicuri.

# Ludobus

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



# ATTIVITÀ FISICA ADATTATA

## UISP CIRIÉ SETTIMO CHIVASSO

L'Attività fisica adattata è rivolta ad un'un'utenza anziana, nello specifico a persone con delle patologie alla schiena. L'insegnante ha un protocollo da seguire dove vi sono gli esercizi fondamentali da far svolgere agli utenti, che vengono cambiati leggermente in base alle problematiche dell'anziano.

L'Afa viene svolta nelle sale che il comune dà gratuitamente al comitato; in collaborazione con Asl e medici di base del territorio. Sono proprio questi ultimi che mandano i loro pazienti a svolgere questo tipo di ginnastica.

## La testimonianza di una partecipante

Sono una signora di Borgaro, mi chiamo Concetta e sono due anni che faccio l'Attività fisica adattata. Questo tipo di ginnastica mi piace molto, è proprio adatta a me visto che ho molti problemi alla schiena; inoltre venendo qui ho potuto conoscere molte persone, farmi nuove amicizie. In questi due anni ho visto dei miglioramenti, mi sento più sciolta nei movimenti, sono meno impacciata e riesco a fare i lavori di casa con un minor sforzo.

**Attività fisica adattata**

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



## Attività fisica adattata

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



# GRUPPI DI CAMMINO

## UISP UDINE

L'esperienza dei Gruppi di cammino è nata nel 2008, frutto di incontri tra i referenti dell'ufficio Città Sane del comune di Udine e dell'Ufficio di promozione della salute dell'Azienda sanitaria locale 4 di Udine. Il 15 aprile 2009 è stato firmato il protocollo d'intesa, di validità triennale, che ha impegnato i tre attori a garantire e sostenere la progettazione e la sostenibilità di iniziative della promozione della cultura dell'attività fisica in accordo con gli obiettivi nazionali del programma "Guadagnare Salute".

I gruppi di cammino sono gruppi di persone che si ritrovano regolarmente, in un luogo definito, per camminare insieme per circa un'ora, 2-3 volte per settimana. Sono guidati da un "leader" che accoglie i nuovi arrivati, li conduce e li motiva.

Il cammino è una "pratica" a disposizione di tutti, non richiede particolari abilità né un equipaggiamento specifico (solo abbigliamento idoneo e scarpe comode). Si può camminare in tutte le zone della propria città, preferibilmente in quelle verdi. Camminare con altre persone, oltre a migliorare la salute, permette di stare insieme e rende più sicuri di sé portando benefici non solo a livello fisico ma anche mentale. Attualmente sono attivi nel comune di Udine 5 gruppi di cammino cui partecipano sia persone adulte che anziane.

## La testimonianza di Liliana, una delle partecipanti alle attività

Sono Liliana e abito a Udine. Mi sono avvicinata ai gruppi di cammino perché ho trovato un volantino che mi ha incuriosita. Ho scelto, nell'estate del 2009, di frequentare il gruppo più vicino a casa e ho cominciato a camminare. All'inizio c'era una conduttrice dell'Uisp che ha favorito la formazione del gruppo, sia dandoci dei consigli che proponendoci degli esercizi, che motivandoci.

Dopo un certo periodo ci siamo resi autonomi. Io ed un'altra camminatrice ora teniamo il registro delle presenze e fungiamo da riferimento per i nuovi camminatori. All'inizio

# Gruppi di cammino

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA

eravamo in 5-6 e ci trovavamo due volte a settimana, ora siamo anche oltre venti e ci troviamo tre volte a settimana. Ormai camminare è un'abitudine che ci permette di star bene fisicamente, ci sentiamo più vitali. Incontrarsi è molto piacevole!

Da quando ho iniziato a camminare mi sono anche iscritta ad un corso di ginnastica dolce che frequento per due ore a settimana.

Nell'ultimo periodo il nostro gruppo ha partecipato a delle camminate organizzate da associazioni di comuni limitrofi; abbiamo anche vinto un premio per "il gruppo più numeroso".

## Gruppi di cammino



## VIVERE I PARCHI

### UISP UDINE

“Vivere i Parchi – Anziani, adulti e bimbi al parco” è un progetto in cui l’Uisp propone al cittadino di muoversi, giocare e fare sport all’aria aperta, nei parchi, rispettando l’ambiente, rivalutando gli spazi verdi cittadini e godendo della natura in piena sicurezza. Questa iniziativa è rivolta alla riscoperta e l’utilizzo da parte dei cittadini delle aree verdi del territorio e la loro rivalutazione educativa e ricreativa. Si tratta di lezioni indirizzate a tutti coloro che vogliono conoscere le aree verdi della città, con momenti di aggregazione sportiva a contatto con la natura. Gli incontri sono rivolti contemporaneamente ad anziani, adulti e bambini che assieme, nella stessa area verde cittadina, possono partecipare a due tipi di attività differenti studiate appositamente per le diverse esigenze. L’esperienza è nata a Udine nel 2005 e ha incontrato notevole interesse da parte della popolazione. Nell’estate 2010 l’attività si è svolta in due parchi cittadini, dal 5 luglio al 2 settembre, per un totale di quattro incontri settimanali. Il comune di Udine ha patrocinato l’iniziativa e ha inserito gli incontri nel calendario estivo “Udinestate 2010”.

Per informazioni è possibile rivolgersi al Comitato Uisp di Udine.

### La testimonianza di Vittorina, una delle partecipanti

Ho iniziato a partecipare all’attività nel 2005. Frequentavo già dei corsi di Ginnastica dolce in palestra ed ero dispiaciuta all’idea di sospendere la ginnastica per tutto il periodo estivo. Con alcune amiche ho partecipato all’iniziativa della Uisp, dapprima con qualche titubanza e poi con estremo piacere.

L’ambiente del parco Moretti è fantastico, d’estate è molto piacevole iniziare la giornata con la ginnastica al parco, sentire e respirare l’aria frizzante del mattino, incontrare le amiche. Nei primi anni ho portato con me mio nipote che si è divertito molto a giocare con gli altri bambini. Ora è cresciuto e frequenta altre realtà.

# Vivere i parchi

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



**Vivere i parchi**

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



# SPORT PULITO/INVIATI SUL CAMPO

## PROGETTO NAZIONALE UISP

L'Uisp ha avviato e messo in campo da oltre dieci anni strategie di comunicazione e campagne di sensibilizzazione, che hanno avuto ed hanno tuttora come obiettivo primario quello di contrastare ogni forma d'inquinamento farmacologico e di doping nella pratica sportiva, con la consapevolezza che questi fenomeni non riguardano esclusivamente lo sport di vertice, ma anche quello amatoriale.

Tutti questi progetti sono stati costruiti per dare centralità ai ragazzi, rendendoli protagonisti nell'ideazione di prodotti comunicativi, in modo che possano sviluppare riflessioni e acquisire conoscenze in piena autonomia, trasformandole in convinzioni e riferimenti valoriali che rimarranno sicuramente un loro patrimonio.

In "Sport pulito/Inviati sul campo", finanziato dal ministero della Salute - Cvd, Commissione per la vigilanza e il controllo sul doping e per la tutela della salute nelle attività sportive, 1.000 studenti di 47 classi in 19 scuole medie inferiori sono diventati redattori scientifici e giornalisti. Affiancati e supportati dagli insegnanti e dagli educatori Uisp, hanno lavorato sulla ricerca di notizie nelle società sportive, nelle palestre, nelle farmacie, nelle erboristerie, intervistando atleti, tecnici e allenatori, nutrizionisti, medici pediatri e dello sport, insegnanti e genitori

Tutti i giornali prodotti sono stati raccolti in un'unica pubblicazione, presentata pubblicamente a Genova con la partecipazione di 200 studenti, il risultato tangibile del loro impegno per uno sport pulito, per il rispetto delle regole e per la legalità, contro il fenomeno del doping entrato ormai anche nelle attività amatoriali.

L'attenzione si è indirizzata su alcuni temi specifici come l'uso e abuso di integratori proteici e additivi farmacologici. La valutazione di efficacia dell'intervento è stata realizzata attraverso questionari all'inizio e al termine della sperimentazione, rivolti agli studenti, e riguardanti i loro stili di vita, e con interviste effettuate dai ragazzi ai loro genitori e agli allenatori.

E' stato valutato non soltanto se sono aumentate le conoscenze dei ragazzi riguardo ad integratori e farmaci il cui abuso è pericoloso per la salute, ma anche se la campa-

# Sport pulito/Inviati sul campo

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA

gna è riuscita a ridurre le credenze favorevoli all'uso. Nei ragazzi delle classi che hanno partecipato alla campagna i tassi di conoscenza degli integratori proteici e dei più comuni farmaci sono aumentati del 16% e, parallelamente, le credenze che sia utile usare integratori si sono ridotte del 10%.

L'influenza dei genitori e dell'allenatore è differenziata. Le madri sembrano incidere sull'uso di integratori non proteici, cioè quelli non necessariamente prestativi, poiché influiscono sulle credenze dei ragazzi se è bene o meno far uso di tali integratori alimentari. I padri e gli allenatori, invece, sembrano influenzare la scelta dei ragazzi di praticare sport agonistico, che può rappresentare un contesto a rischio per l'uso di integratori proteici che incrementano le prestazioni atletiche.

Sul sito doping.uisp.it sono reperibili tutte le informazioni sulle campagne Uisp per il contrasto alla diffusione del doping e per la sensibilizzazione dei giovani sui rischi connessi all'assunzione di sostanze dopanti e all'inquinamento farmacologico.

## Le voci dei protagonisti tratte dai giornali

"Vi invitiamo alla lettura e alla riflessione. A fermarvi un attimo, pensare...il nostro doping? Un mix esplosivo di sana alimentazione, impegno, fiducia in se stessi e naturalmente sport": scrivono gli studenti della scuola media Nino Savarese di Enna.

"Lo sport è stupefacente, il doping non serve": i ragazzi della scuola Domenico Morelli di Torre del Greco puntano sul titolo ad effetto, e aggiungono: "viviamo in una società farmaco-centrica tesa a trovare soluzioni nei farmaci anche per i problemi che nulla hanno a che fare con la medicina".

Acrostici bizzarri della scuola media G.Battista Vico di Grosseto:

Disprezzo  
Osessione  
Prepotenza  
Inganno  
Negano  
Giustizia

"Doping è come volare in aereo andando in bicicletta" per i ragazzi della scuola F. Muttoni di Vicenza

# Sport pulito/Inviati sul campo

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



# ANZIANO PIÙ SICURO

## UISP VARESE – AREA DISCIPLINE ORIENTALI UISP LOMBARDIA

Il progetto “Anziano più sicuro”, indirizzato agli utenti del Parco alto milanese con un’età tra i 45 e i 75 anni, permette una pratica motoria mirata alla prevenzione delle cadute con in più una forte motivazione alla difesa personale sotto il punto di vista della prevenzione (atteggiamenti, consapevolezza del proprio stato di soggetto debole, ecc.). Le attività si svolgono nel periodo estivo, tra il 15 giugno e il 15 settembre. Dal punto di vista psicomotorio viene fatto per prendere coscienza del proprio corpo, con tutte le sue articolazioni, e per permettere di esprimersi liberamente. Gli istruttori formano un gruppo omogeneo di partecipanti. Il metodo utilizzato è accessibile a tutti, senza nessuno spirito di competizione, nessuna ambizione di rivaleggiare: lo scopo è armonizzare il corpo senza mai sforzarlo, utilizzando a pieno il potenziamento fisico e psichico.

La predisposizione alle cadute aumenta con l’età per un complesso di fattori che vanno dalle modificazioni che si instaurano nella postura e nel cammino, a situazioni di patologie a volte plurime e al conseguente uso di farmaci, alla diminuita mobilità, alla scarsa o nulla confidenza col terreno che viene vissuto come un elemento nemico con cui avere solo un contatto podalico, alla poca sensibilità verso la pratica motoria costante e continuativa. Durante il corso sono proposti esercizi con lo scopo di “riavvicinare e far riprendere contatto con il suolo”. L’insegnamento e la familiarità alla caduta aumenta nell’anziano la sicurezza nella propria mobilità ed equilibrio.

Per l’auto difesa è proposto un programma tecnico di karate. Qui ha avuto molta importanza l’acquisizione della tecnica: l’anziano sviluppa un riflesso condizionato, al fine di reagire all’aggressione prima d’ogni ragionamento. Questo riflesso non è altro che quello del subconscio, che agisce in vece nostra con una precisione infallibile, avvertendo le intenzioni aggressive prima ancora che siano messe in atto. Oltre all’insegnamento di tecniche di difesa viene fatto ampio dibattito sulla prevenzione delle aggressioni.

Il corso è stato concepito dal presidente Uisp Varese, Harry Bursich, e proposto agli anziani da Paolo Busacca, dirigente del comitato di Varese e responsabile del settore Karate dell’Area discipline orientali Uisp Lombardia.

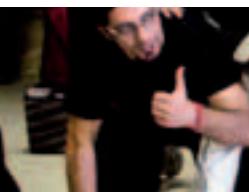
# Anziano più sicuro

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



**Anziano più sicuro**

BENESSERE, SALUTE E STILI DI VITA



# “MACEDONIA TZIGANÌ”:

## Un concentrato di energia, vitalità e creatività

### UISP VARESE

Grazie alla disponibilità dello Sportello provinciale scuola volontariato Varese e dei giovani provenienti dalle diverse scuole di Varese e dalla provincia sono iniziati dei laboratori pomeridiani che hanno permesso ai ragazzi e alle ragazze di imparare diverse tecniche di animazione (giocoleria, clownery, acrobatica, laboratori di fiabe e burattini, costruzione di giochi e strumenti musicali con il materiale di riciclo) e di diventare, così, i protagonisti della giornata del volontariato, animando per tutto il giorno, con creatività e nuova energia, la piazza varesina. Alcuni di questi giovani partecipanti ai laboratori hanno deciso di proseguire l'esperienza, ritrovandosi, una volta alla settimana, presso la sede della Uisp.

Sono nati, così, i “Macedonia Tzigani”: un concentrato di energia, vitalità, creatività che unisce ragazzi e ragazze di ogni età, provenienti da scuole diverse. Non è casuale il nome dato al gruppo: “Macedonia”, proprio perché come la macedonia classica a cui siamo abituati a pensare che per essere così buona è fatta di frutta fresca di varie forme, colori e gusti, anche questa “macedonia” si arricchisce delle diverse potenzialità e caratteristiche di tutte le persone che ne fanno parte. Un continuo incontro e confronto, dove l'unica cosa che conta è la voglia di crescere insieme, al di là di ogni barriera e di ogni frontiera.

Ognuno, con la sua personalità e le sue capacità, riempie il mosaico di questo grande sogno, donando agli altri una parte di sé. Un progetto costruito non per i giovani ma con i giovani, dove essi stessi diventano i veri protagonisti e il motore attivo di tutto ciò che si fa. “Tzigani”, perché, in cuor nostro, ci sentiamo un po' girovaghi e vorremmo portare in giro per la provincia e, perché no, per il mondo la nostra scoperta: la storia di tante diversità che hanno imparato a valorizzarsi, innanzitutto come persone, e che, insieme, hanno dato vita ad un'esperienza in continuo sviluppo e aperta a nuove idee e nuovi incontri.

Le attività sono tante e gratuite: laboratori di giocoleria (utilizzo di attrezzi come dia-

# Macedonia Tzigani

CONTRO L'EMARGINAZIONE

blo, palline, kiwido, cerchi, clave) e clownery, laboratori di teatro ed espressione corporea, corsi di acrobatica, laboratori creativi e manuali, organizzazione di spettacoli e partecipazione ad eventi. Per informazioni: Alessandra Pessina 3494568018 – 0332813001, areasportpertutti.varese@uisp.it Piazza De Salvo, 5 (Quartiere Bustecche) Varese.

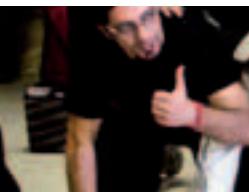
## La testimonianza di Laura Soldati, uno dei membri del gruppo

Faccio parte del gruppo dei Macedonia Tziganì dalla sua nascita. Fare parte di un gruppo, soprattutto se pratica una disciplina così particolare come la giocoleria, insegna molto, soprattutto se, come è capitato a me, ci cresci assieme. Impari a condividere i tuoi spazi con le altre persone e soprattutto le responsabilità, ad esempio nell'organizzare uno spettacolo o un'animazione. Mi sono quindi trovata coinvolta in questo microcosmo affascinante e in continuo movimento che è diventato come una seconda famiglia. Il merito sta naturalmente per gran parte nella giocoleria stessa: mi sorprende sempre come quest'arte sia in grado di coinvolgere tutti, anche i più scettici che spesso sono condizionati solo dai pregiudizi che si sono creati attorno a quest'arte, chiamata appunto "di strada".

Il nostro obiettivo principale, oltre naturalmente a quello di divertirsi assieme, è quello di fare conoscere a tutti i lati migliori della giocoleria, soprattutto quello di unire. Grazie alle competenze nel campo dell'animazione che ho acquisito nei Macedonia Tziganì ho potuto lavorare con bambini, adolescenti e pazienti dei centri psichiatrici. Sono tutte esperienze che mi hanno migliorato come persona e soprattutto fatto crescere.

# Macedonia Tziganì

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# JUDO PER L'HANDICAP MENTALE

## UISP GENOVA - AREA DISCIPLINE ORIENTALI

A partire dalle esperienze già realizzate nel campo dell'attività motoria per persone con disabilità mentale, l'Area discipline orientali Uisp ha organizzato un corso di "Aggiornamento e Specializzazione per l'insegnamento del judo ad allievi con disabilità mentale" finalizzato alla formazione di soggetti con competenze specifiche nel campo dell'insegnamento del judo per persone con disabilità intellettiva e relazionale. Il corso ha coinvolto 5 regioni (Liguria, Piemonte, Lombardia, Emilia Romagna, Toscana) e 100 tecnici.

In alcune regioni e città sono già partite nuove esperienze presso sedi dell'Anffas o altre associazioni che si occupano di handicap mentale.

## La testimonianza di un operatore Anffas

Nell'autunno 2006 ha avuto inizio la collaborazione fra la Cooperativa sociale "Genova Integrazione" a marchio Anffas, (Associazione nazionale famiglie di persone con disabilità intellettiva e/o relazionale), il maestro di judo Pino Tesini del Judo club Genova e l'Area discipline orientali dell'Uisp Genova. Con il maestro Tesini si sono organizzati due progetti riguardanti il judo inteso, nel pensiero Uisp, come metodo educativo oltre che come attività motoria sportiva. Il primo dei progetti riguarda, tuttora, un gruppo di 15 persone disabili frequentanti i presidi diurni Anffas che, accompagnati da tre educatori, si recano una volta alla settimana presso un palazzetto dello sport del territorio genovese per imparare appunto la pratica del judo.

L'aspetto importante è la presenza sul "tatami" (tappeto sul quale si svolge l'attività del judo) degli operatori, i quali si sono trovati fianco a fianco con le persone disabili nell'apprendimento di esercizi, tecniche e cadute. La loro presenza è stata preziosa nel consentire la mediazione necessaria fra le persone disabili, tutte con patologie di rilievo che si associano alla disabilità intellettiva, e i maestri.

Il secondo progetto ha riguardato alcuni bambini che hanno preso parte a un corso di judo bisettimanale con il maestro Tesini finalizzato a favorirne il passaggio nel gruppo dei loro pari.

# Judo per l'handicap mentale

CONTRO L'EMARGINAZIONE

Questo progetto è durato due anni e ha portato tre dei ragazzi a proseguire nel corso pomeridiano dei bambini; altri hanno dovuto invece interrompere la frequenza perché gli impegni scolastici e di riabilitazione rendevano già molto gravosa la settimana. Il progetto di judo ha dato risultati inattesi e molto ampi. Il judo è un'attività del corpo, ricca e articolata, che nasce all'interno di un pensiero e di una filosofia che ne favoriscono l'aspetto educativo. Nel judo il corpo viene utilizzato e conosciuto, la persona apprende quali sono le proprie capacità, i propri punti deboli, impara a stare in contatto con l'altro. Il ruolo di ciascuno è inevitabilmente capovolto a seconda dei momenti e consente un profondo scambio con l'altro. L'esperienza di sé e dell'altro, di come si entra in contatto, la consapevolezza di sé, di quello che è possibile fare, del contrasto con l'altro: il compagno, l'avversario, il sostegno. Molte sono le esperienze che il judo consente di fare a un atleta e che non sempre fanno parte del bagaglio di esperienze della persona, disabile o meno: cadere senza paura di farsi male, far cadere qualcuno senza fare del male, combattere imparando a gestire le proprie emozioni, la rabbia, l'aggressività, la paura. Sono tutti aspetti inseriti in una disciplina, in un contenitore solido che favorisce un apprendimento del corpo (di movimenti sempre più precisi e rapidi) e della mente.

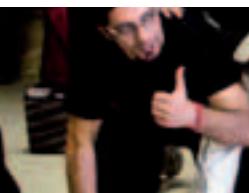
Non viene appreso solo uno sport ma un'arte che ciascuno di noi può portare con sé come bagaglio di esperienza, che può divenire contatto con l'altro tutte le volte che un atleta con disabilità intellettiva si incontra con un altro atleta, consentendo quella che poi è la vera integrazione, che non vuol dire tollerare la presenza di un disabile fra di noi, ma consentire a noi e lui di confrontarci con un bagaglio di esperienze comuni.

Sono molte le cose che anche noi, operatori, abbiamo imparato in questi anni. Quanto ad esempio alcuni nostri "ragazzi" ci sappiano stupire, quanto il contesto metta tutti sullo stesso livello (il judo devono impararlo anche gli operatori), quanto possa crescere la motivazione anche in "ragazzi" che ormai non sono più tali da un po' di

tempo. E quante opportunità ci siamo dati reciprocamente con la Uisp e i maestri di judo: siamo stati in trasferte in Italia e all'estero, abbiamo avuto modo di confrontarci con altre culture e con molti atleti e quest'anno abbiamo partecipato al corso di "Aggiornamento e Specializzazione per l'insegnamento del judo ad allievi con disabilità mentale" indetto dall'Area discipline orientali Uisp e dalla Fijlkam. Quest'ultima esperienza è stata indubbiamente arricchente: abbiamo incontrato altri atleti disabili di Piemonte, Lombardia, Emilia Romagna e Toscana con i loro istruttori e conosciuto così progetti simili a quello della realtà genovese, ma soprattutto abbiamo consentito ai maestri di conoscere noi e di approfondire il lavoro di integrazione che già molti di loro svolgono nelle loro palestre. E i maestri, che hanno chiesto di replicare e approfondire il lavoro iniziato con questo corso, ci hanno sollecitato a partecipare e soprattutto a favorire la conoscenza di questa collaborazione che mira a promuovere uno sport, ma soprattutto un metodo, uno strumento educativo che per noi si è rivelato così utile.

# Judo per l'handicap mentale

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# PROGETTO "SUB...NORMALI O DIVERS...ABILI???"

## UISP LEGA PER LE ATTIVITÀ SUBACQUEE

"Sub... normali o Divers... abili???" è nato con la finalità di formare "operatori con competenze sociali specifiche trasversali e praticabili anche al di fuori della subacquea" in un'ottica di integrazione. Il progetto nasce all'inizio del 2009 da un'idea del Consiglio nazionale della Lega per le attività subacquee Uisp. Sono state affrontate, in senso trasversale, tematiche educativo-formative tese a sviluppare prassi per subacquei, disabili e non, che andassero oltre ai canoni di sicurezza sui quali da sempre l'Uisp si è impegnata. È stato esplorato il mondo subacqueo rivolgendosi a tutti, dalla fanciullezza alla "grande età" con particolare attenzione all'attività con persone disabili. In questo senso si è lavorato per favorire nei partecipanti l'acquisizione di competenze trasferibili anche in altri ambiti dello sport per tutti.

Il percorso è cominciato a novembre 2009. La prima fase è terminata a novembre 2010 con la realizzazione di una serie di progetti per i diversi territori coinvolti (Emilia Romagna, Liguria, Puglia, Toscana e Trentino Alto Adige).

Hanno partecipato formatori Uisp e formatori esterni (coinvolti con tempi e modalità differenti gli uni dagli altri): proprio la collaborazione tra i vari docenti è stata rilevata come ulteriore elemento di forza, che ha favorito una maggiore efficacia nella trattazione delle varie tematiche e uno sviluppo più armonico del corso.

I destinatari diretti del progetto sono stati 12 subacquei della Lega per le attività subacquee provenienti dalle cinque regioni indicate. Il percorso formativo è stato trasversale, ossia ha integrato per ogni tema affrontato una parte teorica, una parte pratica di laboratorio esperienziale e una parte pratica di attività in acqua. Tale scelta si è fondata sulla convinzione che l'apprendimento e la formazione di ogni individuo debbano necessariamente passare da una sperimentazione in prima persona e da un percorso esperienziale per poter diventare, una volta condivise ed elaborate su un piano verbale, un bagaglio di conoscenze e competenze da utilizzare nella pratica quotidiana.

Il percorso prevedeva come risultati/cambiamenti attesi: l'elaborazione di un nuovo con-

# Progetto "Sub...normali o divers...abili???"

CONTRO L'EMARGINAZIONE

petto di subacquea ricreativa; la padronanza delle competenze sociali necessarie per la gestione delle persone e dei gruppi; la conoscenza delle pratiche necessarie per accompagnare in acqua una persona che presenta "particolari abilità"; la capacità di condurre un'attività rivolta anche a persone disabili o bambini o anziani; la capacità di strutturare percorsi subacquei per persone diversamente abili, bambini ed anziani; la capacità di creare contesti e condizioni per promuovere e favorire la partecipazione del più ampio numero possibile di persone disabili, bambini e anziani alle attività subacquee.

## **Intervista a Maria Luisa Gargiulo, psicologa e sommozzatrice, docente del corso.**

**Come è iniziata la tua collaborazione con l'Uisp e qual è stato il tuo ruolo nell'ambito del progetto?**

La collaborazione è iniziata in maniera del tutto casuale, a seguito del mio intervento in un convegno svoltosi a Cesena incentrato sulla psicologia subacquea e sulla sua funzione di integrazione sociale, in particolar modo fra persone disabili. Argomenti questi che hanno destato l'interesse della Lega ad approfondire gli aspetti formativi connessi alla pratica subacquea con disabili sensoriali, psichici e motori attraverso il mio contributo di esperta. Nello specifico il mio intervento è volto a formare i 12 corsisti stimolandoli a mettersi nei panni degli utenti disabili attraverso simulazioni che li spingano a vivere le condizioni limitative da questi esperite. Nell'appuntamento di Otranto, dedicato alla disabilità sensoriale, alla parte teorica ha fatto seguito un esperimento pratico che ha visto gli allievi vivere tutta la fase preparatoria dell'ingresso in acqua completamente bendati. Al termine dell'immersione al buio si è svolto un debriefing utile a condividere l'esperienza e a costruire insieme le competenze per operare con persone disabili. In relazione al modulo sulle disabilità psichiche, il mio obiet-

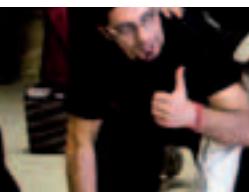
tivo è stato quello di spiegare le differenze tra tipologie di disabilità psichiche, al fine di sapersi relazionare in maniera adeguata nei confronti di persone down, autistiche, o con disagio di altro tipo.

**Cosa ti ha colpita del progetto?**

Innanzitutto la qualità dell'offerta formativa fondata su lezioni teoriche, esperienze pratiche ed attività laboratoriali che privilegiano la durata della formazione e l'acquisizione di specifiche competenze e conoscenze trasferibili anche in attività diverse dalla subacquea. Fare formazione non significa sfornare sub in batteria ma puntare, come fa la Lega Uisp, sulla qualità: la stessa capace di evitare la dispersione e l'abbandono, stimolando nei sub un'autentica passione per una pratica intesa come un mezzo per creare contatti, e legami. In secondo luogo ho apprezzato l'approccio dell'Uisp al tema della disabilità: ovvero il mettersi in regola con il diritto alla pratica sportiva per tutti, disabili inclusi, attraverso attività sportive integrate che consentano ai disabili di fare sport insieme ai normodotati, di frequentare gli stessi circoli e stringere amicizie al di fuori del ristretto ambito dei propri simili. Come professionista e come ipovedente, non ho mai apprezzato iniziative ed attività sportive rivolte ai soli disabili: un circuito autoescludente che non facilita né favorisce l'integrazione sociale. La didattica della Lega sub Uisp, l'unica che non prevede una brevettazione fatta ad hoc per i disabili, bambini o anziani, è un autentico salto di qualità rispetto ad altre: una scelta coraggiosa per promuovere autentici percorsi di inclusione sociale.

# **Progetto "Sub...normali o divers...abili???"**

**CONTRO L'EMARGINAZIONE**



# PROGETTO SPORTLAB

## UISP FERRARA

Sportlab nasce come progetto di livello regionale nell'ambito del bando di legge 14 per i giovani della regione Emilia Romagna, bando che ha finanziato azioni rivolte ai giovani per promuoverne la partecipazione attiva nella società, stili di vita sani, la lotta a discriminazioni. Ha coinvolto altri sei comitati dell'Emilia Romagna. L'Uisp Ferrara lo ha realizzato nel proprio territorio nel periodo agosto –settembre 2010

Caratteristica del progetto è la proposta di laboratori di strada con attività innovative (ad esempio skate, treeclimbing, parkour ed altre ancora che possono emergere dal lavoro con i giovani). I laboratori si svolgono in luoghi informali di aggregazione giovanile o in palestre e parchi. Altra caratteristica è la peer education, per cui molti laboratori vengono realizzati dai giovani per i giovani. Protagonisti a Ferrara sono stati giovani adolescenti con percorsi di assistenza/prevenzione del Sert (giovani a rischio di assunzione di sostanze). Protagonisti indiretti le associazioni e i liberi professionisti che hanno collaborato alla realizzazione dei laboratori.

Partner del progetto: l'associazione Oltremare, l'associazione Sentieri Verdi. Coinvolti anche un educatore fisico Uisp esperto di orienteering, e l'Asl Ferrara Sert .

I laboratori di vela, treeclimbing e orienteering si sono volti nel territorio della provincia di Ferrara, in città e nei Lidi di Comacchio. I giovani hanno preso parte in tutto a sei laboratori (due per ogni tipologia di attività)

Il referente è Paola Bottoni dell'Uisp Ferrara: 0532 907622

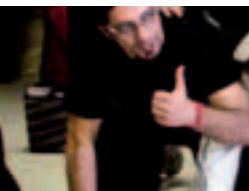
# Progetto Sportlab

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# Progetto Sportlab

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# MOBILITÀ GIOVANILE INTERNAZIONALE

## Programma europeo youth in action

### UISP FERRARA

Il primo progetto Uisp Ferrara nell'ambito del programma europeo "Youth in Action" risale al 2004. L'intento iniziale era quello di promuovere un'attività Uisp per i giovani nella fascia di età 13-17 anni che non fosse solo sportiva ma prevedesse, come valore aggiunto, la dimensione europea.

I progetti nell'arco di questi sette anni hanno affrontato il tema dello sport come opportunità di presenza e impegno in ambiti come il disagio giovanile, le diverse abilità, la sostenibilità ambientale, il disagio mentale, la partecipazione attiva dei giovani nella comunità. Gli elementi che caratterizzano il progetto sono: attività innovative per e con i giovani con valenza sociale; l'opportunità di collaborare con associazioni estere provenienti soprattutto da est e nord Europa con caratteristiche anche molto diverse dall'Uisp; l'opportunità offerta ai giovani della città di vivere un'esperienza di scambio giovanile europeo; la collaborazione con la sezione sportiva del Liceo scientifico della città; il rafforzamento di legami con le società sportive, di volontariato, del territorio che annualmente collaborano alla riuscita del progetto; l'opportunità di prendere parte ad un programma dell'Unione Europea per i giovani.

I protagonisti e destinatari diretti sono giovani di Ferrara e dei paesi con i quali realizziamo i progetti (ad oggi Danimarca, Romania, Estonia, Austria, Slovacchia) dai 13 ai 17 anni che ogni anno vengono a Ferrara durante il periodo estivo e trascorrono 10 giorni nella città.

Destinatari indiretti: la città, le associazioni del territorio che collaborano con noi, l'amministrazione comunale (Ufficio scambi e relazioni internazionali), i gruppi informali di giovani coinvolti nei progetti.

I progetti si svolgono a Ferrara nel mese di luglio, la durata media è di 10 giorni, il programma ogni anno è diverso in base alla tematica del progetto e comunque prevede, come da programma europeo, attività pratiche e workshop.

Il referente è Paola Bottoni, dell'Uisp Ferrara: 0532 907622.

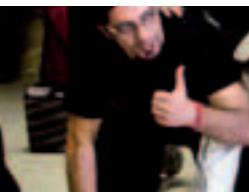
# Mobilità giovanile internazionale

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# Mobilità giovanile internazionale

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# FESTA PROVINCIALE DELLO SPORT

## “Nessuno escluso” mini olimpiadi della legalità

### UISP GROSSETO

Il Comitato territoriale Uisp Grosseto organizza dal 2003, nel più grande parco cittadino, la Festa provinciale dello sport dal titolo “Nessuno Escluso”, al fine di diffondere la pratica sportiva intesa come risorsa fondamentale per il benessere e la socializzazione. Una festa di sette giorni con un programma molto ricco, che trasforma il Parco di Via Giotto non solo in un luogo di esibizioni sportive e di divertimento, ma anche in un contenitore per l’integrazione e la solidarietà e il volontariato: sono presenti infatti circa 40 associazioni.

Particolarmente significativa è stata la giornata dedicata al tema della legalità nello sport, organizzata in collaborazione con la Fondazione Caponnetto. Durante l’anno scolastico, quattro classi del Liceo per le scienze sociali hanno affrontato e approfondito tematiche quali lo sport di “mestiere”, agonismo, competizioni falsate, per comprendere cosa significhi realmente vivere legalmente lo sport e trasmettere questi ideali ai bambini delle elementari, 500 in tutto, diventati nel corso della Festa dello sport Uisp, protagonisti di giochi e gare amichevoli.

## La testimonianza della professoressa Marilena Simoncelli

Abbiamo scelto questo tema perché lo sport è sinceramente l’ambito che più accomuna i ragazzi e permette loro di aggregarsi. Gli alunni si sono appassionati all’argomento e i momenti più significativi sono stati gli stage con le classi elementari, momento importante per condividere le proprie conoscenze. I bambini sono stati coinvolti in giochi e attività che devono portare a vivere lo sport nella legalità. I nostri alunni sono riusciti a far vedere quanto sia bello incontrarsi, in un’unica famiglia, quella universale dello sport.

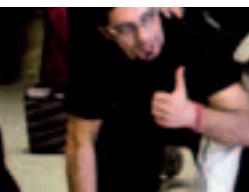
# Festa provinciale dello sport

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# Festa provinciale dello sport

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# SOSTENGO LA PACE

## UISP PIOMBINO

Il progetto nasce nell'estate 2010 su iniziativa del Consiglio direttivo del comitato Uisp Piombino e prevede l'adesione all'omonimo progetto gestito dall'associazione Gaibila di Piombino, consistente nel sostegno a distanza di famiglie saharawi. Tale adesione si concretizza nel sostegno per quattro famiglie per l'anno 2011, due a carico della Lega calcio Uisp e due dell'Uisp Solidarietà.

Il progetto prevede dunque il coinvolgimento di tutte le associazioni partecipanti al Campionato 2011 di calcio a cinque, di tutti i direttori di gara e dei componenti del consiglio della Lega calcio. Tutti i soggetti coinvolti contribuiscono al sostegno delle famiglie saharawi in modi diversi: le associazioni attraverso una parte della quota di iscrizione al campionato, i direttori di gara attraverso la diaria di una gara diretta nel mese di ottobre 2010 e i membri del consiglio di lega attraverso un contributo volontario.

Nel mese di gennaio 2011 un rappresentante del comitato Uisp e uno delle società partecipanti al campionato di calcio a cinque, si sono uniti ai volontari dell'associazione Gaibila per recarsi in un campo profughi saharawi in territorio algerino, al fine di consegnare alle famiglie direttamente coinvolte nell'iniziativa il sostegno a loro destinato.

Per informazioni: comitato Uisp Piombino, tel. 0565/225644, [uisppio@infol.it](mailto:uisppio@infol.it)

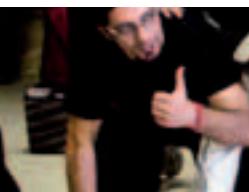
**Sostengo la pace**

CONTRO L'EMARGINAZIONE



**Sostengo la pace**

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# TROFEO BALDETTI E MAZZEI

## UISP PIOMBINO

Il memorial intitolato a Pierlugi Baldetti e Ottavio Mazzei è un torneo di calcio a cinque al quale è associata una raccolta fondi da destinare in beneficenza. Aperto a tutti, si svolge ogni anno tra aprile e giugno. È un appuntamento costante nella primavera del calcetto piombinese, ideato dal comitato Uisp e dalla Pubblica assistenza di Piombino nel 2005, e intitolato a due ragazzi che durante il loro tempo libero prestavano servizio di volontariato presso la Pubblica Assistenza.

Il comitato Uisp Piombino infatti attraverso una costante sensibilizzazione sui temi che più affliggono la nostra società è riuscito a coinvolgere i ragazzi che prendono parte al torneo, rendendoli consapevoli del loro gesto di solidarietà.

Questi i progetti per cui negli anni sono stati raccolti fondi: "Progetto Matteo" per la costruzione di una scuola, una mensa e un ospedale in Burkina Faso (edizioni 2005-2006-2007); "Progetto Zabré" per la costruzione di una scuola e di una mensa scolastica sempre in Burkina Faso (2008-2009); fondi devoluti per l'accoglienza di bambini del Sahrawi e di Černobyl (2010)

Altrettanto significativo il progetto che ha coinvolto i ragazzi dei territori Saharawi nel mese di agosto, vedendoli protagonisti in un torneo di calcetto con coetanei marocchini e italiani. Partite che hanno esaltato il vero senso dello sport e della solidarietà.

Per informazioni: Uisp Piombino, tel. 0565/225644, [uisppio@infol.it](mailto:uisppio@infol.it).

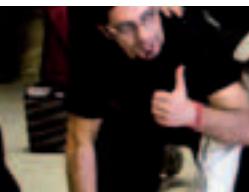
# Trofeo Baldetti e Mazzei

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# Trofeo Baldetti e Mazzei

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# INSIEME PER L'AQUILA

## UISP PIOMBINO

Il progetto nasce all'indomani del sisma che ha colpito L'Aquila nel 2009. L'Uisp Piombino ha avvertito da subito la necessità di contribuire alla ricostruzione di parte del tessuto sportivo, sociale e associativo del capoluogo abruzzese. In particolare, gli sforzi sono stati incanalati verso l'organizzazione di una serata evento presso il teatro Metropolitan di Piombino, per co-finanziare il progetto di ripristino e riqualificazione del bosco di "Colle Roio" promosso dalla Prociv. Arci de L'Aquila e contemporaneamente aiutare la ricostruzione di una scuola di danza gravemente danneggiata dal sisma.

Il progetto "Insieme per L'Aquila" vede il coinvolgimento e la partecipazione di altre associazioni ed enti locali quali la polisportiva Arci-Uisp di Venturina (Li), il comune di Piombino e il comune di Campiglia Marittima.

Nell'ottobre 2009, durante la fase preparatoria del progetto, una delegazione delle varie organizzazioni coinvolte si è recata nel capoluogo abruzzese, per prender contatti con i responsabili delle associazioni destinatarie del contributo, e per fare vedere loro che la Uisp intende essere vicina al tessuto sportivo e sociale aquilano anche e soprattutto quando i riflettori dei media si sono ormai spenti.

La fase operativa è consistita nell'organizzazione di uno spettacolo denominato appunto "Insieme per L'Aquila" con protagonisti i ragazzi della scuola "Spazio Danza" della polisportiva Arci-Uisp di Venturina e i ragazzi della scuola di musica Mob (Musical of Broadway) di Piombino. Ospite il cantante Riccardo Fogli. Alla serata erano presenti tre delegati della Prociv.Arci de L'Aquila e la maestra di danza Assunta Mariani, destinatari diretti del contributo derivante dall'incasso dello spettacolo.

Il progetto ha avuto poi un seguito nella primavera di quest'anno, quando una delegazione di ragazzi della scuola di danza aquilana, guidati ancora da Assunta Mariani, sono stati invitati a trascorrere 5 giorni nel nostro territorio, ospiti del Comitato Uisp, della polisportiva Arci-Uisp di Venturina e delle amministrazioni comunali di Piombino e Campiglia Marittima. Il progetto "Insieme per L'Aquila" non si è esaurito quindi con la realizzazione di uno spettacolo di musica e danza e con la consegna del contributo ai diretti interessati, ma continua a vivere di vita propria per volontà delle varie associazioni promotrici.

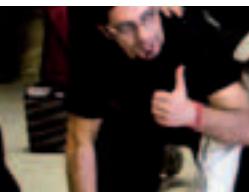
# Insieme per l'Aquila

CONTRO L'EMARGINAZIONE



**Insieme per l'Aquila**

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# SPORT E GIOCHI TRADIZIONALI IN SARDEGNA

## UISP SASSARI

L'Uisp Sassari ha realizzato la ricerca "Gli sport e i giochi tradizionali in Sardegna": un'indagine sulle attività ludico-sportive delle passate generazioni, la riscoperta del loro valore storico, sociale e culturale. La ricerca, finanziata dalla regione Sardegna, è iniziata nel 2005 ed è stata condotta su tutto il territorio della vecchia provincia di Sassari, comprendendo dunque anche i comuni che attualmente fanno parte della nuova provincia Olbia-Tempio, avvalendosi dell'opera di nove collaboratori di ricerca che hanno intervistato circa trecento anziani ultra sessantacinquenni. Oltre alla raccolta dei dati e la loro elaborazione, il progetto prevedeva l'organizzazione di giornate di animazione ludiche in cui i bambini potessero confrontarsi con i giochi dei propri nonni e riscoprire in maniera gradevole il piacere di costruire semplici manufatti, in spazi all'aperto, preferendo piazze, per assaporare il piacere del giocare per strada, come si faceva un tempo.

Sono stati allestiti e si continua ancora oggi, spazi per far giocare i bambini con il carruzzo, il monopattino artigianale di legno, i cavallini di ferula, una piattaforma per far saltare le marrocule (trottole), e predisposti dei piccoli laboratori di costruzione di semplici giochi così che i piccoli partecipanti potessero, oltre che impararne la realizzazione, anche portar via un piccolo ricordo. Inoltre nel tempo sono stati raccolti riproduzioni di manufatti artigianali e oggetti che oggi vanno a costituire una tavolata di giochi rappresentativi del tempo (dalle biglie ai fuciletti di canna, bambole di stracci, astragali, galle ecc.).

Riscontrando un notevole apprezzamento da parte del pubblico anziano, dei genitori e dei bambini, l'Uisp Sassari ha riproposto più volte la manifestazione, in diversi paesi, in occasione di "Cortes apertas" o festività, o per il puro piacere di far incontrare il passato con il presente (più volte a Sassari nelle piazze storiche della città, poi a Cagliari, Belvi, Bitti, Alghero, Portoscuso, Riccione nel 2010 e Siena nel 2011).

# Sport e giochi tradizionali in Sardegna

CONTRO L'EMARGINAZIONE



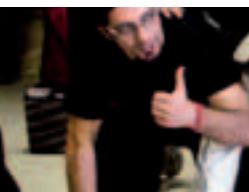
Il numero degli operatori impiegati per l'animazione della manifestazione è proporzionale al numero delle persone ai quali viene proposta e dalla tipologia delle attività (presenza o meno dei laboratori).

## **Intervista ad Irene, operatrice ludico-sportiva**

Collaboro con l'Uisp Sassari da molti anni. Partecipo attivamente al progetto che riscopre e propone i giochi tradizionali del nord Sardegna, inizialmente raccogliendo i dati e poi animando le piazze. Far parte del progetto mi ha dato grandi gratificazioni, sia per le interviste agli anziani che ti trasmettevano la loro gioia nel ricordare i giochi, le risate e la spensieratezza di quando erano bambini; sia durante le giornate di animazione dove i bambini scoprono quanto ci si possa divertire con giochi semplici e non necessariamente tecnologici e i nonni diventano protagonisti abili di tutte le attività proposte. Il ritorno al passato è importante per la nostra cultura. Abbiamo scavato nelle tradizioni per arricchire i nostri giovani di elementi della cultura tradizionale, fotografare e rafforzare la memoria storica, coinvolgendo le generazioni più anziane in un processo di riscoperta e riproposizione delle tradizioni ludico-sportive locali, creando luoghi di incontro fra differenti generazioni.

# **Sport e giochi tradizionali in Sardegna**

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# CORSO PER ISTRUTTORI E ARBITRI DI BASKIN

## UISP SICILIA – LEGA PALLACANESTRO

Il Baskin, o basket integrato, è uno sport pensato, studiato e realizzato affinché ragazzi normalmente abili e ragazzi disabili possano giocare insieme nella stessa squadra (composta sia da maschi che da femmine). Prende spunto dalla pallacanestro, della quale utilizza la struttura generale, ne mantiene gli obiettivi ma ne cambia le regole adattandole ai vari tipi di disabilità presenti. Qualsiasi tipo di disabilità (purché consenta il tiro in un canestro) può prendervi parte con compiti specifici e fondamentali per la determinazione del risultato finale.

L'esperienza è iniziata nel 2001 a Cremona, presso la Scuola Media "Virgilio" (come attività extracurricolare), con un gruppo misto di circa 12/13 ragazzi dei quali cinque disabili. La possibilità di unire vari tipi di disabilità in una stessa squadra di basket, era stata appresa da un'esperienza già in essere a Soresina.

I beneficiari di questo percorso non sono solo i ragazzi disabili a cui viene data la possibilità di svolgere una attività sportiva ma anche i ragazzi normodotati. Infatti da questa esperienza essi imparano ad inserirsi e ad organizzare un gruppo che conta al suo interno gradi di disabilità differenti. A tale scopo viene richiesto loro lo sviluppo di nuove capacità di comunicazione mettendo in gioco la loro creatività e il saper stabilire relazioni affettive anche molto intense.

Inoltre la condivisione degli obiettivi sportivi coi ragazzi diversamente abili spalanca loro le porte del mondo della disabilità permettendo di apprezzarne le ricchezze. Infine tra i beneficiari di questo percorso inseriamo senz'altro gli istruttori, educatori ed allenatori che ricevono continuamente stimoli e gratificazioni dal rapporto con i loro giocatori.

Ad Avola (Sr), nell'ottobre 2010, la Lega pallacanestro dell'Uisp Sicilia ha realizzato un percorso formativo articolato in lezioni teoriche e pratiche, per istruttori e arbitri di baskin. Al corso hanno partecipato 25 persone, tra istruttori e allenatori di pallacanestro, e 15 uditori provenienti da associazioni che operano nell'area della disabilità.

## Corso per istruttori e arbitri di baskin

CONTRO L'EMARGINAZIONE



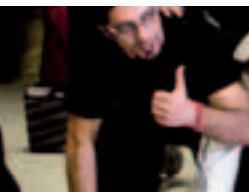
Tra i docenti, l'inventore del baskin, l'ingegner Antonio Bodini, che si è soffermato sugli aspetti tecnici del gioco: che cos'è, dove è nato, ruoli e criteri di valutazione. Da menzionare anche l'intervento della dottoressa Paola Caruso sugli aspetti comunicativi e relazionali in campo.

## **La testimonianza di Giuseppe Battaglia, presidente Uisp Noto e responsabile dell'Area disabilità della Lega pallacanestro Uisp**

Visti i comprovati benefici di questo sport, sia in termini di inclusione che di accessibilità, la Lega pallacanestro ha deciso di sperimentarlo sul territorio, a partire dalla Sicilia, proponendo ad Avola il primo corso di formazione per allenatori e arbitri di baskin. La Sicilia sarà il laboratorio dell'Uisp nel Baskin: a Noto abbiamo importato l'idea ma per diffonderla e praticarla occorre costituire delle squadre, formare istruttori e allenatori che ci consentano di scendere in campo insieme ai disabili. L'obiettivo è di sperimentare il basket integrato in loco e diffonderlo a macchia d'olio in altre regioni d'Italia.

# **Corso per istruttori e arbitri di baskin**

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# OUTSIDE URBAN MOVEMENT

## UISP TORINO

Outside nasce dall'esigenza di mettere in rete pratiche e discipline artistiche dinamiche e di movimento che si svolgono all'aria aperta in strada e che abitano lo spazio pubblico come scenario di espressione: il parkour, lo street boulder, lo skate, la bmx, l'ultimate frisbee, il writing, il dj-setting, l'mc-ing, la breakdance.

Outside ha esordito nella forma di "test event" per Torino capitale europea dei giovani domenica 27 settembre 2009, negli spazi di Corso Racconigi 51. Una "location urbana" molto interessante e frutto di recenti interventi di riqualificazione che hanno restituito ai cittadini uno spazio pubblico vitale che fu ad inizio secolo e fino agli anni '70 uno spazio della città brulicante di commerci, di relazioni e luogo di ritrovo per gli abitanti.

Durante tutta la giornata sono state organizzate esibizioni di tutte le discipline, gare e tornei di arrampicata, skate, bmx, ultimate frisbee. Laboratori e workshop aperti a tutti i curiosi per avvicinarsi alle varie pratiche (parkour, writing, dj-setting, mc-ing, breakdance). Gli spettatori-partecipanti hanno avuto la possibilità di assistere a tutte le spettacolari acrobazie e a tutte le performance dei più bravi e creativi "outsiders" del territorio, oltre a conoscere più da vicino e prendere informazioni su come cominciare a praticare le attività più appassionanti.

Dopo il successo dell'evento Outside ha cambiato forma: da evento a proposta di attività di territorio che incuriosisce e attira i giovani della periferia Sud di Mirafiori (quartiere popolare) e li coinvolge in attività sportive e artistiche che sottolineano nella loro pratica valori educativi che in altri sport sono andati perduti.

Gli sport di strada hanno caratteristiche e peculiarità molto diverse da quelli "tradizionali", nascono da mode e tendenze del momento, alcuni essendo sport "giovani" si costruiscono su regole legate all'inclusione, alle responsabilità, allo spirito del gioco ecc: lo skate non ha bisogno di scuole o di figure riconosciute come "istruttori" per poterlo praticare ma chi è più capace insegna a chi lo è meno; il parkour viene praticato nella logica di affrontare un ostacolo lavorando su di se; sul fisico e sulla mente, non è uno sport che prevede competizioni; l'ultimate frisbee è uno sport che si adatta bene a molti luoghi tra cui le piazze e prevede regole legate alla responsabilizzazione di chi lo pratica, tra

# Outside urban movement

CONTRO L'EMARGINAZIONE

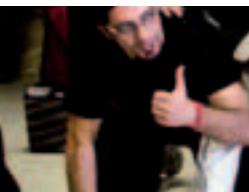
cui l'assenza di un arbitro; il writing, che fa parte da molto tempo della cultura di strada, basa la sua opera su un sistema di regole tra cui il rispetto dei "pezzi" realizzati da altri e prevede il divieto di "crossare" (non coprire) il pezzo.

Outside è stato realizzato a Mirafiori sud con workshop gratuiti ed eventi da maggio a ottobre 2010 ed ha coinvolto le scuole medie e superiori e i ragazzi del quartiere. Forte la presenza di ragazzi e ragazze provenienti da altri quartieri.



# Outside urban movement

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# CORSO “LA SICUREZZA NELLE ATTIVITÀ IN AMBIENTE NATURALE”

**UISP TOSCANA - LEGA MONTAGNA**

Il corso, rivolto a volontari di associazioni che praticano attività sportive ed educative in ambiente naturale, è stato organizzato dalla Lega montagna Uisp Toscana, insieme a Uisp Solidarietà federazione regionale e al Cesvot, Centro servizi per il volontariato Toscana, e si è svolto nel periodo marzo-maggio 2010.

Le realtà che operano in ambiente sono sempre più numerose, ma spesso mancano occasioni di formazione sulle tematiche importanti. In particolare, soprattutto in seguito agli incidenti avvenuti negli ultimi anni e al graduale cambiamento del rapporto tra uomo e natura, l'Uisp ha ricevuto richieste proprio nell'ambito della sicurezza. Attraverso il corso, al quale hanno partecipato 16 volontari, sono stati proposti spunti di riflessione su quali siano gli elementi che caratterizzano l'ambiente naturale e le attività che vi si possono svolgere, senza quindi fornire molte conoscenze tecniche ma stimolando l'osservazione, l'attenzione e la consapevolezza di rischi, difficoltà e limiti. Il corso, gratuito per i partecipanti, si è svolto a Firenze ed è stato strutturato in dieci incontri in aula, due uscite di una giornata, uno stage residenziale di tre giorni ed una tavola rotonda finale aperta al pubblico, per la durata complessiva di 60 ore.

## Le testimonianze di alcuni partecipanti al corso

“Finché va tutto bene i rischi non ci sono. E' soltanto quando succede qualcosa di grave che si capisce quanto è importante la prevenzione”. Sono le parole di Daniele Migliorini, uno dei 16 corsisti. Un corso fondamentale, spiegano i partecipanti, per “prendere consapevolezza dei rischi che si corrono nel fare attività all'aria aperta”. “Dovremmo avere tutti una maggiore consapevolezza – spiega ancora Migliorini del Gruppo escursionistico vicchiese – Corsi di questo genere sono fondamentali. Forse c'è troppa superficialità nell'affrontare le escursioni negli ambienti naturali”.

Un corso valutato di grande importanza anche da Marco Barzagli del Gruppo trekking

# Corso “La sicurezza nelle attività in ambiente naturale”

CONTRO L'EMARGINAZIONE

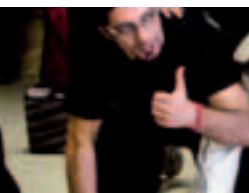


Impruneta, il quale sostiene di avere una visione diversa dei pericoli della montagna dopo la frequentazione delle lezioni. “Faccio parte del direttivo del gruppo imprunetino e ogni volta facciamo escursioni con oltre 200 persone. Ho ritenuto particolarmente interessante l’aspetto pratico al corso, grazie al quale sono state fatte esperienze di primo soccorso con medici e infermieri”.

I partecipanti al corso provenivano da ogni zona della Toscana e facevano riferimento a numerose associazioni a carattere ambientale. Esperienza positiva anche per Alessia Corti, una delle quattro donne iscritte al corso e membro del Gruppo trekking Vingone di Scandicci. “Le prove tecniche di orientamento col Gps sono state molto interessanti – spiega – Sono un po’ refrattaria alla modernità ma grazie a questo corso ho superato in parte questo vincolo. La consapevolezza degli escursionisti? Non credo che ci sia tutta questa ignoranza, in ogni caso la pratica guidata resta importantissima”.

## Corso “La sicurezza nelle attività in ambiente naturale”

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# PROGETTISTI DELLO SPORTPERTUTTI: Un nuovo spazio dei giovani

## PROGETTO NAZIONALE UISP

La socializzazione sportiva avviene nei primissimi anni dell'infanzia, in cui per il bambino il movimento rappresenta una espressione naturale ed è esposto alle suggestioni di uno sport che stimola la fantasia e i sogni, fornisce miti e motivi di emulazione; in questa fase i bambini sono accompagnati e sostenuti dalle famiglie. Un modello che contiene però anche fenomeni distorsivi come il campionismo, la ricerca della vittoria a tutti i costi, la specializzazione precoce. Successivamente nell'età adolescenziale, nel momento in cui i ragazzi sono in grado di far valere il proprio punto di vista nei confronti degli adulti e della famiglia, matura spesso la scelta del distacco dalla pratica sportiva. Il drop-out, l'abbandono della pratica sportiva, caratterizza in particolare la fascia d'età 13-18 anni con un tasso che sfiora il 20%. Tale distacco appare in misura significativa come rifiuto nei confronti del modello più che dei contenuti della proposta, con adulti (allenatori, tecnici) che non riescono a motivare, né a gestire il rapporto con i ragazzi. In questo quadro, l'Uisp ha realizzato un progetto di attività per i ragazzi delle scuole medie superiori, finalizzato alla creazione di contesti socio-educativi capaci di coinvolgere classi, insegnanti, società sportive e associazionismo.

## Obiettivi:

- proporre un percorso concreto e attuabile nel mondo dello sportpertutti, come intervento preventivo nei confronti del fenomeno del drop-out giovanile, non finalizzato alla performance ma all'aggregazione e al divertimento;
- promuovere spazi di collaborazione fattiva tra i diversi soggetti che sul territorio sono impegnati nel mondo dell'adolescenza;
- condurre un'attività educativa con esperienze sul campo, in grado di influenzare lo sviluppo individuale e l'integrazione, sia nel gruppo dei pari, sia nel contesto di riferimento.

# Progettisti dello sportpertutti

CONTRO L'EMARGINAZIONE

## Azioni

Il progetto si è sviluppato con la collaborazione delle scuole, dei comitati Uisp e delle loro società sportive, attraverso la creazione di 18 laboratori che, partendo dall'ambito scolastico, si sono tradotti sul territorio in percorsi strutturati sulle tematiche della vela, dell'ambiente naturale e del gioco di ruolo. Ciascun laboratorio alternava momenti di attività teorica e di ricerca con spazi di sperimentazione pratica e attività realizzate all'interno ed all'esterno delle scuole, in contesti funzionali alle attività stesse.

## Vela

Vela è stato un laboratorio pensato per integrare le attività socio-pedagogiche e animativo-aggregative rivolte a giovani adolescenti. La vela, in questo senso, è un "mondo" che racchiude diversi significati: viaggio, scoperta, convivenza, attività fisico-sportiva, svago, collaborazione. L'obiettivo era quello di stimolare nei ragazzi l'acquisizione di una migliore sensibilità verso dimensioni relazionali e comunicative quali: la convivenza fra pari; l'accettazione dei propri e altrui limiti; l'aiuto vicendevole e la mediazione dei bisogni; l'assunzione di responsabilità individuali per la soluzione di problemi previsti e imprevisi. Le attività, a partire da quelle formative collegate alle esperienze della filibusta, hanno portato i gruppi nella fase pratica a costruire un modello di barca.

## Ambiente naturale

L'attività ha voluto stimolare la curiosità, le capacità culturali e le abilità pratiche dei partecipanti attraverso lo studio, la progettazione e la messa in opera di percorsi escursionistici in parchi e aree protette, con i quali valorizzare beni ambientali (naturali e manufatti). La caratteristica del progetto è stata di attribuire al "bene ambientale", generalmente messo sotto tutela, la connotazione di "risorsa per il futuro", stimolando nei partecipanti la capacità di fare assumere

dignità culturale a beni come vecchi impianti industriali, ex-miniere, tonnare, siti archeologici, sentieri della fede o della storia.

## Gioco di ruolo

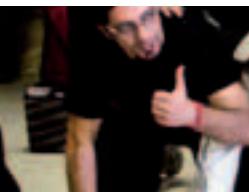
L'attività proposta si è incentrata sulla realizzazione di un vero e proprio gioco di ruolo in cui affrontare lo sport da una specifica angolatura, ovvero la costituzione e la gestione di una società sportiva, fino all'organizzazione di un evento. L'organizzazione e la gestione di una società sportiva presuppongono la definizione di una struttura articolata che prevede l'interazione di un insieme di soggetti; i ragazzi si sono così trovati ad assumere ruoli di responsabilità, collaborando nello svolgimento di compiti e funzioni dirigenziali differenti. L'evento finale ha raccolto 200 ragazzi da tutte le città coinvolte, che si sono ritrovati per scambiarsi le esperienze vissute nel corso del progetto e soprattutto per procedere al varo delle tre barche costruite nei loro laboratori. Un momento simbolico che in qualche modo ha racchiuso tutto il senso dell'esperienza.

## La testimonianza di Vladi, studente del liceo scientifico "Ettore Majorana" di Orvieto.

Un'occasione ideale per noi che ci ha permesso di conoscere attraverso la costruzione di una barca a vela un nuovo modo di vivere lo sport e il movimento. E' stato un progetto educativo ed ecologico insieme: oltre ad acquisire le nozioni fondamentali su costruzione e conduzione della barca, abbiamo imparato molto sulla fisica e sulla meccanica del galleggiamento, oltre che sul ruolo delle imbarcazioni nella nostra civiltà. E non avremmo mai pensato che la nostra barca potesse galleggiare!

# Progettisti dello sportpertutti

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# KARATE DONNA

## UISP VARESE – AREA DISCIPLINE ORIENTALI UISP LOMBARDIA

Il progetto Karate donna è nato da una sinergia fra il comitato Uisp Varese, l'Area discipline orientali dell'Uisp Lombardia e il C.S.K. di Busto Arsizio. La prima edizione risale al 1989, tempi in cui non era "di moda" promuovere tra le donne l'importanza di ritagliarsi un po' di tempo per se stesse e magari praticare una disciplina sportiva che potesse essere anche utile alla propria sicurezza personale. Sicurezza personale che negli ultimi anni è diventato un ottimo cavallo di battaglia da cavalcare per la promozione di corsi più o meno seri. Questa manifestazione ha saputo rinnovarsi negli anni, senza mai scostarsi dall'ideale che l'ha promossa: avvicinare tutte le donne alla pratica del karate.

Marzo è il mese dedicato a Karate donna e l'iniziativa si divide essenzialmente in tre proposte:

- Promozione sportiva. La continua pratica del karate permette un simultaneo e sicuro mezzo di difesa in caso di aggressione. Vengono organizzati quattro corsi completamente gratuiti di karate aperti a tutte le età a partire dai quattro anni (divisione dei corsi per età della praticante) e un corso di sicurezza per le donne dai 16 anni. Il corso di sicurezza si divide in due parti: parte pratica e parte teorica. La parte pratica prevede l'insegnamento di basilari tecniche di difesa personale (quattro incontri di due ore). La parte teorica (due incontri) prevede la partecipazione di un avvocato e di uno psicologo, in merito ai risvolti legali della difesa personale.

- Domenica 20 marzo 2011 ha avuto luogo la dodicesima edizione del Trofeo karate donna, competizione totalmente al femminile. Presenti tutti i gradi e tutte le categorie di praticanti, da quelle agonistiche, alle pre-agonistiche ed amatoriali. Alla competizione sono invitate a partecipare rappresentative da tutta Europa. La gara è anche un memorial dedicato a Donatella Luraghi, e momento di raccolta fondi a favore dell'Airc.

- Convegno su temi legati alla violenza alla donna e ai soggetti più deboli. I temi legati alla violenza trattati in questi vent'anni sono stati molteplici. Gli argomenti, via via proposti, sono stati sviluppati sotto il profilo psicologico e giuridico con l'apporto e il supporto di medici psicologi, avvocati e personale deputato alla sicurezza pubblica.

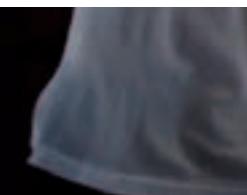
# Karate donna

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# Karate donna

CONTRO L'EMARGINAZIONE



# MEMORIAL VAN TOFF

## UISP PIOMBINO

Il “Memorial Van Toff” è un torneo multiculturale di calcio a cinque, maschile, femminile e under 16, nato per fare opera di sensibilizzazione sul tema delle morti bianche e degli infortuni sul lavoro, organizzato dall'Uisp Piombino e dall'associazione Toffolutti.

“Van Toff” è stato lo pseudonimo di Ruggero Toffolutti, morto tragicamente in un incidente sul lavoro il 13 marzo 1998. Da quell'anno grazie all'idea di Corrado Ottanelli, con il consenso della famiglia Toffolutti e con la collaborazione dell'Uisp Piombino, nei mesi di giugno e luglio si svolge il “Memorial Van Toff”, giunto nel 2010 alla tredicesima edizione.

Lo sport sotto l'aspetto sociale è coniugato con la solidarietà, la pace, il superamento delle ideologie religiose e razziali, in questo caso testimonianza delle morti bianche. Il 27 maggio 2007 nel giorno dell'inaugurazione della decima edizione, Matteo Toffolutti, fratello di Ruggero, ha ricevuto dal Sindaco di Piombino una medaglia pervenuta dal Presidente della Repubblica, Giorgio Napolitano. Questa edizione è stata arricchita anche dalla testimonianza di Marisa Raciti, vedova del poliziotto ucciso durante gli scontri fra ultras del Catania e Palermo.

L'edizione 2011 si è aperta con un triangolare a cui ha preso parte una rappresentativa proveniente da Torino degli operai della Thyssen, fabbrica gravemente colpita da un incendio in cui nel settembre 2007 morirono sette operai. Alla presenza delle autorità cittadine, del presidente del comitato territoriale Uisp e del presidente dell'associazione Toffolutti si sono affrontate oltre alla rappresentativa degli operai della Thyssen anche una rappresentativa della folta comunità di cittadini extracomunitari residenti a Piombino e una rappresentativa delle tute blu piombinesi, a testimonianza del fatto che il Memorial Van Toff, oltre ad essere un torneo teso a sensibilizzare sulle morti bianche, è anche sinonimo di integrazione e di lotta al razzismo che sempre più dilaga nella nostra società. Il torneo è patrocinato dal comune di Piombino.

Per informazioni: Uisp Piombino, tel. 0565/225644, [uisppio@infol.it](mailto:uisppio@infol.it)

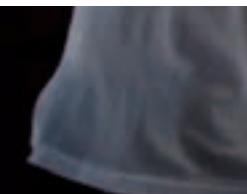
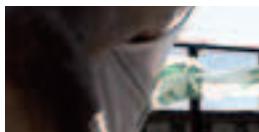
# Memorial Van Toff

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# Memorial Van Toff

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# SORRISI... E 4 ZAMPE

## UISP PIOMBINO

Il progetto “Sorrisi... e 4 zampe”, nato nel 2007, è rivolto a ragazzi con disabilità mentali e fisiche. Punta a stimolarne le competenze e capacità psico-sociali attraverso l’attività a cavallo. I ragazzi disabili sul cavallo percepiscono una diversa immagine di se stessi, e da qui prende avvio quell’autovalorizzazione che significa presa di coscienza, padronanza nei movimenti e fiducia nelle proprie capacità. Il contatto con un animale ed il meccanismo ludico spezzano l’isolamento dei bambini con scarse interazioni sociali e difficoltà di comunicazione.

Numerosi studi hanno richiamato l’attenzione sugli animali come “agenti benefici” confermando un’enorme potenzialità di questi ultimi sulle persone. Il progetto dà ad un gruppo di ragazzi la possibilità di stare un’ora alla settimana, per un periodo di sette mesi, insieme ad altre persone. I partecipanti vengono divisi in gruppi da 4-5, sempre seguiti da un istruttore. Mentre un gruppo svolge l’attività di equitazione gli altri vengono coinvolti in momenti di vita contadina..

Partner del progetto, che gode del patrocinio del comune di Piombino, sono l'Asl di Livorno - Zona Val di Cornia, l'associazione “La Provvidenza”, la cooperativa sociale Onlus “Cuore”, l'Asd centro ippico “Grifondoro”.

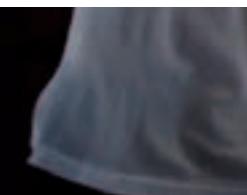
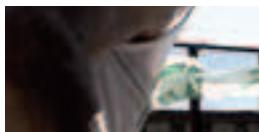
# Sorrisi... e 4 zampe

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Sorrisi... e 4 zampe**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# LAVORIAMO INSIEME

## UISP PIOMBINO – UISP SOLIDARIETÀ E CREATIVITÀ

Il progetto “Lavoriamo insieme” è nato nel 2005 e cerca attraverso la manualità e i colori di dare l’opportunità a ragazzi con disabilità mentale di esprimersi sia con le mani che con la fantasia e di dare sfogo con i colori ai loro stati d’animo. Si svolge tra ottobre e maggio, due volte a settimana. E’ presente un educatore ogni cinque partecipanti. L’obiettivo è cercare di capire le esigenze dei ragazzi, inserendoli in gruppi lavorativi. Assecondando i loro bisogni, si cerca di neutralizzare il processo di emarginazione sociale. Farli sentire parte di un gruppo, collaborare ad un lavoro comune, farli destreggiare con i pennelli, tutto si finalizza al recupero di una parziale “normalità”.

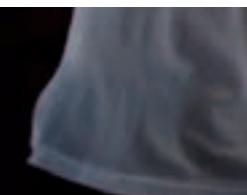
Lavoriamo insieme

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Lavoriamo insieme**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# TUTTI MATTI PER LO SPORT

## UISP PISA

Nel 2005 all'interno del centro diurno dell'Unità funzionale salute mentale adulti di S. Frediano a Settimo è nato il progetto "Tutti matti per lo sport" in collaborazione con l'Istituto superiore "Antonio Pesenti" di Cascina. L'idea era quella di ampliare l'offerta di attività sportive, inizialmente limitata al calcio a cinque, coinvolgendo anche gli studenti. Da quella collaborazione è nata una squadra di pallavolo mista fra utenti e studenti dell'Istituto.

Le attività si svolgono nelle palestre dell'Istituto in orario extrascolastico e prevedono un allenamento settimanale. Entrambe le squadre partecipano ai campionati regionali, tornei e manifestazioni regionali, interregionali e nazionali organizzati dall'Uisp e dall'Anpis.

Nel corso di questi ultimi anni, il progetto si è arricchito con le seguenti attività: nuoto, in collaborazione con l'associazione Gesport (un incontro settimanale supportato da un istruttore); tiro con l'arco, in collaborazione con l'associazione Arcieri Cascinesi (un allenamento settimanale più il coinvolgimento nelle varie iniziative dell'associazione); canottaggio, in collaborazione con il Gruppo sportivo dei Vigili del fuoco di Pisa (un allenamento settimanale più il coinvolgimento nelle varie iniziative e manifestazioni regionali e nazionali).

A marzo 2010 si è svolto un convegno sull'argomento, nell'auditorium dell'Istituto Pesenti, a cui hanno partecipato tutti gli enti e le associazioni coinvolti, nonché i ragazzi, veri protagonisti, che hanno avuto l'opportunità di raccontare le proprie esperienze e sensazioni.

La risposta di utenti e volontari è stata incoraggiante al punto che quest'anno contiamo di superare i cinquanta iscritti di cui almeno 25 utenti dell'Unità funzionale salute mentale adulti della zona pisana. Spinti dal successo di partecipazione, dal coinvolgimento dei partecipanti alle attività ma anche delle istituzioni, sta maturando l'idea di trasformare il progetto in un soggetto autonomo, associazione o polisportiva.

# Tutti matti per lo sport

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

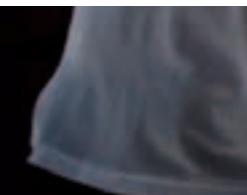
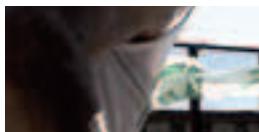
## La testimonianza di Elena Baldeschi, una studentessa coinvolta nel progetto

La mia esperienza nel progetto è iniziata al primo anno delle scuole superiori. Premetto che il mio sport preferito è il tennis. Un giorno la mia professoressa di educazione fisica mi chiese se volevo svolgere un'attività sportiva fuori orario scolastico, parlando dell'esistenza della squadra di pallavolo. Ho aderito con piacere, ed ho cominciato a frequentare il gruppo sportivo. Mi trovavo bene con il gruppo, però non avevo ancora capito che tipo di persone erano quelle con cui giocavo, oltre agli altri ragazzi della scuola. All'inizio mi trovavo spaesata perché, oltre a sentirmi un po' estranea, mi sono trovata davanti delle persone che non avevo conosciuto prima. Mentre giocavo con loro mi accorgevo che avevano degli atteggiamenti un po' diversi dalle persone con cui giocavo di solito. Ad esempio, vedevo che non avevano riflessi pronti, dimenticavano i compiti assegnati e sembravano un po' spaesate. Frequentandole scoprivo sempre più le loro caratteristiche e, avvicinandomi a loro, conquistavo la loro fiducia e amicizia. In cinque anni di scuola, insieme a loro ho fatto moltissime esperienze. Ad esempio, ho partecipato alla manifestazione nazionale Anpis "Sottosopra" a Palinuro e al torneo internazionale Uisp-Anpis di beach volley a Rimini, dove ho incontrato altri gruppi provenienti da tutta Italia. Ho condiviso con gli utenti la stanza dove abbiamo dormito ed insieme abbiamo giocato anche a calcio. Alla fine del quarto anno sono stata coinvolta come tirocinante presso il centro diurno di San Frediano, aiutando gli operatori, potendo comprendere il tipo di rapporto instaurato con gli utenti. In sostanza ho avuto modo di seguire e partecipare a tutte le attività del centro. In particolare ho notato che le attività sportive spingono i pazienti ad una maggiore cura del corpo, ne ricevono gratificazione, permettendogli di mettersi in gio-

co, affrontando le frustrazioni e aumentando l'autostima. Grazie a questa esperienza ho capito il significato e l'importanza che può avere l'attività sportiva in questi centri. Spero che altri ragazzi e ragazze abbiano la possibilità di partecipare ad esperienze simili e che capiscano il significato della nascita dei centri di salute mentale.

# Tutti matti per lo sport

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# AZIONI E CONTAMIN-AZIONI

## UISP PRATO

Dal 1999 il Comitato Uisp Prato, soprattutto attraverso la Lega pallavolo e la Lega calcio, ha iniziato a collaborare in modo più organico con le associazioni del territorio che si occupano di salute mentale. La costituzione della Polisportiva Aurora, dell'Atletic Nadir, della Polisportiva "Il Sogno", della Polisportiva Baol che poi si sono organizzate all'interno dell'Anpis, l'Associazione nazionale polisportive per l'integrazione sociale, ha permesso lo sviluppo anche di altre discipline come il basket e l'escursionismo. Con l'andare del tempo queste polisportive si sono specializzate: salute mentale, minori, cittadini immigrati.

L'elemento però che ha sempre caratterizzato la collaborazione dell'Uisp Prato con queste realtà è "la contaminazione". Si è creata una rete che ha permesso al comitato di crescere su questi temi e alle società di interagire tra di loro e con il territorio. Partendo dal torneo di pallavolo "Pallavolante", aperto a tutti, con gruppi informali di ragazzi ed adulti si arriva poi alla costituzione della Cooperativa Kepos, organizzatrice di manifestazioni podistiche all'interno del circuito Uisp "Prato per la Vita", fino alla formazione del gruppo "Regalami un sorriso Onlus" che collabora con gli organizzatori delle grandi manifestazioni di podismo su strada attivi sul territorio pratese.

L'ultima esperienza, il torneo di calcetto del "Progetto Living" della Polisportiva "Il Sogno" mette insieme adolescenti immigrati ed italiani. Tutta questa attività del territorio poi si traduce in relazioni per stage, inserimenti socio-terapeutici, borse lavoro, partenariati per progetti, sviluppo di occasioni lavorative e soprattutto in attività su scala regionale. Sono nati dalla collaborazione tra le Leghe calcio e pallavolo dell'Uisp Toscana e l'Anpis regionale, i tornei regionali di calcio a undici, calcio a cinque e pallavolo.

## La testimonianza di Roberto Bellandi, arbitro Uisp di pallavolo

Ormai sono molti anni che arbitro le partite di pallavolo di questi ragazzi. All'inizio "rubavo tempo" al mio lavoro, prendendo permessi e ferie, adesso invece che sono in pensione

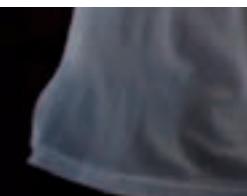
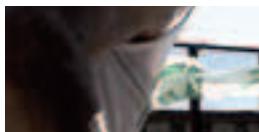
# Azioni e contaminazioni

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



non ho più problemi di questo tipo. All'inizio è stata dura perché ci siamo scontrati con la loro voglia di giocare, senza badare a tutta l'organizzazione, anche semplificata, che c'è dietro. È stata una "battaglia" avere delle liste di giocatori scritte in modo decente oppure una formazione in campo che non cambiasse di continuo. Poi con un lento lavoro siamo riusciti a mettere tutto a regime, a volte mi aiutano anche con la compilazione del referto segnapunti. In tutti questi anni si è sviluppato un rapporto di amicizia e non solo mi invitano alle merende che organizzano dopo la partita, come il terzo tempo del rugby, ma anche alle loro feste. All'inizio non è stato semplice rapportarmi con loro ma poi grazie all'aiuto anche degli operatori e dei volontari tutto è diventato semplice e naturale.

## Azioni e contaminazioni



# ASD SPECIAL TEAM

## UISP PRATO

Special Team Prato è una società affiliata Uisp che fa attività con la Lega nazionale Uisp Le ginnastiche fin dal 2001.

Il programma di ginnastica ritmica è nato quando un gruppo di allenatrici della sezione agonistica dell'associazione sportiva Arcobaleno hanno dato la loro disponibilità a avviare un programma di allenamento per un gruppo di atlete con disabilità intellettiva. Le insegnanti, formate dall'Uisp nazionale, hanno potuto sviluppare un ottimo programma con le tecniche della ginnastica ritmica e le competenze psicopedagogiche acquisite nelle formazioni Uisp.

Accanto alla preparazione individuale che segue il programma Special Olympics Italia, è stato attivato anche un percorso di gruppo, preparando coreografie con e senza attrezzi. Questa scelta, dopo tre anni di preparazione, ha dato la possibilità di avere una grande visibilità attraverso la partecipazione a eventi importanti come l'apertura dei Campionati nazionali Uisp di ginnastica ritmica.

Da un numero iniziale di sei, si è arrivati oggi ad un gruppo di undici ginnaste che si allenano due o tre volte alla settimana per un'ora. Il risultato dal punto di vista tecnico è stato assolutamente strepitoso e al di là di tutte le aspettative: a livello individuale le ginnaste hanno acquisito una padronanza ed una eleganza nei movimenti ginnici di alto livello.

L'attività di gruppo, con coreografie molto accattivanti e complesse, ha avuto un successo notevole in tutte le manifestazioni in cui si è presentata. In particolare all'aperto, nel periodo estivo durante le rassegne di danza Uisp o le feste che vengono organizzate dai diversi comitati in tutte le città della Toscana.

Dal punto di vista dell'inclusione sono state raggiunte grandissime soddisfazioni: per tutto l'anno le lezioni sono state strutturate insieme alle ginnaste normodotate, negli stessi orari e con le stesse insegnanti/educatrici e spesso il pubblico ha assistito a coreografie che vedono coinvolte le ginnaste dello Special Team insieme alle ginnaste dell'Arcobaleno di serie A. Tutto ciò grazie alla professionalità delle insegnanti.

# ASD Special Team

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

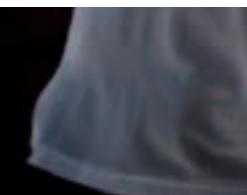
## La testimonianza del padre di una ginnasta

Non è facile per un genitore, pienamente consapevole che non potrà fare un “sogno” di vita “prestigioso” su sua figlia; che ha dovuto sempre lottare con le unghie e con i denti per avere diritti elementari, a scuola, in cooperativa e poi per un lavoro “protetto”; che ha dovuto trovare sempre il positivo anche nelle situazioni più tragiche.

Ma è ancora più difficile per un genitore descrivere a parole quello che prova quando un numero importante di persone sconosciute manifesta ammirazione e commozione alla esibizione di sua figlia. Descrivere la gioia e l'orgoglio che si sente arrivare da dentro e che si vede sul volto della propria figlia, anche se sua figlia si esprime pochissimo e spesso non capisce le cose più elementari, se non ha interessi da adulta pur essendolo anagraficamente. E' bello essere il padre di “Alessandra”.

**ASD Special Team**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# ANCORA INSIEME VOLLEY

## UISP PUGLIA – COORDINAMENTO LEGA PALLAVOLO

Le finalità del Progetto svoltosi nel 2009 erano: la promozione della pratica sportiva rivolta ai soggetti con disagio psichico, la promozione della pratica della pallavolo, la creazione di una rete associativa di portatori di interesse sul tema della pratica di attività motoria e sportiva per soggetti diversamente abili. Gli elementi caratterizzanti dell'esperienza sono stati tre: il coinvolgimento di circa cento individui di diversa abilità in un unicum metodologico; l'entusiasmo dei partecipanti; il pregiudizio e il giudizio.

Tra i cento coinvolti il 60% erano portatori di disabilità psichica a diversi livelli, il 20% circa operatori di comunità e tecnici, il rimanente dirigenti di associazioni sportive e non, amministratori locali. La positività dell'esperienza ha convinto tutti i soggetti già coinvolti, a riprendere l'iniziativa a partire da novembre 2010 e per tutto il 2011

"Ancora Insieme Volley 2" si svolge su tutto il territorio della regione Puglia ed è aperto alla partecipazione di centri diurni dei Dipartimenti di salute mentale e delle comunità terapeutiche per la riabilitazione dal disagio psichico. Si prevede l'attivazione di dieci gruppi di attività con 50 ore di pratica e la calendarizzazione di quattro eventi/tornei. Per informazioni: [www.uisp.it/puglia](http://www.uisp.it/puglia) e [pallavolo.puglia@uisp.it](mailto:pallavolo.puglia@uisp.it)

## Intervista a Piero Carbutti, operatore sociale

**Quali riflessioni fai dopo questa esperienza?**

L'utilizzo dello sport come attività terapeutico-riabilitativa permette di fare alcune riflessioni sul rapporto operatore-utente. L'attività sportiva, quando praticata insieme, si pone al limite tra il discorso clinico e quello umano, anche perché l'attività di gruppo è basata su un principio di parità (ad esclusione dell'allenatore) ben distante dal rapporto "formale di cura".

**Vuoi dire che la relazione diventa più simmetrica?**

Il "fare insieme" è un mezzo per trasformare la relazione di cura asimmetrica del "chiedere" da parte del paziente e del "dare" in un processo di comunicazione più equilibrato, utile contributo per operare un cambiamento nell'utente e portarlo a essere gra-

# Ancora insieme volley

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

dualmente una persona capace di procurarsi le cose da solo.

**Per fare questo l'operatore "deve essere in campo"?**

E' facendo attività contemporaneamente all'utente che diventa portatore di comportamenti sociali e sanitari più democratici sebbene poi non sia esentato dall'attenzione a cogliere elementi di stanchezza, sofferenza, isolamento; a supportare e aiutare l'esperienza con i dovuti rafforzamenti; a creare un clima favorevole allo sviluppo di una progettualità di cura; a mantenere vivo l'interesse.

A photograph of a person, likely a coach or player, on a volleyball court. The person is wearing a white long-sleeved shirt and a dark vest with the number '10' on the back. They are leaning forward, looking down at something on the court. The background shows a volleyball net and a court with a wooden floor. The image is overlaid with a semi-transparent orange filter.

# Ancora insieme volley

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

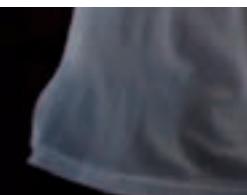


# ATTIVITÀ EDUCATIVE ATTRAVERSO LO SPORT PER MINORENNI DENUNCIATI ALL'AUTORITÀ GIUDIZIARIA MINORILE

## UISP PUGLIA

Il Comitato regionale Uisp Puglia, in virtù di un protocollo di intesa tra regione Puglia e Direzione centro per la giustizia minorile per la Puglia, e a norma della legge regionale sullo sport, riveste il ruolo di soggetto attuatore di un progetto che prevede l'inserimento in attività sportive di minori segnalati dagli Uffici di servizio sociale per i minorenni di Bari, Brindisi e Lecce appartenenti all'area penale esterna.

L'Uisp opera attraverso la rete di coordinatori presenti sul territorio, che accompagnano i minori negli inserimenti sportivi. La ratio e il fine di tali iniziative risiedono nella sentita e condivisa funzione dello sport non solo come mezzo di svago o di benessere fisico, ma anche come mezzo rieducativo e di reinserimento sociale, nell'accezione costituzionale. L'obiettivo principale è quello di offrire ai minori dei percorsi educativi attraverso situazioni formative e pedagogicamente significative quali la pratica sportiva.

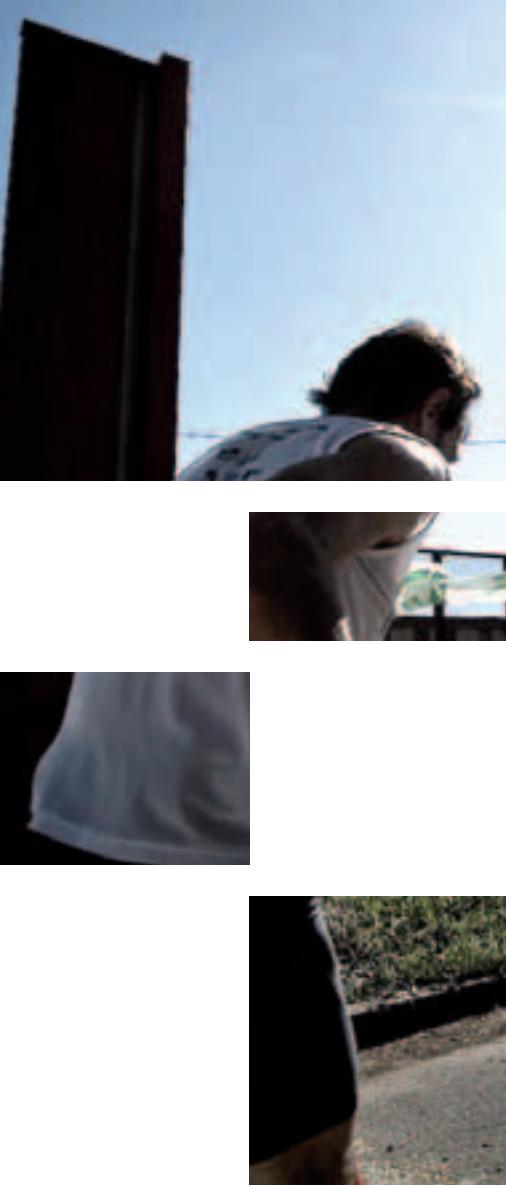


**Attività educative attraverso lo sport  
per minorenni denunciati all'autorità  
giudiziaria minorile**



# Attività educative attraverso lo sport per minorenni denunciati all' autorità giudiziaria minorile

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# PICCOLI ARCOBALENI CRESCONO

## UISP PUGLIA

Integrazione, crescita e multiculturalità sono le parole chiave di questo progetto che, attraverso l'avvio alla pratica sportiva di minori immigrati e attraverso la loro interazione con coetanei di nazionalità italiana, ha voluto diffondere l'educazione del "rispetto della diversità".

Il progetto si è svolto tra gennaio e dicembre 2009 e ha riguardato attività di inserimento sportivo di immigrati di seconda generazione, ossia minori figli di immigrati, nelle società sportive. La fase di individuazione e di mediazione è stata particolarmente difficoltosa e lunga per superare i problemi connessi all'accoglimento da parte delle società sportive, alla conciliazione tra preferenze di disciplina e realtà presenti e disponibili sul territorio, con connesse problematiche per il trasporto e per il superamento delle diffidenze da parte delle famiglie coinvolte. Tale fase che ha procurato lo slittamento dell'avvio del progetto si è conclusa con l'identificazione di 250 giovani. Responsabile del progetto è la dottoressa Esor Gilbert.

Per informazioni: 328.5862855, [puglia@uisp.it](mailto:puglia@uisp.it).

# Piccoli arcobaleni crescono

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# Piccoli arcobaleni crescono

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



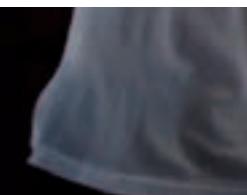
# CORSO DI SCACCHI A REGINA COELI

## UISP ROMA – AREA CARCERE

Il corso di scacchi per detenuti si svolge negli istituti Regina Coeli e Rebibbia Nuovo Complesso. Nello specifico, il corso che si tiene da tre anni a Regina Coeli, è svolto nei locali del reparto infermeria con frequenza bisettimanale, 90 minuti a lezione. I detenuti ricoverati nell'infermeria sono i destinatari esclusivi della scuola di scacchi. La loro frequentazione è discontinua: gli effetti giudiziari della detenzione spesso impediscono loro di essere costanti mentre le patologie di cui soffrono possono comportare terapie, interventi medici o chirurgici nei giorni di lezione.

Il programma spazia dalla conoscenza della scacchiera e del movimento dei pezzi, dal regolamento del gioco, alla fase della partita con l'introduzione di elementi teorici strategici e tattici. L'istruttore è un insegnante qualificato della Lega scacchi dell'Uisp Roma, formato con specifico corso tecnico.

Scopo del corso è di far apprendere il gioco ai detenuti e di fare in modo che ne conservino la conoscenza e il rispetto delle regole nonché il piacere una volta tornati liberi in società. Positivo il riscontro tra gli allievi che hanno dimostrato entusiasmo anche partecipando ad un torneo con scacchisti esterni, provenienti da circoli scacchistici e affiliati Uisp, entrati in carcere per confrontarsi con i soggetti detenuti



## La testimonianza di Giuliano Rietti, insegnante di scacchi Uisp

Dal 2009 insegno gli scacchi ai detenuti dell'infermeria di Regina Coeli, il lunedì e il giovedì dalle ore 15 alle 16.30. Oggi che il corso è diventato una delle loro attività stabili come i corsi di italiano, di inglese, di poesia, posso affermare che l'iniziativa è riuscita e ci sono tutti i motivi per far sì che si evolva all'interno del carcere estendendosi anche ad altri reparti. Pervengono infatti da altri detenuti molte richieste di informazione inerenti le modalità e

# Corso di scacchi a Regina Coeli

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

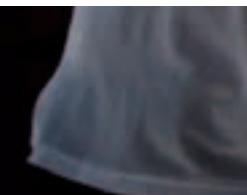


i requisiti di partecipazione. L'attività degli scacchi si è andata così ad aggiungere a discipline letterarie e con questo affiancamento si è determinato un programma vario di attività a cui i detenuti possono accedere. Frequentemente le lezioni delle diverse materie si susseguono in modo ravvicinato e le arti si confondono, in modo curioso e piacevole. Giocando a scacchi c'è stato chi mi ha parlato di poesia e chi di storia, offrendomi così spunti per trattare l'argomento degli scacchi in altri ambiti.

Tutti i partecipanti hanno imparato a giocare, anche coloro che non avevano la minima conoscenza, a volte anche visiva, dei pezzi sulla scacchiera. Le prime lezioni che ho tenuto spiegando loro il movimento dei pezzi e le regole del gioco attraverso una scacchiera murale magnetica, sono state, ripensandoci adesso, l'esposizione di qualcosa di piacevole ma complicato con difficoltà apparentemente insuperabili che alla lunga hanno invece determinato la riuscita di tutti anche se a livelli differenti, con l'induzione di un marcato miglioramento dell'autostima soggettiva.

La mia è stata ed è una esperienza irripetibile per l'intensità delle relazioni umane anche se sporadiche e brevi. La riuscita del progetto è dovuta anche al gioco degli scacchi in sé, al loro linguaggio preciso e univoco per tutti, al fascino che esercitano sulla mente umana.

## Corso di scacchi a Regina Coeli



# CAMPIONATO NESSUNO ESCLUSO

## UISP SASSARI

L'esperienza nasce in occasione della realizzazione del progetto nazionale Uisp "Sportiva... mente", con lo scopo di avviare una serie di iniziative volte a favorire l'attività sportiva tra le persone affette da disagio mentale. A partire dal gennaio 2010 si è instaurata una stretta collaborazione tra il Centro di salute mentale di Sassari e il Comitato territoriale Uisp.

Cominciato a marzo 2010, il campionato "nessuno escluso" ha coinvolto la squadra "Como cheria" del Csm di Sassari, "Le aquile" del Csm di Alghero, ed altre formazioni esterne, tra le quali una squadra femminile di Alghero militante nel campionato di serie C.

Le partite a Sassari si svolgono in un campetto comunale in erba sintetica in gestione all'Uisp e presso una struttura privata che mette a disposizione gratuitamente i propri campi per le partite in casa dei "Como cheria". Ad Alghero le partite si giocano presso un campo comunale.

Il campionato si realizza con grande entusiasmo da parte di tutte le squadre. Permette alle due squadre dei Csm finalmente di confrontarsi, di mettere in campo le competenze e il senso di agonismo nati in mesi di allenamento e incontri non ufficiali. Le altre squadre avvertono l'importanza della valenza sociale e il senso di integrazione da cui nasce il campionato, superando, inoltre, lo stigma che spesso accompagna ed identifica le persone affette da problemi psichiatrici.

In campo l'agonismo e la competizione sono sempre alti: quando giocano le squadre dei Csm non si mostra mai compassione o un atteggiamento di eccessiva indulgenza.

Il campionato si è concluso a giugno, e alla cerimonia conclusiva tutte le squadre hanno ricevuto una coppa e per ciascun giocatore un gadget; ma la serata è stata anche l'occasione per una cena di beneficenza a favore dei "Como cheria" per finanziare un viaggio a Trento per prendere parte ad un torneo nazionale di calcio a cinque. L'obiettivo è quello di soddisfare il bisogno di confronto nato e sviluppato proprio in occasione del campionato appena concluso.

# Campionato nessuno escluso

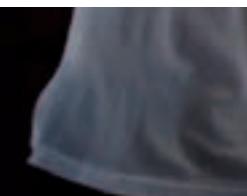
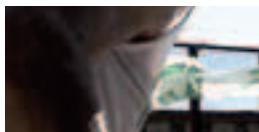
INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

## La testimonianza di uno dei partecipanti al torneo

Ho avuto finalmente la possibilità di giocare un vero campionato. Ogni settimana mi organizzavo in modo da essere libero per la partita, non aspettavo altro. Ho capito cos'è la fatica di giocare in campo; una cosa è allenarsi con i compagni, un'altra competere veramente e confrontarmi con una squadra che non conosco. Giocare a calcio mi fa sentire in forma, mi accorgo che sto meglio mentalmente e fisicamente, mi sento appagato. Durante le partite sento l'importanza dei miei compagni, li vedo più forti rispetto all'allenamento, quindi riconosco che ho bisogno di loro per giocare bene. Una delle cose più belle del campionato è andare in trasferta; vedo posti nuovi, il campo diverso dal solito, conosco nuove persone. Questo mi permette di non aver paura quando riusciamo ad andare fuori dalla Sardegna per fare un torneo nazionale.

# Campionato nessuno escluso

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# SPORTIVA... MENTE

## PROGETTO NAZIONALE UISP

Sportiva... Mente: lo sport per tutti per la qualità di vita delle persone nell'area del disagio mentale. L'Uisp da diversi anni interviene nell'area della salute mentale, ritenendo che l'integrazione delle persone con disagio mentale, disabilità intellettiva, psichica, fisica e/o sensoriale rappresenti un elemento di civiltà che caratterizza la propria mission.

I dati raccolti a livello europeo testimoniano come i disturbi mentali siano in continuo aumento: si calcola che l'11% della popolazione soffra di qualche disagio psichico (la depressione è uno dei più diffusi). Secondo i dati dell'Organizzazione mondiale della sanità in Italia circa 600.000 persone sono affette da un disturbo mentale grave (schizofrenia e depressione acuta).

A 30 anni dall'istituzione della legge Basaglia, la riduzione delle terapie farmacologiche e di contenimento fisico, l'affidamento dei pazienti a presidi territoriali, che ne riconoscono pienamente i diritti alla qualità di vita, sono elementi certi del trattamento psichiatrico.

Il ruolo del privato sociale è sempre più riconosciuto in un rapporto di stretta collaborazione con i luoghi formali di assistenza (Centri e Dipartimenti di salute mentale, Aziende sanitarie locali), per concorrere alla riabilitazione psicosociale dei pazienti attraverso lo strumento dello sport.

Il progetto ha come obiettivi:

- a) realizzare una griglia di indicatori per testare le attività sportive da proporre nella diffusione dell'attività;
- b) identificare un modello metodologico di intervento sul disagio mentale, centrato sulla validazione delle buone pratiche;
- c) sperimentare questo modello sul territorio nazionale per sviluppare un'azione di sistema nei confronti delle persone affette da disagio mentale;
- d) valutare l'efficacia dello sport per tutti nei percorsi di cura e riabilitazione psicosociale;
- e) prevenire i fattori di rischio per la sanità mentale, intervenendo per aumentare i fattori predittivi positivi, come il sostegno sociale e l'eliminazione dei pregiudizi;
- f) migliorare la qualità della vita personale, familiare e sociale dei pazienti.

All'inizio della sperimentazione sono state individuate quattro "città-target" le cui attività sono

state sottoposte ad un'analisi da parte di un comitato scientifico, che ha disegnato una griglia di indicatori sui criteri che concorrono alla definizione delle buone pratiche per la riabilitazione psicosociale dei pazienti. Nei mesi dedicati alla validazione i pazienti sono stati sottoposti a un processo di valutazione sull'efficacia del trattamento attraverso schede redatte dagli operatori all'inizio dell'intervento e alla fine. Questo ha permesso di stabilire l'impatto dello sport per tutti nelle terapie di cura sia sul piano del recupero di una serie di abilità che sull'aumento dell'autostima e delle capacità di gestione autonoma della vita.

I risultati di questa prima fase hanno concorso alla definizione di un modello di intervento che è stato proposto ad altre cinque città, protagoniste della fase cosiddetta di "gemmazione", l'esportazione e la riproducibilità dell'intervento: anche a loro è stato chiesto di sottoporre a valutazione le proposte di attività, attraverso la compilazione di schede in entrata ed uscita. Per rendere ancora più scientificamente fondata l'analisi delle buone pratiche, è stato effettuato un monitoraggio comparativo di un gruppo di controllo costituito da pazienti che non svolgevano nessuna attività sportiva. Al termine della fase di gemmazione, i risultati di tutti i laboratori sono stati messi a confronto e hanno concorso alla redazione di una guida metodologica finalizzata alla diffusione e alla riproducibilità dell'esperienza. I soggetti coinvolti dalla sperimentazione sono stati 1.000 pazienti dei Centri e Dipartimenti di salute mentale, che hanno partecipato ad attività sportive continuative, affiancati e supportati da 150 operatori sportivi e sociosanitari.

## Intervista a Italo Dosio, responsabile del Centro di salute mentale di Susa (To)

Dal mio punto di vista, dunque dal punto di vista di un operatore della salute mentale, lo sport oltre che un veicolo educativo e di integrazione sociale è anche un veicolo terapeutico, di cura e riabilitazione per pro-

blematiche psichiatriche e psicologiche. Riuscire a dare una metodologia valida ed efficace ad un progetto che utilizza lo sport come vettore terapeutico è un obiettivo ambizioso e interessante. Esistono già sul territorio delle esperienze locali e abbastanza circoscritte che hanno dato dei risultati interessanti. Esportare progetti locali su un piano nazionale è auspicabile.

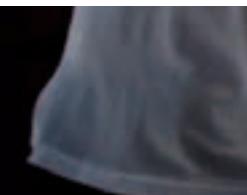
## Le voci dei protagonisti

Antonio, centrocampista: Questo progetto è una cosa ben fatta, ecco perché sto continuando. E sento che mi fa stare meglio. E' anche un rifugio, ma non un modo per scappare. Un posto dove sto bene e faccio qualcosa assieme agli altri.

Piero, centrocampista: La malattia mentale fa essere molto soli: spariscono tutti. Ora giochiamo più o meno una volta al mese e ci alleniamo una volta alla settimana, siamo una squadra.

Daniela, attaccante: Le medicine le prendo, e neanche poche. Prima di giocare a calcio la mattina mi sentivo a pezzi; adesso sono allenata e sopporto meglio la fatica, e anche i farmaci. Quelli che se ne intendono dicono che sono un'attaccante d'area.

Da "Fuori di pallone" (ed. EGA - a cura dell'Uisp di Torino).



# PISCINA AL FEMMINILE

## UISP TORINO

La “Piscina al femminile” è un progetto nato nel settembre 2009 per garantire l'utilizzo esclusivo ad un'utenza femminile, in determinati giorni e fasce orarie, della piscina Mas-sari. Si tratta di un progetto nato dall'esigenza di alcune donne di religione musulma-na di poter fare attività in piscina senza la presenza di uomini. Si è rivelato con il tem-po uno strumento per offrire momenti di conoscenza, scambio e confronto fra donne italiane e straniere. Hanno partecipato alle attività complessivamente 110 donne, di cui 80 straniere provenienti prevalentemente da Marocco e Senegal e 20 minori.

La piscina è diventata il principale luogo di incontro, in particolare per le donne mussulmane ha rappresentato e rappresenta uno spazio di libertà e scambio con altre donne, un modo nuovo di svelarsi e presentare la propria cultura, le proprie abitudini e tradizioni.

In piscina si gioca, si scherza, si ride insieme nelle attività di acquagym, nuoto libero, e scuola nuoto. Ogni donna può portare con se i bambini. La mattinata in piscina si con-clude spesso con feste nelle quali ogni donna porta cibi del proprio paese: un modo piacevole per stare insieme e arricchire le relazioni.

Il progetto inoltre prevedeva lo scambio e il coinvolgimento con altre associazioni tra cui il coordinamento donne dell'Associazione islamica delle Alpi. Da questa collabora-zione sono nate una serie di iniziative, tra cui un convegno che ha affrontato il tema del “velo”. Il progetto ha prodotto anche una pagina Facebook, chiamata “Piscina al femminile” e che vede la partecipazione attiva di molte donne straniere.

Per informazioni: Teresa Alfano 3484427285, torino.alfano@uisp.it.

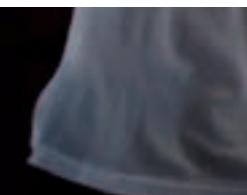
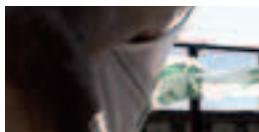
# Piscina al femminile

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# Piscina al femminile

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# DRAGHI PER LA VITA

## UISP TRENTO

L'esperienza prevedeva l'attività del dragon boat sul lago di Caldonazzo, due allenamenti settimanali e la partecipazione alla gara finale nell'agosto 2009. Gli allenamenti si sono tenuti per tutto il mese. I destinatari dell'esperienza erano principalmente gli utenti del Centro salute mentale di Trento, i loro familiari, operatori e volontari dello stesso centro. È chiaro che i protagonisti principali della manifestazione erano gli utenti che hanno così potuto dimostrare di essere portatori di risorse, capacità e competenze specifiche anche in campo sportivo. Questa attività ha permesso a tutte le persone di mettersi alla prova in una disciplina particolare, di riconoscere le proprie responsabilità verso il gruppo, di creare un clima di gruppo, di lavorare e agire in un contesto profondamente paritario in cui ognuno è responsabile tanto quanto l'altro.

## Le testimonianze di due partecipanti al progetto

Marco: L'esperienza è stata bella. Ho fatto molta fatica perché remare non è facile. E poi dovevo tenere il ritmo perché altrimenti la barca andava storta e si perdeva nel lago. Qualche volta mi hanno sgridato, ma non lo facevo mica apposta. Tutti mi hanno aiutato a capire come dovevo remare. La gara non l'abbiamo vinta, ma ci siamo divertiti tanto. C'erano i miei genitori a guardarmi ed erano felici!

Gigliola: L'esperienza del dragon boat ha messo a prova la tenuta del gruppo. Il drago ti fa sentire uguale all'altro, ognuno fa un pezzettino e ogni pezzettino è importante. Abbiamo respirato cosa vuol dire raggiungere un obiettivo assieme e cosa vuol dire condividere una fatica che comunque porta ad una cosa molto bella. Il giorno della manifestazione eravamo agitati e con l'adrenalina in corpo. Non abbiamo vinto, siamo arrivati all'ultimo posto, ma la soddisfazione è stata immensa. Speriamo di poter ripetere l'esperienza.

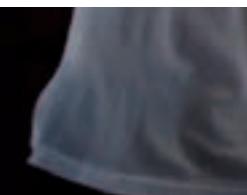
# Draghi per la vita

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Draghi per la vita**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# DAI UN CALCIO AL RAZZISMO

## UISP UDINE

L'esperienza è nata nel settembre del 2009 con la proposta di collaborazione avanzata dall'associazione Time for Africa di Udine. Il comitato Uisp ha sostenuto le attività contro il razzismo attraverso l'organizzazione di eventi sportivi (torneo di calcio), ludici (Bimbi in piazza 2010) e seminari (conferenza "Gioco, calcio, razzismo").

La manifestazione "Bimbi in piazza" al cui interno si è svolta la conferenza è stata patrocinata dal comune di Udine. Alla conferenza hanno partecipato il Sindaco di Udine, Furio Honsell, lo scrittore Mauro Valeri, il professore dell'Università di Udine, Davide Zoletto ed il referente per l'area psicologica del nostro comitato Uisp, Massimiliano Banda.

La finalità degli incontri è stata quella di promuovere l'importanza che sport e gioco hanno nel contrastare il razzismo e nel favorire l'integrazione.

L'esperienza sta continuando con l'intenzione di sviluppare nuovi più ampi progetti con il coinvolgimento degli enti locali, di altre associazioni sportive e culturali del territorio e di istituti scolastici.

**Dai un calcio al razzismo**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Dai un calcio al razzismo**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



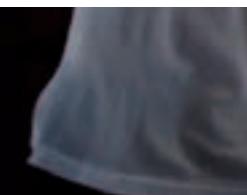
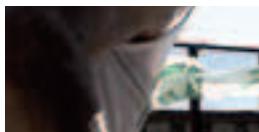
# BORSA LAVORO DSM

## UISP UDINE

L'esperienza è nata nel 2005 su proposta di un operatore del Dipartimento di salute mentale di Udine che ci ha segnalato il caso. L'inserimento del soggetto in un contesto lavorativo è avvenuto gradualmente e, a seconda delle sue condizioni di salute, con carichi di lavoro diversi. Al soggetto si è insegnato l'utilizzo di alcuni programmi informatici e gli si è chiesto di contribuire all'inserimento dati del comitato. Nell'esperienza sono stati coinvolti tutti i dipendenti e collaboratori del comitato che si sono alternati e succeduti nell'affiancamento.

L'esperienza è risultata assolutamente positiva rispetto ai tempi di permanenza e di integrazione del soggetto, che pur conservando le sue disabilità, ha trovato, nell'impegno presso il comitato Uisp, motivazione e soddisfazione.

Partner del progetto è stata l'Ass4 Medio Friuli – Dipartimento di salute mentale.



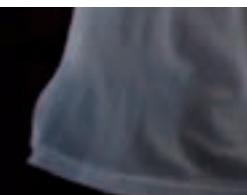
# Borsa lavoro Dsm

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# Borsa lavoro Dsm

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# A PASSO LENTO

## UISP UDINE

“A passo lento”, ovvero passeggiate ad andatura moderata nelle montagne del Friuli Venezia Giulia con la finalità di favorire l'integrazione sociale. L'iniziativa è nata nel 2008 dall'idea di promuovere la socializzazione e l'integrazione con alcuni disabili mentali del Dipartimento di salute mentale di Udine (con disabilità non grave ed abituati ad andare in montagna) e dalla necessità di tutti di trovare dei compagni di escursione per le gite in montagna.

L'attività escursionistica, elemento di comune interesse a diversi ambiti sociali, oltre a favorire la promozione di corretti stili di vita, facilita il consolidarsi delle relazioni sociali. Il tutto all'insegna del benessere e del relax.

La prima edizione si è svolta nell'estate 2008. Possono partecipare tutti gli appassionati di escursionismo insieme a un gruppo di disabili psichici. Partner del progetto è il Dipartimento di salute mentale di Udine. Il progetto si realizza attraverso 2-3 escursioni nelle montagne del Friuli Venezia Giulia programmate insieme a un refeziente del Dsm di Udine.

## La testimonianza di una delle partecipanti all'attività

Ho partecipato alle uscite in montagna con mia sorella. Sono stata informata da un'amica che collabora con la Uisp. Mi piace molto camminare in montagna e l'idea di poterlo fare in gruppo, senza sostenere andature troppo elevate mi ha incoraggiato a partecipare. L'amica mi ha informato della presenza di alcuni ragazzi disabili. Sinceramente mi sono trovata bene, è stato bello camminare in compagnia nella natura. Il prossimo anno parteciperò sicuramente.

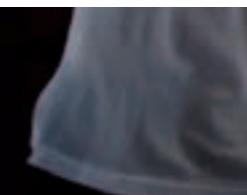
# A passo lento

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# A passo lento

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# ACTION WEEK

## PROGETTO NAZIONALE UISP

L'Action Week promossa in tutta Europa dalla rete Fare (Football against racism in Europe) unisce tifosi, club e soggetti colpiti da discriminazioni razziali in uno sforzo comune finalizzato a combattere tutte le forme di discriminazione. Mira a sensibilizzare sempre di più l'opinione pubblica sul problema del razzismo e dell'esclusione e a creare un fronte unito per affrontare questo fenomeno in quello che è lo sport più famoso nel continente europeo.

L'idea che sta dietro la Settimana d'azione Fare è quella di promuovere un'ampia gamma di iniziative e attività incentrate su problematiche locali, interne alle squadre o alle comunità, oltre che la collaborazione tra i gruppi europei impegnati su questo fronte affinché adottino una posizione comune contro il razzismo nel calcio. Nel 2010 hanno partecipato 40 nazioni con oltre 1.000 attività. Da registrare anche l'impegno della Uefa, che ha partecipato promuovendo iniziative durante le competizioni internazionali. Per l'Italia l'Uisp ha coordinato tutte le attività sul territorio italiano.

Nel 2010, l'Action Week si è tenuta tra il 14 e il 26 ottobre. Si sono svolte iniziative nelle seguenti città: Ancona, Firenze, Frattamaggiore (Na), Genova, Padova, Roma, Varese. Le iniziative, a carattere sportivo e sociale, hanno coinvolto gruppi ultrà, comunità di migranti, comunità Rom e Sinti, richiedenti asilo e rifugiati politici, nonché minori non accompagnati o a rischio.

L'Action Week è finanziata dalla Rete Fare. Il contributo viene gestito dall'Uisp e interamente devoluto alla realizzazione dei progetti e delle iniziative locali.

Per informazioni: Daniela Conti, Dipartimento internazionale Uisp, [d.conti@uisp.it](mailto:d.conti@uisp.it), 06.43984313.

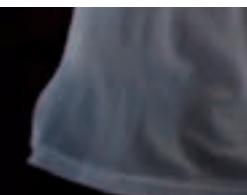
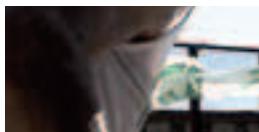
# Action week

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Action week**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



## “FREE FROM REFEREES” TORNEO DI CALCIO A 7

### UISP VARESE

Tra il 2009 e il 2010, per il terzo anno consecutivo, l'Uisp Varese ha organizzato il torneo di calcio a sette "Free from Referees", rivolto ai cittadini migranti, ma non solo. La manifestazione ha preso inizio ad ottobre 2009 e si è conclusa a giugno 2010. Ad un costo particolarmente basso, finalizzato solo ad assicurare i giocatori su possibili infortuni attraverso il tesseramento Uisp e a coprire le spese dei campi concessi dalle circoscrizioni, viene data la possibilità ad ogni squadra di giocare una trentina di partite, ogni domenica, dalle 11 fino al primo pomeriggio, a rotazione su tre campi: a Calcinante degli Orrigoni, a Bobbiate e nella zona di Viale Valganna. Otto le squadre partecipanti: una rappresentativa sudamericana, una ucraina, una rumena, due marocchine, una delle quali Curva Pazza-UispVareseresistente ha partecipato a luglio 2010 ai Mondiali Antirazzisti, la squadra del Togo, quella delle Mauritius e una squadra composta in buona parte da italiani, l'Armata Rozza, formazione vincitrice nel 2009 dei Mondiali Antirazzisti di Casalecchio di Reno (Bo) che per il secondo anno consecutivo ha ospitato il torneo Uisp all'interno della manifestazione "Resistenza in Festa", svoltasi a Gemonio in aprile.

Notevoli i valori tecnici mostrati in campo dalle squadre, ma ancora più notevole il fatto che le stesse stiano gestendo le partite sulla base del regolamento ufficiale di calcio a sette, ma autoregolamentandosi. L'Uisp ha deciso, infatti, di non arbitrare le partite, ma di lasciare ai giocatori la libertà e l'onere di gestire i due tempi da venti minuti in totale autonomia, chiamando da sé i falli e disciplinando eventuali discussioni, sulla base del buon senso di ciascuno. Questa scelta ha portato, oggettivamente, ad almeno due risultati consolidati: una minore fallosità e quindi una maggiore fluidità delle partite e la capacità delle squadre, a volte attraverso i loro capitani, di risolvere ogni disquisizione in maniera disinvolta e funzionale ai tre valori in campo: il piacere di incontrarsi, il gusto di misurarsi sportivamente e l'irrinunciabile rispetto per l'avversario.

# Free from referees

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

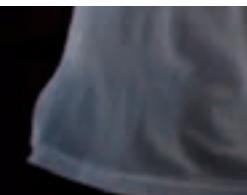
Tante le lingue parlate dentro e fuori dal campo, tanti i colori delle maglie, spesso riferiti ai colori delle nazioni di origine. Tanti, nel corso di questi tre anni, gli spettatori, spesso amici o parenti, a bordo campo, ma una e grande la passione che accomuna questi ottanta ragazzi, quella per il calcio, ben giocato ed in buona compagnia. Per informazioni: Roberto Brignani e Alessandra Pessina, 349 4568018 – 0332 813001, areasportpertutti.varese@uisp.it, Piazza De Salvo, 5 (Quartiere Bustecche) Varese

## L'esperienza della squadra "Curva Pazza"

È da quando è nato il torneo che la nostra squadra vi partecipa. Ciò che per noi conta è la voglia e la capacità di dialogare e sapersi confrontare anche sul campo. Non esistono nemici né avversari, ma solo uomini e donne con in comune la passione per il calcio, linguaggio universale condiviso.

I giocatori si autogestiscono, trovando insieme la soluzione agli eventuali disguidi che possono crearsi durante la partita. Si respira, infatti, un'aria diversa nel torneo Uisp: la professionalità e la tecnica non mancano, anzi, ma quel che davvero lo caratterizza e lo rende più bello rispetto a qualsiasi altro è la capacità di fare aggregazione, la voglia di stare insieme, di mettersi in gioco e di risolvere i problemi che nascono sul campo. Metodologia rara, purtroppo, in una società come la nostra, attraversata più spesso da ventate di tensione e scontri costanti.

# Free from referees



# ASSOCIAZIONE "CITTADINI DEL MONDO"

## UISP VARESE

Nel territorio varesino esistono ormai da qualche anno e vanno radicandosi iniziative che vedono coinvolti sport e salute mentale, in particolare calcio e salute mentale; attività queste rivolte agli utenti dei servizi psichiatrici della zona, portate avanti dagli operatori della salute mentale in alcuni casi coadiuvati da volontari, supportati dall'Uisp territoriale e coordinati dalla recente associazione sportiva dilettantistica "Cittadini del Mondo".

I primi passi verso il movimento che ha portato all'attuale presenza sul territorio varesino di questa associazione sono stati mossi circa quindici anni fa all'interno dei Dipartimenti di salute mentale su spinta di altre realtà regionali, quella bergamasca ad esempio. In molti servizi della zona però, a causa della difficoltà di reperire risorse umane ed economiche all'interno delle Unità operative di psichiatria, non è stato possibile dare continuità al progetto; fatto che ha portato ad uno stop di alcuni anni dell'attività stessa.

Nel 2005, su iniziativa dell'Uisp Varese, l'attività è ripresa all'interno di un torneo provinciale di calcio a sei. Dopo tre anni di tornei e la partecipazione a più di un'edizione della rassegna nazionale "Matti per il calcio", sempre supportati dall'Uisp, in direzione di una maggiore indipendenza, è stata fondata l'associazione sportiva dilettantistica provinciale. L'intento è quello di attivare iniziative e progetti culturali, sportivi e ricreativi rivolti agli utenti dei Dipartimenti, ai familiari e ai cittadini di tutta la provincia in generale. La nostra esperienza provinciale si caratterizza per una grande flessibilità ed autonomia dei diversi servizi e degli operatori che hanno potuto declinare i principi generali e condivisi della valenza riabilitativa, risocializzante e di inclusione sociale dello sport nella loro specifica realtà.

Progetti unificanti sono il torneo di calcio a sei "Lasciateci scalfiare in pace" che da aprile a giugno, con cadenza settimanale, coinvolge squadre provenienti da tutta la provincia e la partecipazione a tornei e manifestazioni diverse tra cui la rassegna nazionale "Matti per il calcio".

# Associazione "Cittadini del mondo"

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

La flessibilità ed autonomia che distinguono l'operato dei soggetti coinvolti in questi anni ha portato ad allargare gli orizzonti dell'associazione dando spazio ad altri sport, come il tennis o favorendo nelle sezioni locali la nascita di progetti di tipo organizzativo/lavorativo, con la possibilità di recuperare e gestire spazi sportivi del territorio in disuso, e di cittadinanza attiva che, a partire dallo sport, va a toccare anche ambiti culturali, espressivi e del tempo libero. Tra gli scopi primari dell'associazione: avviare nel territorio "ricerca" e "sperimentazione" di un nuovo modo di creare benessere e relazioni sociali attraverso il canale dello sport, coinvolgendo le famiglie, le associazioni, gli enti pubblici e del privato sociale; fornire, attraverso un corso di formazione, alle famiglie e a tutte le realtà interessate a lavorare sul tema della disabilità, le informazioni e gli strumenti per operare in modo continuativo sul territorio. L'associazione mira anche a creare una diversa cultura che si sganci dalle ferree regole di alcune discipline sportive, utilizzando regole più flessibili adatte alle esigenze dei praticanti, anche con problematiche fisiche; a proporre attività di sport e svago che portino aggregazione, ma anche momenti di sana competizione tra soggetti diversi; creare occasioni di impegno/lavoro per i pazienti, attraverso la gestione di impianti sportivi concessi da comuni, enti e privati.

## L'esperienza di Matthew, uno dei partecipanti alle attività

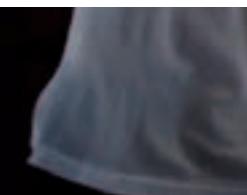
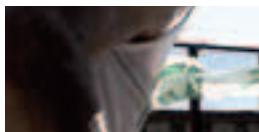
Davanti alla necessità di presentare una testimonianza del nostro percorso ci siamo resi conto che più di tante parole a trasmettere l'intensità delle esperienze vissute insieme in questi anni poteva essere il linguaggio delle immagini. L'occasione ci si è presentata quando allestendo una mostra (la mostra degli atelier dei Dipartimenti di salute mentale della provincia di Varese all'interno della

manifestazione "Liberi tutti. La psichiatria della provincia di Varese: dal passato al futuro", ottobre 2010 Chiostro di Voltorre, Gavirate) uno dei nostri calciatori/atelieristi ci ha presentato un'opera dal titolo "Il calcio" (Tecnica : tempera. Misure: 35 x 50).

"Questo quadro l'ho disegnato per l'onore di aver vinto il torneo nazionale di Montalto di Castro. Ero il capitano della squadra, e nel momento che ho alzato la coppa al cielo non mi sono più sentito un disabile mentale!"

# Associazione "Cittadini del mondo"

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# LASCIATECI SCALCIARE IN PACE

## UISP VARESE

È arrivato alla VI edizione il Torneo provinciale di calcio a 7 “Lasciateci scalcia in pace” organizzato dall'Uisp e dall'Associazione sportiva dilettantistica “Cittadini del mondo” in collaborazione coi i Dipartimenti di salute mentale. Nel 2010 il torneo ha visto scendere in campo sette squadre miste composte da ragazzi e ragazze con disabilità psichica, operatori e amici: Varese, Tradate, Bu.Ga Gallarate, Villa Bernocchi, Gulliver, Verbanò e San Giacomo.

Il torneo è nato dalla volontà di combattere lo stigma e il pregiudizio nei confronti delle persone disabili e creare aggregazione e sensibilizzazione sul territorio.

Nel 2008, a fronte dei risultati positivi, si è deciso di costituire l'Asd “Cittadini del mondo”, un'associazione promossa e composta da pazienti, operatori, dirigenti, volontari, familiari e amici dei Dipartimenti di salute mentale, grazie al sostegno dell'Uisp e con il finanziamento della Fondazione comunitaria del Varesotto.

## La testimonianza di Andrea, uno dei partecipanti al torneo

Questo torneo è terapeutico. Dalle storie di chi vive questa realtà sulla propria pelle e attraverso gli occhi di chi l'ha vista costruirsi giorno dopo giorno, un elemento è chiaro: lo sport può cambiare la vita delle persone. Se non è solo professionismo televisivo e tifo da stadio, diventa un canale privilegiato e molto efficace per favorire l'integrazione dei malati psichici.

Io gioco con la squadra di Varese da quando è nata. Ho fatto anche parte per oltre vent'anni di una squadra di calcio locale, fino al momento in cui una depressione mi ha stroncato fiato e gambe. Mia madre venne colpita da un ictus e, ritrovandomi solo ad affrontare tutto quel dolore, mi sono perso. Dopo sei anni di cure all'interno del dipartimento ho ripreso la mia vita, ho una casa, una moglie e collaboro attivamente con la Uisp nell'organizzazione delle attività.

# Lasciateci scalcia in pace

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Lasciateci scalciare in pace**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

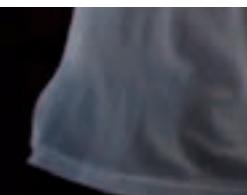


# CONTRO IL RAZZISMO FACCIAMO SQUADRA!

## UISP VARESE

Il progetto "Contro il razzismo facciamo squadra", patrocinato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dipartimento per le Pari Opportunità - Ufficio per la promozione della parità di trattamento e la rimozione delle discriminazioni fondate sulla razza o sull'origine etnica, si è concluso il 18 e il 19 giugno 2011: 16 squadre di cricket, 12 di pallavolo pakistana provenienti da tutta Italia e 12 squadre di calcio si sono affrontate sui campi del centro sportivo di Via Novara, a Somma Lombardo.

Il progetto ha visto anche il coinvolgimento durante tutto l'anno delle scuole superiori Isis "Isaac Newton" di Varese e Isis "Stein" di Gavirate, delle comunità di migranti di Varese e Provincia e delle associazioni presenti sul territorio varesino, che hanno potuto sperimentare, in diversi laboratori, giochi e sport provenienti dai diversi paesi del mondo.



## Le testimonianze di Alessandra Pessina e Harry Bursich

Alessandra Pessina, responsabile Progetti e iniziative Uisp: un weekend intenso nel quale, attraverso lo sport, abbiamo promosso la cultura dell'incontro e del dialogo e affermato che un altro mondo, dove tutti i colori possano trovare la propria cittadinanza, è davvero possibile."

Grazie a questa esperienza, abbiamo dato il via alla collaborazione con l'Apv (Associazione provinciale pakistana varesina), portando anche nella nostra provincia uno sport come il cricket, purtroppo, ancora poco conosciuto e imparando a giocare a pallavolo in una versione un po' diversa da quella che siamo abituati a vedere, con nove persone in campo e una palla un po' più piccola della nostra.

Harry Bursich, presidente Uisp Varese: l'Uisp considera lo sport il canale privilegiato per conoscersi, confrontarsi e rispettarci, quindi sarà nostro impegno proseguire la collabo-



# Contro il razzismo facciamo squadra!

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



razione, affinché anche a Varese il cricket e la pallavolo versione pakistana diventino sport da inserire in ogni nostra manifestazione a fianco del calcio, del basket e della pallavolo "europea", permettendo a sempre più persone di conoscerli e padroneggiarne le regole. Una prima contaminazione è già avvenuta nella due giorni di giugno. In particolare al torneo di calcio hanno partecipato 12 squadre di diversa nazionalità: pakistana, italiana, rumena, ucraina, indiana, marocchina, una squadra di rifugiati politici di Via Pola e una di Via Conciliazione, strutture d'accoglienza situate a Varese e le squadre di 43 rifugiati politici, da poco arrivati a Varese e ospiti presso l'Hotel Plaza. Rifugiati che provengono in particolare da Afghanistan, Somalia, Costa D'Avorio, Sierra Leone, Congo, Tunisia, Etiopia. L'Uisp si pone come obiettivo per l'anno prossimo di riuscire a far giocare tutti non solo a calcio ma anche a cricket.

**Contro il razzismo facciamo squadra!**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# GIOCARE A REBIBBIA

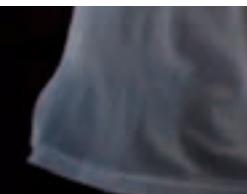
## UISP ROMA – AREA CARCERE

“Giocare a Rebibbia” è iniziato nel 2004. La situazione dei bambini “reclusi” assieme alle madri detenute nel carcere era nota da tempo e da altrettanto tempo l’Uisp Roma si interrogava su come intervenire per rendere più vivibile la loro condizione. Una sinergia tra l’Area Primi passi e l’Area Carcere ha permesso di portare i primi operatori nel “Nido” di Rebibbia iniziando un percorso ed una esperienza che tuttora continua.

I destinatari del corso sono i piccoli che sono costretti a passare i primi tre anni della loro vita in carcere. Al corso partecipano anche le mamme e le puericultrici che lavorano in sezione. L’azione si estende pertanto a tutte le persone che “abitano” la sezione: grazie a un momento ludico, giocoso e rilassante per alcune ore a settimana si distendono le inevitabili tensioni dovute alla particolare condizione in cui vivono i bimbi e le mamme.

Il corso si svolge nella ludoteca della sezione e quando il tempo lo permette nel giardino; le condizioni della struttura sono molto buone e lo spazio è sufficientemente attrezzato per svolgere con tranquillità le lezioni.

Vengono svolte attività psicomotorie, gioco libero e attività con la musica; vengono utilizzati materiali come palline in gomma piuma, teli di varie dimensioni e pesantezza, marionette, ovetti sonori etc. Gli operatori hanno concluso la formazione Primi passi e seguono periodicamente gli aggiornamenti.



## La testimonianza di Ilaria Nobili, operatrice Primi passi Uisp

La mia esperienza nel progetto “Giocare a Rebibbia” è cominciata quattro anni fa. Non era la prima volta che lavoravo all’interno di un istituto penitenziario, ma era la prima volta che mi capitava di lavorare all’interno dell’area nido. È un’area molto particolare, sicuramente diversa da tutti gli altri ambienti di detenzione, poiché da alcuni pun-

# Giocare a Rebibbia

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



ti di vista non sembra di stare all'interno di un carcere: le pareti sono colorate, l'ambiente è un po' più curato e l'area è più piccola, il che determina l'accorciarsi di molte distanze. Il problema è che, al di là di questa prima occhiata, è e resta, a tutti gli effetti, parte di un carcere dove vengono tenute delle mamme con dei bambini molto piccoli, a stretto contatto con persone non contente del luogo dove si trovano e di come vanno le cose: dagli altri detenuti al personale del carcere stesso (che come ben sappiamo sta vivendo in pieno il momento di crisi nera del sistema carcerario italiano).

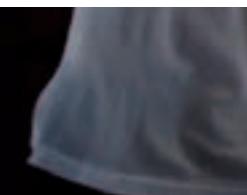
Il nostro impegno è sempre stato di inserire in questa cornice tutt'altro che rosea un momento positivo, un momento che per prima cosa deve essere piacevole per i suoi piccolissimi partecipanti. E credo che nel tempo, almeno in parte, un certo impatto positivo siamo riusciti ad ottenerlo: siamo accolti molto bene quando arriviamo, c'è entusiasmo da parte dei piccoli ed il momento risulta atteso da loro e spesso anche dalle mamme, che a volte partecipano con noi all'attività.

Il laboratorio che teniamo risulta essere per molti versi un laboratorio atipico: ciclicamente è come se ricominciasse a tutti gli effetti da zero, visto che per la particolare natura dell'area in cui lavoriamo possiamo essere certi che ogni 12/15 mesi sarà cambiata la totalità dei bambini che partecipano al corso.

Sfruttiamo molto lo strumento del gioco libero con diversi materiali; gioco che poi facciamo evolvere nella direzione cui ci interessa lavorare (mappa corporea/propriocezione, gioco sul ritmo, imitazione ecc.), mantenendo sempre l'attenzione su quanto il momento risulti piacevole e divertente per i nostri partecipanti.

Il paradosso sta proprio nel fatto che a volte le "lezioni" meglio riuscite risultano essere quelle in cui di "didattico" abbiamo combinato ben poco, ma a favore di un'aria bella ed allegra che sentiamo rimanere alle nostre spalle quando usciamo. E credo che questo sia proprio uno dei migliori risultati che ci si possa augurare all'interno di questa struttura molto particolare.

## Giocare a Rebibbia



# TORNEO ANTIRAZZISTA E ATTIVITÀ CASA CIRCONDARIALE

## UISP PESARO URBINO

L'esperienza del Torneo antirazzista è nata con i primi contatti con il Centro sociale Oltrefrontiera, attraverso l'associazione Incas Perù, formata da immigrati peruviani che avevano avuto già esperienze positive con l'Uisp, partecipando a tornei di calcio sia come giocatori che come arbitri formati dalla Lega calcio territoriale. Si è concretizzata nella primavera del 2010 con l'organizzazione di un torneo di calcio a otto con otto squadre che al termine hanno formato una rappresentativa che ha partecipato ai Mondiali Antirazzisti a Casalecchio di Reno. L'idea è quella di favorire l'integrazione attraverso il gioco del calcio e i protagonisti sono stranieri di varie nazionalità che vivono nel nostro territorio.

Per il prossimo futuro si punta a riproporre attività sportive, calcio, cricket e pallavolo, integrando anche l'attività che da oltre tre anni viene svolta nella Casa Circondariale di Pesaro nella sezione femminile con ginnastica e pallavolo, e in quella maschile con l'organizzazione di un torneo interno collegato ad un corso di formazione di 15 arbitri di calcio.

Per informazioni: comitato Uisp Pesaro.

# Torneo antirazzista e attività casa circondariale



# Torneo antirazzista e attività casa circondariale

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# H COME SPORT

## UISP PARMA – AREA SPORT E DIRITTI SOCIALI

“H come Sport” è un progetto dell'Area sport e diritti sociali dell'Uisp Parma. È rivolto a bambini e ragazzi con disabilità fisica, psichica-sensoriale o disturbi legati alla sfera della personalità o dell'inserimento sociale. Per attuare questo intervento l'Uisp mette a disposizione il proprio patrimonio di istruttori, formati secondo le linee metodologiche e psico-pedagogiche del progetto H-Sport, coordinati da un tecnico formatore.

“H come Sport” si articola in diversi moduli, a seconda del possibile livello di inserimento dell'allievo con il gruppo e della gravità della patologia, e si svolge sia in palestra che in piscina sempre con un rapporto di uno a uno.

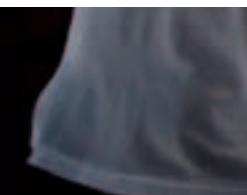
L'inserimento in palestra avviene attraverso dei giochi molto semplici inerenti il contatto corporeo, l'equilibrio e i diversi modi di muoversi nello spazio. Questo modulo è riservato a quei ragazzi per i quali sia possibile un'integrazione piena tra tutti gli allievi. L'allievo viene inserito in un piccolo gruppo di compagni che a rotazione eseguono un'attività motoria che possa essere svolta da tutti. L'istruttore proporrà esercizi “ad hoc”, a seconda della tipologia di disabilità, modulando il programma proposto.

Per l'attività in piscina, l'allievo viene inserito in un piccolo gruppo di compagni con le medesime competenze natatorie. L'attività in piscina prevede anche l'inserimento dell'allievo in un gruppo di disabili all'interno di un corso appositamente strutturato.

Il progetto “H come Sport” segue le linee didattiche, le modalità comunicative e di insegnamento del progetto nazionale Uisp. Gli istruttori coinvolti hanno frequentato appositi corsi a valenza nazionale. Dal 2008 l'Uisp Parma ha stipulato una convenzione con il Servizio di neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza dell'azienda Usl di Parma.

## La testimonianza di Stefania, tecnico-educatore H-Sport

La prima cosa che mi viene in mente è il sorriso di Jacopo quando ha visto la piscina scendendo dalla macchina, la corsa di Manuela e la sua velocità nel prepararsi, il rilassamen-



# H come sport

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

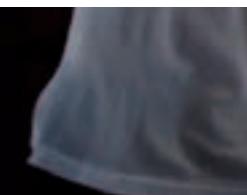
to e la serenità di tutti i bimbi al termine della lezione e la difficoltà a farli uscire dall'acqua.

Tutti i genitori che hanno portato i bambini in piscina hanno dimostrato di apprezzare e condividere le esperienze positive dei loro bimbi, rammaricandosi quando non “potevano” continuare le lezioni. Penso che l'utilità e l'importanza di questo servizio sia ampiamente condivisa dalle famiglie. Da parte mia continuo con sempre maggior entusiasmo e anche soddisfazione.



# H come sport

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# DIAMO UN CALCIO ALL'ESCLUSIONE

## UISP PARMA

Il progetto nasce dall'attenzione che il Comitato Uisp di Parma vuole dedicare alle delicate tematiche dei diritti sociali. In un panorama, come quello attuale, in cui, sempre più e a diversi livelli, si assiste ad una progressiva perdita dei diritti fondamentali della persona e al diffondersi di comportamenti discriminatori e lesivi della dignità umana, cresce la volontà dell'associazione di adoperarsi sul territorio per concretizzare e rendere efficaci e tangibili le finalità statutarie e le direttive nazionali.

La "settimana di azione contro il razzismo" promossa dall'Unar, l'Ufficio nazionale anti-discriminazioni razziali, dal 14 al 21 marzo 2010, ha rappresentato quindi l'occasione per proporre alla città di Parma un'iniziativa di calcio e solidarietà per riscoprire il volto umano dello sport.

Il progetto "Diamo un calcio all'esclusione" mirava, attraverso l'organizzazione di un torneo di calcio a sette, a promuovere la conoscenza delle associazioni di migranti, nonché la condivisione di valori comuni e di dialogo interculturale.

Tra le finalità dell'iniziativa: promuovere la creazione di una rete tra le associazioni di migranti presenti sul territorio, per favorire l'accesso alla pratica sportiva e individuare buone prassi che possano trasformarsi, in futuro, in forme di partecipazione attiva e di co-progettazione; sensibilizzare la cittadinanza alla riscoperta dello sport come strumento di socializzazione e di inclusione, realmente per tutti.

Gli obiettivi sono: promuovere l'agio e il benessere, attraverso eventi sportivi e di socializzazione; favorire occasioni di incontro, conoscenza e scambio culturale; facilitare la pratica sportiva e l'integrazione sociale

Il torneo di calcio a sette ha coinvolto undici squadre formate da rappresentanti delle varie etnie presenti sul territorio, più una formata da atleti tesserati Uisp di nazionalità italiana.

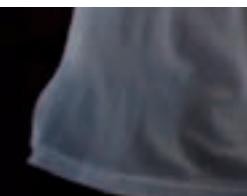
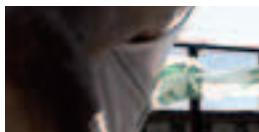
# Diamo un calcio all'esclusione

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Diamo un calcio all'esclusione**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# CORPO E MOVIMENTO ALL'INTERNO DELLE DIVERSE REALTÀ E DELLE DIVERSE ABILITÀ

## UISP PARMA

Si tratta di una proposta rivolta agli Istituti penitenziari della città di Parma, con i quali negli anni passati era stata avviata una collaborazione per un progetto di attività motoria riservata alla popolazione della struttura, sia disabile che anziana. L'intervento prevede un corso di ginnastica dolce da svolgersi nella palestra attrezzata della sezione, con un lavoro concordato con i tecnici della riabilitazione che già operano all'interno. Il corso si articola in 45 lezioni della durata di due ore ciascuna.

## La testimonianza di Barbara, tecnico educatore H-Sport in carcere

Durante questi tre anni di attività di ginnastica dolce presso gli Istituti penitenziari di Parma, oltre agli obiettivi peculiari del corso (mobilità, coordinazione, consapevolezza corporea, aumento della forza, memoria, riflessi e respirazione) sono stati considerati altrettanto importanti la risocializzazione e l'integrazione. La singola lezione è diventata un'occasione di svago, di aggregazione, di trasmissione dei valori e delle regole dello sport come il rispetto dell'avversario e lo spirito di squadra. Infatti di fronte alle difficoltà del compagno, gli altri si sono adattati ad esse con l'obiettivo di coinvolgere tutti nella stessa misura. Ognuno si è trovato quindi nella possibilità di esprimersi secondo le proprie abilità. Infine le attività generali mirano ad un'azione di prevenzione o recupero e quindi un generale benessere psico-fisico.

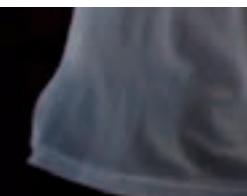
**Corpo e movimento all'interno delle  
diverse realtà e delle diverse abilità**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Corpo e movimento all'interno delle  
diverse realtà e delle diverse abilità**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# RAGAZZI FUORI

## PROGETTO NAZIONALE UISP

Ragazzi fuori: percorsi di contrasto alla devianza minorile e di prevenzione di dipendenze. Questa azione sociale è stata indirizzata ad una delle fasce di età più delicate, l'adolescenza, in cui il bisogno di autonomia e di indipendenza si accompagna a forti bisogni di sostegno affettivo e relazionale. Sempre più spesso manca nel contesto sociale ed istituzionale una chiara strategia di educazione nei confronti dei giovani, che sono quindi particolarmente esposti a diversi fattori di rischio, se non vengono responsabilizzati e coinvolti nella costruzione del loro progetto di vita, partendo dal tempo libero e dalle occasioni di socialità e creatività. Lo sport è una di queste occasioni e può diventare elemento di qualità della vita di un giovane. Per far fronte a queste problematiche, l'Uisp con il progetto "Ragazzi fuori" ha voluto aprire un confronto con i ragazzi utilizzando lo sportpertutti, inteso non tanto come attività fisica quanto per la sua funzione sociale. Un'opportunità in cui i ragazzi diventino essi stessi soggetti e agenti di cambiamento. Da loro, e solo da loro, può infatti scaturire un recupero di valori di rispetto, legalità, sportività, integrazione e multiculturalità, in un'ottica di limitazione delle tensioni presenti nella società civile e di riduzione della violenza. Questo progetto è stato realizzato dai comitati Uisp di Firenze, Genova, Napoli, Palermo, Roma e Varese e dalle loro società sportive, nell'ambito della legge 383/2000 del ministero del Lavoro e delle Politiche sociali, in collaborazione con il ministero della Giustizia – Dipartimento di giustizia minorile e i Centri di giustizia minorile.

## Gli obiettivi e i risultati attesi:

- proporre un percorso concreto e attuabile nel mondo dello sportpertutti, a misura di ciascuno, come intervento preventivo primario nei confronti del fenomeno della devianza e delle dipendenze giovanili;
- condurre un'attività educativa con esperienze sul campo, in grado di influenzare lo sviluppo individuale e l'integrazione, sia nel gruppo dei pari, sia nel contesto di riferimento, in alcune aree urbane (centri storici, periferie, aree deindustrializzate, quartieri di edilizia popolare);

# Ragazzi fuori

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

c) creare contesti socio-educativi specifici, finalizzati alla costruzione di autonomie positive e di relazioni significative attraverso lo sport per tutti;  
d) promuovere spazi di collaborazione fattiva tra i diversi soggetti che sul territorio sono impegnati nel mondo dell'adolescenza.

Gli interventi hanno permesso ai minori di sperimentare nuove condizioni sociali e offerto loro la possibilità di fare un'esperienza educativa che diventasse anche riparativa. Nel corso delle attività i ragazzi hanno avuto l'opportunità di sviluppare capacità auto regolative, che diventando sempre più consistenti sono commisurate alla riduzione del controllo da parte delle istituzioni e degli operatori.

Le buone pratiche si sono sviluppate in corsi di attività motoria di gruppo, tornei di calcio, calcio a cinque, tennis, biliardino e ping pong, nuoto, pallavolo e basket, ginnastica, danza e balli moderni, tchoukball, skating, laboratorio di writing, cineforum, incontri di lettura e scrittura creativa, laboratori manuali, corsi di tecniche di animazione attraverso la giocoleria, il teatro e le figure acrobatiche.

I ragazzi sono stati protagonisti in prima persona, non solo nelle attività sul campo, ma anche nella loro progettazione e organizzazione, imparando a prendersi cura di sé e degli altri e intervenendo per migliorare le condizioni di vivibilità dei loro quartieri, anche attraverso la realizzazione di giornate di festa e sport per tutti che hanno coinvolto le famiglie e gli abitanti delle zone interessate.

## Dal territorio: palermo

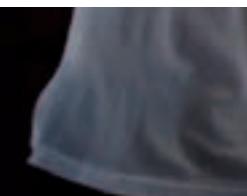
A Palermo, il progetto nazionale Uisp "Ragazzi Fuori" è iniziato a gennaio 2009. Si è svolto in due quartieri popolari: "Borgo Vecchio" e "Sperone-Brancaccio". La scelta di queste aree è stata motivata dall'alto rischio di delinquenza minorile, fomentata da fattori di deprivazione culturale, sociale e relazionale, nei quali versano i due quartieri. Le attività sportive scelte sono state la danza e il calcio a cinque. I ragazzi, di età compresa tra i 14 e i 18 anni, sono stati i protagonisti di questa esperienza, ma importante è stata anche la par-

tecipazione attiva delle famiglie.

Ruolo determinante è stato quello ricoperto dagli istruttori: con grinta, professionalità e amore sono riusciti a coinvolgere e a far fare gruppo ai ragazzi, nonostante appartengano a realtà lontane, anche se per certi aspetti simili tra loro. I ragazzi si sono incontrati, sia per la danza che per il calcio a cinque, due volte a settimana, due ore per ciascun incontro. I laboratori progettuali hanno visto i ragazzi impegnati sia nella realizzazione di un musical, che di un mini torneo di calcio a cinque.

## La testimonianza di Martina, utente del centro aggregativo Uisp di Palermo

Ho 19 anni, abito a Palermo nel quartiere Sperone, e seguo da molti anni il centro aggregativo Uisp, "In Testa ai miei Pensieri", che propone ai ragazzi adolescenti palermitani tanti momenti di sport ed aggregazione. Questa esperienza è stata per me speciale, per quello che mi ha lasciato e mi ha trasmesso. Ho avuto l'opportunità di scoprire e conoscere tante persone. Non sempre siamo disposti a spostarci dal nostro quartiere, soprattutto per fare amicizie, forse per paura di uscire fuori dagli schemi che i nostri cari, per protezione, ci hanno inculcato. Adesso è tutto più semplice e naturale, ci si incontra per fare sport o semplicemente per fare una passeggiata ed andare al cinema con "i ragazzi del progetto". Ma la cosa più bella e importante è che, grazie a questa bellissima esperienza, ho maturato l'idea di iscrivermi all'università ed intraprendere la strada per diventare assistente sociale. Forse un giorno anch'io potrò essere di aiuto per i ragazzi del mio quartiere, come alcune belle persone lo sono state per me. Lo sport è vita, è gioia di stare insieme in modo sano e divertente e questo l'ho capito grazie ai ragazzi dell'Uisp, che mi sono stati vicini. Grazie di far parte della mia vita.



# HAPPY VOLLEY DAY

## UISP PADOVA

Nella giornata del triangolare “HappyVolley Day” che il comitato di Padova organizza ogni anno dal 2005, vengono coinvolte le strutture operanti sia nella Ulss 15, sia nella Ulss 16. La giornata prevede anche un momento conviviale di pranzo comunitario al sacco.

La pallavolo è una disciplina di squadra che ha il vantaggio di coinvolgere un cospicuo numero di utenti, prevede sia dinamiche tecnico-tattiche che coinvolgono il singolo atleta in complessi gesti individuali, sia il “dialogo” con gli altri componenti della propria squadra. L’attività sportiva, quando praticata insieme da operatori e utenti, si pone al limite tra il discorso clinico e quello umano, anche perché l’attività grupale è basata su di un principio di parità ben distante dal rapporto “formale di cura”. Il “giocare insieme” è anche un mezzo per trasformare la relazione di cura del “chiedere” da parte del paziente e del “dare” da parte dell’operatore e quindi contribuire ad operare un cambiamento nell’utente, portandolo gradualmente ad essere una persona capace di procurarsi le cose da solo. Nel gruppo sportivo l’istruttore Uisp riveste delle funzioni importanti di supporto e aiuto nell’esperienza e assume una funzione aggregativa e relazionale.

“HappyVolleyDay” è un progetto ideato e coordinato dall’istruttrice Sandra Bianchi del Comitato Uisp di Padova.

Per informazioni è possibile contattare la segreteria del Comitato Uisp di Padova tel.049.618058 o mail: [attivita.padova@uisp.it](mailto:attivita.padova@uisp.it).

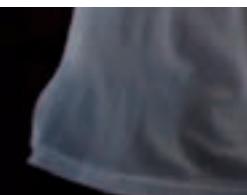
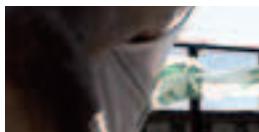
# Happy volley day

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Happy volley day**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# SOCIOLIMPIADI

## UISP PADOVA

L'idea di organizzare un evento specifico rivolto ai cittadini diversamente abili nasce dalla volontà di dare un senso concreto e motivante al progetto di attività motoria già attivo, proponendo contenuti coerenti con le finalità promosse dal comitato Uisp di Padova.

Il comitato Uisp Padova ha organizzato la prima edizione delle Sociolimpiadi il 22 maggio 2010 in collaborazione con la Ulss 16 e il patrocinio del comune di Padova. L'evento, ad accesso libero per tutti, utenti, operatori, famigliari, è pensato in modo tale da permettere la partecipazione ad una o più prove, esercitazioni, giochi o competizioni. Le varie attività proposte risultano non codificate, o meglio, diversamente e liberamente strutturate da staff e utenti in base ai bisogni del cittadino disabile. La struttura delle prove mantiene però la caratteristica di variabilità per adattarsi alle specifiche esigenze del singolo al momento stesso della sua partecipazione.

Il progetto prevede di dare spazio anche ai giochi della tradizione popolare che, per caratteristiche loro proprie, permettono un largo accesso e grande partecipazione oltre ad una significativa rivisitazione del vissuto sociale storico-urbano.

Per quanto riguarda le attività proposte, il progetto originale prevede: corsa ad andatura libera (anche in bicicletta) per due tempi mediamente lunghi intramezzati da una breve pausa; tiro alla fune; prove di equilibrio; prove di lancio; giochi sportivi; giochi di grande gruppo con forti componenti spaziali, coordinative e socio-relazionali.

Tutte le prove prevedono vari adattamenti in funzione delle esigenze specifiche. Le Sociolimpiadi sono un progetto ideato e coordinato dal dr Massimiliano Marino, dirigente, docente e professionista dell'attività motoria.

Per informazioni è possibile contattare la segreteria del comitato Uisp di Padova tel. 049.618058 o mail: [attivitapadova@uisp.it](mailto:attivitapadova@uisp.it), [max-marino@hotmail.it](mailto:max-marino@hotmail.it).

# Sociolimpiadi

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

## Intervista a Massimiliano Marino, ideatore, coordinatore ed operatore nel progetto

### Come si sono svolte le Sociolimpiadi?

Le Sociolimpiadi si sono aperte con l'accoglienza di cinque gruppi partecipanti provenienti dai centri diurni: Granze, Farfalle, Meridiana, Monte Merlo e Lanterna. La prima cosa che abbiamo recepito è stata una grande ed inaspettata partecipazione sia di utenti che di operatori per un numero di circa 70 persone presenti e più di 50 attive nelle prove. Fin dal primo momento di presentazione e saluti iniziali si intuì che di avere a che fare con un pubblico attento, curioso e spigliato nelle relazioni con gli altri, cosa decisamente inaspettata se rapportata alla consuetudine delle singole realtà.

La prima gara, la corsa di resistenza, ha visto la partecipazione di 50 utenti e una decina di operatori. L'obiettivo primario di mantenersi in movimento per tutta la durata della prova è stato raggiunto da tutti. Nonostante ognuno potesse procedere con andatura libera, tutti i partecipanti si sono impegnati al massimo delle proprie possibilità, dimostrando anche un certo grado di competitività.

Alla seconda gara, il tiro alla fune, hanno partecipato 25 utenti e circa una decina di operatori. La prova si è svolta senza difficoltà e gli evidenti deficit di forza non hanno intaccato le motivazioni.

La prova successiva, calcio tre contro tre, ha visto la partecipazione di tutti gli utenti di ogni età e genere senza che i deficit tecnico-tattici potessero impedire lo svolgimento ad un livello competitivo decisamente sentito. Molti giocatori si sono distinti per grande spirito di fair-play.

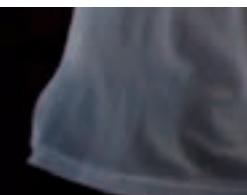
Il torneo di pallavolo modificata ha coinvolto tutti i gruppi iscritti con cinque atleti per squadra più un operatore. Al termine delle attività è stato presentato un riassunto delle gare della giornata e, indipendentemente dalla graduatoria finale, sono stati premiati e ringraziati tutti gli atleti che hanno partecipato ad almeno una gara.

### Quale è stato il momento più significativo della giornata?

Sicuramente il momento delle premiazioni è stata l'esperienza più gratificante in cui i partecipanti si sono liberamente espressi nelle loro emozioni, mostrando grande divertimento e voglia di ritornare sul campo nonché un lato umano molto sensibile e sincero.

### Quali sono gli obiettivi raggiunti?

Sicuramente abbiamo potuto valutare i risultati dei nostri interventi nelle strutture di accoglienza. Osservando i vari partecipanti abbiamo constatato una grande diversità fra i gruppi che praticano attività motoria in modo organizzato e frequente rispetto ai gruppi meno organizzati. La possibilità di utilizzare delle conoscenze e abilità in contesti nuovi facilita il compito e aumenta la motivazione alla partecipazione. Abbiamo potuto anche verificare come gruppi che partecipano ad una attività motoria sportiva monotematica affrontino in maniera più incerta diversi tipi di prove. Di contro, gruppi che lavorano con attività specifiche ma variate partecipano con meno difficoltà a più tipologie e varietà di impegni motori.



# R-ESTATE IN MOVIMENTO

## UISP PADOVA

Da due anni il Comitato Uisp Padova, in convenzione con l'Ulss 16 di Padova, organizza i centri estivi rivolti alle persone con disabilità intellettiva e/o relazionale. All'iniziativa partecipano gli utenti delle strutture del 2° servizio psichiatrico del Dipartimento di salute mentale dell'Ulss 16; la comunità alloggio "Il Pontile" di Tencarola di Selvazzano Dentro (Pd); la Comunità terapeutica residenziale protetta "Dina Muraro" di Teolo (Pd). I centri estivi vogliono dare continuità al progetto stabile di attività motoria con i disabili, proponendosi il miglioramento della qualità della vita dei pazienti che, nel periodo estivo, sentono il bisogno di valorizzare i loro spazi di autonomia e di assecondare i loro bisogni di socializzazione.

Allo scopo di favorire l'integrazione sociale e valorizzare l'esperienza estiva, le attività vengono sviluppate in spazi esterni, presso le aree verdi del comune di Tencarola (Pd). La peculiarità del centro estivo consiste nell'arricchimento delle attività ludico-motorie con l'elemento musicale. Con l'aggiunta di una figura professionale come il musicista, l'equipe di lavoro vuole favorire la riscoperta del paesaggio sonoro e di tutte quelle nuove sensazioni legate al corpo in movimento e alla comunicazione nella sua più ampia concezione.

La compresenza dell'elemento corporeo e musicale consente di mantenere sempre viva l'attenzione e la partecipazione, favorendo il libero utilizzo dello strumento corporeo e delle modalità espressive

Il progetto vede coinvolto un gruppo di 18 utenti in sette incontri settimanali. L'attività mantiene una struttura classica ma con contenuti prettamente ludici e socializzanti. Dopo un primo momento di attivazione generale si procede con l'attività di cammino nelle aree verdi, intervallata da momenti ludici o vere e proprie esercitazioni.

L'elemento musicale accompagna gli utenti durante tutto lo svolgimento dell'attività proponendo diversi ritmi di esecuzione del movimento alternati a momenti di libera espressione corporea.

In questa tipologia di lavoro con le disabilità, rimane sempre ben saldo l'obiettivo del miglioramento del benessere psicofisico, partendo dagli interessi e dalle possibilità in-

# R-estate in movimento

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

dividuali. Per questo motivo l'equipe di lavoro multi-professionale valuta costantemente l'adattabilità delle proposte alle specificità del gruppo, arricchendo il percorso con momenti di socializzazione e di convivialità. Oltre all'esperto dell'attività motoria e al musicista, sono coinvolti nel progetto altre figure professionali quali educatori, infermieri e psicologi.

## Intervista a Filippo Scarani, istruttore Uisp.

### Come si svolgevano le attività?

L'attività si svolgeva una volta a settimana, due ore ogni martedì mattina. Appena arrivavo al punto di ritrovo, accoglievo i partecipanti con un momento conviviale in cui ci si raccontava l'andamento della settimana e si decidevano insieme gli obiettivi della mattinata. Dopo l'accoglienza, si partiva tutti insieme e in camminata si passeggiava per i parchi comunali. Durante queste camminate proponevo degli esercizi di mobilità particolare, sia in movimento che statici, e dei giochi di gruppo con difficoltà e complessità crescenti anche nel contatto fisico.

A seguire, sempre in camminata, si raggiungeva una piastra in cemento dove si lasciava ampio spazio al gioco libero, al gioco-sport e ad esercitazioni competitive quali le staffette organizzate con materiali di recupero o di fortuna.

Per completare l'attività si proponeva un momento di defaticamento e stretching, seguito da uno spazio di rilassamento dove ciascun partecipante, disteso supino sul proprio materassino, veniva guidato all'ascolto delle percezioni corporee tramite varie tecniche di rilassamento.

Una volta rientrati alla base, si chiudeva la mattinata stimolando la discussione sui temi affrontati, sulle proprie sensazioni, le difficoltà e le eventuali proposte, accompagnando le discussioni con un buon

bicchiere di tè fresco.

### Com'è stata la collaborazione con le altre figure professionali?

Fortunatamente abbiamo a che fare con un'equipe che promuove l'attività motoria e crede nei benefici che questa può portare. Inoltre, la loro partecipazione attiva era di esempio e di stimolo per gli utenti e la loro disponibilità nei momenti di pre e post gruppo garantiva una costante riflessione sull'andamento del progetto. Ognuno di noi è riuscito a portare un contributo significativo.

### Quale stato il momento più significativo dell'esperienza ?

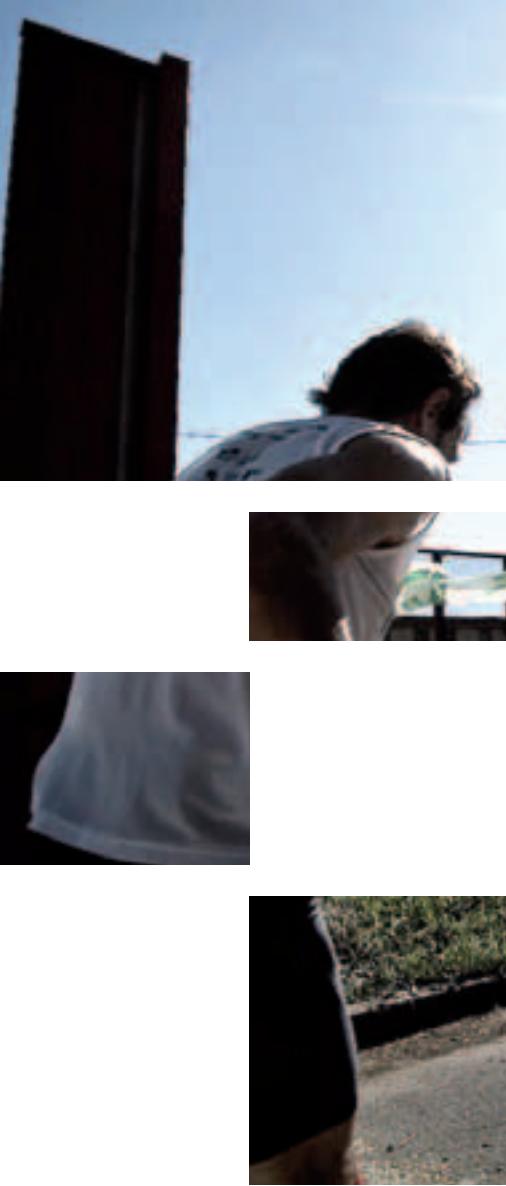
Sicuramente il momento dei saluti quando, durante l'ultimo incontro, è stato consegnata a ciascuno dei partecipanti una maglietta come ricordo. La maglietta riportava una frase inventata dagli stessi partecipanti giorno dopo giorno. Sicuramente non si aspettavano che questa frase venisse stampata su una maglietta e consegnata come ricordo. Il calore, la felicità, la contentezza e gli sguardi che mi hanno riservato in quel momento sono state delle gratificazioni enormi.

### Quali obiettivi sono stati raggiunti?

Abbiamo creato un gruppo unito e contento di giocare e "lavorare" insieme. Gli utenti, provenendo da centri diversi, non si conoscevano e quindi creare aggregazione era l'obiettivo prioritario. Siamo riusciti anche a sviluppare una buona consapevolezza individuale nei confronti dell'attività fisica. Ognuno dei partecipanti, con il susseguirsi degli incontri, dimostrava un certo grado di autonomia nello svolgimento delle esercitazioni e spesso venivano avanzate proposte per l'aumento di intensità e difficoltà di lavoro. Evidentemente iniziavano a percepire fiducia nelle proprie potenzialità e la possibilità di andare oltre, di superarsi.

# R-estate in movimento

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# ABBRACCIAMO LE CITTÀ PROGETTO S.E.I.

## UISP MODENA

Il progetto, cominciato ad ottobre 2010, si svolge a Modena e in alcuni comuni della provincia. La caratteristica saliente è racchiusa nell'idea di creare, in collaborazione con il tavolo di coordinamento S.E.I., una sede aperta alla partecipazione diffusa dove, i rappresentanti delle diverse comunità o dei gruppi di cittadini nati all'estero, possano incontrarsi per ideare e realizzare iniziative ed attività di carattere aggregativo e sportivo.

Al momento sono coinvolte le comunità: filippina, brasiliana, marocchina, nigeriana, ghanese, ivoriana, ed ovviamente italiana, ma nelle diverse realtà sono presenti anche altre cittadinanze

Il programma delle iniziative prevede la definizione di convenzioni per garantire l'accesso ai corsi di nuoto, per bambini e bambine, a prezzi contenuti; sostenere le reti di frequenza delle scuole calcio per i soggetti più bisognosi; organizzare tornei di basket, baseball, calcio a cinque. Iniziative sportive all'interno delle quali la mescolanza di culture e nazionalità sia elemento caratterizzante, anche nella stessa struttura regolamentare del torneo (ad esempio, aperte alla partecipazione di squadre esclusivamente miste).

Per informazioni: Paolo Belluzzi, [paolo.belluzzi@uispmodena.it](mailto:paolo.belluzzi@uispmodena.it)

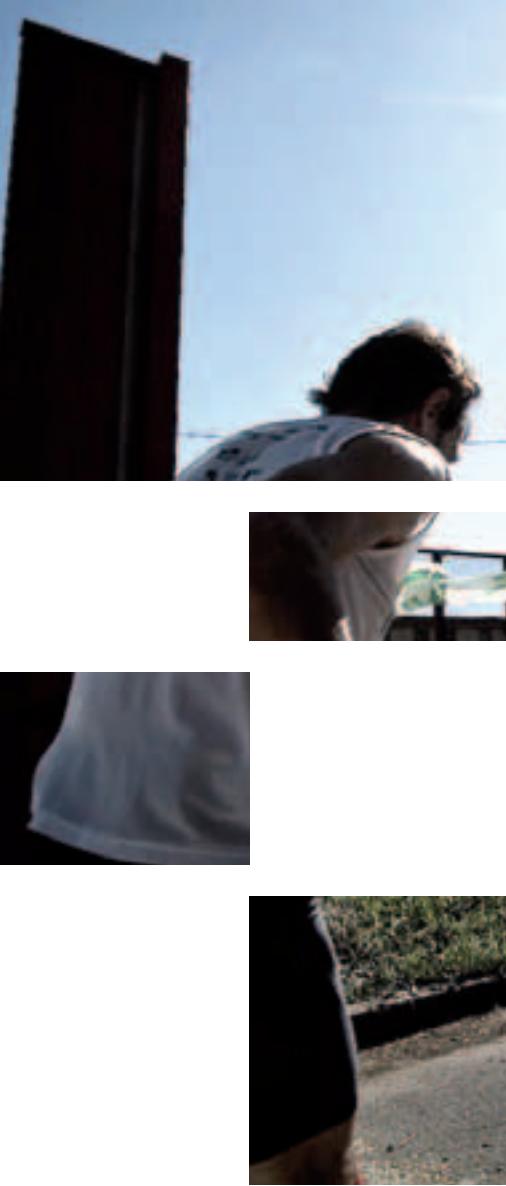
**Abbracciamo le città - Progetto s.e.i.**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Abbracciamo le città - Progetto s.e.i.**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# ACQUATICITÀ UISP-ANFFAS

## UISP MODENA

Il comitato Uisp Modena svolge attività a favore di disabili dal 1986. Il percorso progettuale si è sviluppato dopo la realizzazione di uno specifico percorso formativo, rivolto a tutti gli operatori provinciali, sulle tematiche della disabilità e dei disturbi del comportamento, durato 130 ore, al quale hanno preso parte 14 operatori del comitato.

Il progetto acquaticità Uisp-Anffas nasce nel 1995. Il comitato Uisp Modena, in convenzione con l'allora Usl aveva già sviluppato diverse iniziative per favorire il contatto delle persone con disabilità, di ogni età, con le diverse attività sportive accessibili, in particolare con il nuoto e in generale le attività in acqua.

In seguito è maturato il rapporto con l'Anffas, l'Associazione nazionale famiglie di persone con disabilità intellettiva e/o relazionale di Modena, che allora gestiva un centro diurno nel quale svolgevano attività una decina di ragazzi. Oggi i centri sono due e le persone coinvolte 24.

L'idea dello sviluppo dell'attività sotto forma di progetto condiviso nacque anche dall'esigenza di rassicurare alcuni genitori, titubanti all'idea di mandare i propri figli in piscina. Il primo step del progetto è stato caratterizzato dalla formazione degli operatori, che hanno preso parte ad un corso di aggiornamento, curato dall'Uisp e basato sull'esperienza diretta in acqua di tutti gli operatori dei centri, nell'intento di avere la maggiore condivisione possibile degli assi culturali insiti nella metodologia adottata, ovvero "i metodi attivi" proposti dal prof. Raimod Catou.

Abbiamo coinvolto sia i dipendenti che i volontari che prestavano servizio nella struttura, creando un modello di condivisione e partecipazione attiva all'esperienza in acqua, condizione strutturale del progetto che tutt'oggi rimane invariata e presuppone la presenza sul gruppo di un solo tecnico Uisp e la supervisione periodica di un responsabile del progetto Uisp.

All'interno della programmazione realizzata nelle attività dei Centri Anffas, si è dato notevole spazio alle discipline motorie e in particolare all'esperienza acquaticità, tanto da essere oggi un progetto a frequenza bisettimanale, su più fasce orarie che si sviluppa in diversi centri natatori della città.

# Acquaticità Uisp-Anffas

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

La collaborazione tra Uisp e Anffas ha permesso di sviluppare nel tempo le rispettive attitudini e valorizzare a pieno l'espressività psicomotoria dei protagonisti, sperimentando la partecipazione a manifestazioni sportive, anche in territorio extra-provinciale.

Gli utenti dei centri partecipano secondo differenti modalità: alcuni frequentano la piscina due volte la settimana, la maggioranza invece una sola volta, con interventi di 45 minuti in acqua. Il progetto coinvolge stabilmente venti persone con diverse forme di disabilità ed una decina di educatori dei due centri gestiti dall'Anffas Modena, che sono sempre in acqua con gli allievi, e compongono di fatto un gruppo allargato di carattere eterogeneo. Gli obiettivi presuppongono sempre un risultato di tipo tecnico, il lavoro proposto ha lo scopo di far maturare negli allievi un reale grado di autonomia.

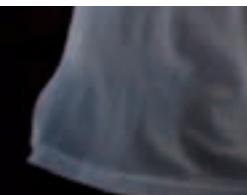
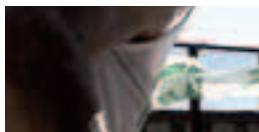
La proposta didattica si caratterizza per l'attenta definizione degli obiettivi, individuati negli appositi incontri di programmazione.

Presso ogni centro è definito con regolarità un calendario di incontri di norma all'inizio ed alla fine dell'anno di attività, gli incontri e la conseguente discussione sono sempre supportati dall'attenta osservazione dello specifico materiale video prodotto. Il coordinatore del progetto Uisp, ogni due mesi, affianca il tecnico/istruttore e gli educatori dei centri, per sviluppare osservazioni ed eventualmente proporre eventuali passaggi di verifica o di ridefinizione degli obiettivi.

Nell'anno in corso nove educatori dei centri hanno frequentato un corso di aggiornamento, nell'intento di favorire un'ulteriore evoluzione delle competenze in ambito natatorio atte a sostenere la programmazione del prossimo anno.

Per l'Uisp Modena il responsabile del progetto è Paolo Belluzzi, direttore sportivo del Comitato.

# Acquaticità Uisp-Anffas



# MATTI PER IL CALCIO

## UIISP LEGA CALCIO

“Matti per il calcio Uisp” è la rassegna nazionale di calcio a sette che si svolge ogni anno in settembre a Montalto di Castro (Vt), occasione d’incontro e di gioco per utenti dei servizi di salute mentale che hanno già intrapreso con l’Uisp un percorso sportivo e terapeutico. Dodici regioni rappresentate, sedici squadre protagoniste per un totale di oltre 300 tra atleti, medici, infermieri e utenti dei Centri di salute mentale, tutti chiamati a dimostrare gli effetti terapeutici dello sport sullo stato psicofisico dei pazienti.

Una manifestazione della Lega nazionale calcio Uisp che è insieme momento d’incontro e di sport. La rassegna è ovviamente scandita da momenti di carattere sociale e culturale, quali incontri di discussione, dibattiti e momenti di convivialità. L’esperienza di “Matti per il calcio” ha stimolato la nascita di due altre iniziative simili: “Matti per lo Sport”, organizzato in Sardegna ad Alghero, e “Matti per il Calcio Sud”, organizzato in Campania ad Eboli.

## Il parere di Simone Pacciani, presidente Lega calcio Uisp

In Italia le associazioni che si occupano di calcio per persone con problemi psichici sono tante. Diverse indagini dimostrano l’incidenza positiva dell’attività motoria su umore, stato mentale e ansia. Lo sport e il calcio così possono avere effetti terapeutici, non solo in termini di attività fisica all’aria aperta, ma anche in termini d’integrazione, socializzazione e spirito di squadra. Ci siamo impegnati a raccogliere in questa rassegna nazionale l’entusiasmo di tutti questi giocatori “particolari” e di coloro che hanno seguito e incentivato questa attività fin dall’inizio, come gli allenatori e i medici psichiatri. Occorre impegnarsi a dare a quest’attività sportiva una maggiore visibilità all’esterno, per coinvolgere altri centri di salute mentale nella pratica calcistica e diffondere maggiormente l’idea di sport come integrazione.

# Matti per il calcio

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

## **La testimonianza di Orlando Giovannetti, responsabile Attività sociale della Lega calcio Uisp Lazio:**

La partita è solo l'apice di un rapporto che si instaura tra i giocatori e che comprende la preparazione, gli allenamenti, come anche il ritiro. Le difficoltà più grandi stanno nel reperire i finanziamenti. Se non ci fossero questi problemi potrebbero partecipare più squadre. E' un diritto dei malati fare riabilitazione attraverso lo sport. L'Uisp come ente sensibile deve essere di esempio anche agli altri Enti di promozione sportiva e per le Federazioni sportive.

## **La testimonianza di Alessandro Bianchi, operatore sanitario di Torino**

Tre campionati con la maglia dei Blatta Boys mi hanno lasciato tante cose. La mia convinzione che gli sport di squadra siano uno dei più formidabili strumenti di pratica riabilitativa a disposizione di chiunque si assuma compiti educativi ne esce addirittura rinforzata. L'immagine di genitori che vengono finalmente a vedere giocare i loro ragazzi in un campionato che si chiama, con orgoglio, "Matti per il Calcio" è forte, per chi sa che gli stessi genitori per anni non avevano mai accettato di accompagnare il loro figlio ai colloqui con lo psichiatra. Non ce n'era alcun bisogno, loro figlio non si doveva confondere con quei ragazzi strani. Indossando in campo un'identica maglietta, in effetti, non è facile distinguere chi è strano e chi è normale, chi ha la pretesa di curare e chi il bisogno di essere curato. Alla fine, quando qualcuno segna un goal, viene voglia di arrendersi ed applaudire tutti.

"Matti per il Calcio" mi ha insegnato il valore della ritualità. Forse è un caso, ma da quando il ritrovo per la partita è anticipato al mattino, da quando i giocatori pranzano tutti insieme, da quando si sale insieme sul furgone per raggiungere lo stadio e prima dell'incontro, fumate tutte le sigarette di questo mondo, ci si sottopone tutti agli esercizi di riscaldamento, insomma da quando ci si aiuta l'un l'altro a ricordarci che siamo una squadra, giochiamo meglio e cosa che non guasta, vinciamo più spesso. Per ogni giocatore è sicuramente importante partecipare ma vincere è sano e giusto, quando è una squadra, tutta assieme, a desiderarlo.

# **Matti per il calcio**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

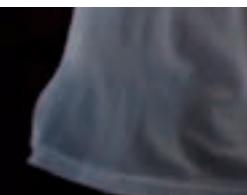


# TORNEO ANTIRAZZISTA

## UISP MATERA

Il torneo di calcio a cinque è organizzato dall'Uisp Matera in collaborazione con altre associazioni materane che operano nel settore dello sport e dell'assistenza a stranieri e rifugiati. Hanno partecipato sei rappresentative di cittadini stranieri (molti dei quali richiedenti asilo e rifugiati) che vivono a Matera e nei comuni della provincia. A conclusione del torneo si è svolta una variopinta festa alla quale hanno partecipato le squadre e le comunità di migranti coinvolte.

La durata tutto sommato breve dell'iniziativa (4 giorni per le partite, più sorteggio, presentazione e premiazione finale in occasione della giornata mondiale del rifugiato 2010) non ha creato grosse difficoltà nell'organizzazione della manifestazione.



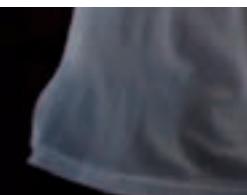
Torneo antirazzista

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# Torneo antirazzista

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# PROGRAMMA PET-THERAPY

## UISP LOMBARDIA – LEGA ATTIVITÀ EQUESTRI

Il Programma prevede stimolazioni naturali di Pet Therapy secondo il metodo Elide Del Negro (Fondazione Hollman Cannero-Vb). Si svolge a Controguerra (Te), in zona collinare, in scuderia e all'aria aperta ed è rivolto a bambini e ragazzi con ritardo mentale (autistici). L'attività è iniziata nel luglio 2010 e si svolge con cadenza settimanale, pomeridiana.

Il progetto nasce dalla convinzione del beneficio dell'attività motoria in ambiente naturale anche attraverso l'affettività degli animali. Si sviluppa attraverso attività multidisciplinari con soggetti autistici e ritardo mentale in ambiente naturale. Prevede attività sperimentali con l'aiuto degli animali (cavallo, cane, gatto); esperienze motorie (altalena, scala, palla, barriere verticali, percorsi vita, corsa in piano e su dislivelli naturali con o senza ostacoli) con l'integrazione della musica; conoscenza e utilizzo dei materiali di scuderia; il coinvolgimento dei bambini nell'accudimento degli animali; proposte interattive, tattili, sonore, olfattive, visive e vocali in cascina e all'aria aperta; osservazione dell'ambiente naturale circostante; logopedia. Il lavoro si svolge in collaborazione con i genitori, fratelli e sorelle, per stimolare il lavoro di gruppo, sotto la guida dell'operatore e quando è possibile con qualche coetaneo. L'obiettivo è stimolare l'apprendimento e l'affettività e sollecitare l'attività verbale e il gesto, stimolando la richiesta del bambino. Il bambino riesce in breve ad associare l'ordine vocale (passo) all'azione istantanea del cavallo, che con il suo movimento reca piacere e benessere al soggetto. La proposta motoria fa riferimento a studi scientifici con varianti adeguate alla risposta del singolo soggetto (osservazione). Attualmente non è possibile dare delle conferme statistiche assolute, poiché i casi sotto osservazione sono limitati e sono in corso di studio e verifica. Comunque i risultati di un'attività multidisciplinare in ambiente naturale in soggetti con disturbo mentale sembrano positivi e fonte di benessere anche per le famiglie coinvolte nella partecipazione al programma stesso.

I casi seguiti sono monitorati da genitori con specifiche competenze professionali: medici, pedagogisti e operatori sanitari.

L'attività è seguita da Rosanna Mosca, dirigente Uisp, operatrice sportiva volontaria della Lega attività equestri Lombardia, con esperienze pregresse nel settore.

# Programma Pet-Therapy

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# Programma Pet-Therapy

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

# PROGETTO PONTE

## UISP LIGURIA – COMITATI TERRITORIALI UISP GENOVA, IMPERIA E SAVONA

Progetto Ponte: reinserimento sociale delle persone in esecuzione penale o ex detenute. Si tratta di un progetto a carattere regionale, promosso dall'Uisp Liguria con Acli Liguria e Arci Liguria. Iniziato nella primavera del 2010, prevede attività motoria e culturale all'interno degli Istituti penitenziari della regione. Destinatari sono i detenuti ospiti delle strutture.

A **Genova** il "Progetto Ponte" si è sviluppato attraverso attività sportive inclusive, di formazione in ambito tecnico sportivo (per esempio corsi per arbitri) a favore delle persone in esecuzione penale o ex detenute afferenti agli istituti penali di Pontedecimo, Marassi, Chiavari. Sono stati organizzati anche eventi sportivi con il coinvolgimento di società sportive del territorio, rappresentanti del mondo dello sport. Le attività si sono svolte tra maggio e dicembre 2010

L'**Uisp Imperia** ha partecipato al "Progetto Ponte" (2009-2010) organizzando attività con finalità sportivo-educative per i detenuti della Casa circondariale di Imperia e di Sanremo. L'accesso alle attività era libero da parte dei detenuti e le presenze costanti ai corsi fanno evincere come il progetto sia stato ben accolto. I corsi si sono svolti dal mese di giugno al mese di novembre. Nella Casa circondariale di Imperia si sono svolti i seguenti corsi: torneo di calcio a cinque ed educazione alle regole; laboratorio espressivo; attività motoria a corpo libero. Nella Casa circondariale di Sanremo si sono svolti i seguenti corsi: educazione integratori sportivi; pesistica; attività motoria a corpo libero.

L'**Uisp Savona** sta svolgendo la propria attività presso la Casa circondariale di Savona, una struttura fatiscente, in realtà un ex-monastero medioevale. Unica struttura penitenziaria presente in provincia, vive una situazione di sovraffollamento. A causa degli spazi angusti e scarsi, il comitato porta avanti soltanto le attività che la struttura è in grado di ospitare. In particolare, si sta realizzando un corso di attività motoria nel cortile del carcere, l'unico spazio all'aperto, utilizzato anche per l'ora d'aria, un'area attornata da alti e vecchi muri, con il pavimento in asfalto e cemento.

Il corso vede coinvolti tra i 15 e i 20 detenuti, in un modulo di due ore settimanali.



# Progetto Ponte

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

## Le testimonianze di alcuni detenuti del carcere di Pontedecimo (Ge)

1° detenuto: Posso dire che da quando ho iniziato a frequentare il corso Uisp mi sento meglio. Innanzitutto devo dire che l'istruttrice è veramente brava e riesce a mettermi a tuo agio, poi se gli chiedi qualcosa è sempre disponibile, risponde e ti fa capire. Non credevo che mi sarebbe piaciuto, meglio così. Spero che il corso continui per un bel po'.

2° detenuto: Chi l'avrebbe mai detto che alla mia "veneranda" età sarei ritornato a solcare un parquet per cimentarmi in esercizi di stretching e fasi di meditazione. E' proprio vero: la vita riserva sempre un sacco di sorprese, a volte piacevoli e a volte meno. Talvolta all'interno di una sorpresa sgradevole come la detenzione, ne sorgono altre di segno opposto. Inizialmente ho intrapreso questo corso esclusivamente come svago e passatempo ma sin dalle prime lezioni, mi sono reso conto che, al di là del clima scherzoso nel quale si svolgono, riservano anche tanti altri input positivi.

3° detenuto: La fase di rilassamento alla fine del corso è come la ciliegina sulla torta. Ogni volta che chiudo gli occhi durante il rilassamento penso al mio paese, alla mia città, alla mia famiglia e mi trasferisco lì. Mi vedo camminare per le strade che conosco, vedo le facce dei miei amici e dei miei familiari e se mi concentro veramente posso sentire per un attimo la loro presenza.

## Intervista all'istruttore del corso di Teatro e Cabaret (Attività di laboratorio espressivo) svolta presso la casa circondariale di Imperia.

Quali sono gli obiettivi principali del laboratorio?

Avvicinare i detenuti ad una forma espressiva diversa, di grande valore

comunicativo e culturale; abbattere le barriere più diffuse sul problema dell'integrazione e favorire nuovi processi di socializzazione.

**Come hai organizzato le attività?**

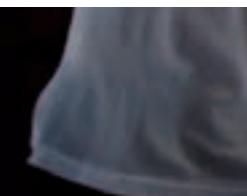
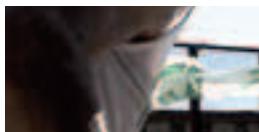
Dividendo il laboratorio in otto momenti fondamentali: la comunicazione, il corpo e la sua conoscenza, il movimento, la voce e la sua conoscenza, la relazione con se stessi, la relazione con lo spazio scenico e con gli altri, l'improvvisazione teatrale, la relazione con il ruolo da interpretare.

**Com'è stata la partecipazione?**

La partecipazione è stata molto motivata ma purtroppo non è stata altrettanto continua e numerosa; questo sicuramente è dovuto al fatto che i detenuti non si sentivano legati alla casa circondariale per un tempo sufficiente alla creazione dello spettacolo, vedendo la loro detenzione ad Imperia solo come un momento transitorio del loro processo giudiziario.

## La testimonianza di Luca, operatore Uisp Savona:

Quando mi è stato proposto il mio coinvolgimento in questo progetto, mi sono sentito felice e allo stesso tempo timoroso per l'incarico che mi sarebbe stato affidato. Ho partecipato al sopralluogo, alle riunioni preparatorie e finalmente è iniziato il corso. Lavoro con un gruppo di circa 15 detenuti di varie nazionalità e varie fasce d'età. Il cortile è angusto e freddo, così come freddo, angusto e decadente è l'istituto carcerario. Durante le lezioni, i miei allievi, che mi chiamano maestro, cercano di parlare con me, nelle pause cerco di entrare in contatto con loro, non solo per la parte ginnica, ma anche a livello relazionale. Per quanto riguarda l'attività motoria, lavoro con loro per attività a corpo libero e sul basket. Questa esperienza è molto importante per me e sento che mi farà crescere.



# PROGETTO EXPORT – SPORT

## UISP FROSINONE

Export – Sport è un intervento ri-abilitativo ad indirizzo sportivo per l'integrazione sociale. Valutato positivamente dal Dipartimento di salute mentale, ha goduto nel 2010 di un finanziamento regionale. L'Uisp ha così potuto sperimentare nella Ausl di Frosinone un "modulo operativo" denominato S.P.O.R.T. (Sport psicosociale nell'organizzazione riabilitativa territoriale) coordinando programmi di Attività fisiche adattate e sportive. Le équipe di lavoro sono formate da un referente del gruppo di lavoro; operatori sanitari; specialisti in attività motorie e sportive adattate; tirocinanti per le Attività fisiche adattate provenienti dalla facoltà di Scienze motorie dell'Università di Cassino; volontari.

L'organizzazione prevede così l'affiancamento di specialisti del settore sportivo con tirocinanti della facoltà di Scienze motorie, coadiuvati da operatori sanitari coinvolti nell'attività sportiva e depositari del progetto riabilitativo individualizzato del proprio utente.

L'avvio alla pratica dello sport è sviluppato attraverso un "Circuito Multisport": calcio a cinque, volley, nuoto, tiro con l'arco, atletica leggera.

Ci si propone di utilizzare l'attività sportiva come occasione di comunicazione ed integrazione sociale, oltre che di osservazione. La persona viene messa così nelle condizioni di esprimere al meglio le sue potenzialità, in tutte le sue dimensioni: cognitiva, ideativa, relazionale e corporea.

Il campo di calcio piuttosto che la piscina o la palestra, diventano così il "setting" dove avviare e gestire il rapporto interrelazionale, nella certezza che lo sport, da solo, non possa far prevenzione né cura, ma unito ad altri interventi (tra i quali l'informazione, il confronto, altre attività di inclusione sociale), ne aumenta l'efficacia e l'incisività.

## La testimonianza di Luca Rotondi, tirocinante che ha partecipato alle attività

L'idea di poter partecipare ad un tirocinio con ragazzi con problemi psichici mi ha entusiasmato sin dall'inizio. Non ho esitato nemmeno un attimo ad accettare la propo-

sta, sicuro di poter vivere un'esperienza irripetibile che mi avrebbe arricchito sia dal punto di vista professionale, che personale.

Il primo impatto non è stato dei più tranquilli: come mi devo comportare? Cosa devo dire? Cosa posso fare? Non mi ero mai trovato in una situazione del genere, ero nervoso e l'idea di non aver dato nemmeno una risposta alle mie domande mi faceva crescere l'ansia ed un senso di smarrimento. Poi ho cominciato a guardare negli occhi dei ragazzi ospiti della comunità e mi sono accorto che anche loro stavano vivendo le mie stesse emozioni; questo mi ha dato la forza di agire e cercando di essere me stesso, senza forzatura alcuna, ho conosciuto un po' tutti i ragazzi instaurando con loro un rapporto che per qualcuno poteva essere uno scambio di battute, per altri un sorriso, per altri ancora una pacca sulla spalla.

Da qui in poi è stato tutto più semplice, gli incontri si sono intensificati, i rapporti con i ragazzi sono diventati sempre più naturali e il distacco che si viveva all'inizio si è trasformato in una sorta di amicizia. Vederli sorridere, felici di trascorrere un po' di tempo con noi mi riempiva il cuore di gioia.

Nei vari incontri che si sono tenuti in palestra ed al campo di calcio mi sono reso conto della valenza che lo sport e l'attività motoria possono avere nel recupero delle persone con questo tipo di problematiche. Ho visto ragazzi "accendersi" durante le sedute di attività motoria, liberando tutta la loro energia urlando, saltando, correndo per poi "spegnersi", richiudersi nel proprio mondo, alla fine delle attività.

Lo sport dà la possibilità di "vivere" il mondo, appartenere ad un gruppo, ad una comunità che può essere rappresentata dalla squadra di calcio, dall'equipaggio di una barca, dal gruppo di escursionisti, e di instaurare rapporti interpersonali che per queste persone, per la dinamica della malattia e per gli effetti che essa stessa produce nel contesto sociale, sono molto scarsi.

Prima di questa straordinaria esperienza immaginavo questo mondo una cosa a parte, lontana dal "mio" mondo, dalla mia vita e le persone che lo costituivano, gente "strana", irrecuperabile; invece mi

sbagliavo, questo mondo è molto meno lontano di quanto pensavo e le persone che lo costituiscono sono proprio come me, hanno soltanto bisogno di aiuto; quell'aiuto che anche noi specialisti in Scienze motorie possiamo dare, offrendo le nostre conoscenze e la nostra professionalità.

## Progetto export - sport

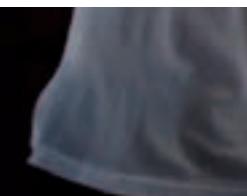
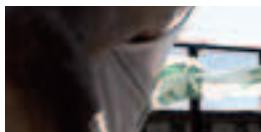
# ATTIVITÀ ISTITUTI PENITENZIARI MINORILI FIRENZE

## UISP FIRENZE – AREA DIRITTI SOCIALI E AREA GIOVANI

Nel 2009 è stato firmato un protocollo d'intesa tra Comitato regionale Uisp Toscana e Centro per la giustizia minorile per la Toscana e l'Umbria dal quale sono nate diverse collaborazioni: l'accoglienza nelle strutture e negli impianti Uisp di ragazzi segnalati dai servizi sociali; il loro inserimento in attività sportive Uisp e delle società sportive; lo svolgimento di attività all'interno dell'istituto penale minorile di Firenze.

Tra il 2009 e il 2010 sono stati inseriti in attività sportive e di volontariato 15 ragazzi tra i 16 e i 20 anni. Nella primavera del 2010 è partita l'attività all'interno dell'istituto fiorentino con una programmazione sportiva che prevede due incontri settimanali (durante il periodo estivo tre). Le attività proposte sono il calcio, la pallavolo e l'attività motoria. Il numero di ragazzi che partecipa alle attività varia tra 15 e 20. Il progetto vede coinvolti sei operatori Uisp.

Le attività sportive sono inserite nelle proposte educative dell'istituto, si svolgono in orario pomeridiano e sono tra i laboratori/attività facoltative dei programmi scelti dai ragazzi. Nel progetto sono previsti anche eventi sportivi e iniziative come Vivicittà e tornei di calcio con squadre esterne. Per l'anno sportivo 2010-2011 è in partenza il corso di formazione "Io C'entro", per i volontari sportivi in carcere.



## Attività istituti penitenziari minorili Firenze



# Attività istituti penitenziari minorili Firenze

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

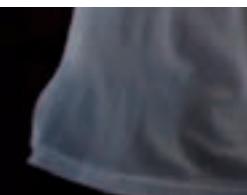
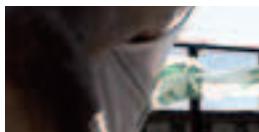


# MUNDIALITO TORNEO MULTICULTURALE DI CALCIO A 11

## UISP FIRENZE – AREA DIRITTI SOCIALI

Il Mundialito è un torneo multiculturale di calcio a undici nato nel 2004. L'obiettivo principale è il recupero dell'autostima e l'interazione fra i giovani di diverse comunità della città. Le squadre devono essere composte per due terzi da cittadini stranieri e per un terzo da cittadini italiani. Se possibile, ciascuna squadra viene rappresentata da un personaggio pubblico.

Le squadre partecipanti sono in media venti, divise in due gironi che svolgono un campionato all'italiana (solo andata), con fasi finali dal primo al sesto posto. Sono previste circa cento partite da articolare in dodici o tredici giornate distribuite nell'arco di circa cinque mesi.

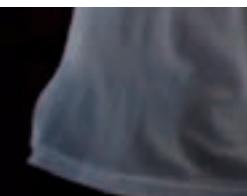
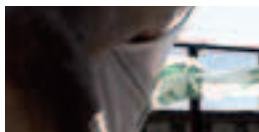


# Mundialito torneo multiculturale di calcio a 11



# Mundialito torneo multiculturale di calcio a 11

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# MONDIALI ANTIRAZZISTI

## UISP EMILIA ROMAGNA

I Mondiali Antirazzisti sono una manifestazione nata nel 1997 da Progetto Ultrà e Uisp Emilia Romagna, in collaborazione con Istoreco (Istituto storico per la Resistenza) di Reggio Emilia, da un'idea molto semplice, dimostratasi poi vincente: organizzare una vera e propria festa che vedesse il coinvolgimento diretto e la contaminazione fra realtà considerate normalmente contrastanti e contraddittorie, quella dei gruppi ultrà, spesso etichettati come razzisti, e quella delle comunità di immigrati. Vengono organizzati ogni anno nel mese di luglio in Emilia-Romagna.

La formula che ha voluto coniugare calcio non competitivo, tifo e colore sugli spalti, concerti di band musicali eterogenee, in un'esperienza di vita comune in campeggio, è risultata di per sé vincente.

I Mondiali sono aperti a tutti, non ci sono gironi speciali, non ci sono barriere e l'unica regola ferrea è quella del rispetto dell'altro. Le squadre (maschili, femminili e miste) sono composte da gruppi ultras e comunità di migranti provenienti da tutto il mondo.

Sul fronte sportivo vengono organizzati: un torneo di basket; un torneo di pallavolo; un torneo di cricket; un torneo femminile; un torneo di touch rugby.

Il successo di quest'evento deriva primariamente dal fatto che tutte le persone che sono capitate, per caso o per scelta, ai Mondiali, l'anno successivo sono tornate portando con sé amici e conoscenti, incuriositi e trascinati dall'entusiasmo dei racconti. Nel corso degli anni, comunque, i Mondiali sono andati configurandosi sempre più come un vero e proprio festival multiculturale ed esperienza concreta di lotta al razzismo.

Alle partite si affiancano infatti importanti momenti di riflessione e dibattiti, concerti e proiezioni di film, all'interno di diversi spazi come la Piazza Antirazzista, dove ogni gruppo/organizzazione espone i propri materiali per presentare le diverse iniziative antirazziste organizzate durante l'anno; il Kalakuta Bar, gestito da un'organizzazione di migranti di Bologna; la tenda Uisp.

Uno degli obiettivi primari dei Mondiali Antirazzisti è l'incontro e il confronto. Usando un torneo non competitivo, l'intenzione è quella di far dialogare fra loro migranti e ultrà, associazioni giovanili ed enti locali, per arrivare ad una conoscenza reciproca e una pos-

# Mondiali antirazzisti

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

sibilità per costruire futuri progetti territoriali o europei. Un modo per costruire reti e connessioni che nel futuro possono portare ad una sperimentazione di azioni e progetti duraturi contro ogni forma di discriminazione.

Altro obiettivo fondamentale del progetto è quello di contrastare il fenomeno di razzismo e di violenza negli stadi. Molto spesso il lavoro di volontariato svolto nella manifestazione a stretto contatto l'uno con l'altro favorisce la conoscenza e la mediazione dei conflitti, contribuendo ad un abbassamento della soglia di tensione fra diverse tifoserie durante le partite.

Per partecipare ai Mondiali non ci sono limiti di età, né di appartenenza culturale/religiosa o di orientamento sessuale, non vengono escluse persone con handicap fisici e mentali. Ogni anno ci sono 6.000 persone in rappresentanza di 70 paesi. Chiunque può iscriversi o iscriverne una squadra.

I gruppi ultras e le comunità di migranti vengono coinvolte in tutte le fasi dell'iniziativa (dalla progettazione alla realizzazione) e nel creare spazi per la mediazione culturale, utilizzando tifosi o migranti che possono lavorare anche come operatori sociali e mediatori culturali e di conflitti.

L'ultima edizione si è svolta a Bosco Albergati, vicino Castelfranco Emilia (Mo), dal 6 all'11 luglio 2011.

## **Intervista ad Andrea Zorzi, ex nazionale di pallavolo, che ha partecipato ai Mondiali nel 2010.**

**Perché il tour "Tracce di sport" ha scelto di fare tappa conclusiva proprio ai Mondiali Antirazzisti?**

Perché questa manifestazione rappresenta un luogo di sport, e più precisamente di sport non competitivo. Un luogo dove è possibile

praticarlo in maniera semplice, in cui la partecipazione è legata per la maggior parte ad un target ben definito: la fascia giovanile tra i venti ed i trent'anni. Giovani provenienti dall'Europa e dal mondo. Un luogo in cui la pratica sportiva diventa un'occasione da declinare nella sua forma aggregativa più pura di socializzazione. Devo sottolineare però un aspetto che ritengo importante: per il mio passato di atleta parlare di sport non competitivo suona come un ossimoro. Non penso che la competitività sia da considerare totalmente in maniera negativa, diventa negativa quando le si attribuisce un significato non appropriato. La competitività rappresenta la naturale voglia di vincere ed impegnarsi per un risultato. Credo faccia parte dei valori dello sport riconoscere chi ha vinto e chi no e soprattutto accettare la sconfitta. Declinato in questa modalità questa parola diventa secondo me un valore che assume anche una valenza educativa.

**La tappa finale è comunque un momento per tirare le fila di un'esperienza. Come è stata complessivamente?**

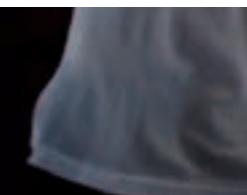
La percezione è quella di aver vissuto un'esperienza ricca di emozioni in cui contemporaneamente è stato possibile osservare lo sport da vicino, sul territorio. L'impressione è stata quella di aver rilevato la mancanza dell'organizzazione di una rete che sia in grado di mettere a sistema il mondo sportivo, un mondo che da sempre abbraccia tante realtà diverse. Sarebbe interessante abbandonare l'approccio concreto dello sport, un concetto a cui l'Italia rischia di rimanere attaccata, parlando solo di impiantistica, atleti ed agonismo, tralasciando l'importanza delle idee in questo contesto. Idee che riguardano la possibilità di rendere lo sport più fruibile per tutti.



# H-SPORT LA PALESTRA DEL SOCIALE

## UISP CROTONE

Il progetto prevede l'organizzazione e la gestione di attività motorie, ludiche e civiche per ragazzi con disabilità gravi. L'esperienza è iniziata nel 2001 con il sostegno degli assessorati alle Politiche sociali del comune di Crotone e della regione Calabria e prosegue ancora oggi. L'attività si svolge in una palestra pubblica e vede impegnati operatori e collaboratori Uisp. L'iniziativa è nata dalla volontà di offrire ai ragazzi disabili l'opportunità di praticare differenti discipline sportive (tiro con l'arco, tennis, basket, pallamano, calcio, pallavolo) e attività ludiche, di aggregazione sociale, di conoscenza del territorio. L'attività ha sviluppato nei ragazzi una maggiore capacità motoria e un miglior coordinamento della mobilità. Gli operatori delle scienze motorie, gli educatori e gli animatori hanno creato un clima ideale sia per l'utenza che per i genitori e i parenti dei ragazzi. L'Uisp si avvale della collaborazione di altre associazioni del volontariato come l'Unitali, di centri per l'handicap e delle scuole con i loro insegnanti di sostegno.



## La testimonianza di Carlo Cava, operatore Uisp

Da alcuni anni sono uno dei referenti degli operatori sportivi Uisp di scienze motorie. Con programmi mirati e aggiornati annualmente offriamo una gamma di attività sportive e motorie valide per singoli soggetti con differenti patologie. E' una esperienza professionale unica con un forte impatto sociale ed emotivo.

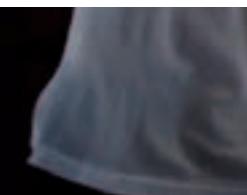
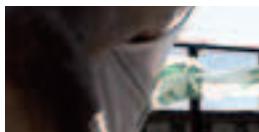
# H-sport - La palestra del sociale

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# H-sport - La palestra del sociale

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# IMMIGRATI-EXTRACOMUNITARI:

## Lo sport come strumento di confronto

### UISP BRESCIA

Immigrati-Extracomunitari: lo sport come strumento di confronto, di convivenza pacifica, di socializzazione in percorsi condivisi nel territorio e nei luoghi di reclusione. Tra gli obiettivi del progetto:

- promuovere la diffusione dello "sportpertutti" attraverso le relazioni che si instaurano tra le varie comunità di immigrati che vivono il territorio, dando vita a percorsi di pratiche civili di convivenza che possono proporre l'incontro ed il riconoscimento delle differenze come ricchezza e non come pericolo;
- organizzare iniziative non solo sportive come momenti di incontro e di dialogo per la conoscenza reciproca tra i cittadini bresciani e i cittadini stranieri; favorire le pratiche di inclusione sociale tramite il confronto sportivo, alla ricerca di una integrazione possibile per una pacifica convivenza tra etnie diverse;
- coinvolgere la società civile (istituti scolastici, associazioni di base, gruppi sportivi, volontari, insegnanti) nella reale conoscenza della drammatica realtà carceraria bresciana, con l'intervento delle realtà esterne alle iniziative proposte negli istituti penitenziari, che vedono la partecipazione di numerosi reclusi stranieri;
- realizzare momenti di solidarietà sul terreno dei diritti negati e del rifiuto di ogni forma di razzismo, considerando il valore socio-culturale dello sport come linguaggio non verbale capace di divenire luogo d'incontro fra differenti lingue, culture;
- giungere ad una sensibilizzazione dell'opinione pubblica ed a una pacifica convivenza fra persone di diverse culture attraverso l'uso dello sport come strumento di socializzazione.

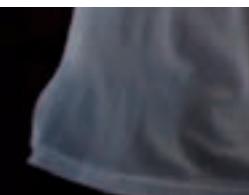
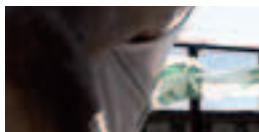
# Immigrati-extracomunitari

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# Immigrati-extracomunitari

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# DANCE ABILITY

## UISP BOLZANO - AREA POLITICHE SOCIALI

Il progetto "Dance Ability" fa parte della mappa "Tutti abili in movimento" organizzata dal Comitato Uisp Bolzano, all'interno della quale vengono presentate tutte le strutture dove i cittadini disabili possono fare attività fisica. L'esperienza è nata grazie alla collaborazione con l'Azienda servizi sociali di Bolzano, si è svolta nel convitto dei Bagni di Zolfo, e ha avuto come protagonisti i malati gravi con problemi psichici e psichiatrici. Nato come progetto pilota è stato rinnovato per il 2011, e altri convitti e associazioni hanno richiesto l'attuazione dei progetti "Ability" e "Dance Ability".

La proposta sportiva prevede un insieme di esercizi corporei che vengono praticati contemporaneamente da cittadini normodotati e cittadini disabili. Ciò permette a persone con differenti possibilità fisiche di muoversi e danzare in un contesto di condivisione e integrazione. Questa disciplina si fonda sulla fiducia reciproca, la fluidità, l'equilibrio, in un dialogo fisico in cui tutti i sensi sono coinvolti. L'attività utilizza i principi base di una tecnica statunitense nata agli inizi degli anni Settanta: la contact improvisation.

Questa attività stimola le persone a scoprire e risvegliare tutte le parti del corpo e a utilizzarle ristabilendo un più profondo contatto con sé stessi e con gli altri, aiutando e rafforzando così la fiducia negli altri e in sé stessi. Si riscopre la possibilità di poter toccare, avvicinarsi all'altro con rispetto e fiducia, senza timori di rifiuti.

## La testimonianza di Silvio, uno dei partecipanti all'attività:

Per me è stato molto importante partecipare. Con queste attività mi sono proprio divertito. Ringrazio gli organizzatori per quello che ci hanno fatto fare. Ci siamo divertiti, è bellissima la Dance Ability!

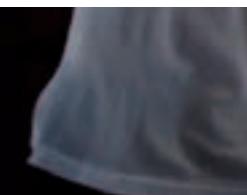
Dance ability

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



**Dance ability**

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT



# PROGETTO CARCERE

## UISP BOLOGNA

Il progetto prevede interventi quotidiani nei settori segnalati dalla Direzione carceraria e con tutti i ragazzi dell'Istituto minorile. La continuità dell'iniziativa è garantita da operatori e da un supporto organizzativo e di coordinamento. L'Uisp provvede inoltre direttamente a tutti i materiali occorrenti per la realizzazione del progetto.

Gli obiettivi sono:

- l'educazione corporea e motoria per l'affermazione di abitudini sane nella quotidianità carceraria; l'uscita dalla sedentarietà; la consapevolezza della salute psicofisica; il recupero dello schema corporeo; la valorizzazione espressiva e comunicativa del corpo stesso;
- la valorizzazione della dimensione ludica come opportunità di socialità e di allenamento delle tensioni prodotte dalla condizione detentiva;
- l'acquisizione di una cultura sportiva fondata sui valori della continuità della pratica, dell'autodisciplina, dell'aggregazione.

Sport quindi non solo come pratica disciplinante, come educazione alle regole, ma anche e soprattutto come strumento di valorizzazione di sé, di socializzazione e di autostima. Alla base del progetto c'è la volontà di inserire il movimento nell'ambito della giustizia come una delle attività principali e trattamentali: lo sport diventa un elemento del progetto di vita delle persone e, ancor di più per i minori che hanno problemi con la giustizia, uno strumento fondamentale. Nei momenti più duri, di emarginazione, la pratica sportiva si trasforma in uno degli aspetti della vita quotidiana che aiuta a mantenere la dignità, trasmette valori di lealtà, rispetto delle regole e dell'altro, contribuisce a rafforzare il rapporto con il corpo e garantisce salute e benessere.

Il progetto ha uno spazio e visibilità sul sito dell'associazione <http://www.uispbologna.it/uisp/Progetto-Carcere/Home.html>.

# Progetto carcere

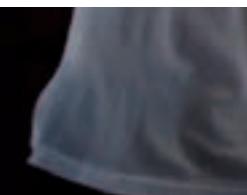
INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

## La testimonianza di Simona, operatrice Uisp all'interno dell'Istituto penale minorile

Da parte di ogni nuovo entrato, c'è un approccio caloroso e ospitale verso noi operatrici, c'è quasi bisogno di dimostrarti che in fondo "sono bravi ragazzi". Dopo questa prima fase segue il periodo della presa di confidenza, in cui a seconda della giornata vieni caricata di ansia e frustrazione oppure di reali confidenze personali. Quando stiamo all'aperto, gli operatori uomini in genere partecipano attivamente alle partite di calcio (unica attività che per ora suscita reale interesse), noi ragazze invece spesso stiamo con chi è in panchina, a parlare un po' di tutto. Quando invece il tempo è brutto riesco a partecipare attivamente all'attività sportiva, cimentandomi nel ping-pong, biliardino, basket.

Ogni tanto capitano momenti un po' pesanti ma è un'esperienza che mi sta insegnando molto, attraverso cui sono entrata in contatto con menti molto acute e intelligenti, che mi procurano numerosi spunti di riflessione.

Un aspetto molto bello è l'istinto di "protezione" che alcuni di loro mettono in atto se mi vedono in imbarazzo... mi portano a fare due passi, solo per chiedermi come sto. E' qualcosa di straordinario, se si pensa che anche loro sono reclusi come gli altri.



# PROGETTO NEMO

## UISP LEGA ATTIVITÀ SUBACQUEE

La Lega attività subacquee Uisp e il Circolo subacqueo ravennate, in pieno accordo con il progetto nazionale dal titolo "Sub...normali o divers...abili", rivolto all'apertura della subacquea alle varie forme di disabilità, ha promosso il progetto sperimentale "Nemo", indirizzato a bambini con disabilità psichica che attraverso le attività in acqua permetta di: acquisire capacità attraverso l'apprendimento di tecniche natatorie in senso lato (tecniche di nuoto, uso della maschera, tecniche di respirazione con autorespiratore) da utilizzare quale veicolo di socializzazione e integrazione nel gruppo dei pari; promuovere una diversa cultura dell'integrazione per l'abbattimento di stigma e pregiudizio.

Il progetto ha visto l'inserimento di quattro ragazzi con disabilità psichiche nel 2009/2010 e di altri due nel 2010/2011, nel corso di avviamento alla subacquea con altri 12 bambini normodotati. Nella preparazione al progetto si sono avuti diversi incontri tra lo staff del Circolo ed esperti, psicologi, psichiatri ed educatori, per sensibilizzare e migliorare le competenze e sono stati individuati i punti focali per la realizzazione: un rapporto istruttore/bambino 1/1, mantenendo sempre lo stesso istruttore per favorire una relazione di affidamento; sviluppo di percorsi individualizzati che tengano conto delle caratteristiche dei bimbi e delle loro competenze; compresenza con gli altri bimbi, prevedendo momenti comuni di inizio e fine per favorire conoscenza, reciprocità, integrazione e restituzione dei successi che ponga sullo stesso livello qualsiasi successo ottenuto; compresenza dei genitori sugli spalti per favorire interscambi e rompere barriere attraverso la reciproca conoscenza.

L'intervento non ha finalità terapeutiche pur consapevoli che una relazione di affidamento con l'istruttore, la frequentazione del gruppo dei pari, il cimentarsi con un mezzo non a tutti abituale come l'acqua, il doversi relazionare con regole condivise in un contesto pubblico (la piscina) possono mettere in moto emozioni ed esperienze che, se ben condotte, possono entrare nel bagaglio esperienziale dei bambini con una ricaduta anche nella loro qualità di vita con aumento del senso di sicurezza ed efficacia personale.

Il progetto si sviluppa in più fasi: sette giornate in piscina profonda 180 cm; cinque giornate in piscina profonda 380 cm; uscite in mare all'isola d'Elba e sulle coste romagnole (tre uscite con immersione) fatte nel 2010.

# Progetto Nemo

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

## La testimonianza di Freddy Testi, istruttore Uisp

Quest'anno ho avuto l'opportunità, grazie al mio circolo, di portare sott'acqua un bambino affetto dalla sindrome di down: esperienza bellissima, soprattutto per quello che lui riesce a darti sotto il profilo umano. La partenza con Matteo – questo il nome del ragazzo - non è stata delle più facili, mi aspettavo un bambino che sapesse nuotare, invece sapeva, forse, galleggiare. Ci siamo presentati e facendo conoscenza ho percepito, da parte sua, una certa disponibilità a seguirmi e a fare gli esercizi. Sono stato sempre bene attento a non insistere troppo nel fare le cose, cercando, soprattutto, di farlo divertire.

Entriamo in acqua e Matteo non nuota... galleggia. A questo punto mi metto di schiena e nuotando a rana all'indietro lo faccio distendere su di me. Tenendolo per le mani lo porto in giro per la piscina. All'inizio è molto rigido e si stanca facilmente (anche io) poi man mano prende confidenza e si rilassa diventando tranquillo e sciolto anche perché, essendogli sempre accanto, vede in me un appiglio sicuro dove nelle difficoltà aggrapparsi.

A questo punto essendo la cosa molto dura fisicamente, decido di provare con le pinne e la maschera... un altro pianeta (forse la chiave di volta). Le cose si facilitano e iniziamo a fare vasche su vasche con la testa fuori dall'acqua.

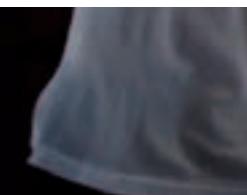
Col passare delle lezioni vedo Matteo cambiare notevolmente, soprattutto nei miei confronti, stiamo diventando amici e inizia ad accettare anche un contatto fisico (cosa che prima evitava): una carezza, una stretta di spalle... anzi è lui che mi cerca, con un dito mi tocca il viso, la mano e così via. Anche con gli altri bambini diventa più espansivo, soprattutto nel secondo corso quando si "innamora". Tornando in acqua, col passare delle lezioni, le cose migliorano ulteriormente: risolviamo i problemi, non da poco, con il boccaglio che non riesce a tenere bene in bocca e perciò si riempie d'acqua. Il passaggio successivo, cioè l'attrezzatura, me lo richiede direttamente Matteo, vedendo i suoi com-

pagni che la indossano; anche se con qualche titubanza, perché le difficoltà con il boccaglio si sarebbero trasformate, poi, in difficoltà con l'erogatore, mi sono detto "perché no... proviamo!".

Dopo vari tentativi e qualche bevuta, sempre sdrammatizzando con tante risate, ci siamo immersi... "siamo Sub". Pian piano i tempi di immersione si allungano notevolmente

Ogni volta prima della lezione vado dalla madre di Matteo per sapere cosa racconta a casa (emozioni, sensazioni, ecc.) e per conoscere dei lati del suo carattere per poter insistere o meno su certe cose. La mamma mi ha dato sempre massima libertà e fiducia, a volte mi ha detto di essere più duro nei confronti del proprio figlio e di insistere tranquillamente nelle cose.

Quando la mamma di Matteo mi ha detto: "grazie Freddy... grazie tanto", in quel grazie io ci ho letto molto...ma le ho risposto che il piacere era stato mio, entrambi ci siamo dati qualcosa, io ho conosciuto un ragazzo sincero e puro nelle sue emozioni e nei sentimenti e spero che grazie al mio sport e al mio "poco" sapere io gli abbia regalato momenti di felicità e gioia".



# TUTTINPISTA - AREZZOABILIA

## UISP AREZZO

L'Uisp Arezzo, in collaborazione con il Coni Provinciale, ha proposto per il terzo anno consecutivo la manifestazione Tuttinpista - Arezzoabilia, per sostenere il progetto "Pedala con il Cuore" promosso dall'associazione "All Stars Arezzo Onlus", per l'acquisto di tricicli per adulti, armbike, handbike e tandem adattati, per permettere ai cittadini disabili di svolgere attività sportive non agonistiche, integrate e inclusive.

L'evento si è svolto domenica 12 settembre 2010 all'interno del parco Pertini di Arezzo, dalle 9.30 con un ricco programma di attività: la corsa podistica aperta a tutti; l'esibizione Sbandieratori della Giostra del Saracino di Arezzo; il pranzo presso l'Asd Baseball softball club Arezzo; "Vivere lo Sport", punti sport aperti a tutti, organizzati dalle Federazioni sportive e da associazioni e società Uisp; le gare di calcio a cinque integrato; le esibizioni e le dimostrazioni, con possibilità di prova, di ginnastica, judo, scherma in carrozzina, tiro con l'arco, pallacanestro in carrozzina, equitazione, mini moto, pattini a rotelle e tiro alla fune.

All'interno della manifestazione si è svolto anche il dibattito su "Lo sport come mezzo d'inclusione sociale". La giornata si è conclusa con lo spettacolo del comico Stefano Bellani da Zelig e della cantante Stefania Cento. Oltre duemila i partecipanti.

Le tre edizioni hanno offerto occasioni di partecipazione globale e hanno veicolato nel modo più consono il messaggio di uno sport alla portata di tutti, capace di mobilitare tanti soggetti in favore dell'inclusione e della solidarietà.

Nelle due precedenti edizioni, la raccolta fondi è andata a sostegno del progetto "Casa dolce casa - un posto per tutti", promosso dall'Associazione italiana persone down, sezione di Arezzo e finalizzato alla realizzazione di un centro polifunzionale all'interno del quale sviluppare attività ricreative, gestite da alcuni giovani con sindrome di Down; esperienze di vita residenziale fuori dell'ambito familiare; attività istituzionali dell'associazione, quali il servizio d'informazione e consulenza.

# Tuttinpista - Arezzoabilia

INNOVAZIONE E NUOVA CULTURA DELLO SPORT

## **Intervista a Fabrizio Giorgeschi, presidente Asd "All Stars Arezzo Onlus"**

**C'è stata partecipazione di tanti aretini e non, moltissimi hanno voluto provare l'ebbrezza della competizione, proprio come te? Mi sono divertito tantissimo al torneo di calcio a cinque con un entusiasmo da ragazzo. Calcio integrato, calcio vero, insieme a tanti ragazzi "speciali".**

**Tuttipista-Arezzoabilia si propone di raggiungere obiettivi importanti?**

Importantissimi. Tutti ci siamo sentiti pari ed uguali e indipendentemente dall'entità della raccolta fondi a favore del nostro progetto "Pedala con il Cuore", l'iniziativa ha pienamente soddisfatto quello che ci aspettavamo: far divertire e divertirci.

**Dunque un'idea felice?**

L'Uisp aretina ha creato una manifestazione nella quale si riconoscono in tanti, a partire dal Coni provinciale e dalle massime istituzioni pubbliche. Anche la nostra associazione ha partecipato convintamente fin dalla prima edizione del 2008. Nell'edizione di quest'anno abbiamo proposto di acquistare tricicli per adulti, armbike, handbike e tandem adattati per soddisfare bisogni di persone con disabilità fisica e intellettiva. Proposta che ha trovato subito il consenso dell'Uisp e dei partecipanti alla manifestazione, che al di là dell'entità del ricavato, hanno dimostrato grande sensibilità verso questi temi.