

PROGETTO DI COMUNITÀ 2026-2027

Q. Al Mare

Allegato A

TITOLO PROGETTO Quartiere in movimento
DI COMUNITÀ

SOGGETTO SPORTIME CESENA ASD
CAPOFILA

PARTENARIATO

1. ASD G.S. PONTE PIETRA
2. SPORTIME CESENA ASD
3. ASD ACROSPORT CESENA
4. A.S.DIL.CESENA BASKET 2005
5. UISP FORLÌ-CESENA
6. POLISPORTIVA 5 CERCHI MACERONE
7. ASSOCIAZIONE MICOLOGICA APS - GRUPPO VALLE DEL SAVIO
8. ASSOCIAZIONE C.A.I.M.A. ODV
9. ARTINCOUNSELLING APS

CONTESTO, COMUNITÀ DI RIFERIMENTO E OBIETTIVI

Il paragrafo descrive il bisogno a cui risponde il progetto, le persone a cui si rivolge e gli obiettivi che si vuole raggiungere per contribuire a generare un cambiamento nella comunità di riferimento

Il Quartiere Al Mare desidera proporre un progetto che vada a favore di molteplici destinatari, immaginando azioni specifiche per ciascun target.

Gli obiettivi che il progetto si pone sono:

- potenziare la casa di quartiere e gli altri spazi comuni (ex scuole, Spazio Comune, parchi, campi da basket e calcetto)
 - aumentare la vivacità del quartiere
 - creare occasioni di socializzazione
 - coinvolgere attivamente la comunità
 - rendere gli anziani protagonisti attribuendo loro un ruolo attivo, recuperando il loro sapere contadino, le tradizioni e il dialetto
 - valorizzare l'intergenerazionalità delle attività (anziani e bambini)
 - sensibilizzare sul tema della salute e del benessere
 - coinvolgere i bambini facilitando lo scambio scuole-territorio
 - promuovere valori come solidarietà, rispetto e partecipazione
 - unire arte e relazioni per favorire l'integrazione
-

DESCRIZIONE GENERALE DEL PROGETTO E AZIONI

Nel paragrafo si riporta una descrizione generale del progetto e le azioni messe in campo per raggiungere gli obiettivi definiti

Il progetto mira a individuare una serie di iniziative, specifiche per target di età, distribuite nel corso dell'anno, con cadenza regolare. In particolare, nel periodo autunnale e primaverile si immagina di calendarizzare attività da proporre alle persone anziane e nel periodo estivo per la popolazione più giovane.

Il Quartiere individua alcuni spazi per la realizzazione delle attività:

- Spazio Comune Ruffio e sede di Quartiere
-

-
- SpazioComune Bulgarnò
 - SpazioComune Capannaguzzo
 - SpazioComune Centro i Maceri

Le linee di azione di seguito proposte seguono quindi la logica della distinzione per tipologia di destinatari ma si cercherà di favorire il più possibile lo scambio intergenerazionale.

A) LINEA DI AZIONE “POPOLAZIONE GIOVANILE”

A1. Corso di ciclismo e bicicletata di quartiere

Destinatari: ragazzi e cittadini

Tempistiche: **settembre 2026 - maggio 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **SPORTIME CESENA ASD (referente)** | POLISPORTIVA 5 CERCHI MACERONE

Descrizione: corso didattico/pratico sul ciclismo rivolto ai ragazzi. Si tratta di 3 lezioni da 1 ora ciascuno per un massimo di 20 ragazzi, su: storia del ciclismo; educazione stradale; tecnica di guida. A conclusione del corso di realizzerà una bicicletata di quartiere aperta a tutti organizzata dai giovani partecipanti.

A2. La giornata dello sport

Destinatari: bambini, ragazzi e cittadini

Tempistiche: **autunno 2026 - autunno 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **SPORTIME CESENA ASD (referente)** | ASD G.S. PONTE PIETRA | ASD ACROSPORT CESENA | A.S.DIL.CESENA BASKET 2005 | UISP FORLÌ-CESENA | POLISPORTIVA 5 CERCHI MACERONE

Descrizione: una giornata dedicata soprattutto ai ragazzi ma anche agli adulti e ai bambini, con attività sportive per favorire socializzazione e promuovere stili di vita sani.

In particolare:

- dimostrazione della disciplina di ginnastica acrobatica in forma di spettacolo con ASD Acrosport Cesena
- attività di ginnastica di base per bambini e ragazzi con ASD Acrosport Cesena
- evento dimostrativo (gara o torneo) con atleti tesserati con A.S.Dil.cesena basket 2005
- attività di promozione del minibasket, rivolti a bambini dai 5 agli 11 anni con A.S.Dil.cesena basket 2005

A3. Laboratorio di arteterapia emozionale per bambini e ragazzi

Destinatari: bambini e ragazzi

Tempistiche: **autunno 2026**

Soggetto/i coinvolto/i: **ARTINCOUNSELLING APS**

Descrizione: laboratori di arteterapia emozionale per bambini e adolescenti. Ogni laboratorio è composto da 6 incontri da 2 ore ciascuno, con cadenza settimanale (max 15 partecipanti a incontro).

A4. Incontro su micologia e botanica per bambini e ragazzi

Destinatari: bambini e ragazzi

Tempistiche: **primavera 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **ASSOCIAZIONE MICOLOGICA APS**

Descrizione: incontri di educazione ambientale e sanitaria, per diffondere la micologia e la botanica.

A5. Laboratorio di riciclo e riuso

Destinatari: popolazione giovanile e cittadini

Tempistiche: **estate 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **ARTINCOUNSELLING APS**

Descrizione: ciclo laboratoriale di educazione al riciclo e al riuso. Ogni laboratorio è composto da 6 incontri da 2 ore ciascuno, con cadenza settimanale (max 15 partecipanti a incontro).

B) LINEA DI AZIONE “POPOLAZIONE ADULTA”

B1. Sportello di ascolto per Caregivers

Destinatari: caregivers

Tempistiche: **novembre 2026 – maggio 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **ARTINCOUNSELLING APS**

Descrizione: sportello di ascolto empatico su appuntamento per caregivers (1 volta al mese)

B2. Sostegno ai caregivers di malati di demenza

Destinatari: caregivers

Tempistiche: **autunno 2026**

Soggetto/i coinvolto/i: **ASSOCIAZIONE C.A.I.M.A. ODV (referente) | ARTINCOUNSELLING APS**

Descrizione: incontri per aumentare il benessere dei caregivers e per aiutarli a gestire meglio la malattia del proprio caro. Gestiti da una psicologa o da una counselor.

Gli incontri saranno abbinati ad un laboratorio di arteterapia emozionale a supporto dei caregivers. Il laboratorio avrà un massimo di 3 incontri da 1,5 ore ciascuno.

B3. Percorso motorio con test medici e ginnastica funzionale

Destinatari: multitarget

Tempistiche: **estate 2026 e estate 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **UISP FORLÌ-CESENA | ASD ACROSPORT CESENA**

Descrizione: percorso di 10 incontri. Attività per portare ad avere una popolazione meno sedentaria possibile creando un percorso basato su attività motoria in base alle fasce di età e disabilità con test periodici fisici e medici che possano dimostrare l'ottenimento dei risultati e il miglioramento del benessere. Le persone sono invitate a fare dei test, poi a seguire un percorso di attività motoria in gruppo e a rifare i test per vedere il miglioramento dello stato di salute.

I percorsi motori, che potranno essere ad esempio attività di ginnastica funzionale, nel periodo autunnale/invernale/primaverile saranno tenuti da istruttori UISP, mentre nel periodo estivo, in una logica di co-progettazione, saranno organizzati in collaborazione con Asd Acrosport.

B4. Gruppi di cammino

Destinatari: adulti

Tempistiche: **estate 2026 – estate 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **SPORTIME CESENA ASD (referente) | UISP FORLÌ-CESENA | ASSOCIAZIONE MICOLOGICA APS**

Descrizione: una serie di incontri di camminata con cadenza regolare da realizzare le sere d'estate, aperta a tutti i cittadini.

Le passeggiate potranno essere a tema, ad esempio:

- tema “educazione cinofila” con Uisp Forlì-Cesena
- tema “erbe spontanee”, valorizzando il sapere delle persone più anziane con Ass. Micologica Aps E Gruppo Valle Del Savio

B5. Ciclo di incontri formativi su primo soccorso, sicurezza personale e autodifesa

Destinatari: adulti

Tempistiche: **primavera 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **UISP FORLÌ-CESENA (referente) | POLISPORTIVA 5 CERCHI MACERONE**

Descrizione: serate informative di prevenzione sul tema del primo soccorso, della sicurezza con poliziotti e cittadini, seguito da un mini-stage per un primo approccio alle tecniche di autodifesa per donne

B6. Incontri su micologia e botanica per adulti

Destinatari: adulti e cittadini

Tempistiche: **primavera 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **ASSOCIAZIONE MICOLOGICA APS**

Descrizione: incontri di approfondimento delle conoscenze, per diffondere la micologia e la botanica.

B7. Serate aggregative di comunità a Natale

Destinatari: adulti

Tempistiche: **dicembre 2026 - dicembre 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **POLISPORTIVA 5 CERCHI MACERONE**

Descrizione: serate per la comunità da realizzare nel periodo natalizio (tombola o evento sportivo o pizzata ecc)

C) LINEA DI AZIONE "POPOLAZIONE ANZIANA"

C1. Benessere per la 3a età

Destinatari: persone della 3a età

Tempistiche: **autunno 2026**

Soggetto/i coinvolto/i: **ARTINCOUNSELLING APS**

Descrizione: incontri di sensibilizzazione con una counselor in ottica preventiva sul benessere bio-psico-sociale per le 3a età con metodologie di arteterapia emozionale. Ass. CAIMA ODV sosterrà Artincounseling APS nel reperimento degli utenti anziani.

C2. Ginnastica per la memoria

Destinatari: anziani over 60

Tempistiche: **da settembre 2026 a maggio 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **ASSOCIAZIONE C.A.I.M.A. ODV**

Descrizione: corsi di ginnastica per la memoria per un minimo di 10 persone. Ogni corso prevede 10 incontri (memory training) da 1 ora e mezza con professionisti (psicologa). Artincounseling APS sosterrà Ass. CAIMA ODV nel reperimento degli utenti anziani.

C3. Serate di commedia dialettale

Destinatari: anziani e cittadini

Tempistiche: **primavera 2027**

Soggetto/i coinvolto/i: **POLISPORTIVA 5 CERCHI MACERONE**

Descrizione: serate di commedia dialettale aperte alla comunità, da fare nelle varie frazioni

C4. Orto botanico intergenerazionale

Destinatari: anziani e bambini

Tempistiche: **estate 2026**

Soggetto/i coinvolto/i: **ASSOCIAZIONE MICOLOGICA APS**

Descrizione: orto botanico a cura delle persone anziane coinvolgendo anche i bambini con incontri intergenerazionali

C5. Incontro su micologia e botanica per persone anziane

Destinatari: adulti e cittadini

Tempistiche: **autunno 2026**

Soggetto/i coinvolto/i: **ASSOCIAZIONE MICOLOGICA APS**

Descrizione: incontri che prevedono il coinvolgimento attivo delle persone anziane per valorizzare il loro sapere su micologia e botanica.

PROPOSTA DI BUDGET

Si ricorda che il budget potrà essere modificato anche in corso di realizzazione.

AL MARE AZIONI	ANNUALITA' / BUDGET		
	2026	2027	Totale generale
A1. Corso di ciclismo e biciclettata di quartiere	€ 200,00	€ 180,00	€ 380,00
A2. La giornata dello sport	€ 850,00	€ 750,00	€ 1.600,00
A3. Laboratorio di arteterapia emozionale per bambini e ragazzi	€ 350,00		€ 350,00
A4. Incontro su micologia e botanica per bambini e ragazzi		€ 350,00	€ 350,00
A5. Laboratorio di riciclo e riuso		€ 350,00	€ 350,00
B1. Sportello di ascolto per Caregivers	€ 150,00	€ 200,00	€ 350,00
B2. Sostegno ai caregivers di malati di demenza	€ 480,00		€ 480,00
B3. Percorso motorio con test medici e ginnastica funzionale	€ 450,00	€ 450,00	€ 900,00
B4. Gruppi di cammino	€ 350,00	€ 350,00	€ 700,00
B5. Ciclo di incontri formativi su primo soccorso, sicurezza personale e autodifesa		€ 200,00	€ 200,00
B6. Incontri su micologia e botanica per adulti		€ 200,00	€ 200,00
B7. Serate aggregative di comunità a Natale	€ 150,00	€ 150,00	€ 300,00
C1. Benessere per la 3a età	€ 400,00		€ 400,00
C2. Ginnastica per la memoria	€ 390,00	€ 330,00	€ 720,00
C3. Serate di commedia dialettale		€ 500,00	€ 500,00
C4. Orto botanico intergenerazionale	€ 250,00		€ 250,00
C5. Incontro su micologia e botanica per persone anziane	€ 200,00		€ 200,00
COORDINAMENTO CAPOFILA		€ 210,00	€ 210,00
Totale generale	€ 4.220,00	€ 4.220,00	€ 8.440,00