



FEDERAZIONE
ITALIANA
DELLO
SPORT
UNIVERSITARIO

I Progetti Territoriali dei CUS - 2024

CUS Torino



CENTRO
UNIVERSITARIO
SPORTIVO
TORINO



CUS Cosenza



CUS Torino



ONDE DI CAMBIAMENTO: il fiume per una società inclusiva

Barbara Rocca, Referente Territoriale di Progetto

Il progetto si basa su tre principi fondamentali. Il primo è la continuità, garantita da una presa in carico costante, resa possibile da una comunicazione fluida tra operatori e da un impegno attivo nel raggiungimento degli obiettivi. Il secondo è la globalità, che prevede un approccio ecologico, considerando l'ambiente nella sua totalità e promuovendo una visione olistica del supporto. Infine, l'ampiezza e la profondità mirano a un'analisi completa e approfondita, coinvolgendo attivamente sia la persona con disabilità sia la sua famiglia.

Il progetto ha l'obiettivo di favorire la riabilitazione e l'inclusione sociale di persone in situazioni di fragilità, in particolare con disabilità psichica e intellettiva, attraverso percorsi di recupero e integrazione sviluppati nell'ambiente del fiume Po. Si intende promuovere la possibilità di praticare discipline sportive accessibili durante tutto l'anno, anche all'aria aperta, incentivando così l'attività fisica strutturata e l'adozione di stili di vita sani.

L'iniziativa si rivolge non solo a giovani e adulti con disabilità intellettiva, ma anche agli studenti dell'istituto SIES A. Spinelli, coinvolti attraverso un percorso di alternanza scuola-lavoro.

Le attività previste comprendono la promozione della disciplina remiera con tre appuntamenti settimanali, adattati alle esigenze dei partecipanti. Gli allenamenti includono sessioni indoor con remoergometro, esercizi a corpo libero per valutare e proporre l'attività remiera più adeguata (coppia o punta) e uscite in barca con diverse tipologie di imbarcazioni: quattro di punta, doppio canoa con galleggianti, canoino con o senza galleggianti e canoa paralimpica.

Il progetto prevede inoltre la partecipazione a eventi regionali e nazionali, coinvolgendo gli studenti dell'istituto SIES A. Spinelli in attività di volontariato. Infine un ulteriore elemento chiave è la collaborazione con l'Azienda Ospedaliera della Città della Salute.



CUS Cosenza

Play UNICAL

Giovanni Ferrari, Referente Territoriale di Progetto

Play UNICAL è stato creato per rendere il Campus Universitario un ambiente sempre più attivo e inclusivo.

Il progetto mira a trasformare l'area universitaria in uno spazio sportivo dinamico, favorendo l'attività fisica e l'interazione sociale tra gli studenti. La vasta gamma di attività sportive e di benessere proposte ha l'obiettivo di ridurre la sedentarietà, combattere lo stress e creare un ambiente accogliente in cui tutti possano sentirsi a proprio agio.

L'iniziativa si fonda su quattro obiettivi principali. L'inclusività garantisce a tutti gli studenti, indipendentemente dal loro background o dalle loro abilità, la possibilità di partecipare e beneficiare della pratica sportiva. Il benessere mira a migliorare la salute fisica e mentale attraverso l'esercizio regolare e il coinvolgimento sociale. Lo sviluppo delle competenze trasversali favorisce la crescita personale, potenziando il lavoro di squadra, la comunicazione e la leadership attraverso attività sportive e di gruppo. Infine, il senso di appartenenza aiuta a creare una comunità solida e inclusiva tra studenti provenienti da contesti diversi.

Le attività proposte saranno molteplici e comprenderanno sport convenzionali, giochi adattati e lezioni di fitness. Queste si svolgeranno in diverse aree del Campus, tra cui le strutture del CUS e gli spazi all'aperto dell'UNICAL. Oltre alla pratica sportiva, verranno organizzati workshop su temi di grande rilevanza, come la nutrizione e la gestione dello stress.

Il progetto è rivolto agli studenti dell'Università della Calabria, con particolare attenzione a coloro che sono inattivi dal punto di vista motorio o che non coinvolti in programmi sportivi tradizionali.



FINANZIAMENTO DI PROGETTUALITÀ
TERRITORIALI DEI CUS - AVVISO ANNO 2024

