



ISTANZA DI CONTRIBUTO

<p>MARCA DA BOLLO EURO 16,00</p>	<p>Oppure ESENTE MARCA DA BOLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> ai sensi del D.P.R. 26/10/1972 n. 642, allegato B, articolo 27 bis (organizzazioni non lucrative di utilità sociale - O.N.L.U.S. e Federazioni sportive e Enti di promozione sportiva riconosciuti dal C.O.N.I.);<input checked="" type="checkbox"/> ai sensi del D. Lgs. 4/12/1997 n. 460, art. 10, comma 8 (le/gli associazioni/organismi di volontariato di cui alla Legge 266/91 iscritti nei registri istituiti dalle Regioni);<input type="checkbox"/> ai sensi del D. Lgs. 4/12/1997 n. 460, art. 10, comma 8 (le O.N.G. di cui alla Legge 49/87);<input type="checkbox"/> ai sensi di _____ <p><i>(indicare eventuale altra normativa che prevede l'esenzione a favore del soggetto richiedente)</i></p>
---	--

Al Presidente della Circoscrizione 2

ISTANZA DI CONTRIBUTO PER IL PROGETTO

 Ricominciamo a muoverci e socializzare

ai sensi del "Regolamento sulle modalità di erogazione di contributi e di altri benefici" n. 373, approvato con deliberazione del Consiglio Comunale n. mecc. 2014 06210/49
(<http://www.comune.torino.it/regolamenti/373/373.htm>)

Il sottoscritto Gian Carlo Olivero consapevole delle sanzioni penali nonché della conseguente decadenza dal beneficio nel caso di dichiarazioni non veritiere e falsità negli atti, ai sensi degli artt. 75 e 76 D.P.R. 445 del 28/12/2000

DICHIARA

AI SENSI DEGLI ARTT. 46 E 47 DEL D.P.R. 445 DEL 28/12/2000

di e
di e
C.F.

di essere Rappresentante dell'Organizzazione di volontariato
La Perla
con sede in Torino in corso unione Sovietica 220/D
Codice fiscale 05578760018
telefono 0113181538

di autorizzare eventuali comunicazioni all'indirizzo di posta elettronica
roberta.spessato@associazionelaperla.it

DICHIARA INOLTRE CHE L'ASSOCIAZIONE/ENTE/COMITATO/ETC:

- si è costituita in data 8/7/1988 con scrittura privata registrata

- è iscritta nel Registro Comunale delle Associazioni dal 20 gennaio 1988

- non ha finalità di lucro;
- nell'ambito del progetto non recupera l'IVA pagata ai fornitori
- ai sensi dell'art. 86 comma 2 dello Statuto della Città di Torino, non svolge attività commerciale preminente rispetto ai fini sociali e che in tal caso non c'è comunque recupero dell'IVA sulle fatture pagate ai fornitori;
- non costituisce articolazione di partiti politici;
- non ha pendenze di carattere amministrativo nei confronti della Città;

- NON** ha effettuato altre richieste di finanziamento ad altre Direzioni e/o Servizi del Comune di Torino, ad altre Circoscrizioni, ad altri Enti Pubblici, Istituti di credito, Fondazioni, imprese private per la medesima iniziativa;

- il progetto non prevede la partecipazione di partiti politici;
- realizzerà il progetto in misura prevalente

- NON** è soggetto alla ritenuta IRES del 4% prevista dall'art. 28 del D.P.R. 600/73 e s.m.i

- NON** è soggetta all'obbligo di contribuzione ex-ENPALS;

- svolgerà le attività in assenza di barriere architettoniche o con l'impegno di fornire assistenza alle persone svantaggiate al fine di favorirne la partecipazione;
- realizzerà le attività conformemente al progetto presentato indipendentemente dall'entità del contributo concesso;
- ha letto, conosce e accetta tutte le disposizioni, nessuna esclusa, contenute nel Regolamento della Città di Torino n. 373 sopra indicato, nonché nella "Nota informativa sull'erogazione dei contributi" e nella "Scheda progetto" entrambe pubblicate sul sito Internet della Circoscrizione;
- tutti gli oneri, i rischi di gestione e le responsabilità inerenti l'attività per la quale viene richiesto il contributo sono a carico del richiedente, intendendosi la Circoscrizione esonerata da qualsiasi genere di responsabilità;



- in particolare, è a conoscenza ed accetta che:
 - ◆—qualora in sede di presentazione del consuntivo, le spese sostenute risultassero inferiori a quelle preventivate, il contributo sarà ridotto proporzionalmente applicando la stessa percentuale prevista nella deliberazione di approvazione del contributo;-
 - ◆—il contributo sarà totalmente o parzialmente revocato con il recupero della somma eventualmente già liquidata qualora il progetto/iniziativa/manifestazione sia realizzato in tempi diversi o in misura difforme, anche in relazione all'assenza di barriere architettoniche o alla mancata assistenza alle persone svantaggiate;
 - ◆—la mancata presentazione del rendiconto entro 4 (quattro) mesi dal termine del progetto può costituire motivo di revoca del contributo concesso

SI IMPEGNA

- a richiedere, in tempo utile, agli enti competenti tutte le autorizzazioni di legge necessarie per lo svolgimento dell'iniziativa;
- a concordare con la Circoscrizione ogni forma di pubblicizzazione dell'iniziativa, compreso l'utilizzo del Logo circoscrizionale che dovrà comunque essere accompagnato dal Logo della Città di Torino;
- a provvedere, laddove necessario, alla pulizia e al ripristino delle aree di svolgimento del progetto/attività/manifestazione;
- a presentare, entro 4 (quattro) mesi dal termine del progetto/evento/manifestazione dettagliato rendiconto delle spese sostenute e delle entrate percepite, la relativa documentazione in originale e fotocopia nonché relazione finale sul svolgimento del progetto/attività;

CHIEDE PERTANTO

- l'erogazione di un contributo di euro 2000,00
(**massimo 80% della spesa dedotte le entrate e i finanziamenti/contributi**)
- a parziale copertura delle spese per la realizzazione dell'iniziativa denominata "Ricominciamo a muoverci e socializzare" meglio descritta nel progetto allegato (all. 1), che si svolgerà dal 1 luglio 2020 al 31 dicembre 2020
- presso la sede della Perla in C.so Unione Sovietica 220/D a Torino

Si allegano:

- progetto dettagliato
- scheda sintetica del progetto redatta come da facsimile allegato
- piano dei costi e relativi preventivi di spesa
- dichiarazione ai sensi dell'art. 6 comma 2 della Legge 122/2010 e s.m.i. - Conversione in legge del decreto-legge 31 maggio 2010, n. 78
- breve curriculum



- copia dello Statuto e dell'Atto costitutivo e/o successive modifiche (qualora non sia già stato depositato)
- copia fotostatica del documento di identità del Legale Rappresentante.

Informativa Privacy Protezione Dati Personali (Regolamento UE 679/2016)

I dati personali saranno trattati in conformità al Regolamento UE Generale sulla Protezione Dati (GDPR). L'informativa prevista dagli artt. 13 e 14 del GDPR è disponibile sul sito della Circoscrizione 2: <http://www.comune.torino.it/circ2/privacy>

Data 14 maggio 2020

Il Legale Rappresentante

Olivero Gian Carlo



PIANO DEI COSTI PROGETTO "Ricominciamo a muoverci e socializzare"

PREVENTIVO SPESE

COSTI DIRETTI (esempi)	IMPORTO
Prestazioni d'opera occasionali (insegnanti di Yoga)	€ 1.050,00
Materiale di consumo igienico-sanitario (DPI, detergenti, barriere e divisori,...)	€ 500,00
Acquisto 9 tablet PC completi di tastiera e mouse	€ 953,91
COSTI INDIRETTI non superiori al 10% del preventivo totale e calcolati pro quota	IMPORTO
	€ 0,00
TOTALE SPESE	€ 2.503,91

EVENTUALE AMMORTAMENTO UTILIZZO BENI MOBILI E IMMOBILI DI PROPRIETA'

Descrizione del bene	Motivo utilizzo	Costo acquisto	% ammortamento	Giorni utilizzo	% uso progetto	importo
						€
TOTALE						€ 0,00

A) EVENTUALI ATTIVITA' VOLONTARIE DEI PROPRI ASSOCIATI

n. volontari previsti	Tipo di attività	Ore da effettuare	Costo orario	Importo
8	Programmazione e gestione dei vari laboratori	50 ore circa a volontario per un totale di circa 400 ore	€ 0,00	€ 0,00
24	Affiancamento dei destinatari nei piccoli gruppi per la realizzazione dei laboratori	50 ore circa per ogni volontario per un totale di 1200 ore	€ 0,00	€ 0,00
TOTALE				€ 0,00
TOTALE A + B + C				€ 2.503,91

NON SONO PREVISTE ENTRATE NE' ULTERIORI CONTRIBUTI/FINANZIAMENTI
 (**diversi** dal contributo della Circostrizione 2 e dalla quota a carico dell'ente richiedente)

Torino, 14 maggio 2020

Il Legale Rappresentante

Olivero Gian Carlo

c'è una perla in ognuno di noi

prot. 5207/4.40.1 del 23.09.2020

DETTAGLIO COSTI PRESTAZIONE D'OPERA OCCASIONALE DEDICATA AL PROGETTO
"RICOMINCIAMO A MUOVERCI E SOCIALIZZARE":

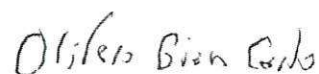
INSEGNANTE DI YOGA

(che si avvarrà a sue spese del supporto di una collaboratrice)

per la realizzazione dell'attività di yoga gentile a favore di persone con disabilità intellettiva, come descritto nel progetto

per un impegno totale di **37 ore** al costo orario lordo di € **28,38** per un totale di € **1050,00**

Il legale rappresentante



Gian Carlo Olivero



SCHEDA PROGETTO

TITOLO DEL PROGETTO	RICOMINCIAMO A MUOVERCI E SOCIALIZZARE
<p>SINTETICA DESCRIZIONE DI OBIETTIVI E CONTENUTI</p>	<p>In seguito al lockdown dovuto all'emergenza coronavirus le attività ordinarie diurne dell'associazione, volte alla socializzazione, allo sviluppo della creatività e al mantenimento delle capacità scolastiche di persone con disabilità intellettiva, in ottemperanza alle indicazioni fornite dalla Regione, sono state sospese e speriamo possano riprendere a fine estate o inizio autunno.</p> <p>Con questo progetto speriamo di aiutare i nostri destinatari e le loro famiglie a uscire nuovamente di casa dopo questa fase di emergenza e aiutarli a riprendere gradualmente i contatti sociali e le attività formative che sono stati bruscamente interrotti, perchè siamo profondamente consapevoli del fatto che le famiglie di persone con disabilità intellettiva, che aiutiamo da più di 30 anni, siano state sottoposte ad un fortissimo stress emotivo e relazionale da questo periodo di lockdown e necessitino al più presto di essere accompagnate in un percorso per ritrovare nuovi equilibri che diano solievo e serenità a tutti i membri del nucleo familiare.</p> <p>Dopo un così lungo periodo di sospensione, l'attività dovrà riprendere, oltre che nel rispetto delle nuove misure sanitarie di sicurezza, con molta gradualità in modo da abituare nuovamente i nostri destinatari a uscire, vedere delle persone e confrontarsi con le nuove misure di protezione: situazioni particolarmente difficili da comprendere per persone che, a causa del loro specifico deficit, faticano a capire il mondo esterno e le sue regole, non hanno grandi capacità di problem solving e spesso non riescono ad accettare i cambiamenti (per molti fonte di ansia e stress).</p> <p>Con questo progetto intendiamo quindi stimolare la ripresa proponendo attività già conosciute dai nostri destinatari, realizzate da personale e volontari con cui si è già instaurata una positiva relazione educativa (che possano mettere a loro agio i destinatari e favorire la loro piena e soprattutto serena partecipazione), proposte però in una modalità nuova e conforme alle nuove esigenze sanitarie. Nel concreto, intendiamo in un primo momento intensificare le attività all'aria aperta (uscite nel parco che circonda la nostra sede) e l'attività di yoga gentile (una particolare disciplina yoga che si realizza seduti su una sedia, quindi particolarmente adatta a mantenere le distanze e nel contempo a riattivare l'elasticità e il tono muscolare anche per le persone che hanno qualche difficoltà di equilibrio e/o deambulazione) già praticata dai nostri destinatari con grande soddisfazione e benefici negli anni scorsi. Le suddette attività, così come quelle laboratoriali (di creatività, mantenimento delle capacità scolastiche e informatica) saranno organizzate in modo differente rispetto al passato: saranno costituiti dei gruppi più piccoli (massimo 4-5 persone per ciascun salone), scaglionando gli orari di ingresso e uscita, o comunque in ottemperanza alle indicazioni che potremo ricevere dalle istituzioni preposte.</p>

DESTINATARI	<p>I destinatari di questo progetto sono 25 persone con disabilità intellettiva che frequentavano regolarmente le nostre attività diurne prima del lockdown. Queste persone hanno età comprese tra i 18 e i 58 anni, la maggior parte sono quarantenni, hanno varie patologie che comportano disabilità intellettive perlopiù di grado medio, la quasi totalità di essi vive in Torino (il 50% nella Circoscrizione 2), in famiglie con genitori ultrasettantenni (alcuni di essi in famiglie monoparentali).</p> <p>Ai suddetti destinatari potranno aggiungersi massimo 5 nuove persone con caratteristiche simili, che ci chiederanno di poter partecipare alle attività nelle prossime fasi di riapertura (p.e. nei giorni precedenti la chiusura avevamo fissato degli incontri conoscitivi con alcune famiglie, che per ovvi motivi sono stati rimandati a data da destinarsi).</p>
TEMPI	<p>Il progetto avrà inizio nel mese di Luglio 2020, con il riallestimento dei locali, la raccolta delle disponibilità dei volontari per la creazione dei gruppi e la programmazione dei laboratori previsti e dei relativi turni di partecipazione.</p> <p>Le attività inizieranno, salvo diverse disposizioni delle autorità, nel mese di Settembre, con 2 o 3 incontri settimanali di circa 3 ore per ciascun gruppo di destinatari, per intensificarsi nel corso delle settimane fino ad arrivare a incontri giornalieri di almeno 4 ore dal lunedì al venerdì.</p> <p>Il progetto finirà nel momento in cui sarà possibile un ritorno alle attività e modalità normali di realizzazione dei nostri laboratori o, nel caso questo non fosse possibile, al consolidarsi delle nuove modalità operative, comunque entro il 31 dicembre 2020.</p>
LUOGO	<p>Le attività previste dal progetto si realizzeranno presso la sede principale dell'organizzazione, sita all'interno dell'Ex IRV in C.so Unione Sovietica 220/D, concessi in uso esclusivo al nostro ente tramite apposita Convenzione con la Città di Torino.</p> <p>Attualmente la nostra sede dispone di 5 grandi saloni più alcune stanze di dimensioni più piccole, ognuna delle quali ha una destinazione specifica e un allestimento di attrezzature e materiali necessari all'attività che vi si realizza, ma nel momento della ripartenza prevediamo di riorganizzare gli spazi (dotandoli di materiali e attrezzature ad hoc, nonché di sistemi per comunicare e vedersi a distanza tra un salone e l'altro) in modo da permettere la realizzazione di tutte le attività proposte contemporaneamente all'interno di ogni locale cosicché ogni piccolo gruppo che costituiremo possa occupare in modo continuativo ed esclusivo sempre lo stesso ambiente.</p>
MATERIALE	<p>Dal momento che il progetto prevede di realizzare attività già note ai nostri destinatari, molti materiali e attrezzature sono già in nostro possesso (sedie per l'attività di yoga, palloni e materiale sportivo, materiali di hobbistica per i laboratori creativi, materiale di cancelleria e strumenti musicali,...).</p> <p>Intendiamo acquistare 9 tablet pc (come da preventivo allegato) che possano essere utilizzati sia come mezzo di comunicazione tra i vari saloni durante i laboratori, sia durante il laboratorio di informatica per insegnare ai nostri destinatari come possono, con questo strumento abbastanza diffuso e di facile utilizzo anche per chi ha difficoltà nella lettura e nella scrittura, mantenere i contatti con i loro parenti, amici e conoscenti anche in un eventuale lockdown futuro. Inoltre, in caso dovesse verificarsi un ulteriore periodo di chiusura questi strumenti potrebbero essere facilmente</p>



	<p>assegnati a quelle famiglie che ne necessitano, ma non possiedono altra strumentazione informatica per mantenersi in contatto con i nostri volontari.</p> <p>Infine, prevediamo di dover acquistare materiale sanitario specifico per fronteggiare questo periodo di emergenza Covid-19 (DPI, detergenti, disinfettanti, barriere tipo plexiglass, ...) e speriamo di riuscire ad ottenerne una parte a titolo gratuito o sotto forma di donazione da privati.</p>
ALTRI SOGGETTI COINVOLTI	<p>1 insegnante Yoga gentile e 1 collaboratore (vd preventivo allegato)</p> <p>Oltre ai volontari e al personale della Perla, alle attività prenderanno parte anche 4 giovani in Servizio Civile Universale presso il nostro ente.</p>
REFERENTE	<p>Roberta Spessato, 0110263842, roberta.spessato@associazionelaperla.it</p>

Torino, 14 maggio 2020

Il Legale rappresentante

Gian Carlo Olivero

PROGETTO "RICOMINCIAMO A MUOVERCI E SOCIALIZZARE"

La Perla è un'organizzazione di volontariato che da oltre 30 anni opera sul territorio torinese, in particolare nella Circostrizione 2, a favore di persone con disabilità intellettiva, attraverso la realizzazione di attività e laboratori di creatività, mantenimento delle capacità scolastiche, autonomia, socializzazione, sviluppo delle capacità necessarie ad un inserimento lavorativo, itinerari culturali e soggiorni estivi. Inoltre è sempre stato fornito un forte supporto alle famiglie con servizio di ascolto e accompagnamento in percorsi personalizzati e presso i servizi istituzionali. La sede dell'ente è sita all'interno dell'Ex IRV in C.so Unione Sovietica 220/D, concessa in uso esclusivo al nostro ente tramite apposita Convenzione con la Città di Torino.

Attualmente i destinatari sono 25 persone con disabilità intellettiva, hanno età comprese tra i 18 e i 58 anni, la maggior parte sono quarantenni, hanno varie patologie che comportano disabilità intellettive perlopiù di grado medio, la quasi totalità di essi vive in Torino (il 50% nella Circostrizione 2), in famiglie con genitori ultrasettantenni (alcuni di essi in famiglie monoparentali). Il numero massimo di destinatari che possono usufruire delle attività è di 30 persone, per questo prima del lockdown erano in corso alcuni colloqui con delle famiglie per valutare nuovi inserimenti, che per ovvi motivi sono stati rimandati a data da destinarsi.

Per garantire una reale possibilità di integrazione per le persone con disabilità intellettiva, La Perla collabora con molte scuole di vario genere e grado (organizzando tirocini, alternanza scuola-lavoro, scambi o percorsi disciplinari alternativi), con le parrocchie e i gruppi scout del territorio al fine di sensibilizzare i giovani ai temi della disabilità, dell'accoglienza, dell'aiuto nei confronti di persone in difficoltà e del volontariato.

Purtroppo, in questo periodo di emergenza Covid-19, in ottemperanza alle indicazioni fornite dalla Regione e dal Comune, ha dovuto sospendere bruscamente le consuete attività, basate per la maggior parte sulla collaborazione e integrazione. **Le persone con disabilità intellettiva e le loro famiglie in questo periodo sono sottoposte ad un fortissimo stress emotivo e relazionale** e necessitano al più presto di essere accompagnate in un percorso per ritrovare **nuovi equilibri** che diano **solievo e serenità a tutti membri del nucleo familiare**.

Con questo progetto intendiamo **organizzare la ripresa delle attività e delle relazioni sociali** (così come ci sarà permesso dalle autorità, nel rispetto delle regole necessarie alla sicurezza sanitaria) **per le persone con disabilità intellettiva** che ci frequentano, speriamo di aiutare i nostri destinatari e le loro famiglie a uscire nuovamente di casa dopo questa fase di emergenza e aiutarli a riprendere gradualmente i contatti sociali e le loro attività formative, riabilitative e aggregative abituali. Dopo un così lungo periodo di sospensione, l'attività dovrà **riprendere**, oltre che **nel rispetto delle nuove misure sanitarie** di sicurezza, **con molta gradualità in modo da abituare nuovamente i nostri destinatari a uscire, vedere delle persone e confrontarsi con le nuove misure di protezione: situazioni particolarmente difficili da comprendere per persone che, a causa del loro specifico deficit, faticano a capire il mondo esterno e le sue regole, non hanno grandi capacità di problem solving e spesso non riescono ad accettare i cambiamenti** (per molti fonte di ansia e stress).

Tutte le attività dell'ente andranno quindi riformulate e riorganizzate, non tanto da un punto di vista di contenuti (fin'ora ritenuti molto validi e significativi per tutti quelli che ne sono stati coinvolti), ma da un punto di vista logistico (spazi e tempi). Con questo progetto intendiamo infatti stimolare la ripresa proponendo attività già conosciute dai nostri destinatari, realizzate da personale e volontari con cui si è già instaurata una positiva relazione educativa (che possano mettere a loro agio i destinatari e favorire la loro piena e soprattutto serena partecipazione), proposte però in una modalità nuova e conforme alle nuove esigenze sanitarie.

Il progetto avrà inizio nel mese di Luglio 2020, con il riallestimento dei locali, la raccolta delle disponibilità dei volontari per la creazione dei sottogruppi e la programmazione dei laboratori previsti e dei relativi turni di partecipazione.

Le attività inizieranno, salvo diverse disposizioni delle autorità, nel mese di Settembre, con 2 o 3 incontri settimanali di circa 3 ore per ciascun gruppo di destinatari, per intensificarsi nel corso delle settimane fino ad arrivare a incontri giornalieri di almeno 4 ore dal lunedì al venerdì.

Nello specifico, intendiamo in un primo momento **intensificare** il numero di incontri e ore da dedicare alle **attività all'aria aperta** (uscite nel parco che circonda la nostra sede) e all'attività di **yoga gentile** (una particolare disciplina yoga che si realizza seduti su una sedia, quindi particolarmente adatta a mantenere le distanze e nel contempo a riattivare l'elasticità e il tono muscolare anche per le persone che hanno qualche difficoltà di equilibrio e/o deambulazione) già praticata dai nostri destinatari con grande soddisfazione e benefici negli anni scorsi.

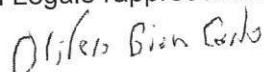
Gradualmente faremo ripartire anche i laboratori di **creatività, mantenimento delle capacità scolastiche e informatica**, organizzati in modo differente rispetto al passato: saranno costituiti dei gruppi più piccoli di massimo 4-5 persone per ciascun salone (attualmente la nostra sede dispone di 5 grandi saloni più alcune stanze di dimensioni più piccole, ognuna delle quali ha una destinazione specifica e un allestimento di attrezzature e materiali necessari all'attività che vi si realizza, ma nel momento della ripartenza prevediamo di riorganizzare gli spazi, dotandoli di materiali e attrezzature ad hoc, nonché di sistemi per comunicare e vedersi a distanza tra un salone e l'altro, in modo da permettere la realizzazione di tutte le attività proposte contemporaneamente all'interno di ogni locale), scaglionando gli orari di ingresso e uscita, o comunque in ottemperanza alle indicazioni che potremo ricevere dalle istituzioni preposte e cercheremo di inserire tra i contenuti affrontati anche alcune conoscenze, tecniche o utilizzo di strumenti che possono essere utili per gestire in modo più coinvolgente e gratificante il tempo libero che ciascun destinatario trascorre in casa, anche in un'ottica di eventuale nuovo lockdown futuro.

Dal momento che il progetto prevede di realizzare attività già note ai nostri destinatari, molti materiali e attrezzature sono già in nostro possesso (sedie per l'attività di yoga, palloni e materiale sportivo, materiali di hobbistica per i laboratori creativi, materiale di cancelleria e strumenti musicali,...). Intendiamo però acquistare 9 tablet pc, completi di mouse e tastiera wireless, che possano essere utilizzati sia come mezzo di comunicazione tra i vari saloni durante i laboratori, sia durante il laboratorio di informatica per insegnare ai nostri destinatari come possono, con questo strumento abbastanza diffuso e di facile utilizzo anche per chi ha difficoltà nella lettura e nella scrittura, mantenere i contatti con i loro parenti, amici e conoscenti anche in un eventuale lockdown futuro. Inoltre, in caso dovesse verificarsi un ulteriore periodo di chiusura questi strumenti potrebbero essere facilmente assegnati in prestito temporaneo a quelle famiglie che ne necessitano, ma non possiedono altra strumentazione informatica per mantenersi in contatto con i nostri volontari. Prevediamo di dover acquistare materiale sanitario specifico per fronteggiare questo periodo di emergenza Covid-19 (DPI, detergenti, disinfettanti, barriere tipo plexiglass, ...) e speriamo di riuscire ad ottenerne una parte a titolo gratuito o sotto forma di donazione da privati, in modo da consentire anche ai nostri volontari di operare in sicurezza e con serenità.

Il progetto finirà nel momento in cui sarà possibile un ritorno alle attività e modalità normali di realizzazione dei nostri laboratori o, nel caso questo non fosse possibile, al consolidarsi delle nuove modalità operative, comunque entro il 31 dicembre 2020.

Torino, 14 maggio 2020

Il Legale rappresentante


Gian Carlo Olivero

Spett. La Perla OdV

C.so Unione Sovietica 220/D

10134 Torino

PROGETTO Ricominciamo a muoverci e socializzare

DESCRIZIONE DELL' ATTIVITA' PROPOSTA: YOGA GENTILE

Contributo richiesto 1050,00 euro per 37 incontri

<i>Responsabili e/o referenti</i>	
Organizzazione	Nominativo
Privato	Loredana Zagami
Privato	Patrizia Gugliotta

Numero di aderenti previsti ed eventuali collaborazioni: 1 Insegnante Yoga certificata e 1 Collaboratore

Periodo di attuazione: settembre - dicembre 2020

Attività di circa 1 ora a cadenza settimanale per ciascun gruppo di destinatari (previsti 2-3 gruppi)

HATHA YOGA GENTILE è una lezione di **yoga tradizionale** a tutti gli effetti, la sedia sarà sia da supporto che parte delle posizioni yoga. **PERCHÉ FARE HATHA YOGA SU UNA SEDIA?** Ad esempio dopo interventi di anca, femore, menisco, problemi di pressione o di articolazioni, un po' di sovrappeso; o gli «anta» che non ci permettono di sederci sul pavimento (e soprattutto rialzarci!).

La sedia dà confort per stare in posizioni come da tradizione Hatha yoga, esse sono «ideate» per essere eseguite con o sulla sedia. In questo modo senza la fatica del pavimento, si ottiene il beneficio di Hatha yoga. Le respirazioni di Pranayama che verranno eseguite, sono fondamentali per "correggere" la respirazione, spesso inconsapevole, creando senso di benessere, calma e pace nella mente.

Grazie a dolci allungamenti, torsioni, trazioni, contrazioni, equilibrio, e un pizzico di allegria, aiuta nella riduzione del dolore, migliora mobilità articolare, Rinforza il tono muscolare, la flessibilità e concentrazione, Migliora equilibrio e coordinazione. Riduce lo stress, equilibra il sistema nervoso e dell'apparato digerente, Rafforza il sistema immunitario, Normalizza il peso corporeo, ottimizza aggregazione e integrazione sociale.

Riepilogo come si svolge una lezione di Hatha yoga: Rilassamento – Respirazione – Riscaldamento — stretching - Posizioni yoga adattate – Salute al sole - Rilassamento finale -

«Con la respirazione yogica il corpo diventa forte e sano. Il corpo si purifica interamente e la mente diviene calma. La pratica costante apporta salute, felicità e pace.» Swami Sivananda

Descrizione delle attività e risultati

HATHA YOGA GENTILE SEDIA: Come insegnante e praticante Hatha yoga, ho potuto riscontrare l'importanza dello yoga, non solo nelle posizioni, respirazioni, socializzando e interagendo stimola a far movimenti del corpo. Inoltre l'esperienza con la disabilità di questi ultimi anni, mi hanno indotto a verificare quanto sia importante fare "muovere" le persone con limitazioni fisiche e psichiche, fare "giuste" posizioni, rilassamenti e respirazioni. Così ho cercato e trovato **Yoga Gentile** molto diffuso in paesi come Canada, California, America e Australia. Ma poco conosciuto e soprattutto praticato in Italia (forse perché poco remunerativo). Per la prima volta nella stagione 2016 inizio le lezioni per "sentire" la risposta. Oggi nel 2020 siamo presenti:

Dal 2016/17/18/19/20 Cascina Roccafranca, abbiamo cominciato con 3 persone oggi siamo in circa 20. Con problematiche differenti: con persone colpite da ictus, e dalla **Cooperativa Cadora** e **cooperativa Puzzle** con persone in carrozzella con gravi difficoltà motorie (incidenti), persone con problemi di obesità, ed altre con problemi di pressione, cervicale, Parkinson, protesi d'anca, protesi alle ginocchia, più persone operate al seno, ipovedenti, altre semplicemente avanti con gli anni.

Dal 2016/17/18/19/20 Associazione Insieme (associazione handicappati Moncenisio).

Inizia un po' come "sfida", qui vediamo molte realtà differenti, disabilità sia motoria che fisica, genitori che non hanno più i loro figli e viceversa, molti sono avanti con gli anni. Sono da 30 a 50 persone che al sabato pomeriggio quando tutti i centri chiudono, questa associazione si apre. Anche in questa occasione abbiamo "adattato" lezioni, riscontriamo il gradimento in quanto ormai è divenuto un appuntamento fisso.

Dal 2017/18/19/20 Presso Fabbrica del chinino (centro disabili diurno), abbiamo cominciato con 3 persone oggi siamo in circa 18. Classe con una bella integrazione. Utenti e la maggioranza di "normodotati", familiari degli utenti, vengono volentieri e non perdono una lezione, stanno scoprendo la consapevolezza del respiro e del corpo in movimento. Ho riscontrato che, si cercano, socializzano si sostengono e si aiutano nel "correggersi". Per chi non ha mai avuto contatti con la disabilità scopre in sé una grande fonte di dolcezza e pazienza, senza mai perdere il sorriso. Mi raccontano di sentirsi meglio a livello fisico, emotivo e mentale.

Dal 2017/18/19/20 circoscrizione 2 con un progetto (denominato **Argento Vivo**). Anche qui abbiamo cominciato con 5 persone oggi sono circa 45). Sono gli pensionati del quartiere, il ritrovo è presso il parco Rignon, con passaparola e lo stimolo di sorridere, arrivano così tante persone, che a volte siamo costretti a fermare le iscrizioni. Si ritrovano a socializzare anche al di fuori dell'attività stessa. Ad esempio, lo scorso anno si sono organizzate per andare a gruppetti nel centro anziani di via S. Marino per far loro compagnia. In questo luogo ho riscontrato che sono arrivate persone che avevano perduto mariti, figli, ho la sensazione che stare in compagnia condividendo i propri dolori li aiuti a riprendere un pochino la vita (ma non sono una professionista per affermarlo).

Dal 2018/19/20 presso Cure familiari. In questo luogo si svolge l'attività in orario preserale il numero delle persone varia da 5 a 13 tutte individui che svolgono lavori di vario genere e la sera si dedicano con dolcezza un po' al loro benessere. Sono a fare yoga sulla sedia perché il loro corpo a volte anche per una cervicale non gli permette altri movimenti.

Dal 2018/19/20 siamo presenti alla **Residenza Anziani Bergoglio** dove l'età media è molto elevata, tanto da rivoluzionare la lezione. All'inizio siamo state accolte con indifferenza, noia e diffidenza nello yoga, oggi, li troviamo nella saletta ad aspettarci per cominciare l'attività, molti ci raccontano che per dormire o per acquietare i momenti di tensione, usano il rilassamento e le respirazioni proposte durante le lezioni.

E-MAIL loredanazagami@libero.it sito: www.yogadellarisatorino.it tel. 3391256638

LA PERLA 2018/2020 si tratta di un gruppo con disabilità intellettiva e motoria.

Abbiamo potuto verificare maggior "tolleranza" tra i partecipanti, più attenzione al respiro e una crescente attenzione nel provare a fare le posizioni, in altri momenti abbiamo chiesto loro più impegno nel respiro e nel rilassamento. A riguardo mi ha colpito come nelle meditazioni guidate, alcuni ragazzi usano i gesti delle mani o del corpo come se davvero facessero passeggiate o cogliessero fiori. Un'altra conquista del gruppo è che la classe comincia sempre con una parola positiva, all'inizio non comprendevano il significato "positivo", oggi si lanciano a parole come amicizia, amore, perla, artista, mare, ecc. Penso che la costanza dell'attività abbia portato a queste piccole conquiste.

Dal 2019/20 Residenza anziani Bricca Questa opportunità mi è stata richiesta dal Comune di Torino. Questo è un luogo con persone da passato "difficile", non avevo alcuna certezza che avessero voglia di sentir parlare di respirazione, di muovere il corpo o interagire con me durante la lezione. La prima volta si presentano pochissime persone ma dopo 3 mesi la sala è piena di persone che con un sorriso cercano di impegnarsi ad alzare un braccio o una gamba.

Grazie a questi riscontri ritengo possa essere divulgato e praticato in diversi luoghi, come forma di benessere, socializzazione e integrazione. Muovere poco è meglio che non muovere nulla, creare un impegno penso sia più stimolante che restare a rimuginare sui propri guai.

La mia lezione di yoga dolce e allegra, vuole essere un'alternativa per tutte quelle e tante persone che non possono "permettersi" (per problemi economici) una palestra dove inoltre, anche senza volerlo si entra in competizione rischiando così di creare frustrazione in chi ha qualche problema di salute.

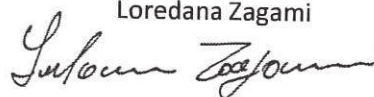
Qui il link per invitarvi a leggere alcune testimonianze:

<https://scriba.iimdofree.com/testimonianze-yoga-yoga-gioia/testimonianze-yoga-sedia/>

In alcune lezioni, utilizziamo cinture, mattonelle, cerchi, piatti, palline.

Opportuno per la lezione: scarpe e abiti comodi.

Torino, 08/05/2020

Loredana Zagami


Chi siamo

Loredana Zagami (presidente Scriba Lojn)

Naturopata. Insegnante Hatha Yoga tradizionale. (Centro Internazionale Sivananda)

1° Insegnante Yoga Gentile con Sedia. Yoga Accademy (California) in Italia

Insegnante Yoga Gentile con Sedia M. Hutkins (Canada)

(1° Ambassador 1° Insegnante di Yoga Della Risata in Piemonte). Yoga Teacher - Laughter

Ambassador della Dr. Kataria's School of Laughter Yoga Certificata **direttamente** dal Dott. Madan Kataria (ideatore di Yoga della Risata). Certificata con Alex Sternick in Gibberish Terapia/Arte del Nonsense ed Improvvisazione.

Certificata con Laura Toffolo e Davide Giansoldati Yoga della Risata in Azienda.

Altre Formazioni Con: Jacopo Fo, Paolo Rossi, Eleonora Albanese, Patch Adams.

Certificata in Respiro & Risate con Laura Toffolo e Oreste Gallone

Certificata E-7 OLTRE IL CIRCO, circo sociale per la disabilità. Presso Università del Sociale

Autrice del libro: Bene molto bene Yeah! -

Co- autrice: Ricette facili, informazioni utili, conditi di sorrisi.

Fondatrice dell'associazione SCRIBA LOJN Si costituisce 2005 volgendo particolare attenzione al mondo dell'integrazione nella disabilità e fasce socialmente deboli. Organizza attività volte a diffondere la conoscenza e la pratica dello yoga tradizionale, yoga gentile sulla sedia, yoga della risata e discipline olistiche collegate, realizzando ogni iniziativa utile alla diffusione ed alla pratica dello yoga tra i giovani, i lavoratori, le famiglie, i disabili, gli anziani e così contribuire alla formazione e alla salute psicofisica, sociale e culturale. Nel 2011 nasce il 1° Club Della Risata In Torino. Oggi conta circa 1190 soci per la maggiore trattasi di bambini, disabili e anziani di cui 3 - 4 volontari.

Patrizia Gugliotta: (Vicepresidente Scriba Lojn) collabora nelle attività. Naturopata, Linfodrenaggio, Riflessologia Del Piede, Massaggio Geriatrico, Tailandese Stretching, Neuromuscolare, Sportivo. Leader, Theacher Yoga Altre Formazioni Con: Jacopo Fo, Paolo Rossi, Eleonora Albanese, Patch Adams.


Certificata in Respiro & Risate con Laura Toffolo e Oreste Gallone

Certificata E-7 OLTRE IL CIRCO, circo sociale per la disabilità. Presso Università del Sociale

Oltre all'insegnamento e la pratica dello yoga tradizionale, qui di seguito alcune collaborazioni in breve:

Dal 2019/20 collabora Residenza Anziani Bricca TO.
Dal 2018/19/20 collabora Residenza Anziani Bergoglio GIAVENO TO.
Dal 2016/17/18/19/20 collabora centro anziani "le Terrazze"
Dal 2018/19/20 collabora centro anziani "le 5 Torri" Settimo Torinese
Dal 2017/19/20 collabora circoscrizione 2 del comune di To.
Dal 2016/19/20 collaborazione con Scuola Materna Moretta
Dal 2016/19/20 collaborazione con La Perla
Dal 2014/19 /20 collaboriamo con Associazione "Insieme" gruppo handicappati Moncenisio
Dal 2014/19 /20 collaboriamo con UNI3 Druento (To)
Dal 2013/19 /20 collaboriamo con Cooperativa Sociale Paradigma
Dal 2013/19 collaboriamo con associazione di volontariato KJ+ presso il TONOLLI
Dal 2012/19/20 collaboriamo con Motore di Ricerca settore disabili della città di Torino
Dal 2011/19/20 collaboriamo con Fondazione Cascina Roccafranca
Dal 2011/19 /20 collaboriamo con Associazione Nazionale Yoga della Risata
2019 collabora con A.P.R.I. Onlus (associazione pro retinopatici ed ipovedenti)
2019 collabora Residenza Anziani Bricca del Comune di TO.
2019 collabora con il comune di Baldissero Torinese
2019 collabora presso Missionario a San Carlo Canavese TO.
2019 collabora Azienda sanitaria Ospedale Ordine Mauriziano To.
2019 collabora Residenza Valgioie e Centro Diurno Alzheimer Torino
2019 collabora Comunità alloggio disabili Stella Cometa gruppo Progest Torino
2019 collabora Comunità alloggio disabili Abeti Torino
2018 Collabora UNI3 PIOBESI Torino
2018 laboratorio di risata presso il comune di SANGANO TO.
2018 collabora con centro anziani "Itaca"
2018 collabora circoscrizione 8 del comune di To.
2017 Collabora con DECATLON
2017 collabora con CIMA azienda ascensori
2017 collabora cooperativa CADORA
2017 collabora AICS CORRITALIA (Yoga)
2016 collaborazione con Scuola Primaria Sandro Pertini
2016 collaborazione con "Istituto Statale Santorre di Santarosa
2016 collaborazione con "Istituto di Istruzione Superiore "25 Aprile" Courgnè
2016 collaborazione con Abilia presso casa di riposo Ospedale S. Giuseppe Caramagna To. (ECM)
2015 collaboriamo con Associazione Trigomiro
2015/16 collaboriamo con Associazione IQBAL
2015 collaboriamo con C.A.I La Montagna per tutti in città
2015 collaboriamo con Cooperativa Frassati
2015 collaboriamo con ASL 4 IVREA
2014 collaboriamo con Associazione Futurino
2014/15 collaboriamo con libreria "Castello di carta"
2014/15/16 collaboriamo con CPD (Consulta per Persone in Difficoltà)
2014/15 collaboriamo con Associazione TONglen
2014/15 collaboriamo con UNI3 Candiolo (To)
2013/14/15 collaboriamo con Accademia S.A.F.E.
2013/14 collaboriamo con Cooperativa Animazione Valdocco
Dal 2012/13/14 collaboriamo con Associazione Formeduca

Per collaborazioni aggiornate: <https://scriba.jimdo.com/chi-siamo-curriculum/curriculum-vitae-club-della-risata-scriba/>



E-MAIL loredanazagami@libero.it sito: www.yogadellarisatatorino.it tel. 3391256638

**DICHIARAZIONE AI SENSI DELL'ART. 6 COMMA 2 DEL D.L. N. 78
CONVERTITO IN LEGGE 122/2010 E S.M.I.**

Il sottoscritto Gian Carlo Olivero

Rappresentante dell'Organizzazione di volontariato La Perla

consapevole delle sanzioni penali nel caso di dichiarazioni non veritiere e falsità degli atti, richiamata dall'art. 75 e 76 del D.P.R. 445 del 28/12/2000, al fine di ricevere un contributo gravante sulle finanze pubbliche, dichiara che:

(indicare solo una delle seguenti dichiarazioni)

- la suddetta Associazione si attiene a quanto disposto dall'art. 6 comma 2 del Decreto Legge n. 78 convertito nella Legge 122/2010;

oppure

- che il Decreto Legge n. 78, art. 6 comma 2, convertito nella Legge 122/2010 non si applica alla suddetta Associazione in quanto:¹

- Ente previsto nominativamente dal D. Lgs. n. 300 del 1999 e dal D. Lgs. n. 165 del 2001
- Università
- Ente e fondazione di ricerca e organismo equiparato
- Camera di Commercio
- Ente del Servizio Sanitario Nazionale
- Ente indicato nella tabella C della legge finanziaria
- Ente previdenziale ed assistenziale nazionale
- ONLUS
- Associazione di promozione sociale
- Ente pubblico economico individuato con decreto del Ministero dell'Economia e delle Finanze su proposta del Ministero vigilante
- Società

DICHIARA INOLTRE

che in caso di modifiche/variazioni di quanto sopra attestato darà immediata comunicazione alla Circoscrizione.

Timbro e firma del Legale Rappresentante

LA PERLA odv

C.so Unione Sovietica, 220/d

10134 Torino - Tel. 011.3181538

C.F. 05578760018

Gian Carlo Olivero

¹ Solo in caso di spunta della seconda voce "(...) non si applica all'Associazione" specificare una delle categorie riportate.



CURRICULUM SOGGETTO RICHIEDENTE

DENOMINAZIONE

La Perla OdV

SEDE LEGALE

C.so Unione Sovietica 220/D, 10134 Torino

NATURA GIURIDICA:

Organizzazione di volontariato

Data di costituzione: 8/7/1988 Data inizio attività a Torino: 1988

Iscrizione all'albo regionale del volontariato SÌ NO

Numero di associati alla data attuale: 45

Eventuale presenza di personale dipendente SÌ NO

In caso affermativo, numero dei dipendenti sede di Torino: 5

Numero dipendenti di altre eventuali sedi: 0

L'attività è svolta:

- nei confronti degli associati
- nei confronti della generalità delle persone
- possesso di licenza per la somministrazione alimenti e bevande SÌ NO

Caratteristiche delle finalità e dell'attività dell'Associazione:

La Perla è un'organizzazione di volontariato che, ispirandosi a finalità civiche, solidaristiche e di utilità sociale, si prefigge lo scopo di:

- Operare a vantaggio delle persone con disabilità intellettiva, mettendo a loro disposizione le proprie strutture, promuovendo attività di tipo culturale, educativo e formativo.
- Promuovere l'inserimento sociale e lavorativo di persone con handicap.
- Sensibilizzare l'opinione pubblica intorno ai problemi e all'emarginazione delle persone portatrici di handicap e sollecitare gli Enti Pubblici sui problemi della disabilità.

Descrizione delle attività ordinarie prevalenti:

Nello specifico La Perla gestisce attività diurne di tipo culturale, educativo, ricreativo e formativo, compresi soggiorni, gite e uscite sul territorio destinate a persone con deficit intellettivo. Realizza, inoltre, attività personalizzate per i singoli destinatari in modo da valorizzarne le potenzialità e promuoverne l'autonomia, l'inserimento sociale e lavorativo. Per questo motivo dal 2015 ha avviato il progetto sperimentale "Casa Il Fiume", nel quale alcuni destinatari possono sperimentare specifici percorsi di vita autonoma.

I volontari e i responsabili dell'associazione sono altresì impegnati nel sostegno a familiari e caregivers di persone con disabilità intellettiva attraverso attività di ascolto, colloqui personalizzati, incontri di formazione specifica e accompagnamento presso uffici e servizi.

Infine, La Perla da sempre svolge attività atte a sensibilizzare l'opinione pubblica intorno ai problemi delle persone diversamente abili, in particolare le fasce giovani attraverso la

collaborazione con gli istituti scolastici, gruppi di aggregazione giovanile (scout, parrocchie ecc) o con la realizzazione di eventi e iniziative sul territorio.

Eventuali progetti svolti con il Comune di Torino o altre forme di collaborazione con altri enti pubblici:

La Perla dal 2000 realizza le sue attività in Convenzione con il Comune di Torino (che si assume l'onere di rimborsare parte delle spese sostenute, ci fornisce a titolo gratuito i locali nei quali realizziamo l'attività e la fornitura dei pasti per i destinatari e i volontari da consumare nei giorni in cui si realizzano le attività diurne).

Anche il progetto sopra citato "Casa Il Fume" da alcuni anni si realizza in Convenzione con la Città di Torino.

Infine negli ultimi 2 anni abbiamo realizzato 2 progetti legati al benessere delle persone con disabilità e in precedenza uno relativo agli accompagnamenti dei nostri destinatari da casa alla Perla grazie ai contributi ricevuti dal Comune di Torino per le Linee Guida dell'anno di riferimento.

Tutti questi progetti si sono realizzati con pieno raggiungimento degli obiettivi previsti e grande soddisfazione da parte di tutti i soggetti coinvolti e ci spingono a proseguire e migliorare ogni anno di più le nostre attività, nonostante i contributi non coprano mai le reali uscite finanziarie necessarie al raggiungimento degli obiettivi. Per questo cerchiamo sempre nuove fonti di finanziamento nel pubblico e nel privato e organizziamo parecchie iniziative di autofinanziamento.

Eventuali esperienze maturate nella realizzazione di analoghe iniziative:

Come descritto nella scheda progetto, con questa iniziativa intendiamo aiutare i nostri destinatari e le loro famiglia nella ripresa delle attività quotidiane che abbiamo dovuto interrompere a causa del lockdown dovuto all'emergenza Covid19.

Per questo le attività che prevediamo di realizzare sono quelle già realizziamo da tempo e che sappiamo coinvolgere maggiormente i destinatari, ma le proporremo in modalità nuove, consone al periodo e alle nuove disposizioni in merito alla sicurezza sanitaria, e con tempi di realizzazione differenti (per esempio, per favorire una ripresa anche motoria, vogliamo incrementare il numero di ore da dedicare all'attività di yoga gentile, già realizzata nel 2019 grazie al contributo della Città di Torino, Linee Guida 2019, e intendiamo migliorare il laboratorio di informatica e renderlo più efficace per mantenere i contatti in caso di nuovo lockdown, insegnando l'utilizzo dei tablet e dei social).

Torino lì, 13 maggio 2020

Il Legale rappresentante

Firma Olivero Gian Carlo