



UNIMORE

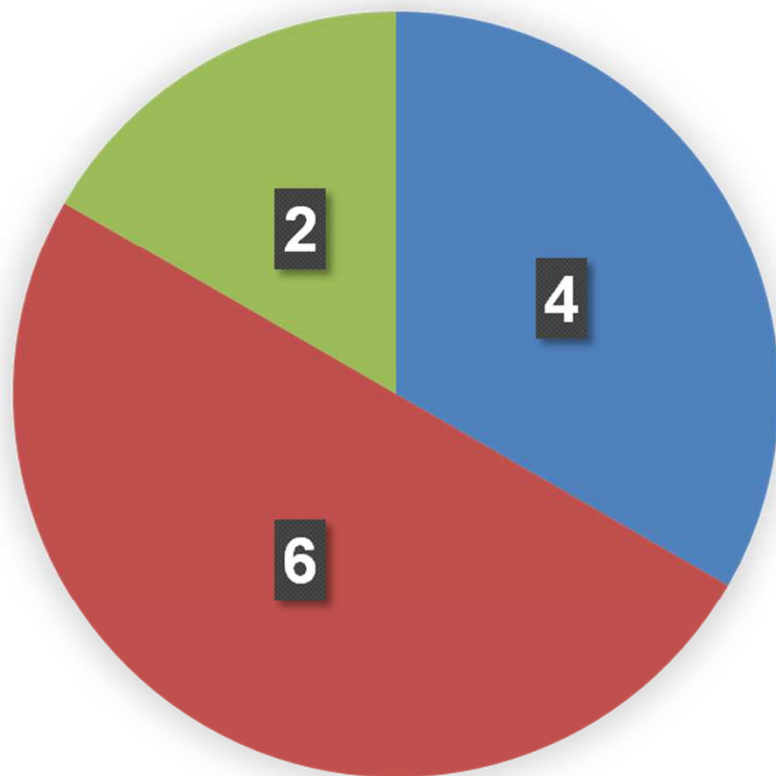
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI
MODENA E REGGIO EMILIA

Attività didattiche e di ricerca
a Reggio Emilia
nell'area **San Lazzaro**

UNIMORE è presente a *Reggio Emilia*
nell'Area **San Lazzaro** con le attività didattiche
e di ricerca di 3 Dipartimenti

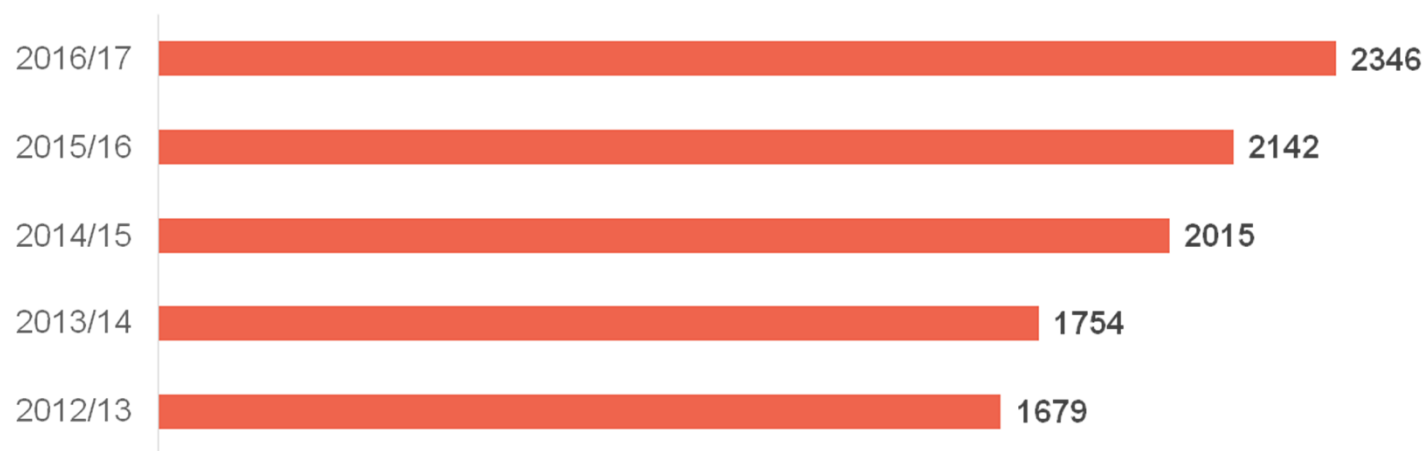
- ✓ **Dipartimento di Scienze e Metodi dell'Ingegneria (DISMI)**
- ✓ **Dipartimento di Scienze della Vita (parte ex-Agraria)**
- ✓ **Facoltà di Medicina e Chirurgia (limitatamente a gruppo corsi e attività Professioni Sanitarie)**

Complessivamente qui sono ospitati **12** corsi di laurea



- 4 corsi di laurea in ambito tecnologico (2 lauree triennali e 2 lauree magistrali)
- 6 corsi di laurea in ambito medico-sanitario (5 lauree triennali; 1 laurea magistrale)
- 2 corsi di laurea in ambito agricolo-alimentare (1 laurea triennale; 1 laurea magistrale)

ANDAMENTO GENERALE STUDENTI FREQUENTANTI CORSI DI LAUREA OSPITATI AL **SAN LAZZARO**



Impegno di UNIMORE per la diffusione tra gli studenti della pratica sportiva:

- ✓ **Accordo quadro con il Comune di Reggio Emilia**
- ✓ **Protocollo d'intesa CONI – UNIMORE “SPORT EXCELLENCE”**
- ✓ **Protocollo d'intesa con UISP RE**
- ✓ **Protocollo d'intesa con CSI RE**
- ✓ **Protocollo d'intesa con Pallacanestro Reggiana**
- ✓ **Protocollo d'intesa con Rugby Reggio**

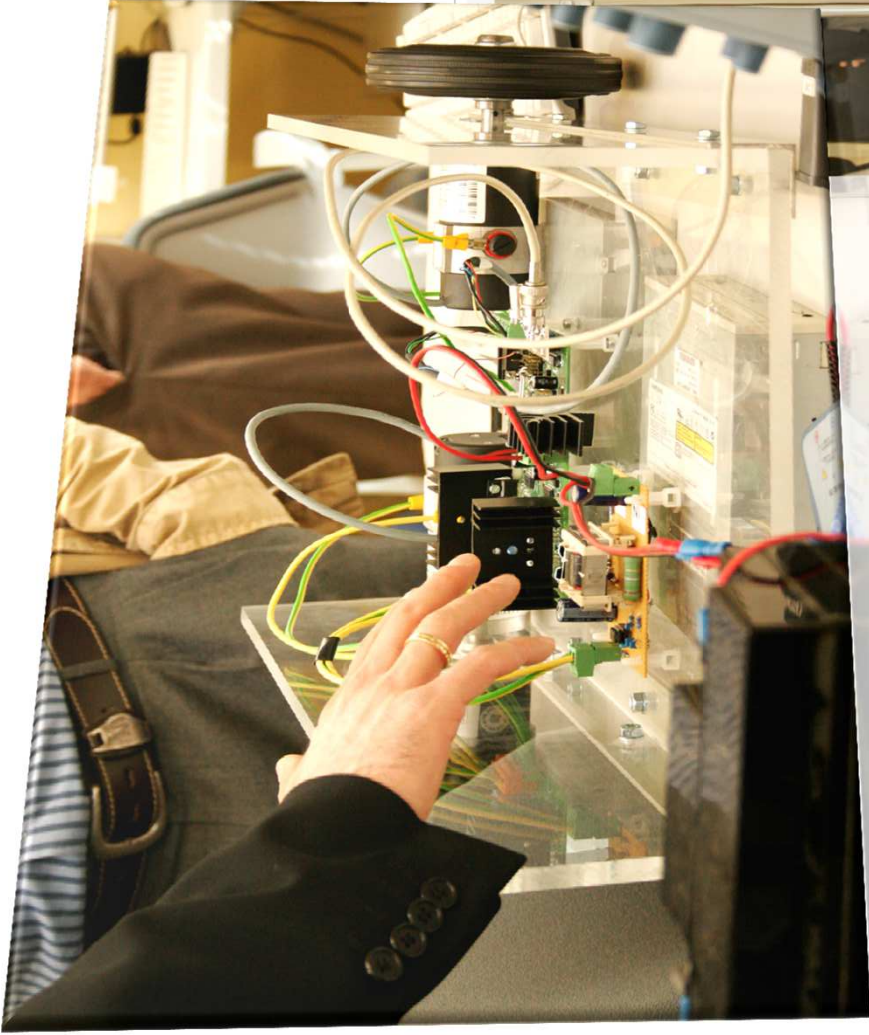


UNIMORE





UNIMORE

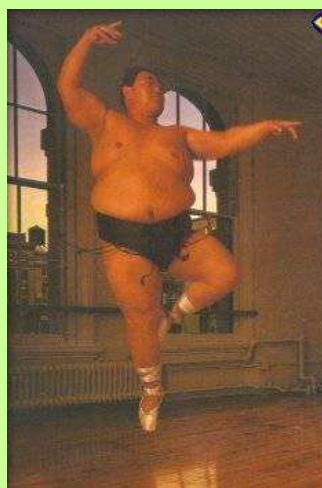




Benessere e attività fisica

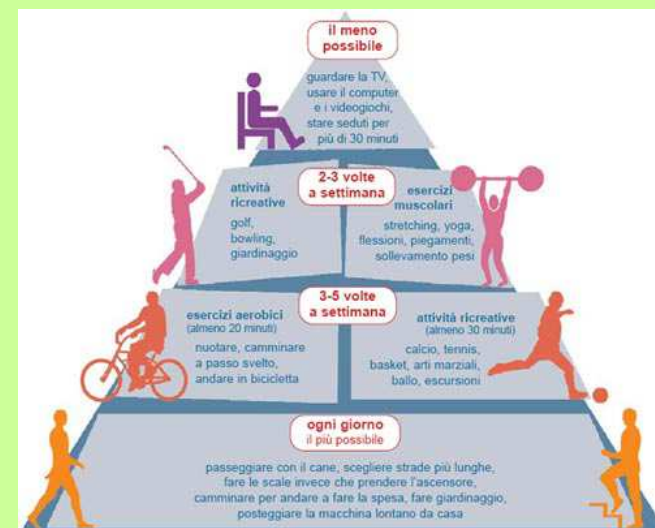
Dr Gianni Zobbi

Responsabile del Centro Provinciale di Medicina dello Sport e Promozione dell'Attività Fisica



Sedentarietà

- La Medicina moderna considera la mancanza di attività fisica come una vera e propria malattia e le dà un nome: *Malattia Ipocinetica*
- Significa che la Medicina considera l'attività fisica come una vera e propria terapia, in alcuni casi più efficace dei farmaci



Cosa intendiamo con attività fisica?

- Tutto il “movimento” in più che una persona può fare senza essere uno sportivo e senza “sconvolgere” la sua vita



Attività fisica = attività sportiva?

NO



ATTIVITÀ SPORTIVA

Attività fisica che comporta situazioni competitive strutturate e sottoposte a regole ben definite.

AS. Agonistica o competitiva

Attività fisica finalizzata a performance agonistiche, prevede la regolare partecipazione a competizioni sportive riconosciute dalle federazioni sportive nazionali e internazionali.

AS. Non agonistica

praticata a scopo ludico-ricreativo



Attività fisica o attività sportiva?

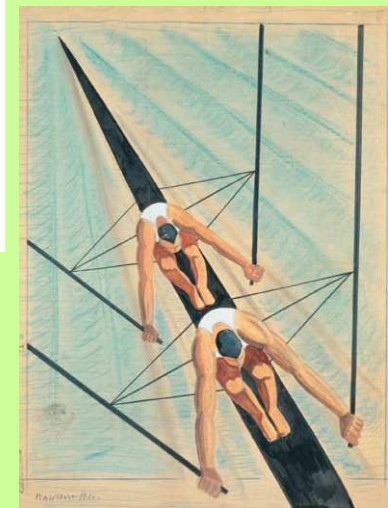
ATTIVITÀ FISICA.....ATTIVITÀ SPORTIVA

differiscono per:

- **INTENSITÀ DELL'ESERCIZIO FISICO** (dispendio energetico) - max f.c.
- **COSTANZA E RIPETIZIONE DEGLI ALLENAMENTI** (preparazione alla gara sportiva)
- **MOTIVAZIONI** : confronto con gli altri (competizione), motivazioni economiche (professionismo).



5



La Medicina dello Sport suggerisce come l'attività fisica sia un "vero e proprio farmaco" per:

- Controllo dei livelli di zucchero e di colesterolo nel sangue
- Controllo del peso corporeo
- Funzionamento del cuore e delle arterie
- Nella circolazione venosa degli arti inferiori
- Nel controllo del respiro
- Nell'osteoporosi
- Nel controllo della maggior parte delle forme di asma

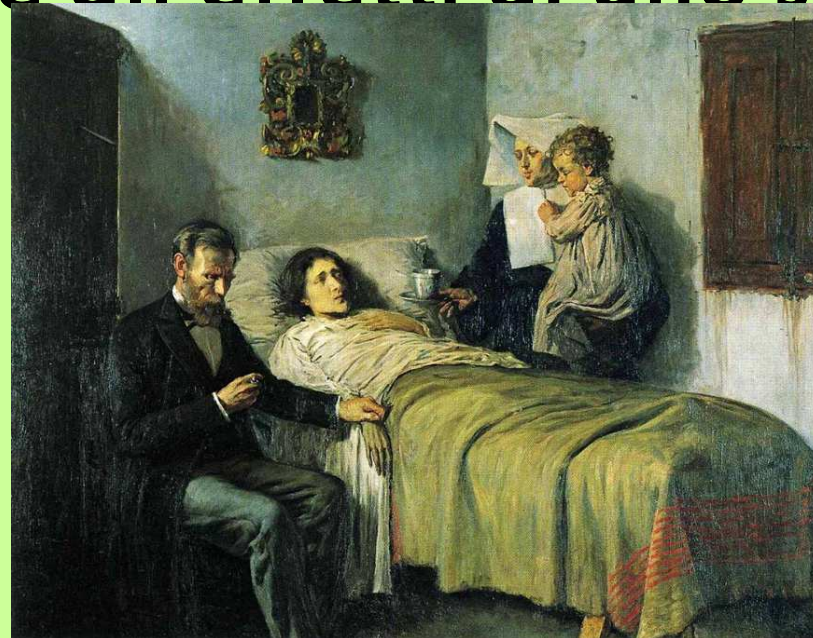


La Medicina dello Sport suggerisce come l'attività fisica sia un "vero e proprio farmaco" per:

- Funzionamento delle articolazioni
- Resistenza alle malattie infettive
- Insorgenza di alcuni tumori
- Nell'ansia e nella depressione
- Nella solitudine
- Nella demenza
- Nei problemi del sonno
- Nei problemi di impotenza
- Nella capacità di sospendere o non iniziare l'abitudine al fumo



«Date le conoscenze in nostro possesso sui benefici del movimento, dovrebbe essere obbligatoria l'autorizzazione del medico per chi NON pratica l'attività fisica, per valutare se queste persone sono in grado di reggere ali effetti di uno stile di vita



Mission del CRIBA*

Creare un **punto di riferimento regionale** sulle tematiche riguardanti l'ambiente costruito, in grado di individuare soluzioni efficaci e idonee ad accrescere i livelli di accessibilità, autonomia e inclusione nei diversi contesti ambientali.



*CRIBA: Centro Regionale di Informazione sul Benessere Ambientale

Gli effetti del servizio regionale

- Se, durante la consulenza, associamo all'utente il suo intorno di relazioni, a partire dalla famiglia stessa, di fatto c'è un **effetto moltiplicatore**, dove l'autonomia e il benessere acquisito dalla persona con disabilità ricadono sulla sua rete relazionale”
- Quindi, è ragionevole pensare che i benefici della collettività assumono una dimensione ben maggiore.



● Il CRIBA appartiene al Network C.E.R.P.A.

la rete dei centri di eccellenza



www.cerpa.org
www.criba-er.it

In attesa di definizione

Le suggestioni del CRIBA nel progetto del Parco di San Lazzaro



Toilette chimica mimetizzata



Attrezzature ginniche accessibili a tutti e poste all'ombra



Percorsi con aggreganti per facilitare l'accessibilità



Panchine contro la violenza



Cestini dei rifiuti



Piante profumate agli angoli per l'orientamento



Rastrelliera per biciclette

Le suggestioni del CRIBA nel progetto del Parco di San Lazzaro



Fontanella accessibile



Segnaletica di



Targhe informative



Bagno chimico accessibile



Rastrelliera per biciclette



Attrezzature ginniche per tutti

Le suggestioni del CRIBA nel progetto del Parco di San Lazzaro



Recizione parziale del luogo



Recizione parziale del luogo



Percorso con aggregante



Pianta generale e tattile di orientamento

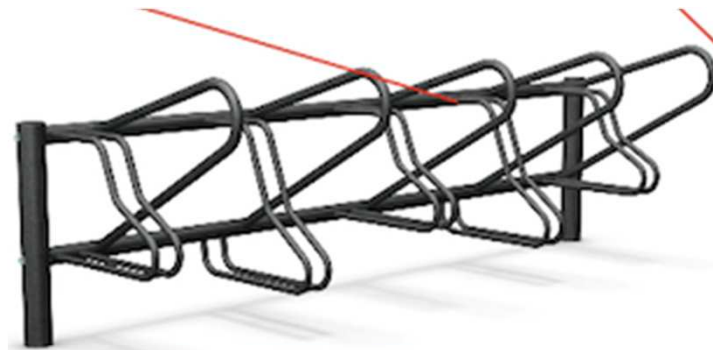


Panche e poltrone anche per bambini



Cestini per rifiuti differenziati

Le suggestioni del CRIBA nel progetto del Parco di San Lazzaro



Rastrelliera per biciclette



Cestini dei rifiuti



Segnaletica inform.



Panchine che si raccontano



Parcheggi riservati a ridosso dell'ingresso

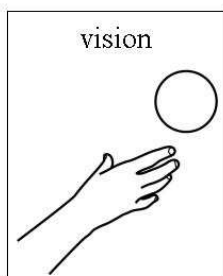


GENITORI PER L'INCLUSIONE SOCIALE



Noi di GIS **siamo prima di tutto genitori.**

Abbiamo a cuore il benessere dei nostri figli e insieme ci battiamo perché i loro diritti all'integrazione e all'inclusione sociale siano rispettati. Siamo attivi dal 2013.



Sogniamo una società in cui ognuno possa sentirsi a proprio agio e dove **la diversità sia considerata solo come un valore che arricchisce.**



Ogni giorno combattiamo insieme piccole e grandi battaglie per **garantire l'inclusione sociale.**

Ci impegniamo a essere un punto di riferimento per i genitori e a partecipare attivamente alla complessa rete che sostiene i diritti delle persone disabili



Comunicare è vita

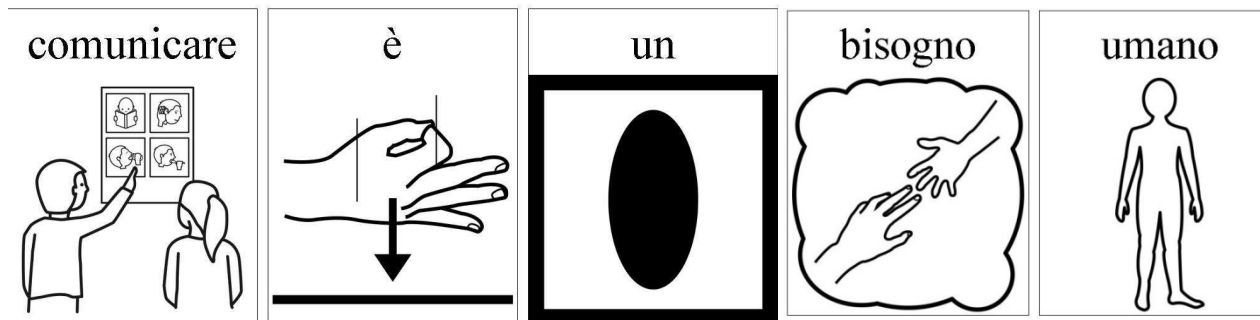
- l'inclusione non può prescindere dalla comunicazione. Ecco perché ci impegniamo a diffondere la CAA (Comunicazione Aumentativa Alternativa) in tutti i contesti di vita.

Inclusione sportiva

- spesso il tempo libero è ciò che isola maggiormente i ragazzi con disabilità. Preparare le società sportive all'inclusione è un'opportunità per tutti, al di là di ogni performance.

Diritti

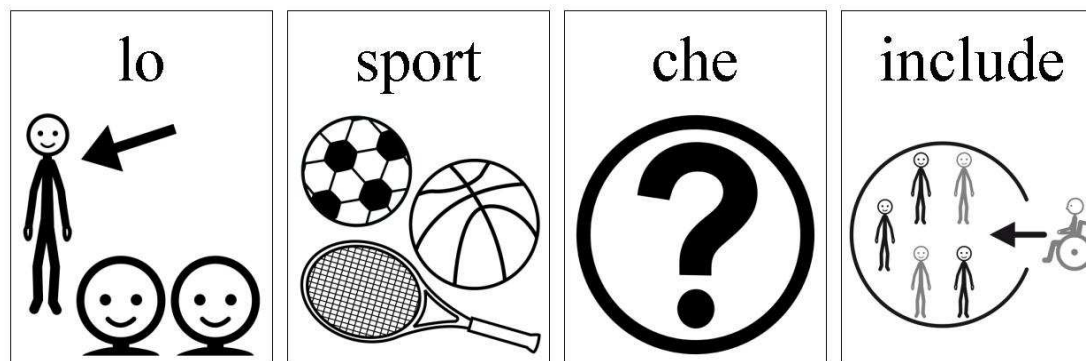
- partecipiamo ai tavoli istituzionali di Reggio Città' Senza Barriere e al tavolo distrettuale sulla disabilità della Val d'Enza. Siamo soci della Fondazione Durante e Dopo di Noi di Reggio Emilia



Cosa stiamo facendo

- Lavoriamo perchè la CAA venga diffusa e conosciuta.
- Organizziamo **corsi di formazione base e avanzati per la traduzione Inbook.**
- Abbiamo tradotto in simboli e pubblicato «La Costituzione facile da leggere e da comprendere».
- **Facilitiamo contesti e ambienti.**
- Facciamo parte di un gruppo di lavoro sullo sviluppo del linguaggio in simboli open source di Arasaac italia
- Partecipiamo ai tavoli istituzionali di Reggio Emilia Città Senza Barriere.





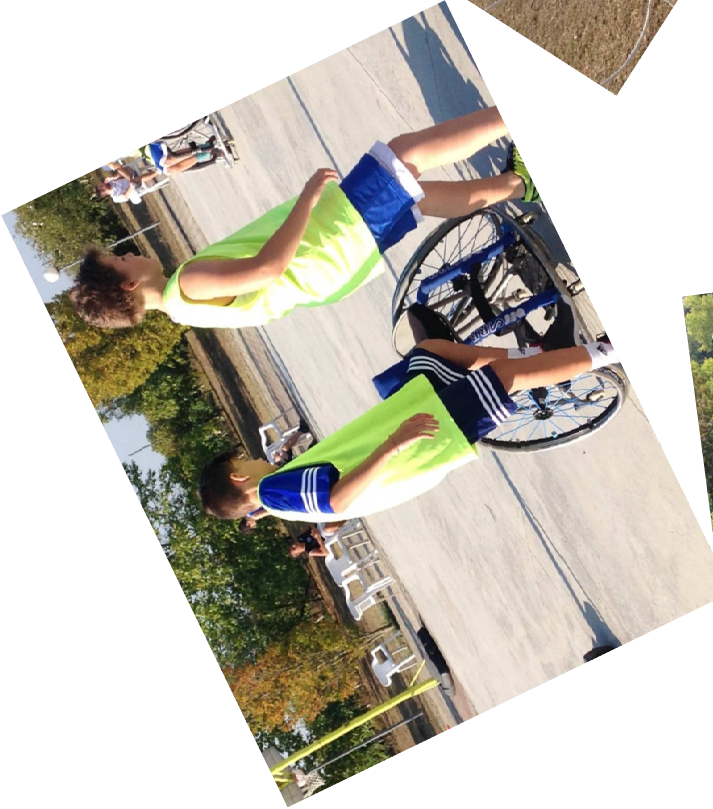
Cosa stiamo facendo



Partecipiamo al progetto **All Inclusive Sport**: è il primo progetto di rete della provincia di Reggio che permette ai bambini e ragazzi con disabilità di essere inseriti nelle società sportive del loro territorio.

Siamo i referenti del progetto nel distretto della Val d'Enza
Organizziamo eventi sportivi inclusivi.





se vuoi saperne di più
www.gis-genitoriperinclusionesociale.it

seguici su FB
GIS Genitori per l'Inclusione Sociale





creatività.
bellezza.

lavoro.
riscatto.

SEMI LIBERI

creatività. bellezza. lavoro. riscatto.

Sono gli ingredienti di una scommessa.
Una scommessa di rigenerazione umana che propone a chi ha sbagliato l'opportunità di dimostrare a sé e agli altri che cambiare si può. Una scommessa di riparazione sociale che chiede a una città di restare umana, aperta e accogliente.

semiliberi é questa scommessa.

Un progetto della Cooperativa l'Ovile in collaborazione con l'amministrazione penitenziaria, per costruire, attraverso il lavoro, percorsi di reinserimento sociale dal carcere.
Un progetto di innovazione sociale che sfida le mura fisiche e mentali che separano il carcere dalla città.
Un progetto di impresa sostenibile e inclusiva.

semiliberi agricolo

Coinvolge i detenuti a fine pena, nella coltivazione di tre ettari di terreno all'interno del carcere.

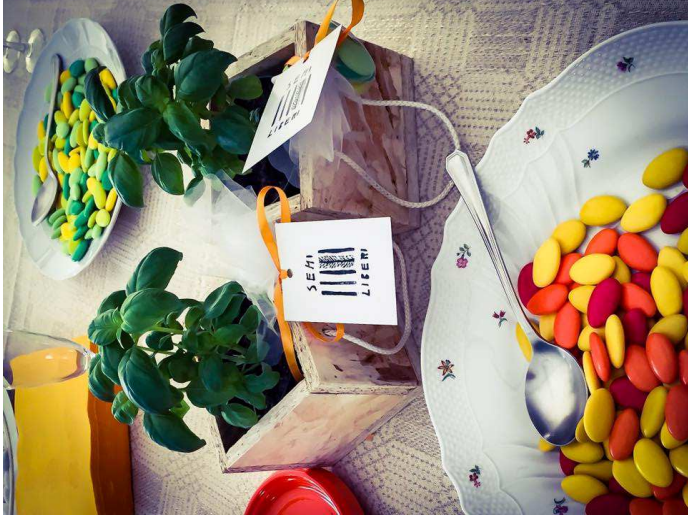
Oltre agli ortaggi e al frutteto, parte del raccolto viene utilizzato per la produzione di marmellate e conserve.

I prodotti sono commercializzati dai detenuti stessi nei mercati, nelle fiere e nella vendita diretta all'interno dell'istituto.

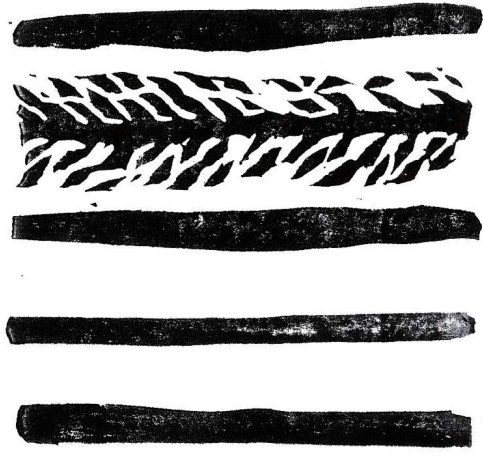
semiliberi falegnameria

Offre un'opportunità lavorativa a persone con pene medio lunghe. Il laboratorio, in collaborazione con aziende del territorio, nasce con l'attività di ripristino di tavoli e materiale da esposizione.

La falegnameria del carcere sta dando vita ad un nuovo percorso di evoluzione e di incontro con il design e la bellezza, nell'incrocio con l'esperienza di K-Lab.



SEMI



LIBERI

f SemiLiberi

@ semiliberi@ovile.net

DIREZIONE CREATIVA:



LABORATORIODIVERSAMENTECREATIVO



Luoghi di Prevenzione



La metodologia e gli strumenti di ***Luoghi di Prevenzione*** contribuiscono alla formazione sulla trasversalità delle competenze dei destinatari, ne promuovono il coinvolgimento attivo **«empowerment»** e potenziano le loro competenze rispetto alla capacità di contrattare obiettivi di salute.

Luoghi di Prevenzione

Le **life skills** sono le **capacità** di adottare un **comportamento positivo e adattivo** che permetta agli individui di **affrontare** in **modo efficace** le necessità e le **sfide quotidiane**.

Life skills

Life skills education in schools.
WHO, Geneva, 1993

Le Tecniche Interattive consentono:

- **Esplorazione** della sfera dei **bisogni**
- Favorire l'espressione consapevole dei bisogni e **rielaborarla cognitivamente**
- **Ascolto** e lavoro **attivo** su desiderio e **propensione al cambiamento**, con sostegno all'autostima/ autoefficacia
- Capacità di **contrattare obiettivi di salute** in modo intenzionale

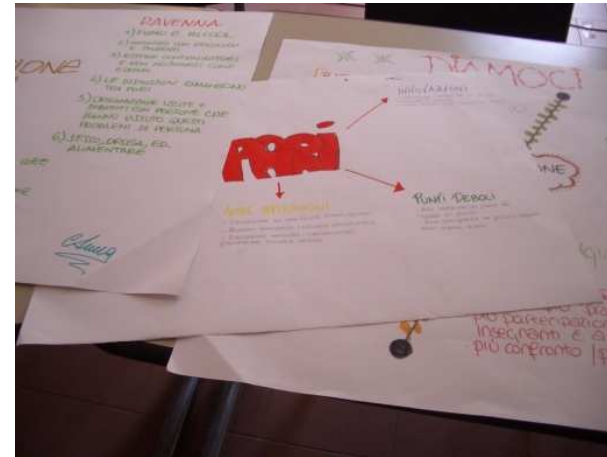


Letteralmente **“tempesta di cervelli”**

Strumento utilizzato nelle **fasi iniziali** del percorso, per aprire il confronto.

Partendo da uno stimolo (parole, immagini, video, ecc..), ciascun partecipante può **associare liberamente** a esso tutto quello che ritiene utile.

Brainstorming



La **scrittura creativa** serve a **stabilire un contatto**, ad essere insieme in un modo che **liberi dai ruoli** e lasci **spazio alla fantasia**, immaginazione poetica di racconto di sé senza regole. Si può inventare, sperimentare, ricominciare, cambiare, provare, ascoltare.

Scrittura Creativa



Raffigurazione simbolico –
espressiva del concetto,
realizzata con mezzi diversi
dalla scrittura (colore,
scultura, pittura, collage,
fotomontaggio etc.).

Laboratorio espressivo



L'immaginazione va educata e coltivata come strumento per la cura e la conoscenza del sé. Associando la fantasia guidata a esercizi di rilassamento.



Rilassamento, Visualizzazione e Fantasia guidata

Consiste in rappresentazioni interattive ed improvvisate che invitano i partecipanti ad assumere il punto di vista dell'altro. E' utile per approfondire la dimensione del conflitto e dare un contributo metodologico alla capacità di risolvere i problemi. La conoscenza avviene attraverso l'esperienza concreta dello sperimentare in forma di gioco, il prendere delle decisioni in un contesto che simula la realtà quotidiana.

Il gioco di ruolo



Consente ai partecipanti di **relazionarsi** esplorando i **diversi aspetti** della **comunicazione**. Aumentando la **consapevolezza di se** e degli **altri** nelle **relazioni**, ponendo **attenzione** a tutti gli aspetti non verbali.

Comunicazione non verbale



L'integrazione fra
dimensione **cognitiva**,
simbolica ed **esperienziale** è
usata anche come tecnica a
fondamento della parte di
approfondimento
scientifico nei percorsi
formativi.

Laboratorio Scientifico Esperienziale





sportpertutti

Comitato di Reggio Emilia

**Storia dello *sport*
*per tutti***
Dal 1948



UISP - Comitato Territoriale di Reggio Emilia
Via Tamburini, 5 int. 6 - Reggio Emilia
tel. 0522 267211 - fax 0522 332782
info@uispre.it - www.uisp.it/reggioemilia





Unione Italiana Sport Per Tutti.

Siamo un'associazione sportiva culturale e ricreativa, ma anche un ente di promozione riconosciuto dal C.O.N.I.





I valori guidano il nostro operare ogni giorno.

Crediamo che nel **diritto di tutti a fare sport**, promuoviamo lo **sport onesto e pulito**, il **rispetto dell'altro e della natura**.





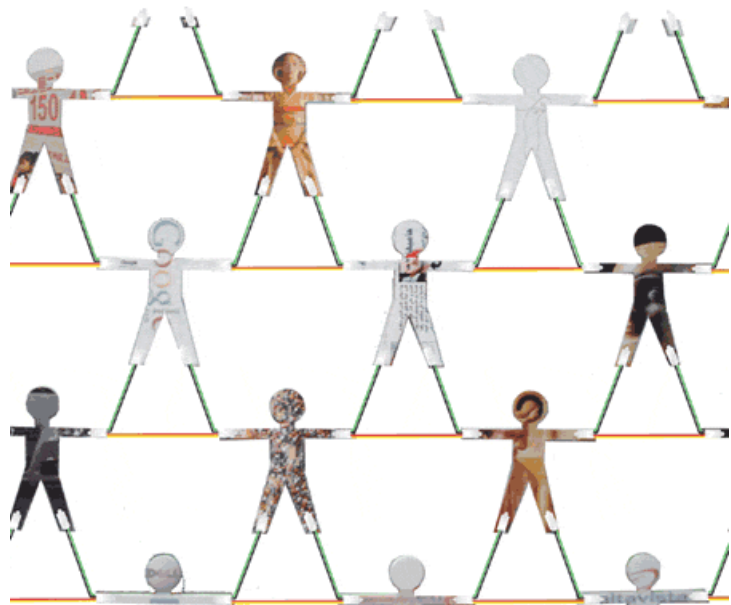
*Dal 1948 la nostra associazione si propone
come punto di riferimento per **l'attività
motoria e sportiva rivolta a tutti i
cittadini, senza differenze.***





**Uno strumento di socializzazione
attraverso il quale abbattere le
barriere sociali e promuovere
uno stile di vita sano.**





A livello nazionale...

**1.203.401 persone,
17.0460 società affiliate,
1000 circoli,**

(dati chiusura tesseramento 2008)

166 comitati e 28

*Leghe, Coordinamenti ed Aree di
attività.*



A Reggio Emilia invece...

solo nel 2010

48.000 soci associati

e oltre 400 società sportive

hanno scelto il Comitato UISP
di Reggio Emilia per fare sport



I volontari sono la nostra grande ricchezza.

Oltre ... persone ci offrono il loro tempo per organizzare le attività:

atletica, automobilismo, basket, calcio, ciclismo, montagna, motociclismo, nuoto, pallavolo, pattinaggio, sci benessere, turismo, sport e giochi tradizionali, arti marziali, danza, ginnastica, equitazione.





Promozione di stili di vita sani, attività fisica e alimentazione adeguata fra i ragazzi e le ragazze in scuole primarie e secondarie.

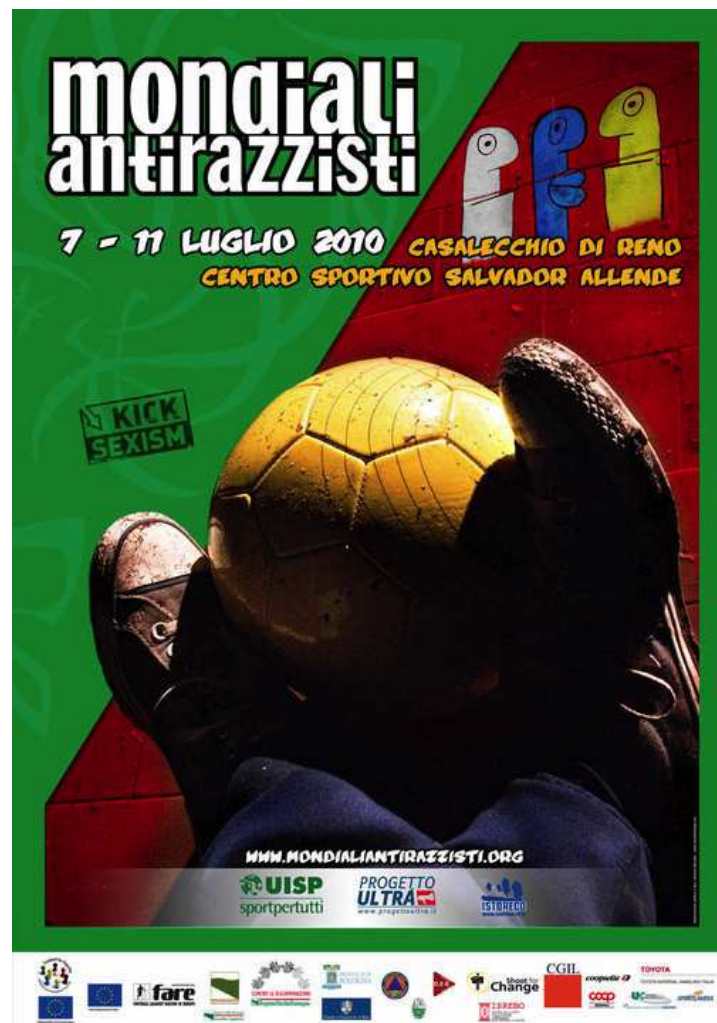




Manifestazione podistica che si svolge in
simultanea in oltre **40 città italiane,**
20 città nel mondo, 12 campi profughi
palestinesi in Libano e 17 istituti penitenziari e
minorili.



Un festival di cinque
giorni per riunirsi e
promuovere
l'integrazione sociale
attraverso il
divertimento e le attività
culturali.



 **UISP**
sportpertutti
Comitato di Reggio Emilia

UISP - Comitato Territoriale di Reggio Emilia
Via Tamburini, 5 int. 6 - Reggio Emilia
tel. 0522 267211 - fax 0522 332782
info@uispre.it - www.uisp.it/reggioemilia





oltre 9.000 nella fascia **0-10**
circa 7.000 nella fascia **11-18**

Sono 28.373 le persone
tra 19 e i 64 anni che ci hanno scelto
per la pratica sportiva.

Oltre 900 i corsi organizzati dal
Comitato nel 2010





Il movimento è vita!
Tante le attività svolte con
gli anziani: **ginnastica
dolce, balli di gruppo,
acqua gym e nuoto,
ginnastica residenziale,
turismo sociale, ...**

3.752 associati **over 65**

