

# PALESTRA DELLA SALUTE

DELLA



Comune di



MUSSOLENTE



Goccia  
Social Sport



PALESTRA DELLA SALUTE



## A MUSSOLENTE LA PRIMA **PALESTRA DELLA SALUTE** PUBBLICO-PRIVATO

### Una best practice regionale in ambito terapeutico

È stata inaugurata oggi (10 luglio) la **Palestra della salute** di Mussolente, un luogo della salute a gestione pubblico-privato, dove sarà possibile svolgere attività fisica terapeutica sotto la guida esperta degli specialisti dell'esercizio fisico. La **Palestra della salute** di Mussolente si trova nel piano seminterrato del Palazzetto dello sport di Casoni in via Alighieri ed è la 35° struttura aperta nella Regione Veneto, la 4° nella AULSS7 Pedemontana e la prima in assoluto a gestione pubblico-privato.

Alla cerimonia di inaugurazione erano presenti:

- il sindaco di Mussolente, Cristiano Montagner
- il presidente della Goccia Social Sport, Francesco Tosetto, società sportiva dilettantistica che ha in appalto la gestione del Palazzetto comunale di Mussolente per il quadriennio 2019/2023
- l'assessore alla sanità Regione Veneto, Manuela Lanzarin
- i rappresentanti dell'AULSS7 Pedemontana.

*"Questa è una tappa fondamentale per la gestione della salute pubblica, per il nostro Comune ma anche per il territorio – afferma il sindaco, **Cristiano Montagner** –. Il benessere e la salute collettiva sono per la nostra amministrazione punti imprescindibili sui quali lavorare. Sono orgoglioso di poter celebrare oggi questa inaugurazione. Sono inoltre soddisfatto di poter dire che la nostra **Palestra della salute** entra nel grande progetto sociale Empowerment che è la gestione dell'intero Palazzetto dello sport affidato alla cooperativa Goccia Social Sport che nell'operatività può avvalersi anche di persone socialmente fragili. Il tutto nasce nel marzo del 2019 quando con delibera di consiglio comunale nr 5 del giorno 28, con coraggio e lungimiranza, viene deciso di ricalibrare l'offerta degli impianti sportivi ponendo il primo tassello per la crescita di un fiore all'occhiello del Comune di Mussolente. Si è quindi deciso di **ri-progettare e rivalutare la destinazione dell'utilizzo del Palazzetto dello Sport, compresa la palestra inferiore**, in un'ottica di **sviluppo di comunità** rivolta, in particolare, a sostegno di persone che si trovano in situazione di svantaggio sociale, di vulnerabilità psico-fisica, con problematiche di dipendenza, disagio sociale e fragilità in genere, nonché ai soggetti che presentano deficit, disturbi psichici, decadimento cognitivo e/o diverse forme di disabilità. Tutto questo assieme alle normali pratiche sportive presenti nel Comune e non solo, a favore dei bambini, ragazzi e adolescenti. Quindi il **Palazzetto dello Sport** come un **"luogo artefice di comunità"**. In soli 2 anni, in condizioni di pandemia per quasi 18 mesi, con un grande lavoro di squadra si è riusciti ad arrivare a questa inaugurazione molto importante, non solo per il Comune di Mussolente, ma per tutto il territorio".*

**Aggiunge il presidente Goccia Social Sport, Francesco Tosetto:** *"Questo periodo caratterizzato dalla pandemia da Covid-19 fa risaltare l'importanza dei rapporti e delle relazioni e la necessità di contrastare la solitudine. La Comunità, basata sulle relazioni tra persone, riprende quindi il suo significato e si propone come unità sociale capace di resilienza. In questo periodo di cambiamento, i soggetti costitutivi della Comunità devono collaborare, pensare, progettare insieme; ecco allora l'importanza di costruire relazioni significative tra Amministrazioni Comunali, Azienda Sanitaria e Cooperazione Sociale.*

*La Palestra della Salute è il frutto di questo agire in sinergia e speriamo sia il punto d'inizio di uno sviluppo relazionale nel territorio".*

## Il sistema regionale

Il sistema delle **Palestre dalla salute della Regione Veneto** è stato istituito con la Legge Regionale 8/2015 per garantire a portatori di patologie croniche non trasmissibili stabilizzate (cardiopatici, broncopneumopatici, diabetici, nefropatici, ecc.), la possibilità di svolgere programmi di esercizio fisico prescritti dal medico specialista, in strutture dedicate in cui operano professionisti adeguatamente formati. Lo scopo è quello di inserire l'attività fisica adattata nel percorso di cura dei pazienti, facendola rientrare nei Livelli Essenziali di Assistenza, come anche a livello nazionale, che prevedono la promozione di Programmi strutturati di esercizio fisico adattato per soggetti a rischio.

I requisiti, identificati dalla Regione Veneto, per diventare **Palestra della salute** sono strutturali, strumentali e organizzativi.

- In termini strutturali i locali delle **Palestre della salute** devono essere accessibili e quindi non devono avere barriere architettoniche, devono rispondere alla normativa urbanistica anche in termini di sicurezza e devono essere dotate di spogliatoi, servizi igienici e docce anche per gli utenti con disabilità.
- In termini strumentali devono essere dotate di macchinari utili alla sicurezza e alla valutazione pre-esercizio (ad esempio la bilancia, il defibrillatore, lo sfigmomanometro), per l'allenamento aerobico come i tapis roulant e per l'allenamento della forza muscolare come manubri e panche.
- A livello organizzativo deve rispondere al Codice per il trattamento dei dati personali e alla tutela della privacy.

## Il percorso terapeutico

Quella offerta non è un'attività riabilitativa, ma la possibilità di fare dell'esercizio fisico tarato (adattato) sulla condizione specifica di ogni paziente con caratteristiche che lo rendono idoneo ad ottimizzarne i benefici ricavati in termini di salute, minimizzando i possibili rischi.

Il procedimento stabilito dalla delibera regionale definisce gli indirizzi per la prescrizione e la somministrazione dell'esercizio fisico e indica le figure professionali titolate alla prescrizione. In base alla stratificazione del rischio correttamente operata, la prescrizione dell'esercizio potrà essere effettuata dal proprio medico curante (in soggetti a rischio cardiovascolare lieve-moderato) o dallo specialista (rischio elevato, patologia cronica conclamata) seguendo diverse modalità operative.

Possono prescrivere l'esercizio fisico:

- Cardiologo
- Oncologo
- Internista
- Pneumologo, anche per il recupero di pazienti Covid
- Endocrinologo
- Diabetologo
- Nefrologo

- Geriatra
- Medico dello sport
- Medico di medicina generale
- Pediatra di libera scelta

Una volta prescritto sulla base della situazione e delle patologie di ogni singola persona, l'esercizio fisico viene svolto dal paziente sotto la guida di uno specialista dell'esercizio fisico ovvero un laureato in Scienze e tecniche delle attività motorie preventiva e adattata che abbia eseguito un percorso formativo di 120 ore in strutture sanitarie specializzate.

Durante l'attività motoria è compito dello specialista valutare progressi o difficoltà dei pazienti, garantendo quindi un monitoraggio costante da condividere con gli specialisti e i medici di base che adegueranno la prescrizione sulla base delle valutazioni inviate dallo specialista dell'attività fisica.

### **La Palestra della salute di Mussolente, un progetto inclusivo**

Il Comune di Mussolente insieme a Goccia Social Sport promuove questo innovativo progetto di Empowerment nella gestione del Palazzetto dello sport, realizzando attività a sostegno di persone con particolari fragilità. A sostegno di questo ambizioso progetto ha voluto ottenere la nomina di **Palestra della salute**.

*"L'attività motoria e sportiva come modello di inclusione capace di abbattere barriere psico-fisiche e sociali, come strumento che favorisce il benessere della persona e veicolo di socialità e formazione ai valori dello sport – afferma il sindaco, **Cristiano Montagner** –. Abbiamo predisposto uno spazio, nel piano seminterrato del Palazzetto, idoneo e strutturato ad accogliere in sicurezza attività motoria preventiva e adattata con percorsi di cura dedicati a persone con patologie croniche o con fattori di rischio. Abbiamo reclutato uno specialista dell'esercizio fisico con il compito di monitorare la corretta e costante assunzione della terapia da parte del paziente ed è prevista la possibilità di un allenamento fisico specifico idoneo alla propria condizione, riducendo al minimo i rischi causati da scorretti stili di vita".*

### **La Palestra della salute di Mussolente, alcuni dati**

#### **Spazio**

Spazio allestito dedicato alla motricità, spogliatoi per maschi e femmine, spogliatoio disabili, area di prima assistenza (infermeria).

Metri quadri: circa 400 mq dedicati

#### **Investimento**

L'investimento deliberato dall'Amministrazione comunale ammonta a **23.000 euro** per l'acquisto di attrezzature sportive e circa **6.000 euro** per l'acquisto di attrezzature utili negli spogliatoi e nello spazio esterno.

## Dotazione

### Strumenti per la sicurezza e la valutazione pre-esercizio dell'utente

- Defibrillatore automatico
- Bilancia pesapersone
- Sfigmomanometro da braccio automatico
- Cardiofrequenzimetri, da tenere a disposizione per l'utenza

### Strumenti per l'allenamento aerobico

- Tapis roulant elettrico
- Bike verticale
- Ergometro a braccia

### Strumenti per l'allenamento della forza muscolare

- Leg-press orizzontale
- Leg-extension
- Manubri da 0,5 a 10 kg
- Panca regolabile
- Cavigliere da 1 kg e 2 kg
- Fasce elastiche (diverse resistenze)

## CONTATTI

### **Palazzetto dello Sport**

Via Dante Alighieri, 47

36065 - Casoni di Mussolente (VI)

Tel.: 3355884853

mail: pds.gocciasocialsport@gmail.com

*La salute è uno stato di benessere fisico, mentale e sociale non solo assenza di malattia  
...è un diritto di tutti  
- OMS -*

## Info

[www.regione.veneto.it/web/sanita/palestre-della-salute](http://www.regione.veneto.it/web/sanita/palestre-della-salute)

L.R. 11/05/2015, n. 8  
*“Disposizioni generali in materia di attività motoria e sportiva”*

Carta etica dello sport veneto  
(art. 3)

## PREMESSA

La legge regionale 11 maggio 2015, n. 8 (nel seguito denominata “legge”) recante “*Disposizioni generali in materia di attività motoria e sportiva*”, è finalizzata come previsto all’articolo 1, a riconoscere “il valore sociale, formativo ed educativo dell’attività motoria e sportiva, strumento di realizzazione del diritto alla salute ed al benessere psicofisico, di crescita civile e culturale del singolo e della comunità, di miglioramento delle relazioni e dell’inclusione sociale, di promozione del rapporto armonico e rispettoso con l’ambiente”.

Nell’ottica di un sano approccio alla pratica sportiva da parte della generalità degli atleti, nonché della valorizzazione del volontariato e dell’associazionismo sportivo, la Regione approva la Carta etica dello sport veneto caratterizzata dai seguenti principi:

- il rispetto dei praticanti e dei loro ritmi di sviluppo e maturazione;
- il rispetto degli altri, dello spirito di squadra e del senso di solidarietà, nonché il rifiuto di ogni forma di discriminazione nell’esercizio dell’attività motoria e sportiva;
- la lealtà e l’onestà, il rispetto delle regole e del giudice o arbitro sportivo;
- il rifiuto dell’utilizzo di mezzi illeciti o scorretti;

il tutto nel rispetto del principio cardine dell’autonomia dell’ordinamento sportivo.

La presente Carta etica è codice di comportamento rivolto a tutti gli Enti e soggetti a vario titolo interessati all’attività motoria e sportiva, ed in particolare agli atleti praticanti, sia a livello agonistico che amatoriale, appartenenti a qualsiasi fascia di età, sia normodotati che diversamente abili, ai tecnici, allenatori e dirigenti sportivi, alle famiglie, ai genitori ed accompagnatori in genere ed agli spettatori, nonché alle Pubbliche Amministrazioni ed alle Istituzioni scolastiche e sportive. Viene tuttavia rivolta una particolare attenzione al mondo giovanile, riconoscendo nello sport un fondamentale strumento educativo e di formazione della persona sin dall’età scolare.

È costituita da 14 articoli che affrontano tutte le tematiche attinenti l’etica sportiva.

La Regione del Veneto propone l’adesione a tutti i soggetti, secondo le modalità sotto riportate.

## MODALITÀ DI ADESIONE

Alla Carta etica possono aderire soggetti del mondo sportivo e non, e saranno pertanto istituiti i relativi elenchi così distinti per categoria:

1. Pubbliche Amministrazioni;
2. Società ed Associazioni sportive dilettantistiche e Società sportive professionistiche;
3. Comitato regionale del CONI, Comitato regionale del CIP, Comitati regionali e territoriali delle Federazioni sportive nazionali, delle Discipline sportive associate e degli Enti di promozione sportiva;
4. Università ed Istituti scolastici di ogni ordine e grado;
5. Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto;
6. altri soggetti di cui al comma 2 dell'articolo 10 della legge 11 maggio 2015, n. 8.

Per i soggetti di cui ai punti 1, 2, 3, 4 e 6 l'adesione alla Carta etica deve avvenire su istanza corredata da:

1. per i soggetti di cui al punto 1), dalla deliberazione della Giunta o del Consiglio dell'Ente stesso;
2. per i soggetti di cui al punto 2), dalla deliberazione del Consiglio direttivo o dell'Assemblea dei soci;
3. per i soggetti di cui ai punti 3) e 6), dalla deliberazione dell'organo deliberante;
4. per i soggetti di cui al punto 4), dalla deliberazione del Senato Accademico o del Consiglio d'Istituto.

La Giunta regionale provvede ad accogliere le istanze pervenute ammissibili e ad aggiornare conseguentemente gli elenchi, in merito ai quali verrà data la massima diffusione, anche attraverso il sito istituzionale della Regione del Veneto.

La cancellazione dagli elenchi suddetti può avvenire con provvedimento della Giunta regionale, su motivata istanza di parte o per reiterata violazione dei principi della Carta etica, a seguito di idonea ed approfondita valutazione delle circostanze.

#### **Art. 1**

La Regione del Veneto riconosce lo sport e l'attività motoria come gioco, divertimento e agonismo capaci di migliorare il benessere psicofisico, di sviluppare integrazione e relazione sociale e come componente fondamentale del processo di formazione e crescita della persona. La Regione del Veneto riconosce inoltre lo sport o l'attività motoria come strumento di tutela della salute, di promozione della comune sensibilità ambientale e di sviluppo turistico economico.

#### **Art. 2**

Ogni persona nel Veneto ha il diritto di praticare lo sport e l'attività motoria secondo le proprie attitudini, aspirazioni e capacità, senza distinzione di età, sesso, nazionalità, lingua, religione, opinioni politiche, condizioni personali e sociali. Ad ognuno deve essere consentito di attivarsi per raggiungere il massimo obiettivo che intende conseguire nella disciplina sportiva prescelta.

#### **Art. 3**

Lo sport è portatore di valori morali, culturali, educativi, nonché imprescindibile fattore di inclusione sociale ed integrazione popolare, nel totale rifiuto di ogni forma di discriminazione. L'attività motoria o sportiva costituisce irrinunciabile elemento per una crescita equilibrata della persona.

#### **Art. 4**

L'atleta o il praticante, nel perseguimento degli obiettivi prefissati, si impegna ad agire senza ledere l'integrità fisica e morale di se stesso, degli avversari o dei compagni di squadra, secondo i principi di lealtà, onestà, fair play, spirito di squadra, solidarietà e amicizia, mutua comprensione; si impegna al rispetto assoluto degli altri atleti, degli arbitri e dei giudici di gara, dell'ambiente e delle strutture utilizzate.

#### **Art. 5**

Per l'atleta o il praticante, la salute e il benessere psicofisico sono l'obiettivo irrinunciabile da conseguire attraverso lo sport, perciò si impegna ad evitare nella maniera più assoluta comportamenti ed esasperazioni che arrechino danni alla propria salute.

#### **Art. 6**

L'atleta o il praticante si impegna a non assumere sostanze in grado di modificare artificialmente le sue prestazioni sportive, ad adottare uno stile di vita salutare, a commisurare l'attività sportiva adeguandola alle sue capacità fisiche, in base alla rispettiva fascia di età.

#### **Art. 7**

L'atleta o il praticante si impegna a non assumere, anche al di fuori della pratica sportiva, farmaci o sostanze in grado di alterare la sua prestazione, nonché la percezione psichica o di procurare assuefazione e dipendenza.

#### **Art. 8**

L'atleta o il praticante si impegna ad adeguare in ogni occasione il suo comportamento ai principi dello sport e della presente Carta etica, evitando soprattutto di esasperare le situazioni che si possono creare durante la gara e che possono coinvolgere, anche

involontariamente e negativamente, i comportamenti dei genitori, degli accompagnatori e degli altri spettatori presenti all'evento sportivo, nello spirito di un sano agonismo.

#### **Art. 9**

Le società sportive si impegnano:

- a) ad avvalersi di educatori, di allenatori, di dirigenti e di personale adeguatamente preparato dal punto di vista tecnico, educativo e formativo;
- b) soprattutto a livello giovanile, a non imporre l'attività sportiva con carattere di esclusività rispetto ai normali ritmi di vita dei praticanti;
- c) a curare il benessere fisico ed emotivo dell'atleta, rispettando i tempi e i ritmi di apprendimento ed evitando le specializzazioni precoci;
- d) ad insegnare e ad esercitare il rispetto delle regole di gioco e dell'avversario, ad evitare l'exasperazione agonistica, verificando l'assimilazione da parte dell'atleta dei principi etici e morali dello sport;
- e) ad assicurare la dovuta accoglienza alle società ospiti;
- f) a pubblicizzare la Carta etica dello sport veneto anche attraverso incontri di approfondimento con i genitori degli atleti.

#### **Art. 10**

I genitori e gli accompagnatori si impegnano a mantenere in ogni momento delle dinamiche sportive un comportamento improntato al massimo rispetto degli atleti, riconoscendone le capacità anche se sono avversari, e dei giudici di gara, nonché degli altri spettatori, evitando di esasperare le varie situazioni agonistiche e di trasmetterle ai propri figli impegnati nell'evento sportivo.

#### **Art. 11**

Le amministrazioni pubbliche si impegnano:

- a) a recepire i contenuti della Carta etica dello sport veneto, a rispettarli e a divulgarli;
- b) ad assicurare ai propri cittadini la possibilità di praticare attività motoria e sportiva, agonistica o di base;
- c) a valorizzare le società sportive e il mondo del volontariato;
- d) a realizzare spazi urbani da utilizzare quali percorsi di sport per la cittadinanza, prestando particolare attenzione all'accessibilità agli impianti sportivi da parte dei più piccoli, degli anziani e delle persone disabili;
- e) a collaborare con tutti i soggetti che, a qualsiasi titolo, operano nel settore dello sport, avvalendosi di tutte le risorse e competenze disponibili per il raggiungimento delle finalità indicate nella presente Carta etica.

#### **Art. 12**

Il Comitato regionale del CONI, il Comitato regionale del CIP, i Comitati regionali e territoriali delle Federazioni sportive nazionali, delle Discipline sportive associate e degli Enti di Promozione Sportiva e le società sportive, nel fare propri i principi ed i valori della presente Carta etica, si impegnano a condividerli, divulgarli e a promuoverli tra i propri affiliati e tesserati, soprattutto mediante recepimento di tali principi nei programmi dei percorsi formativi destinati a tecnici, dirigenti, giudici di gara ed operatori del settore.

#### **Art. 13**

L'Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto, le Università e gli istituti scolastici di ogni ordine e grado, sia pubblici che privati, si impegnano a recepire i contenuti della Carta etica dello sport veneto, a rispettarli e a divulgarli, nonché a promuovere e sviluppare tra i giovani

la consapevolezza dei benefici derivanti dallo svolgimento di una regolare pratica motorio sportiva, intesa come mezzo di mantenimento di una buona salute, crescita dell'autostima, inclusione sociale, adozione di sani stili di vita e di corretta formazione personale, nonché ad incentivare l'attività sportiva degli studenti, promuovendo iniziative e percorsi tesi a favorire l'integrazione con il curriculum degli studi.

#### **Art. 14**

Gli atleti, i giocatori, i praticanti, i dirigenti, gli allenatori, le famiglie si impegnano a recepire i contenuti della Carta etica dello sport veneto, a rispettarli e a divulgarli, sia nel momento in cui si dedicano all'attività motoria, sia nel corso delle proprie attività quotidiane, allo scopo di contribuire significativamente al miglioramento del proprio e dell'altrui benessere fisico, sociale e culturale.