

*Il progetto intende promuovere la pratica sportiva inclusiva focalizzando l'attenzione sugli sport che possono essere praticati anche dalle persone con disabilità di tutte le fasce d'età.*

*Saranno organizzati **alcuni eventi informativi e di sensibilizzazione** sul territorio di Roma aventi una funzione esplicativa, dimostrativa e pratica sul ruolo dello sport nell'inclusione sociale della persona con disabilità.*

*Durante gli appuntamenti sarà possibile incontrare gli addetti ai lavori, le persone con disabilità che praticano lo sport, gli studenti delle scuole che hanno la possibilità di prendere parte a discipline sportive integrate. Sarà inoltre possibile cimentarsi negli sport, sia in loco, avvalendosi del materiale e degli strumenti messi a disposizione, sia fissando appuntamenti con gli interlocutori che presentano lo sport più affine ai propri desiderata.*

*Il progetto prevede inoltre l'organizzazione e realizzazione di un torneo di calcetto integrato e un torneo di Para Badminton organizzato dall'Associazione Sportiva Vitinia di Roma.*



## ISTITUTO "LEONARDA VACCARI"

Per la Riabilitazione, l'Integrazione e l'Inclusione delle  
Persone con Disabilità

In collaborazione con



## FEDERAZIONE ITALIANA BADMINTON

E



## ASSOCIAZIONE SPORTIVA DISABILI DON ORIONE



# PROGETTO

## "DIVERTIRSI INSIEME SUPERANDO LE DIVERSITA'"

Con il finanziamento della Regione Lazio

Avviso per la concessione di contributi  
ai sensi del regolamento regionale N. 19  
del 17 luglio 2018



# PROGETTO “DIVERTISRI INSIEME SUPERANDO LE DIVERSITA’”

Come testimoniano numerosi studi sul ruolo dello sport nella vita delle persone, svolgere attività sportive e attività sociali migliora la qualità della vita percepita dalle persone con disabilità. Il 75% di coloro che praticano uno sport dicono di essere soddisfatti della loro vita. Soltanto il 2% di quelli che non lo praticano si ritengono soddisfatti.

E' un dato oggettivo che la disabilità limiti l'autonomia di movimento della persona, determinando una condizione di sedentarietà che finisce per ripercuotersi negativamente sullo stato di salute dell'individuo. Si sovrappongono spesso alla patologia di base le complicanze proprie della “malattia ipocinetica” quali: obesità, diabete, dislipidemia, osteoporosi, ipertensione, aterosclerosi precoce. In quest'ottica l'attività sportiva, in alcuni casi anche agonistica, viene ad avere effetti positivi sia sul piano organico che su quello psicologico,

permettendo un recupero della fiducia in sé e negli altri, un potenziamento dell'autostima, etc.

Attraverso l'educazione psicomotoria e la pratica sportiva la persona con disabilità può riuscire a sperimentare una nuova integrazione Mente/Corpo, migliorando:

- sul piano cognitivo
- sul piano fisico
- sul piano sportivo
- sul piano psicologico
- sul piano socio-educativo

Chi fa sport vive di più perché protegge meglio la propria salute, vede migliorate piccole patologie come cefalee, disturbi gastrici, stitichezza, previene il declino muscolare e osseo.

Non va dimenticata l'azione calmante dell'attività sportiva. Fare sport permette di allontanarsi dai problemi quotidiani e di ricaricarsi.

Durante l'attività fisica vengono inoltre secrete le endorfine, sostanze che stimolano l'organismo, predisponendolo a reagire positivamente a situazioni di stress.

Lo sport consente dunque di rafforzarsi fisicamente ed anche mentalmente, donando una maggiore determinazione, cui

conseguono più autostima, fiducia in se stessi e ottimismo.

L'attività sportiva diventa quindi lo strumento tramite il quale implementare uno stile di vita più salutare, confrontarsi con altre persone, vivere esperienze di integrazione e di inclusione

Obiettivo generale del progetto è la promozione delle discipline sportive inclusive sul territorio di Roma, con particolare attenzione alle seguenti attività:

- basket in carrozzina,

- calcetto integrato,

- badminton e para-badminton

e di avvicinare le persone al mondo dello sport inclusivo.

**5 e 6 ottobre 2019**

4° Edizione del Torneo “Roma”

Circuito Nazionale Para Badminton 2019

Centro Sportivo Olimpico Esercito

Via degli Arditi, 1 - Roma

**24 ottobre 2019 h. 15.00**

Presentazione sport inclusivi e possibilità di provare le diverse discipline sportive

Istituto Leonarda Vaccari

Viale Angelico, 22 - Roma