

Progetti Promozione Sportiva

Identificativo domanda:

67C82EAD709A80073F8F4C38

1.1. Dichiarazione ai sensi degli artt. 46 e 47 DPR n. 445 del 2000 con l'indicazione di essere in possesso dei requisiti dall'avviso per la partecipazione al bando

Sì

2.1. Denominazione Organismo Federazione Italiana Hockey

2.2. Codice Fiscale Organismo 05288960585

2.3. Indirizzo PEC federhockey@pec.it

2.4. Indirizzo email amministrazione@federhockey.it

2.5. Telefono cellulare 3405701692

2.6. IBAN IT92W0100503309000000010115

3.1. Il referente coincide con il Legale Rappresentante? No

3.2. Cognome Referente GEROSA

3.3. Nome Referente FEDERICA

3.4. Codice Fiscale Referente GRSFRC88L55A123N

3.5. Data di nascita 15-07-1988

3.6. Luogo di nascita ALATRI

3.7. Sesso Referente F

3.8. Indirizzo email Referente FEDERICA.GEROSA@FEDERHOCKEY.IT

3.9. Telefono cellulare Referente 3405701692

4.1. Scelta Linea di Attività Linea di attività 3: Invecchiamento attivo

4.2. Data inizio 01-04-2025

4.3. Data fine 31-12-2025

4.4. Regioni Abruzzo, Emilia Romagna, Friuli Venezia Giulia, Marche, Molise, Piemonte, Sardegna, Trentino, Valle d'Aosta, Veneto, Basilicata, Toscana, Liguria, Puglia, Umbria, Lazio, Lombardia, Campania, Sicilia, Calabria

4.5. Obiettivi del progetto e indicatori (max 3.000 caratteri)

TERZO TEMPO – L'importante è Partecipare

Il progetto mira a promuovere un nuovo concetto di salute e benessere per gli over 65, in cui il benessere diventa una ricerca attiva di vitalità e soddisfazione, indipendentemente dall'età. Attraverso spazi aggregativi e attività ludico-sportive, #TERZO TEMPO favorisce l'inclusione e il benessere psico-fisico, contribuendo alla creazione di una comunità più coesa. La pratica sportiva e la cura condivisa di spazi comuni rafforzano legami sociali, fiducia e responsabilità, con un impatto positivo sulla qualità della vita. Secondo la definizione del Consiglio d'Europa, lo sport è "qualsiasi forma di attività fisica che, mediante una partecipazione organizzata o meno, abbia come obiettivo il miglioramento delle condizioni fisiche e psichiche, lo sviluppo delle relazioni sociali o il conseguimento di risultati nel corso di competizioni a tutti i livelli." Questa visione guida il progetto, che utilizza lo sport come strumento di inclusione, socializzazione e prevenzione sanitaria.

Obiettivi del Progetto

1. Incrementare la pratica sportiva tra gli over 65

Il progetto promuove attività libere e organizzate in centri sportivi e ASD, con un focus sulla ginnastica dolce. L'attività fisica regolare nella terza e quarta età ha benefici scientificamente dimostrati in termini di prevenzione di patologie e

miglioramento della qualità della vita. Diffondere lo sport tra gli anziani significa anche ridurre i costi sanitari, favorendo il benessere e la socializzazione.

2. Sensibilizzare sull'importanza dello sport per l'invecchiamento attivo

Le iniziative di sensibilizzazione mirano a diffondere la consapevolezza sui benefici dello sport, superando la carenza di offerte adeguate per gli over 65. Lo sport diventa così un mezzo per contrastare la marginalità sociale e incentivare la partecipazione. La trasversalità della pratica sportiva ha effetti significativi su salute, benessere e inclusione.

3. Acquisto di attrezzature sportive e allestimento spazi aggregativi

Saranno acquistati materiali per migliorare gli impianti sportivi e creare spazi funzionali al Terzo Tempo, favorendo l'organizzazione di eventi sportivi e ricreativi per l'integrazione sociale.

Target di riferimento e indicatori di monitoraggio. Target: Uomini e donne over 65, con particolare attenzione alla componente femminile, per offrire opportunità di attività fisica che rispondano alle mutate esigenze e stili di vita.

Indicatori di impatto e monitoraggio:

Numero di partecipanti coinvolti (obiettivo: oltre 200 over 65). Tasso di frequenza alle attività sportive (monitoraggio mensile).

Questionari di valutazione per misurare il miglioramento del benessere psico-fisico e il livello di soddisfazione. Riduzione di problematiche legate alla sedentarietà, attraverso autovalutazioni e test motori di base.

Verifiche periodiche su coinvolgimento e progressi, con report trimestrali per adeguare il progetto alle esigenze dei partecipanti.

4.6. Attività progettuali e modalità di attuazione (max 6.000 caratteri)

Il progetto mira a incrementare il livello di attività fisica e motoria degli over 65, promuovendo inclusione sociale e benessere. Attraverso attività sportive e ricreative, eventi dedicati e la diffusione della cultura del Terzo Tempo, il progetto vuole coinvolgere un pubblico ampio, favorendo la partecipazione attiva anche di chi, per età o condizionamenti sociali, si sente escluso dalla pratica sportiva.

La multidisciplinarietà rappresenta il valore aggiunto: le attività includono sei discipline (Hockey Prato e Indoor, Hockey5s, Lacrosse, Floorball, Beach Hockey) e saranno accompagnate da iniziative di socializzazione e formazione per stimolare una nuova concezione dell'invecchiamento attivo.

Attività progettuali e modalità di attivazione

Le attività saranno attivate su tutto il territorio nazionale grazie alla rete di Comitati, Delegazioni Regionali, ASD e Tecnici della FIH, con un approccio strutturato in più fasi:

1. Avvio e organizzazione del progetto

Convocazione di un incontro operativo con Comitati Regionali, Delegazioni e ASD per definire ruoli e azioni.

Pianificazione dettagliata delle attività, con selezione dei partecipanti e creazione di un calendario eventi.

2. Attività sportive e motorie per over 65

Risveglio muscolare e ginnastica dolce, con programmi studiati per la terza età.

Percorsi multidisciplinari, con sessioni introduttive alle sei discipline sportive federali.

Tornei Master e incontri intergenerazionali, per favorire scambio e inclusione tra praticanti di diverse età.

Passeggiate, camminate e attività all'aperto, per stimolare il movimento in ambienti naturali.

Momenti di socializzazione e convivialità attraverso il Terzo Tempo, per rafforzare i legami comunitari.

3. Formazione online per tecnici e operatori

Un programma formativo di 12 ore, suddiviso in 4 giornate da 3 ore, per migliorare le competenze degli operatori. I moduli tratteranno:

Principi generali: diritto alla pratica sportiva, inclusione, aspetti educativi dello sport in età adulta.

Aspetti specifici: metodologia dell'allenamento per over 65, motivazione, sicurezza e salute, alimentazione.

Approfondimento sulle discipline sportive federali e il valore del Terzo Tempo come strumento aggregativo.

4. Organizzazione di un evento multidisciplinare

A conclusione del progetto, sarà organizzato un grande evento sportivo nazionale, coinvolgendo i beneficiari delle varie discipline e rafforzando la visibilità dell'iniziativa.

5. Indicatori di monitoraggio e valutazione

Per valutare l'impatto del progetto, verranno adottati specifici indicatori di performance:

Numero di partecipanti attivi (almeno 200 over 65 coinvolti).

Frequenza e regolarità nella partecipazione alle attività.

Questionari di feedback per misurare miglioramenti nel benessere psico-fisico.

Monitoraggio periodico attraverso report trimestrali.

Piano di comunicazione, promozione e diffusione

Per garantire il successo dell'iniziativa, sarà attuata una strategia di comunicazione multicanale, volta a coinvolgere il pubblico target e massimizzare la diffusione del progetto.

Fasi della promozione

Lancio ufficiale con conferenza stampa, coinvolgendo istituzioni e media.
Creazione di un profilo social dedicato (Facebook) per aggiornamenti e interazioni con la community.
Materiale promozionale (brochure, locandine) e video promozionale, distribuito in tutte le città coinvolte.
Campagne di sensibilizzazione online e offline, con il supporto di ASD e Delegazioni Regionali.

Obiettivi del piano di comunicazione

Diffondere il progetto e aumentare la consapevolezza sull'importanza dell'attività fisica per over 65.
Stimolare la partecipazione, con un linguaggio chiaro, coinvolgente e motivazionale.
Creare una community attiva, utilizzando i social per favorire il dialogo e la condivisione di esperienze.

4.7. Capacità operativa del promotore (max 3.000 caratteri)

Il progetto avrà una diffusione nazionale, coinvolgendo Comitati Regionali, Delegazioni e ASD/SSD, per garantire un'ampia copertura territoriale e massimizzare l'impatto delle attività.

Struttura organizzativa:

5 Comitati Regionali e 9 Delegazioni Regionali della FIH, responsabili del coordinamento locale.
30 ASD/SSD coinvolte attivamente nella gestione e promozione delle attività.
30 dirigenti, con una rappresentanza paritaria (50% donne), uno/a per ogni ASD.
40 tecnici e collaboratori, distribuiti nei poli di riferimento (uno/due per ogni polo).

Diffusione geografica:

20 comuni attivi, dotati di campo da hockey o palestra:
Avezzano, Bologna, Bra, Brescia, Cagliari, Campobasso, Catania, Castello D'Agogna, Genova, Mogliano, Mori, Messina, Milano, Torino, Torre S. Susanna, Villafranca, Padova, Policoro, Reggio Emilia, Roma.
20 poli di riferimento, distribuiti in 14 regioni:
Abruzzo, Basilicata, Emilia-Romagna, Lazio, Liguria, Lombardia, Molise, Marche, Piemonte, Puglia, Sardegna, Sicilia, Trentino-Alto Adige, Veneto.

Partecipanti e beneficiari:

Oltre 200 over 65 coinvolti, tra uomini e donne, nelle attività sportive e di socializzazione.

Questa capillarità territoriale assicurerà un'ampia accessibilità alle attività, permettendo di raggiungere e coinvolgere un numero significativo di beneficiari, promuovendo lo sport come strumento di benessere e inclusione sociale.

4.8. Impatto economico per i partecipanti (max 1.500 caratteri)

Il progetto #TERZO TEMPO – L'importante è Partecipare garantirà la totale gratuità delle attività per tutti i partecipanti. Non è richiesto alcun contributo economico ai beneficiari, rendendo l'iniziativa pienamente accessibile e inclusiva.

Durata e frequenza:

Periodo: Maggio – Dicembre 2025 (9 mesi).
Attività sportive settimanali per 8 mesi consecutivi.
Circa 3 ore di attività fisica settimanale per ogni beneficiario.
Partecipazione gratuita agli eventi sportivi e ricreativi.

Beneficio economico garantito dal progetto:

L'accesso gratuito alle attività rappresenta un importante vantaggio economico per gli over 65, eliminando barriere finanziarie che potrebbero ostacolare la pratica sportiva. L'iniziativa consente ai partecipanti di usufruire di servizi sportivi, spazi attrezzati e supporto tecnico qualificato, senza costi aggiuntivi, promuovendo così uno stile di vita attivo senza oneri economici.

4.9. Modalità di monitoraggio dei risultati attesi (max 2.000 caratteri)

Il progetto #TERZO TEMPO – L'importante è Partecipare prevede un sistema strutturato di monitoraggio, volto a misurare l'efficacia delle attività e garantire il raggiungimento degli obiettivi prefissati.

Strumenti di monitoraggio

Registro presenze e partecipazione

Tracciamento delle presenze per misurare il coinvolgimento effettivo.
Obiettivo: almeno 200 over 65 attivamente partecipanti alle attività.

Monitoraggio degli allenamenti
Valutazione individuale dei progressi fisici e tecnici.
Misurazione della costanza nella partecipazione.

Questionari di valutazione
Due rilevazioni (4° e 8° mese) per raccogliere feedback sui benefici percepiti e il livello di gradimento.

Report finale e diffusione dei risultati
Analisi dei dati quantitativi e qualitativi per misurare l'impatto del progetto.
Sintesi dei risultati condivisa con stakeholder, Comitati e ASD.

Indicatori di monitoraggio

Numero di partecipanti attivi (>200 over 65).
Tasso di frequenza e continuità nella partecipazione.
Miglioramento della condizione fisica (valutazioni individuali).
Livello di soddisfazione (questionari periodici).
Impatto sociale (partecipazione a eventi e attività di socializzazione).

Un monitoraggio costante permetterà di ottimizzare le attività e garantire la massima efficacia del progetto.

5.1. Sono presenti partner?	No
TOTALE Spese Generali (max 20% dei costi per attività sportive e costi per promozioni)	25.000,00 €
Cofinanziamento A)	0,00 €
Attrezzature sportive	55.000,00 €
Operatori sportivi (istruttori, arbitri, ...)	75.000,00 €
Trasporti da/per attività di progetto per partecipanti	35.000,00 €
Affitto/costo di utilizzo impianti, strutture, aree dedicate	25.000,00 €
Assicurazioni partecipanti	15.000,00 €
Altro 1 (importo)	Non compilato
Altro 1 (obbligatorio se presente importo)	Non compilato
Altro 2 (importo)	Non compilato
Altro 2 (obbligatorio se presente importo)	Non compilato
Totale B) Linea di attività 3	205.000,00 €
Cofinanziamento Linea di attività 3	Non compilato
Ufficio stampa	5.000,00 €
Conferenza stampa e webinar	2.000,00 €
Promozione web e social network	5.000,00 €
Brochure, materiale stampa, gadget	10.000,00 €
Altro 1 (importo)	Non compilato
Altro 1 (obbligatorio se presente importo)	Non compilato
Altro 2 (importo)	Non compilato
Altro 2 (obbligatorio se presente importo)	Non compilato
Totale C)	22.000,00 €
Cofinanziamento C)	Non compilato
Totale Budget	252.000,00 €
Totale Co-finanziamento	0,00 €
Totale contributo richiesto	252.000,00 €

Percentuale cofinanziamento rispetto a im- porto richiesto	0.00%
Sono presenti spese precedenti?	No
Allegato	Cronoprogramma del progetto

09/04/2025

FIRMA DEL LEGALE RAPPRESENTANTE
