



Fare squadra per crescere insieme: alleanze educative per un benessere globale.

Il Consultorio UCIPem Cremona-Fondazione ONLUS è stato fondato nel 1975 da un gruppo di Soci attenti alle problematiche della persona e della famiglia. (Carta dei servizi del Consultorio, 2018). Si pone come obiettivo il raggiungimento del bene integrale della persona, considerata nelle sue dimensioni costitutive e nelle sue molteplici relazioni. (Statuto del Consultorio, art. 3) Svolge attività di consulenza socio-psico-educativa e sanitaria presso la propria sede e opera negli ambiti dell'educazione, dell'informazione e della prevenzione, sia in sede che nel territorio (scuole, comuni, oratori, associazioni). Il Consultorio si avvale del lavoro di un'équipe multidisciplinare di operatori (psicologi, psicoterapeuti, pedagogisti, educatori, medici, ostetriche, assistenti sociali). Il Consultorio è accreditato presso Regione Lombardia (dgr 21.02.2002 n° VII/8134)

Presentazione

Quando un giovane atleta inizia a far parte di un gruppo sportivo, entrano in gioco meccanismi che vanno al di là dell'allenamento motorio e tecnico.

Il ragazzo, nella sua esperienza sportiva, intreccia relazioni tra pari e con un adulto che svolge il ruolo di educatore di quel gruppo, e questo con tutte le dinamiche connesse, passando dalla ricerca di un'identità personale e di un proprio ruolo all'interno di quel gruppo, dalla collaborazione con altri per raggiungere un fine comune, fino ad arrivare al rapporto con l'avversario e a tutti i vissuti emotivi che ne derivano. Inoltre, il giovane atleta porta in campo le sue ansie da figlio nei confronti di genitori che su di lui riversano delle aspettative.

Il corpo è il protagonista dell'esperienza sportiva, ma è anche il soggetto di forti cambiamenti, spesso radicali, nell'età della preadolescenza e adolescenza.

La sfida degli allenatori, delle società sportive è quella di sostenere e motivare gli atleti al gioco e alla sana competizione, aprendosi anche all'attenzione e alla cura dello sviluppo della persona nella sua globalità e delle sue relazioni.

Al contempo la sfida dei genitori è quella di accompagnare i figli nel loro percorso sportivo, valorizzando gli aspetti del divertimento, della socializzazione e dell'appartenenza, sostenendo le ansie, legittimando le emozioni.

OBIETTIVI:

L'idea di questo progetto è quella di attivare uno spazio di confronto e formazione per allenatori, dirigenti, famiglie e atleti/e dove poter affrontare, con psicologi ed educatori, tematiche relative alla crescita dei ragazzi e agli aspetti educativi individuali e di gruppo.

L'opportunità che si vuole creare con questa proposta è la possibilità di promuovere per ogni società sportiva/associazione, le basi di uno stare insieme positivo, fondato sul confronto, sul dialogo rispettoso, sulla legittimazione emotiva e con la cosapevolezza condivisa che un clima sereno e di collaborazione sia importante e necessario per il benessere di tutti, soprattutto di bambini e ragazzi.

Percorsi proposti:

BAMBINI/E - RAGAZZI/E

Emozioni e relazioni in campo (da 6 anni a 18 anni)

Percorso di 2 incontri laboratoriali (da 1 ora e mezza) in cui verranno proposti i temi della gestione delle emozioni e della dinamiche relazionali dentro e fuori dallo spogliatoio, per accrescere le competenze personali degli atleti e delle atlete e sostenerli nella costruzione di "buone" relazioni con i compagni di squadra.

Allenare il corpo e scoprire se stessi - Ragazzi/e preadolescenti (10-13 anni)

Percorso di 2 incontri laboratoriali (da 1 ora e mezza) in cui verrà affrontato il tema del cambiamento del corpo nella crescita, considerando la complessità della persona. Il percorso vuole essere uno strumento per accompagnare i ragazzi e le ragazze nella conoscenza delle trasformazioni psicofisiche e relazionali tipiche di questa età, con l'obiettivo di creare spazi di riflessione e di condivisione degli stati d'animo che sono propri di questo passaggio evolutivo.

Allenare il corpo e stare bene con se stessi e gli altri - Ragazzi/e adolescenti (14-18 anni)

Percorso di 2 incontri laboratoriali (da 1 ora e mezza) in cui verrà affrontato il tema della corporeità attraverso la conoscenza della fisiologia maschile e femminile e del benessere psicofisico. Si accrescerà la consapevolezza della complessità della persona nella costruzione dell'identità, promuovendo la riflessioni sui gesti e i comportamenti nella relazione con i compagni e le compagne di squadra.

GENITORI

Tra rabbia e frustrazione: come accompagnare i figli? - Genitori di bambini 6-10 anni

Percorso in gruppo di 2 incontri (da 1 ora e mezza) in cui verranno affrontati i temi legati alla gestione delle emozioni nello sport, a scuola e in famiglia e le strategie per un accompagnamento consapevole. L'obiettivo è sostenere i genitori nel ruolo educativo, promuovendo l'educazione affettiva dei propri figli e figlie.

In squadra con i figli: crescere tra sport e cambiamenti - Genitori di preadolescenti (10-13)

Percorso in gruppo di 2 incontri (da 1 ora e mezza) in cui verranno affrontati i temi legati alla crescita, ai cambiamenti del corpo e alle nuove modalità di relazione con i ragazzi e le ragazze. L'obiettivo è quello di accrescere la conoscenza della preadolescenza e delle sue dinamiche e favorire il confronto tra genitori sulle sfide, le fatiche e le opportunità che questa fase di crescita porta con sé.

ALLENATORI/GENITORI

Giocare in rete: come costruire alleanze dentro e fuori dal campo.

Percorsi della durata di 2 incontri (da 1 ora e mezza) per riflettere insieme sulle eventuali fatiche e per riscoprire e promuovere le risorse presenti nella relazione tra allenatori e genitori degli atleti/atlete. L'obiettivo è quello di valorizzare la rete relazionale adulta a beneficio del benessere psicofisico dei/delle bambini/e e dei/delle ragazzi/e.

MODALITA' :

I percorsi proposti prevedono incontri formativi di gruppo con modalità interattive.

Gli incontri si possono svolgere presso la sede del Consultorio Ucipem oppure presso gli spazi della società/associazione che effettua la richiesta.

COSTI:

Le proposte sono inserite nei percorsi di prevenzione e promozione alla salute di Regione Lombardia, pertanto per l'anno sportivo 2025-2026 l'attivazione di tali percorsi sarà, per le società sportive/associazioni che ne faranno richiesta, in regime di gratuità finché non si raggiunge il tetto massimo di destinatari previsto da Regione.

RICHIESTE DI PERCORSI:

Se desiderate richiedere un percorso vi invitiamo a compilare il link che trovate qui di seguito:

<https://forms.gle/reBtKc9kcUkGp56X7>

Sarete poi contattati direttamente dal referente del progetto.

Le richieste saranno accolte fino al 30 novembre 2025.

Per ulteriori informazioni:

Ed.prof.le Chiara Mertolini - c.mertolini@ucipemcremona.it

oppure segreteria@ucipemcremona.it

Vi invitiamo a visitare il sito www.ucipemcremona.it/progetto-sport/

