

“Sono orgoglioso di me stesso”, “Ho un’idea migliore di me”, “Mi diverto, fisicamente mi sento in forma ma soprattutto o fiducia in me”, “Ho allargato i miei confini e le mie possibilità: oggi so che sono in grado di fare cose che non avrei mai pensato di realizzare”. Sono frasi di persone disabili dopo aver fatto sport: testimonianze come queste si trovano nella ricerca “Noa. Sport e disabilità” condotta da Mauro Svaldi, psicologo trentino che da anni lavora nel campo della disabilità e che in tale occasione ha analizzato **su quali aspetti della vita di una persona con handicap fisico, psicopatologico o anche disagio sociale, influisce l’attività sportiva.**

La ricerca è una delle attività di “Noa. Sport e tempo libero: accessibilità per tutti”, progetto il cui capofila è Con.Solida. (consorzio che raggruppa 58 cooperative sociali della Provincia di Trento), con una rete di partner pubblici e privati che operano in ambito sportivo e di assistenza a persone disabili e alle loro famiglie. “Un’idea – racconta il coordinatore del progetto Cristian



Quanto influisce l’attività sportiva nelle persone con handicap? Molto. Lo conferma una ricerca, che è parte di “Noa. Sport e tempo libero: accessibilità per tutti”, un progetto Con.Solida, che prevede anche un percorso di formazione

di Silvia De Vogli

Noa. Sport e disabilità

## Più accessibilità allo sport, più integrazione

Svaldi e, a fine ottobre, è stato avviato un primo **percorso di formazione su sport e disabilità, rivolto ad educatori, operatori, insegnanti di educazione fisica, allenatori, volontari.**

La ricerca del dottor Svaldi, che verrà divulgata in primavera con un’elaborazione dei risultati dell’attività di monitoraggio, mette in luce come lo sport possa essere uno strumento per cambiare lo status non solamente dei disabili, ma anche per la comunità. Presenta risultati evidenti che modificano gli atteggiamenti nei confronti delle persone con disabilità: ci si accorge di **quante abilità e capacità un disabile ha e che non si ritenevano potesse possedere nella corsa, nel nuoto, nel basket come in altri sport.** Le ricadute dirette sul disabile non sono solo dal punto di vista fisico, ma anche miglioramenti nei comportamenti, nel parlare e comunicare, nei movimenti quotidiani del corpo

Le iscrizioni (30 i posti disponibili) si sono chiuse in brevissimo tempo e per questo **il corso verrà riproposto, sempre gratuitamente, nel 2009:** per informazioni e iscrizioni contattare la responsabile formazione di NOA Beatrice Andalò (beatrice.andalo@uisptrentino.org).

**Nell’ambito di Noa sono state realizzate anche tre sperimentazioni:** viaggi con una **barca a vela** adeguatamente attrezzata, conoscenza del proprio corpo e avviamento **all’atletica leggera**, terapia a mezzo **cavallo**. “Abbiamo costruito – spiega Norbert Corradi, uno dei tre educatori che cura l’atletica – dei corsi con appuntamenti ripetuti e distribuiti in un adeguato arco temporale, per sviluppare la conoscenza e il linguaggio del corpo e per acquisire delle abilità sempre rimanendo in un gruppo piuttosto stabile e lavorando il più possibile sull’integrazione delle persone disabili, con il coin-



Aiardi - nata oltre un anno fa constatando la limitata accessibilità delle persone che nascono o che nel corso della vita divengono disabili alle strutture a attività sportive in Trentino. Abbiamo dato al progetto il nome Noa, non un acronimo ma il termine polinesiano che significa proprio accessibilità, opportunità, e che è il contrario di tabù e impossibilità”. Si è partiti da ciò che c’è, con l’attività di monitoraggio delle attività motorie proposte anche per disabili, da cooperative, associazioni, fondazioni non solo sociali ma anche sportive. Parallelamente la ricerca di

e nella loro coordinazione, nello stare insieme. Lo sport rappresenta un’ottima “palestra” anche per **allenare i cosiddetti “fattori personali”** (autoefficacia, autostima, autodeterminazione) che contribuiscono a migliorare il livello di partecipazione, integrazione sociale e la qualità della vita delle persone con disabilità.

**Il primo corso di formazione**, che ha registrato l’interesse non solo degli operatori delle cooperative sociali (molti i partecipanti studenti di Scienze Motorie e di Scienze dell’educazione), ha avuto come focus alcune tematiche: lo sport come opportunità privilegiata di benessere psicofisico, le diverse forme di disabilità, la progettazione di interventi sportivi, etica ed estetica della professione di educatore motorio. Tra i docenti anche Mauro Svaldi e Paolo Boccagni, il sociologo che sta curando il monitoraggio delle varie attività sul territorio trentino.

volgimento di educatori e volontari”.

**Noa ha permesso a 40 utenti di cavalcare o prendere il largo con la barca** della cooperativa Archè sul Lago di Garda ma anche di fare esercizi col corpo o correre coordinati, seguiti da professionisti. Le sperimentazioni hanno coinvolto utenti di realtà differenti, che nella maggior parte dei casi non si conoscevano (ai 10 incontri di atletica a Rovereto hanno partecipato utenti, operatori e volontari di tre cooperative sociali sia della Vallagarina che delle Giudicarie) e hanno formato gli operatori. “Adesso la sfida – conclude il coordinatore del progetto – è condividere le esperienze trentine con altre realtà e trovare nuove e migliori forme di accessibilità e integrazione sociale attraverso lo sport: per questo stiamo visitando realtà fuori provincia e stiamo promuovendo l’incontro con partner europei per condividere e studiare le buone prassi”.