



# LA SALUTE AL CENTRO



Dipartimento  
per lo sport

LA SALUTE AL CENTRO è un progetto ASC realizzato con il contributo del Dipartimento per lo sport





## IL PROGETTO

“La Salute al Centro” ha l'obiettivo di promuovere l'attività sportiva su tutto il territorio nazionale supportando un cambiamento dei propri stili di vita.

Attori di questa trasformazione sono i centri sportivi che assumeranno la connotazione di “Centri Sportivi della Salute” proponendo delle azioni attive verso categorie di soggetti definiti “vulnerabili” per motivi differenti:

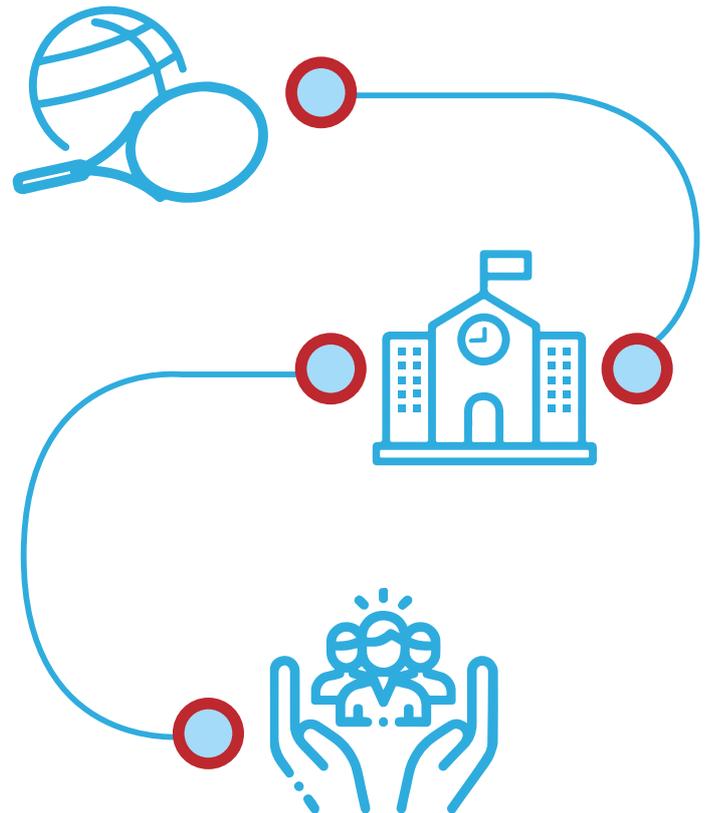
- per situazione socio-economica (nel caso dei minori in età 6-17 anni)
- per età (nel caso degli anziani)
- per condizione patologica (nel caso di persone con patologie croniche non trasmissibili stabilizzate)

## A CHI SI RIVOLGE

“La Salute al Centro” mira a divenire per i destinatari uno strumento di cambiamento delle abitudini e stili di vita, e il raggiungimento di una condizione di maggiore benessere psicofisico-sociale.

Il progetto intende promuovere un cambiamento anche nei centri sportivi e nelle ASD/SSD che li gestiscono qualificandone l'azione in termini di attori protagonisti che contribuiscono attivamente, in condizioni di sicurezza, a promuovere la salute nelle comunità locali di appartenenza.

Il progetto di ASC si propone di attivare su tutto il territorio nazionale una rete di centri sportivi certificati, denominati “Centri Sportivi della Salute”, strutturalmente idonei ad accogliere e trattare, con personale specializzato ed opportunamente formato, soggetti che a vario titolo possono essere considerati “vulnerabili” e che possono aumentare il loro livello di socializzazione e inclusione sociale, ridurre i fattori di rischio o trarre beneficio per la propria



condizione patologica dall'attività fisica opportunamente proposta.

L'individuazione dei centri sportivi sarà effettuata attraverso un processo di selezione tale da garantire la qualità e la sicurezza degli interventi, con azioni formative, condivisione di valori etici e misure specifiche a sostegno della ripartenza post Covid-19.

# IL TOUR DELLA SALUTE

Parallelamente ai Centri Sportivi della Salute, l'attività di promozione dei sani stili di vita avviene anche con il "Tour della Salute": 10 tappe nelle principali città italiane per sensibilizzare la popolazione all'attività fisica, motoria e sportiva.

L'iniziativa prevede la realizzazione di veri e propri villaggi che ospiteranno spazi con personale altamente specializzato sulla prevenzione di primo livello e spazi ludici dedicati alla promozione delle attività sportive (es. danza, tiro con l'arco, tai chi chuan, ginnastica, fitness...).



## NELL'AMBITO DEL "TOUR DELLA SALUTE" SONO PREVISTI:

- attività di promozione di stili di vita attivi
- colloqui con gli specialisti (anche per gli aspetti collegati all'alimentazione)
- interventi di divulgazione scientifica attraverso i referenti delle società scientifiche coinvolte



# LA FORMAZIONE

## “Metti lo Sport in sicurezza”

Percorsi formativi destinati alle ASD/SSD per garantire ai destinatari del progetto una ripartenza in sicurezza attraverso l'implementazione di protocolli e misure di prevenzione.



## Formazione dei tutor dei progetti sportivi assistiti per minori

Percorsi di formazione dei tecnici sportivi impegnati negli interventi di promozione della pratica dell'attività sportiva di minori in situazione di disagio socio-economico con attenzione anche ai processi di inclusione sociale dei ragazzi seguiti.



## Formazione “active ageing leader”

Percorsi di formazione sulla pratica dell'attività fisica, motoria e sportiva negli interventi di promozione dell'invecchiamento attivo delle persone anziane.



## Formazione sull'Attività Fisica Adattata (AFA) per specifiche alterazioni croniche dello stato di salute e per la prevenzione secondaria e terziaria delle disabilità

Percorsi di formazione sull'Attività Fisica Adattata (AFA) rivolti agli operatori sportivi dei “Centri Sportivi della Salute” che saranno impegnati negli interventi a beneficio delle persone con patologie croniche che possono ridurre i fattori di rischio o comunque trarre beneficiarie dallo svolgimento di attività sportiva.





## ATTIVITÀ SPORTIVE

### **Attività sportiva degli anziani fragili**

Avvio alla pratica sportiva di anziani fragili. L'attività sportiva assistita si svolgerà per un periodo indicativo di almeno 6 mesi con una frequenza di almeno 2 ore settimanali, variabili in base alla disciplina sportiva.

### **Attività sportiva per minori in situazione di disagio socio-economico**

Avvio alla pratica sportiva di minori in età 6-17 che per ragioni economiche non fanno sport, individuati in accordo con Comuni e altre agenzie educative del territorio sulla base di un regolamento di riferimento. L'attività sportiva assistita si svolgerà per un periodo indicativo di 9 mesi con una frequenza di almeno 2 ore settimanali, variabili in base alla disciplina sportiva, è sarà sostenuta attraverso la così detta "dote sport", una sorta di voucher per l'accesso gratuito alle attività sportive.

### **Attività Fisica Adattata per soggetti con patologie croniche non trasmissibili stabilizzate**

Implementazione dei protocolli operativi di riferimento previsti dai percorsi di Attività Fisica Adattata per le persone con patologie croniche non trasmissibili stabilizzate la cui pratica di attività sportiva sarà sostenuta attraverso i così detti "voucher della salute".



## CONTATTI

Via Reno 30, 00198, Roma

Tel (+39) 06.8848874 | Tel (+39) 06.89766106 | Fax (+39) 06.23328923

[www.ascsport.it](http://www.ascsport.it)



Dipartimento  
per lo sport

LA SALUTE AL CENTRO è un progetto ASC realizzato con il contributo del Dipartimento per lo sport