

# SportivaMente

ATTIVITA' MOTORIA

per utenti con disagio psichico

Progetto interdipartimentale      ASL 3 Genovese

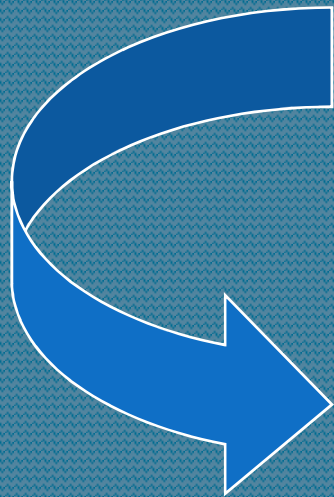
- U. O. di Medicina dello Sport
- Dipartimento di Salute Mentale
- Polisportiva “Insieme per Sport”

Dott. Pasquale Greco  
Dott.ssa Patrizia Capurro  
Dott.ssa Clara Pitto  
Sig.ra Claudia Restivo

Genova, 14 marzo 2012

# SportivaMente

- Start: 2008
- Attività di gruppo
- Palestra Istituto Champagnat
- Primo studio degli esiti



- “SportivaMente 2012”
- Attività di gruppo
- Palestra SEDI di Quarto
- Facoltà di Scienze Motorie
- Ricerca in atto sugli outcome

# SportivaMente

- **Obiettivi :**
- Contrastare gli effetti negativi sullo stile di vita della patologia psichica e della terapia
- **Stimolare:**
- l'interesse e l'attenzione al proprio stato di salute
- l'acquisizione della consapevolezza del proprio corpo
- il rapporto di sé con lo spazio circostante
- il rapporto di sé con gli altri



# Sportivamente

Migliorare:

- le capacità motorie
- le capacità relazionali
- le capacità di coordinazione
- le capacità di attenzione e concentrazione
- l'aderenza al trattamento terapeutico
- migliorare la consapevolezza del proprio benessere come "stare in buona salute"



# SportivaMente

Attraverso:

- Esercizi programmati standard
- Esercizi finalizzati
- Spiegazione teorica degli esercizi
- Attivazione degli utenti:

(conduzione durante il riscaldamento)

- Attività in gruppo (gli operatori partecipano)
  - Il gioco (dimensione creativa e di relazione)



# Sportivamente

- Con l'attività motoria
- prendersi cura di sé attraverso

il corpo, il movimento, il gruppo, la relazione e il gioco



In una dimensione di fatica e divertimento:

- Un momento distensivo, rispetto alla "lotta" costante con il proprio "Io" fragile
- Grazie per l'attenzione!