

XL

ANNO 2 NUMERO 8 DICEMBRE 2020

2021



BYEBYE 2020

UNCONTENTITORE EXTRA-LARGE PER IL MONDO DELLO SPORTE E DEL TERZO SETTORE

Contents

ISSUE #08 OCTOBER | NOVEMBER 2020

03 | Hello!

Welcome Back

06 | ATTUALITÀ

Giunta, consiglio e Premio Città di Roma chiudono il 2020

10 | PROGETTI

Una risposta alla crisi generata dal virus: nasce il Programma Emergenza Covid

Successo straordinario per l'ultimo webinar di In Campo Diversi Ma Uguali

Progetto All in - Tutti in gioco: è on-line il questionario sulla ludopatia

16 | FORMAZIONE

Management sportivo: al via il corso di Opes Lombardia

18 | PHOTOSTORY

A marzo ritorna la Sila3Vette

19 | XL FILES

Ginnastica sotto l'albero: un magico Natale con le esibizione delle atlete dell'artistica e della ritmica

20 | OPES INTERNATIONAL

Donne e coaching
English Version

26 | SERVIZIO CIVILE

Publicato il bando per il Servizio Civile. Quest'anno i progetti di OPES saranno 5





Hello!

WELCOME BACK

Ripensare a come ci apprestavamo a dare il benvenuto al 2020 ci fa venire i brividi e ci rende malinconici. Un anno fa, oltre a programmare il futuro dell'Ente, dello sport e del Terzo Settore, immaginavamo come avremmo potuto festeggiare il 40° compleanno di OPES. Quelle cifre tonde, quel 40 ottenuto anche dalla somma dei 20 dell'annus domini, meritavano sicuramente qualcosa di unico e straordinario. Ed invece, nessuno, neppure il più pessimista della Terra o il più cinico degli sceneggiatori, avrebbe potuto sognarsi che il 2020, a causa di quel virus che abbiamo definito come un nemico infimo, subdolo e democratico, sarebbe diventato così orribile. La pandemia non ha risparmiato nessuno. Ha scatenato una crisi che ha mandato in grossa difficoltà, se non in default, la società, la sanità ed ogni settore, tra cui lo sport. I danni sono inestimabili. Il lockdown generale e le misure restrittive decise dal Governo a suon di decreti hanno reso ancor più fragile un settore che da solo produce più del 3% del PIL e che nel corso dell'anno solare è rimasto aperto, al massimo, 6 mesi. I ristori, così come le misure adottate dalle Associazioni o dai gestori degli impianti sportivi per adeguarsi ed attenersi alle disposizioni in materia di prevenzione e contrasto alla diffusione del COVID-19, sono serviti a poco. Molti uomini di sport, promotori del benessere fisico e mentale, sono stati schiacciati da un peso troppo grande.

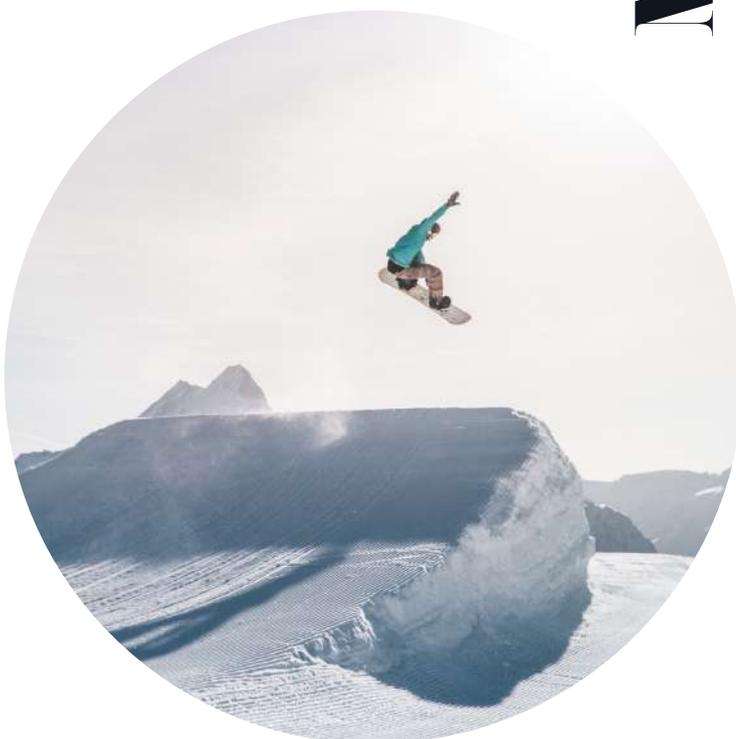
Hanno incurvato le spalle ed abbassato le saracinesche o chiuso definitivamente le porte e i cancelli di quei luoghi che accoglievano sportivi di ogni età, atleti di ogni genere o semplice appassionati che si riunivano periodicamente per praticare in materia sana la loro disciplina sportiva. Addio ad anni di duro lavoro, investimenti e sogni nel nome dello sport e dei suoi valori. Addio a palestre, piscine ed impianti sportivi. Addio ad associazioni e società che per il loro territorio rappresentavano un avamposto della legalità, della salute psicofisica e del benessere. Immaginare il 2021 partendo da questo scenario risulta complicato. Per certi versi, ci spaventa. Perché, senza coloro che non sono riusciti a superare la tempesta, siamo e saremo più poveri. Più soli e meno forti. Si chiude il 2020, ma mai come questa volta sentiamo l'esigenza da diversi mesi di affidarci al nuovo anno, con la speranza che il futuro sia migliore. Il colore del 2021 scelto da Pantone è quel giallo che trovate in copertina. Si chiama yellow illuminating, giallo illuminante, e dovrebbe essere la tonalità che, unita all'ultimate grey, un grigio urban che richiama il cemento, ci dovrebbe trasmettere un messaggio duraturo ed edificante di forza e speranza. Partiamo da questo abbinamento di tendenza, giallo e grigio, per uscire, come direbbe il vate Dante Alighieri, a riveder le stelle. Ovvero, tornare alle nostre passioni.

Buona lettura!



**GESTIRE UN PROGRAMMA SOSTENIBILE DI SVILUPPO
DI PROMOZIONE SPORTIVA, SOCIALE E CULTURALE
CHE GENERI VALORE PER LA PERSONA E PER LA COMUNITÀ.**

MISSION





VISION

**ISPIRARE ED ALIMENTARE LO SPORT ED IL TERZO SETTORE
IN ITALIA E ALL'ESTERO.**



Attualità



Giunta, Consiglio e Premio Città di Roma chiudono il 2020

Tempo di bilanci, di auguri e di programmi. Il 2020 di OPES si è chiuso ufficialmente venerdì 18 dicembre con la convocazione on-line della Giunta e del Consiglio Nazionale. L'Ente archivia dodici mesi a dir poco difficili a causa della crisi epidemiologica da Covid-19 e si prepara ad un 2021 che si aprirà con il rinnovo delle principali cariche. La stagione congressuale prenderà il via il prossimo 30 gennaio con le elezioni dei presidenti regionali e proseguirà poi con l'appuntamento del 15 marzo, quando verranno eletti il nuovo Presidente nazionale e i membri della Giunta e del Consiglio Nazionale.

Nonostante le difficoltà connesse al lockdown e alle restrizioni imposte a tutto il mondo dello sport, OPES, in questo 2020, ha ottenuto risultati importanti ed ha raggiunto gli obiettivi prefissi. Il merito, come hanno più volte sottolineato durante i loro interventi il Presidente nazionale Marco Perissa ed il Segretario Generale Juri Morico, è ascrivibile al lavoro di ogni persona che si è messa al servizio dell'Ente. La pandemia lascerà delle ferite, ma OPES non si farà condizionare dalla paura. Andrà avanti per la sua strada, seguendo i suoi principi, i suoi valori e la sua mission: gestire un programma sostenibile di sviluppo della promozione sportiva, sociale e culturale che generi valore per la persona e per la comunità.

Il 2020, quarantesimo anno di attività dell'Ente, non poteva concludersi senza l'assegnazione di un Premio che ormai fa parte della tradizione di OPES. La sesta edizione del Premio Città di Roma, anche se in forma privata e senza una cerimonia ufficiale, non poteva essere rimandata al 2021. Il riconoscimento, una preziosa opera d'arte realizzata dall'artista Leandro Lottici, è stato conferito a due cittadini romani che si sono contraddistinti per meriti sportivi, umani e sociali: Carola Garra, con ogni probabilità l'atleta di powerlifting più forte al mondo (13 record del mondo, campionessa italiana classic dal 2015 al 2020, campionessa europea junior classic 2016 e 2017, campionessa italiana equipped 2018-2019-2020, vice campionessa del Mondo open equipped nel 2018 e 2019 e campionessa mondiale open classic 2019), e Daniele Funicelli, responsabile nazionale del settore arrampicata di OPES e membro più giovane della Giunta nazionale.

Il Presidente nazionale Marco Perissa, il Segretario generale Juri Morico, i membri della Giunta e del Consiglio e tutti i dirigenti che hanno partecipato all'appuntamento sulla piattaforma zoom hanno concluso i loro interventi con il consueto invio alle associazioni e alle società affiliate e ai loro tesserati dei migliori auguri di buon Natale, con l'auspicio che il 2021 sia a tutti gli effetti l'anno del rilancio per tutto il settore sportivo.

PREMIO CITTÀ DI ROMA



VI EDIZIONE

I premiati

Carola Garra

Carola Garra, classe '94, rappresenta con ogni probabilità la più forte atleta italiana "di Forza overall" al mondo. Il suo livello agonistico è oltremodo impressionante e praticamente imparagonabile a nessun altro. L'incredibile livello atletico di Carola è attestato dai 13 record del mondo nel Powerlifting classic e da tutti quelli Nazionali di categoria sia classic che equipped.

Atleta della SS Lazio Powerlifting e della FIPL/IPF (federazione Italiana Powerlifting e International Powerlifting Federation), Carola Garra ha collezionato nella sua giovane carriera i seguenti titoli:

- Campionessa Italiana classic dal 2015 al 2020
- Campionessa Europea Junior classic 2016 e 2017
- Campionessa Italiana Equipped 2018/ 2019/2020
- 2° posto Mondiale Open Equipped 2018/2019
- Campionessa Mondiale Open Classic 2019

Daniele Funicelli

Classe '86, Daniele Funicelli è il più giovane membro della Giunta di OPES, nonché responsabile nazionale del settore arrampicata sportiva del nostro Ente di Promozione Sportiva.



Progetti

**Una risposta alla crisi
generata dal virus: nasce
il Programma Emergenza
Covid**

La solidarietà e la vicinanza verso chi è più fragile e solo sono soltanto alcuni degli atteggiamenti umani che il Covid-19 ha riportato al centro del nostro universo. In un momento delicato, segnato profondamente dall'emergenza epidemiologica e dalla crisi economica che ne è scaturita e che ogni giorno genera sempre nuovi poveri, l'impegno dei diversi attori sociali che operano all'interno di un territorio deve essere implementato e potenziato per affrontare e superare qualsiasi momento difficile. Perché nessun cittadino può essere lasciato indietro, né tantomeno deve sentirsi emarginato. OPES lo sa bene e per perseguire la sua mission in un momento delicato come quello che stiamo vivendo ha dato vita al Programma Emergenza Covid. L'iniziativa, che è cofinanziata dal Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali, ha come obiettivo quello di fornire delle risposte e degli aiuti concreti al territorio e alle persone più fragili, quelle che più di tutte le altre soffrono tremendamente a causa della crisi economica e sociale generata dal coronavirus. Attraverso quattro linee di intervento che spaziano dai servizi alla persona (distribuzione di generi alimentari e di medicinali, di pasti pronti, di dispositivi di protezione individuale, di dispositivi elettronici e di beni speciali di varia natura) alla didattica a distanza (diffusione della pratica sportiva on-line e supporto ai professori di educazione fisica per creare delle lezioni in DAD che consentano agli studenti di incontrare e di conoscere atleti di spicco, normodotati e disabili) e ai servizi di ascolto,

passando per le iniziative a supporto del settore sportivo (un esempio è lo Sportello Cura Italia) e ad altre attività collaterali e trasversali che includono altresì campagne di volontariato, di comunicazione e di sensibilizzazione, OPES vuole fronteggiare la crisi, aiutare chi è in difficoltà e ridurre le disuguaglianze sociali amplificate dal Covid.

La prima di una lunga serie di iniziative, che nel corso dei prossimi mesi si svilupperanno su tutto il territorio nazionale, è stata realizzata nel giorno di Natale a Roma. All'interno di un'area della Capitale che unisce la zona intorno alla Città del Vaticano al quartiere della Vittoria, OPES, insieme a tutte quelle realtà (BNL gruppo Bnp Paribas, Centrale del Latte di Roma, Salvamamme, lo chef Bruno Brunori, Cafim ed i fiati della Banda Cecafumo) che hanno aderito a "Roma BPA – Mamma Roma e i suoi figli migliori", un'iniziativa inserita all'interno del Patto di Comunità del Primo Municipio, ha contribuito ad allietare il 25 dicembre di decine di anziani. I volontari, accompagnati dalle dolci note dei fiati della Banda Cecafumo, hanno consegnato ai residenti più fragili i cestini alimentari contenenti il classico pranzo di Natale e la colazione per il giorno di Santo Stefano. Un semplice gesto ha portato gioia, calore, vicinanza e speranza nel cuore di quelle persone che sono o si sentono sole. Il Patto di Comunità del Primo Municipio ed il "Roma BPA (Best Practice Award) – Mamma Roma e i suoi figli migliori" sono iniziative che contribuiscono a far emergere il bene comune, il bene della collettività.



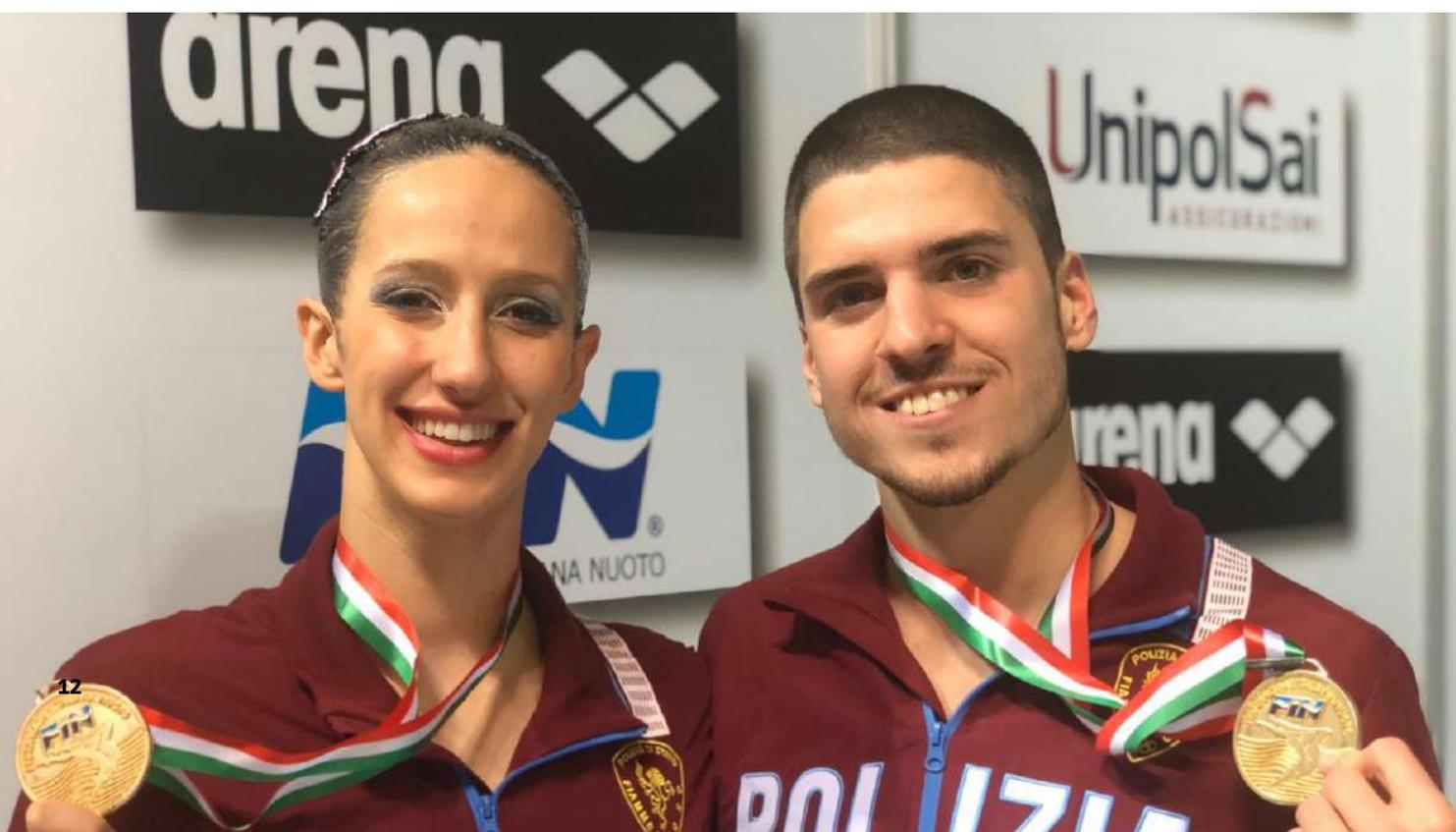
Successo straordinario per l'ultimo webinar di In Campo Diversi Ma Uguali.

**OSPITI D'ECCEZIONE GIORGIO MINISINI E
LUCREZIA RUGGIERO**

È calato il sipario sul progetto In Campo Diversi Ma Uguali. Con il webinar del 10 dicembre, Giornata internazionale dei diritti umani, l'iniziativa di OPES, Divisione Calcio a 5, AICEM e Sport Senza Frontiere ONLUS, realizzata con il contributo della Presidenza del Consiglio dei Ministri – Dipartimento per le Pari opportunità, è giunta al termine del suo cammino. Sono stati spenti i riflettori, ma quello che è certo è che un piccolo seme sta germogliando e crescendo nella vita degli studenti coinvolti e di tutte quelle persone che, con entusiasmo e partecipazione, hanno seguito i percorsi formativi on-line.

Nel corso del suo viaggio, iniziato l'8 marzo 2019 e terminato 643 giorni dopo, In Campo Diversi Ma Uguali

ha avuto il merito di coinvolgere gli alunni degli istituti secondari di secondo grado delle province di Firenze, Roma, Caserta ed Agrigento, affrontando un problema sociale: il divario di genere. Grazie ai contenuti prodotti dai teenager, al confronto generazionale, ai dibattiti aperti, alle iniziative realizzate su tutto il territorio nazionale in occasione di giornate particolari, agli appuntamenti formativi on-line e alla campagna di comunicazione e sensibilizzazione, il nostro Paese ha potuto compiere un passo in avanti nella creazione di una cultura basata sul rispetto delle diversità, sul contrasto ad ogni forma di violenza e sull'abbattimento di quei cliché e stereotipi che riguardano il ruolo degli uomini e delle donne, anche nello sport





Giorgio Minisini, campione del mondo di nuoto sincronizzato 2017

L'evento finale è stato seguito da 400 persone collegate contemporaneamente (564 in totale). Un successo straordinario, sia dal punto di vista numerico sia dal punto di vista della crescita personale e collettiva. Due campioni come Giorgio Minisini e Lucrezia Ruggiero, coppia mista del nuoto sincronizzato tesserata per il Gruppo Sportivo della Fiamme Oro, hanno arricchito il dibattito su come lo sport possa essere un valido strumento per colmare le disuguaglianze e, al tempo stesso, fornire un prezioso contributo al raggiungimento della giustizia sociale e all'affermazione di una società più aperta ed inclusiva. Le loro parole e le loro testimonianze hanno ribaltato i luoghi comuni sulle discipline per soli uomini e sole donne, sono state ottimi spunti di analisi e di riflessione, così come sottolineato dagli insegnanti e dagli studenti che hanno seguito il webinar, e si sono trasformate in conduttori di valori positivi. Gli inviti di Giorgio Minisini ad aprire la mente e di Lucrezia Ruggiero a non mollare mai, con ogni probabilità, si riveleranno fondamentali per la crescita psico-fisica dei giovani adulti.

Il webinar conclusivo è servito anche per fare il punto sul progetto e per conoscere meglio i protagonisti di questa lodevole iniziativa: gli studenti delle quattro scuole e i docenti che li hanno accompagnati, sostenuti, supportati e spronati ad affrontare il dibattito sulle diversità di genere. Sono intervenuti la professoressa Giusy Corbo del Liceo Scientifico "E. Fermi" di Sciacca, in rappresentanza di tutto il corpo docente e dei dirigenti scolastici, e gli alunni Samuele Fazio di Sciacca, Emanuela Rosa Ruotolo dell'IPSEOA Villaggio dei ragazzi di Maddaloni (CE) e l'autore del logo del progetto Carlo Affinito, studente casertano.

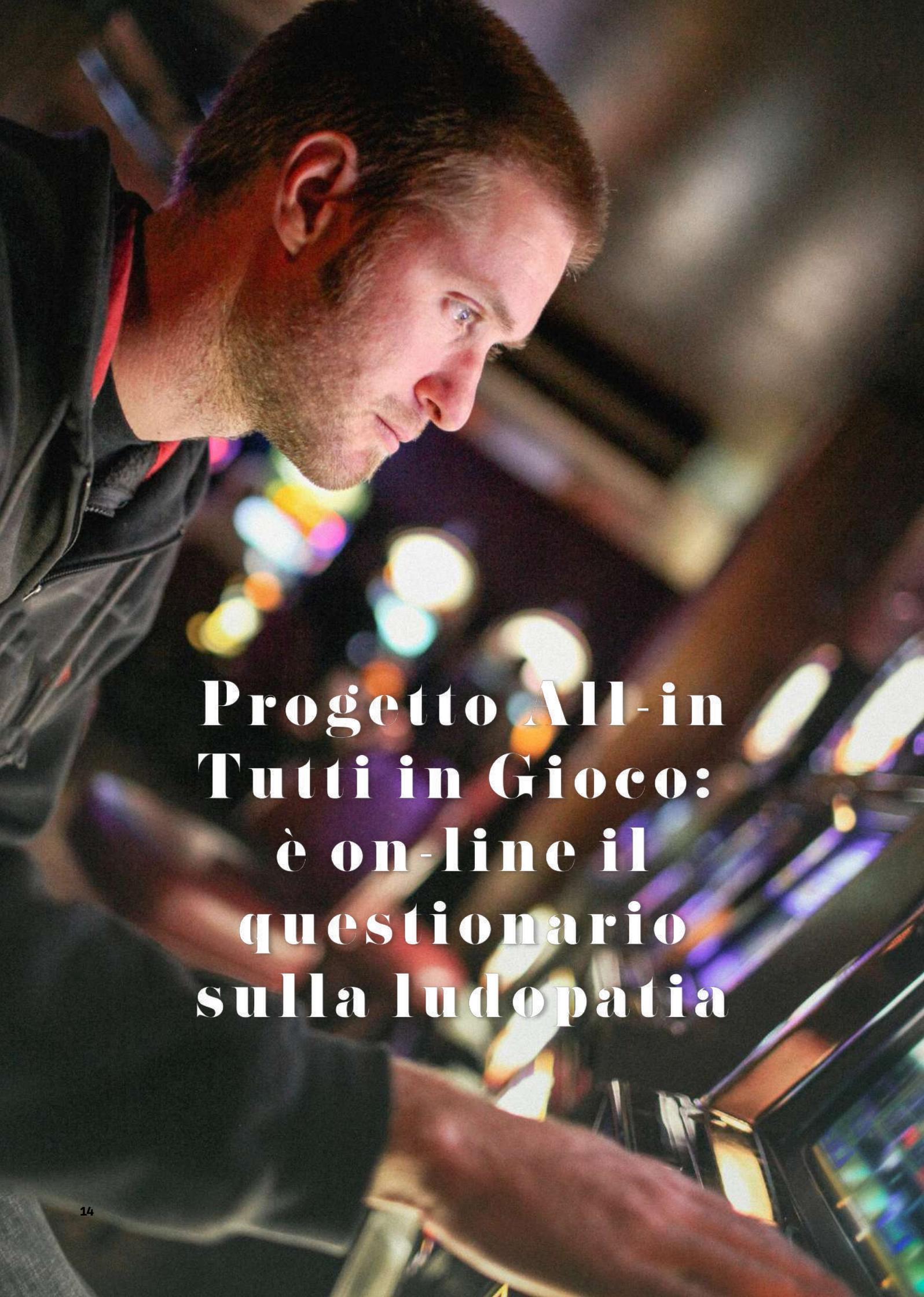
Il presidente nazionale di OPES Marco Perissa, il direttore generale di Sport Senza Frontiere Onlus Sandro Palmieri e la presidente di AICEM Sara Massini, ai quali si aggiunge anche la Divisione Calcio a 5, ci tengono a salutare i teenager che con i loro contributi audiovisivi, fotografici e testuali hanno potenziato In Campo Diversi Ma Uguali ed affrontato con spirito critico e costruttivo il tema del divario di genere, i docenti e i dirigenti delle quattro scuole superiori.

Infine, inviano un sentito e caloroso grazie agli atleti e ai loro gruppi sportivi che hanno risposto presente all'invito, a tutte le persone, alle scuole e agli alunni di tutta Italia che, pur non essendo stati coinvolti in prima battuta, hanno seguito l'ultimo webinar e i precedenti. I riflettori si spengono. In Campo Diversi Ma Uguali si chiude, ma non terminerà qui il suo contributo alla costruzione di una società più aperta, inclusiva e priva di disuguaglianze. In primis, quelle legate al genere.



IN CAMPO DIVERSI MA UGUALI

**TUTTO IL PROGETTO È VISIBILE SUL SITO
WWW.INCAMPODIVERSIMAUGUALI.IT**

A man with short brown hair and a light beard is shown in profile, looking intently at a slot machine. The background is a blurred casino floor with colorful lights from other machines. The text is overlaid in the center of the image.

**Progetto All-in
Tutti in Gioco:
è on-line il
questionario
sulla ludopatia**

È on-line il questionario del progetto "All-In – Tutti in gioco", l'iniziativa che è realizzata con il contributo del Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali e che vede OPES, l'Associazione Terra Nostra e l'Associazione di Promozione Sociale Arthesia impegnati nella prevenzione e nel contrasto delle dipendenze, ivi inclusa la ludopatia. Per compilare il test è sufficiente accedere al sito www.tuttiingioco.it, cliccare sulla pagina "servizi" e selezionare dal menù a tendina la voce "questionario ludopatico".

Le 13 domande, studiate e redatte da psicologi ed esperti del settore, non diagnosticano un disturbo, ma aiutano l'utente a capire se potrebbe avere bisogno di un ausilio da parte di un professionista. Le informazioni e le risposte ricevute saranno al centro dello studio demoscopico che fotograferà l'atteggiamento delle persone, anche dei più giovani, nei confronti del gioco d'azzardo, sia on-line sia off-line. Si cercherà di capire quali siano le motivazioni che spingono una persona a tentare di arricchirsi giocando alle slot machine, al "Gratta e Vinci" o ad altri giochi di sorte nei quali le effettive possibilità di vincere sono esigue o addirittura scarse. Al tempo stesso, si effettueranno approfondimenti ed analisi sui modelli comportamentali e socio-culturali che influenzano o inducono gli individui a giocare, ad indebitarsi e ad entrare in un tunnel o nella spirale della ludopatia dalla quale è difficile uscire, senza il sostegno ed il supporto di uno psicologo.

Grazie anche alla raccolta di questa mole di informazioni, il progetto "All – In – Tutti in gioco" potrà migliorare le attività educative e rieducative previste, spostare l'attenzione dal gioco passivo al gioco proattivo, offrire sempre più servizi di supporto a coloro che sono affetti da un gravissimo disturbo psicologico e ai loro famigliari, realizzare campagne di sensibilizzazione e di comunicazione sempre più mirate, innovative e coinvolgenti ed offrire al target più giovane strumenti utilissimi per crescere con dei sani valori morali.

Nelle prossime settimane e nei prossimi mesi le associazioni e le società sportive dilettantistiche affiliate al nostro Ente di Promozione Sportiva saranno coinvolte nella realizzazione di flash mob per sensibilizzare l'opinione pubblica sul tema della ludopatia.





Management sportivo: al via il corso formativo di OPES Lombardia

In un momento di grande difficoltà e di grande incertezza, dovuto soprattutto all'emergenza Covid-19 e alla riforma che interesserà tutto il mondo dello sport, è necessario dare vita ad azioni mirate che possano fornire risposte concrete agli operatori del comparto e strumenti utili al rinnovamento delle varie organizzazioni, associazioni o società sportive dilettantistiche. Per questo motivo, il comitato regionale di OPES Lombardia ha pianificato un percorso formativo rivolto a tutti coloro che vogliono accrescere le proprie competenze nel management sportivo.

A partire dal prossimo 11 gennaio, e per 10 appuntamenti bisettimanali (lunedì e venerdì) della durata di 2 ore e 30 minuti ciascuno, il corso in Management dello sport illustrerà ai partecipanti le nozioni di base dell'organizzazione sportiva italiana, dell'associazionismo e del mondo dilettantistico ed affronterà tematiche di attualità come la fiscalità, l'amministrazione di una società sportiva, il marketing dello sport, la comunicazione e la gestione degli impianti sportivi.

Le lezioni, che si terranno rigorosamente on-line, termineranno il prossimo 12 febbraio 2021 e saranno dirette da professionisti del settore, esperti di management sportivo e progettazione europea e docenti di comprovata esperienza. Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione, solo se il discente avrà frequentato l'80% del monte ore.

Di seguito il programma:

11 gennaio 2021 – Il mondo dello sport e la sua organizzazione (docente Marco Riva);

15 gennaio 2021 – La società sportiva (docenti Roberto Ciuffoletti e Vittorio Rosati);

18 gennaio 2021 – Come costruire e motivare il tuo team (docente Adriana Lombardi);

22 gennaio 2021 – L'amministrazione di una società sportiva (docente Donato Foresta);

25 gennaio 2021 – Organizzare lo sport (docente Andrea Trabuio);

29 gennaio 2021 – L'amministrazione di un evento (docente Luca Sparpaglione);

1 febbraio 2021 – Il marketing dello sport (docente Massimo Zanotto);

5 febbraio 2021 – La comunicazione esterna (docente Francesca Cola);

8 febbraio 2021 – La gestione degli impianti sportivi (docente Matteo Gerli);

12 febbraio 2021 – Le sovvenzioni allo sport (docenti Massimo Montesano ed Emiliano Crotti).

Il Comitato regionale di OPES Lombardia informa tutti gli interessati che il corso sarà attivato al raggiungimento delle 30 iscrizioni e che il costo d'iscrizione per tutti i 10 appuntamenti è di 80,00 €, mentre per partecipare ad una singola giornata si dovrà versare la quota di 25,00 €.

Per approfondire tutte le modalità di iscrizione o per ricevere maggiori informazioni in merito al corso in Management dello sport, è possibile consultare il documento in allegato o contattare il Comitato regionale di OPES Lombardia al numero di telefono 345.7180293 o all'indirizzo di posta elettronica formazione@opeslombardia.it.



Photostory



Tre giorni di sport a contatto con la natura e i paesaggi offerti dall'inverno della Sila. I prossimi 5, 6 e 7 marzo, a Camigliatello Silano, località montana del comune di Spezzano della Sila (CS), andrà in scena la quinta edizione della Sila3Vette Winter Challenge. La manifestazione sportiva promossa da OPES, nel corso degli anni, è diventata un appuntamento fisso per tutti gli amanti dello sport outdoor e per coloro che vogliono vivere un'avventura unica, cimentandosi in discipline spettacolari ed affrontando i propri limiti.

La Sila3Vette, ispirandosi alle endurance race del Nord Europa, offre ai partecipanti diverse opzioni di percorso e differenti modalità o mezzi per coprire l'intera lunghezza del tracciato. Sul fronte del chilometraggio, dopo lo straordinario successo dello scorso anno, gli organizzatori hanno deciso di riproporre la 140 chilometri anche nel 2021 e di affiancarla alle più tradizionali 5 km, 20 km, 40 km e 80 km. Gli atleti e gli sportivi potranno coprire le distanze di corsa, indossando sci o ciaspole, in sella ad una fatbike o addirittura salendo a bordo di una slitta trainata da cani.

XL FILES

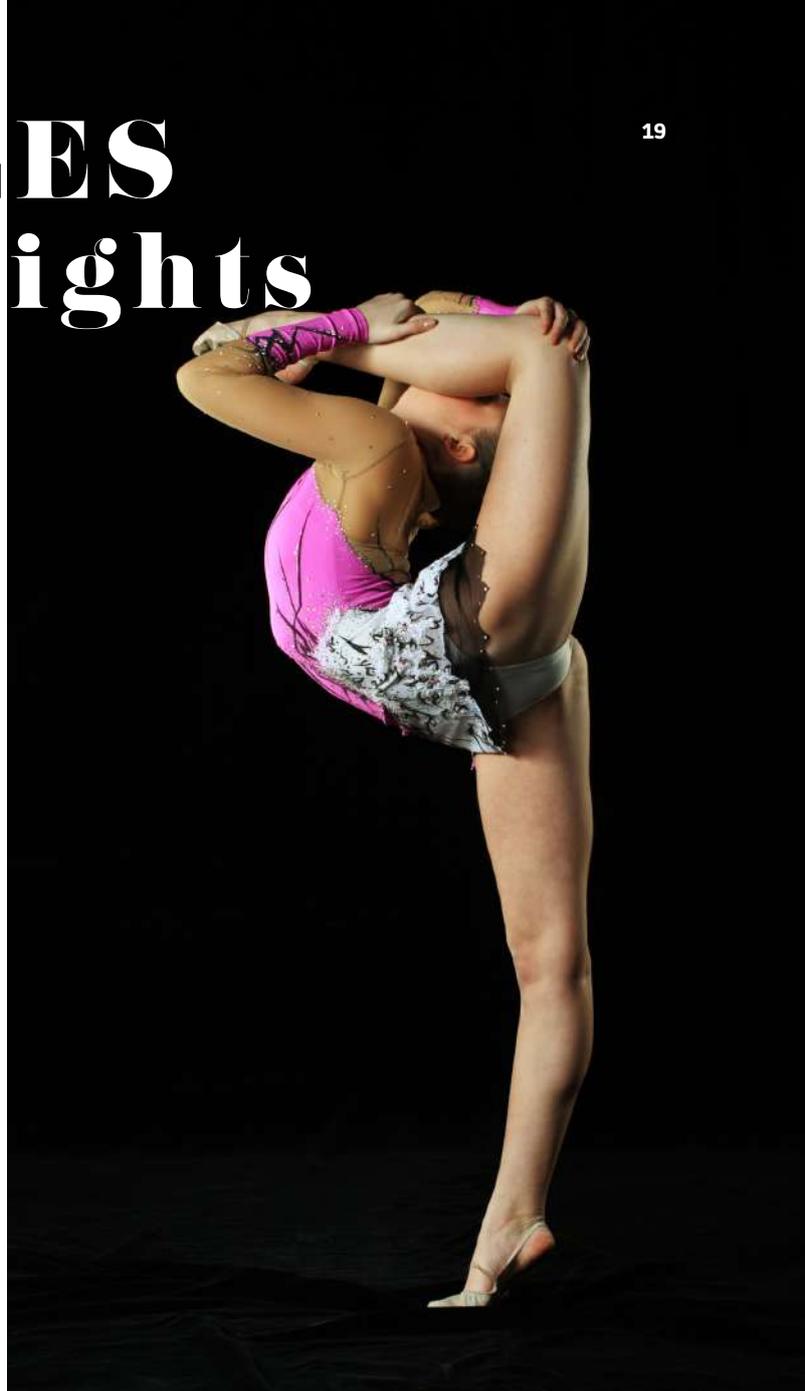
Sport Insights

GINNASTICA SOTTO L'ALBERO: UN MAGICO SHOW DI NATALE CON LE ESIBIZIONI DELLE ATLETE DELL'ARTISTICA E DELLA RITMICA

Una nuova iniziativa del settore nazionale della ginnastica di OPES ha scaldato il Natale. Il 2020, anno segnato dalla pandemia da Covid-19, dalle sofferenze, dalle rinunce e da continui stop and go che hanno riguardato anche il mondo dello sport, si è chiuso con le atlete della ritmica e i protagonisti dell'artistica che con le loro performance e coreografie hanno illuminato l'ultimo mese dell'anno. Uno spettacolo magico e speciale è stato trasmesso sui canali social di OPES.

Il responsabile nazionale Luciano Gambardella ed il suo nutrito staff di professioniste, dopo aver lanciato durante il periodo del lockdown diverse challenge che hanno allietato le giornate delle atlete, hanno presentato alle società e alle rispettive atlete il progetto "Ginnastica sotto l'albero". L'iniziativa, che ha coinvolto sia la ritmica sia l'artistica, può essere paragonata ad un grande saggio di fine anno, uno show dai grandi contenuti tecnici e pieno di emozioni. Le atlete, grazie alla supervisione e al coordinamento delle loro allenatrici, hanno studiato una coreografia, registrato un video con la loro performance ed, infine, hanno inviato il file, che poi è stato trasmesso dal canale facebook di OPES.

Luciano Gambardella, nel giorno della presentazione ufficiale di "Ginnastica sotto l'albero", ha commentato così il lancio dell'ultima iniziativa del suo settore: "A causa del Covid-19 che ci sta attanagliando, è un momento critico per tutti gli sportivi. Spero vivamente che questa iniziativa faccia bene alle società.



Noi, come Ente di Promozione Sportiva, siamo al loro fianco in ogni situazione ed in ogni circostanza. Cerchiamo in tutti i modi di sostenerle, di aiutarle e di fornire tutto il supporto possibile, soprattutto in un momento triste come quello che stiamo vivendo. Ginnastica sotto l'albero è anche un modo per divertirci tutti insieme e per scambiarci gli auguri di un sereno Natale. Presto torneremo a riabbracciarci nelle palestre e ci ritroveremo in pedana".

OPES International

A portrait of a woman with long brown hair, smiling warmly. She is wearing a dark blue jacket with a red and white logo on the left chest. The background is a textured, light grey wall.

Donne e Coaching

**IL DIPARTIMENTO RELAZIONI INTERNAZIONALI DI
OPES INTERVISTA REBECCA GRZYBOWSKI DELLA
TEMPLE UNIVERSITY DI PHILADELPHIA**

Rebecca Grzybowski è capo coach al Women's Rowing presso la Temple University di Philadelphia, Pennsylvania. Diamo uno sguardo insieme a lei al mondo del coaching femminile negli Stati Uniti.

Ciao Rebecca e grazie per aver accettato di prendere parte a questa intervista. Potresti raccontarci in breve come è iniziata la tua carriera da allenatrice?

Certo! Sono sempre stata un'atleta - basket amatoriale e corsa campestre. Mi è sempre piaciuto fare sport. Ma quando sono andata al college ho scelto una piccola scuola di arti liberali nel Massachusetts. È stato lì che ho incontrato un allenatore di sci di fondo che mi ha detto: "Ci piacerebbe averti in squadra. Non sei abbastanza veloce, ma c'è sempre spazio per brave persone e buoni compagni di squadra". Poi sono tornata a casa e ho iniziato a cercare un college dove potevo praticare corsa, mi sono resa conto che la corsa si faceva indossando mini pantaloni come quelli del costume da bagno e ho pensato, "No, no, non fa per me". Quindi sono passata al canottaggio. Mi sono laureata e volevo continuare ad allenarmi a livelli alti ma per farlo avevo bisogno di imparare lo stile scull; mi è stato offerto un lavoro da assistente allenatore a tempo pieno nel mio college e ho accettato. Sono rimasta e ho continuato ad allenarmi per due motivi: imparare ad allenare e remare ad un livello davvero alto.

Come saprai, noi stiamo realizzando il progetto "Play to Train" per incrementare il coaching femminile attraverso la formazione. Nella tua carriera, hai mai seguito corsi di formazione specifici per diventare allenatrice o fatto lezioni o seminari per cambiare il tuo stile di allenamento?

Assolutamente. Ricordo che quando ero al primo anno da allenatrice, mia madre scoprì che US Rowing stava tenendo un corso per conferire una certificazione, così mi iscrisse. Ho anche fatto parte della Women's Coaches Academy. È stata un'esperienza davvero fantastica come allenatrice donna: andare là ed entrare in contatto con altre allenatrici di altri sport e provenienti da diverse categorie, ci ha consentito di tornare, ancora una volta, a riflettere sui nostri valori, sul "perché" alleniamo e sulla nostra motivazione. Ho sempre cercato di migliorare in quello che faccio.



Puoi spiegarci in breve cos'è la Women's Coaching Academy?

Ora è We Coach. È come una conferenza per allenatrici a tutti i livelli, quindi allenatrici, assistenti allenatori, provenienti da tutti gli sport e di tutte le categorie della NCAA (National Collegiate Athletic Association), quindi prima, seconda e terza. Penso che lo organizzino circa due o tre volte l'anno. Serve a fare networking, costruire il curriculum e creare connessioni, riflettere su alcune delle sfide che potresti affrontare come allenatrice donna in un campo dominato dagli uomini. L'obiettivo è attrarre e mantenere le donne nel mondo del coaching. È stata un'esperienza davvero importante.

Guardando indietro pensi di aver sofferto la mancanza di allenatrici donne nella tua carriera da allenatore o nella tua carriera atletica?

Sì e no. Come ho detto, sono cresciuta come atleta. Facendo basket e calcio, ricordo di avere avuto molti allenatori maschi a scuola elementare e media. Quando sono arrivata al liceo, il mio allenatore di sci di fondo era una donna e anche il nostro allenatore di pista era donna, e ne sono stata davvero grata. La mia allenatrice di sci di fondo mi ha anche aiutata ad orientarmi ed è stata fantastica. Praticava mindfulness ancora prima che fosse così tanto in voga come oggi. Spegneva le luci e ci parlava durante la corsa. In realtà non credo di aver avuto allenatori donne a livello d'élite. Quindi sì, possiamo dire che lo sport a livelli alti sia prevalentemente dominato da coach uomini.

Hai avuto lo stesso supporto dei tuoi colleghi maschi nella tua carriera?

Questa è una cosa a cui ho iniziato a prestare maggiore attenzione di recente. Riconosco che la disparità ancora esiste. Ad esempio, anche a livello di amministrazione atletica vedo dove vanno la maggior parte delle risorse, seguendo un principio del tipo "è la ruota che cigola più forte ad ottenere il grasso". Ci sarà sempre una mancanza di risorse e tutti dovranno difendere ciò di cui hanno bisogno per portare avanti i loro piani. Ecco, mi sembra che, molte volte le allenatrici cedano più facilmente e le risorse vengono tolte a loro per essere allocate altrove. Sembra sia importante l'idea di farsi sentire. È un qualcosa che non mi viene naturale ma è uno degli aspetti di me stessa che ho provato a modificare: difendere con forza ciò che penso sia giusto, farmi sentire per ciò che penso sia equo. Ora presto molta più attenzione a queste cose. Quando sei un'allenatrice giovane non vuoi scuotere la barca e creare disturbo, sei solo grata di essere lì. Ricordo persino di aver accettato il lavoro, senza neanche negoziare. Ora che lo so e sono un po' vecchia e affermata, mi faccio sentire in tutte le situazioni in cui ciò che vedo non sembra equo e giusto. Questa, per me, è diventata sempre più una sfida.



Lets talk about women and coaching with Rebecca Grzybowski from Temple University in Philadelphia

Rebecca Grzybowski is the head coach of Women's Rowing at Temple University in Philadelphia, Pennsylvania. Lets have a look with her at the female coaching in the US.

Hello Rebecca and thank you for accepting to be interviewed. So can you start off by just giving us a brief history of your coaching career and how you got into it in the first place?

I was always an athlete growing up--just recreational basketball, and I was a cross country and track athlete in high school--and then I always knew that I just loved being an athlete, kind of like connected with that part of me. And when I went to college, I picked my college first. I went to a pretty small liberal arts school in Massachusetts, and I actually met with the cross country coach and he said, "we'd love to have you. You're not fast enough, but there's always room for good people and good teammates." Then I got home and started looking into college running and realized that they ran in those little bathing suit bottoms and I was like, "No, no, not for me." So I quickly transitioned to rowing. I graduated and I wanted to continue training at the national team level, so in order to do that I needed to learn how to scull; I became a full time assistant coach at my college. I was able to stay there and keep training and A) learn how to coach and B) learn how to row at a really high level.

We are implementing the project Play to Train to increase female coaching through education. Throughout your career, have you ever taken specific trainings for coaching or done classes or seminars in order to learn how to change your coaching style?

Definitely. I remember when I was in my first year coaching, my mom found out that US Rowing was doing a coaching certification, so she signed me up. I've also been part of the Women's Coaches Academy, which is great. That was a really fantastic experience as a female coach, I think, to just go and have a lot of exposure to other female coaches in other sports and other divisions, and it just was a lot of, again, back to the values, the "why" we coach, and the motivation. just constantly trying to get better at what I do.



Can you give like a really quick explanation of what Women's Coaching Academy was?

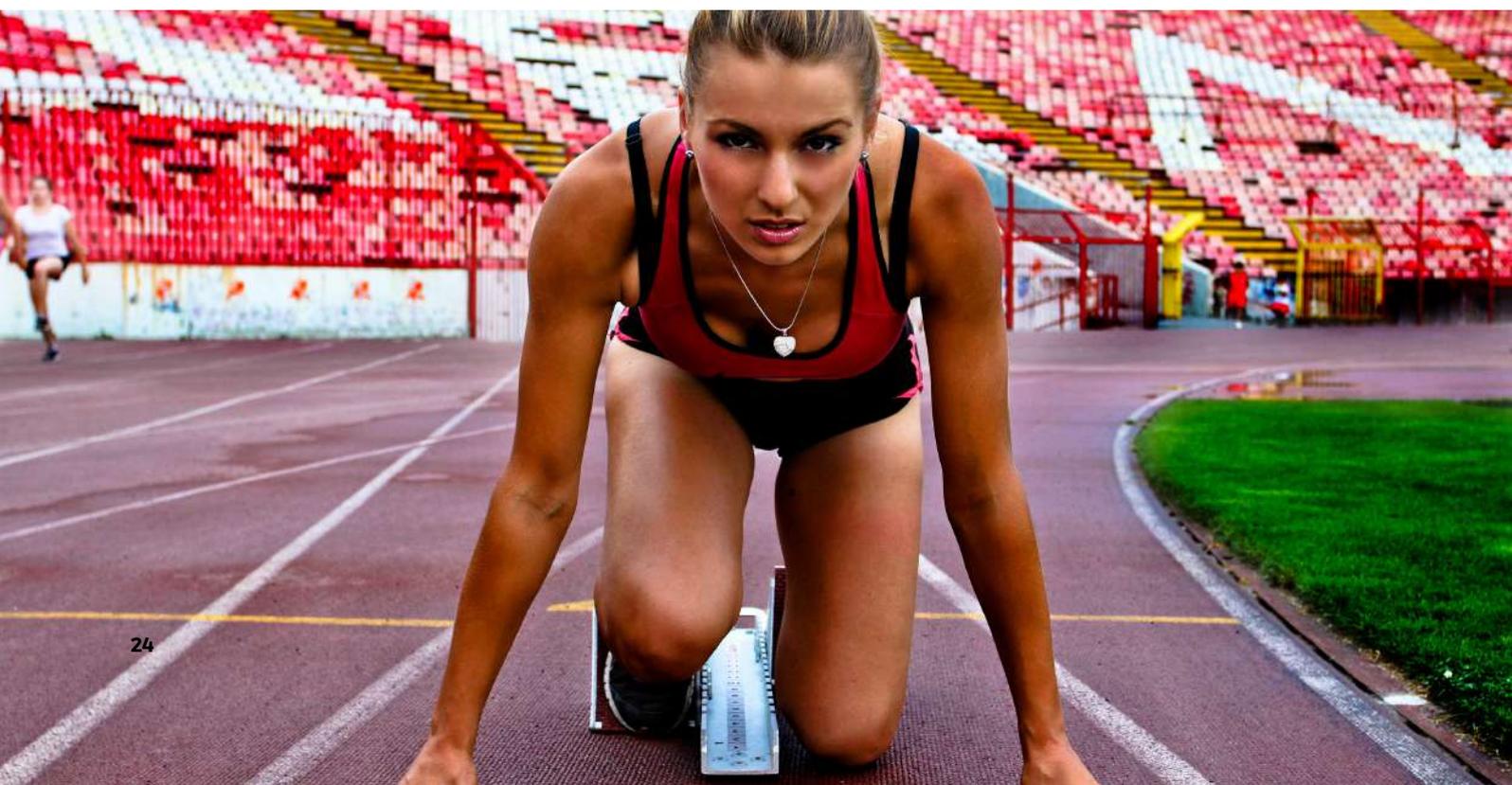
Yeah, so, well now it's We Coach. It's like a conference for female coaches at all levels, so head coaches, assistant coaches, across all sports and across all divisions in the NCAA (National Collegiate Athletic Association)--so one, two and three. I think they offer it about two or three times a year. A lot of it is about networking, about building your resume, and about making connections, and about some of the challenges you might face as a female coach in a very male dominated field. Their whole goal is to keep women in coaching, attract women to coaching, and keep women in coaching. It was a really powerful experience.

Do you feel as if you've experienced a lack of female coaches in your coaching career or in your athletic career?

Yes and no. So I, again, like I said, I grew up as an athlete. So like rec basketball and everything that you could possibly do, like soccer, and I do remember having a lot of male coaches at that middle school, grade school level. When I got to high school, my cross country coach was a woman and our track coach was a woman, and I feel really grateful for that. My cross country coach was also my guidance counselor and she was amazing. She was doing things like mindfulness training back way before it became really mainstream. She'd turn off the lights and she would talk us through the race course. I don't actually think I had any female coaches at the elite level. So yeah, predominantly male-dominated on the coaching front.

Did you have the same level of support, do you think, going through it as your male counterparts have?

Yeah, I think this is something that I've really started to pay more attention to recently. Recognizing the disparity that still exists even in current athletic administrations and looking at where the resources go and the whole "squeaky wheel gets the grease" kind of mentality. There's always going to be a lack of resources and everyone's going to have to be advocating for what they need for their program. It seems to me, in starting to pay more attention, a lot of times the female coaches concede and things may be taken away from them to go into a different direction. It seems like that idea of standing up for yourself. I think that is definitely something that doesn't come naturally to me. And so something I've actively been trying to change in myself is really forcefully standing up for what I think is right and what I think is not right and getting what I think is fair and is equitable and just really paying attention to a lot of those things. I think as a younger coach you don't want to rock the boat and you're just grateful to be there. I remember even taking the job, I didn't even negotiate. Now that I know of it and I'm a little bit older and a little bit more established, even in this department, just being willing to open my mouth in situations where things are not necessarily as equitable. I think that's definitely something that's been a little bit of a challenge.





IL TUO FUTURO IN UN PROGETTO

Scegli Opes per il tuo Servizio Civile

Il Servizio Civile è un'opportunità unica e irripetibile. Per 12 mesi ti metterai alla prova, scoprirai le tue potenzialità e qualità, anche quelle che non hai mai immaginato di avere, ti formerai e crescerai sotto ogni punto di vista.

Il Servizio Civile arricchirà il tuo bagaglio esperienziale e si rivelerà come la migliore scelta per il tuo futuro.



opesitalia



opesitalia



SERVIZIO CIVILE

PUBBLICATO IL BANDO PER IL SERVIZIO CIVILE. QUEST'ANNO I PROGETTI DI OPES SARANNO 5

La Presidenza del Consiglio dei Ministri – Dipartimento per le Politiche Giovanili e il Servizio Civile Universale – ha pubblicato il Bando per la selezione di 46.891 operatori volontari da impiegare in progetti afferenti a programmi di intervento di Servizio civile universale da realizzarsi in Italia, all'estero e nei territori delle regioni interessate dal Programma Operativo Nazionale Iniziativa Occupazione Giovani (PON-IOG “Garanzia Giovani” – Misura 6). Le domande di partecipazione dovranno essere inviate nelle modalità indicate di seguito, entro e non oltre le ore 14:00 del giorno 8 febbraio 2021.

Per partecipare alla selezione, come previsto dall'art. 14 del decreto legislativo 6 marzo 2017, n. 40, è richiesto al giovane il possesso dei seguenti requisiti:

- a) cittadinanza italiana, oppure di uno degli altri Stati membri dell'Unione Europea, oppure di un Paese extra Unione Europea purché il candidato sia regolarmente soggiornante in Italia;
- b) aver compiuto il diciottesimo anno di età e non aver superato il ventottesimo anno di età (28 anni e 364 giorni) alla data di presentazione della domanda;
- c) non aver riportato condanna, anche non definitiva, alla pena della reclusione superiore ad un anno per delitto non colposo oppure ad una pena, anche di entità inferiore, per un delitto contro la persona o concernente detenzione, uso, porto, trasporto, importazione o esportazione illecita di armi o materie esplosive, oppure per delitti riguardanti l'appartenenza o il favoreggiamento a gruppi eversivi, terroristici o di criminalità organizzata.



Non possono, inoltre, presentare domanda i giovani che:

- appartengano ai corpi militari e alle forze di polizia;
- abbiano interrotto il servizio civile nazionale o universale prima della scadenza prevista;
- intrattengano, all'atto della pubblicazione del presente bando, con l'ente titolare del progetto rapporti di lavoro/di collaborazione retribuita a qualunque titolo, oppure abbiano avuto tali rapporti di durata superiore a tre mesi nei 12 mesi precedenti la data di pubblicazione del bando; in tali fattispecie sono ricompresi anche gli stage retribuiti.

Possono presentare domanda di Servizio civile i giovani che, fermo restando il possesso dei requisiti di cui al presente articolo:

- nel corso del 2020, a causa degli effetti dell'emergenza epidemiologica da Covid-19, abbiano interrotto il servizio volontariamente o perché il progetto in cui erano impegnati è stato definitivamente interrotto dall'ente;
- abbiano interrotto il Servizio civile a conclusione di un procedimento sanzionatorio a carico dell'ente che ha causato la revoca del progetto, oppure a causa di chiusura del progetto o della sede di attuazione su richiesta motivata dell'ente, a condizione che, in tutti i casi, il periodo del servizio prestato non sia stato superiore a sei mesi;
- abbiano interrotto il Servizio civile nazionale o universale a causa del superamento dei giorni di malattia previsti, a condizione che il periodo del servizio prestato non sia stato superiore a sei mesi;
- abbiano già svolto il Servizio civile nell'ambito del progetto sperimentale europeo International Volunteering Opportunities for All e nell'ambito dei progetti per i Corpi civili di pace;
- abbiano già svolto il "servizio civile regionale" ossia un servizio istituito con una legge regionale o di una provincia autonoma.

Possono inoltre presentare domanda di Servizio le operatrici volontarie ammesse al Servizio civile in occasione di precedenti selezioni e successivamente poste in astensione per gravidanza e maternità, che non hanno completato i sei mesi di servizio, al netto del periodo di astensione, purché in possesso dei requisiti di cui al presente articolo. Infine, in deroga a quanto previsto all'articolo 14 del decreto legislativo 6 marzo 2017, n. 40, possono presentare domanda anche i giovani che, alla data della presentazione della stessa, abbiano compiuto il ventottesimo e non superato il ventinovesimo anno di età, a condizione che abbiano interrotto lo svolgimento del servizio civile nell'anno 2020 a causa dell'emergenza epidemiologica da COVID-19. Tale possibilità è prevista dall'art. 12-quater del decreto-legge 28 ottobre 2020, n. 137, recante ulteriori misure urgenti in materia di tutela della salute, sostegno ai lavoratori e alle imprese, giustizia e sicurezza, connesse all'emergenza epidemiologica da COVID-19, introdotto dal disegno di legge di conversione approvato dalla Camera dei deputati in data 18 dicembre 2020 ed attualmente in corso di pubblicazione nella Gazzetta Ufficiale. Sarà però possibile presentare domanda solo a seguito dell'entrata in vigore nei prossimi giorni della legge di conversione, che coinciderà con il giorno successivo a quello della sua pubblicazione nella Gazzetta.

Si ricorda che è possibile presentare una sola domanda di partecipazione per un unico progetto del Servizio Civile Universale, da scegliere tra quelli inseriti nei bandi contestualmente pubblicati. La presentazione di più domande comporta l'esclusione dalla partecipazione a tutti i progetti inseriti nei bandi pubblicati sul sito del Servizio Civile.

Il termine per presentare la domanda di partecipazione è fissato alle ore 14:00 dell'8 febbraio 2021. La consegna della domanda di partecipazione dovrà avvenire esclusivamente attraverso la piattaforma DOL raggiungibile tramite PC, tablet e smartphone all'indirizzo <https://domandaonline.serviziocivile.it>. Per accedere ai servizi di compilazione e presentazione domanda sulla piattaforma DOL occorre che il candidato sia riconosciuto dal sistema.

I candidati, ragazze e ragazzi tra i 18 e i 29 anni non compiuti, possono scegliere tra i seguenti progetti del nostro dipartimento Servizio Civile:

- LeAlì della libertà (22 posti disponibili tra le sedi di Roma, Locri, Caserta, San Marzano sul Sarno, Giugliano in Campania e Napoli);
- Rugby oltre le sbarre (4 posti disponibili, rispettivamente 2 a Torino e 2 a Milano);
- Sport in cattedra (42 posti disponibili tra Roma, Latina, Capannoli, Firenze, Perugia, Napoli, Frosinone, Agrigento, Torino, Piacenza e Cagliari);
- Sport senza barriere (34 posti disponibili tra Roma, Latina, Firenze, Palermo, San Marzano sul Sarno, Caserta, Barletta, Venezia e Albignasego);
- Tutti in campo con Ale (12 posti disponibili tra Roma, Milano e Marino).





OPEITALIA.IT

