WAVE
LABORATORIO DEL MOVIMENTO

PROPOSTA DI PROGETTO

per l'assegnazione di contributi economici ad istituzioni sociali private per la realizzazione di progettualità finalizzate al sostegno del benessere psico-fisico dei pazienti oncologici in attuazione dell'art. 5 della Legge regionale del 4 febbraio 2025, n. 10 "Interventi del Consiglio regionale per la realizzazione delle finalità statutarie in materia di diritti della persona e di promozione dell'identità territoriale"

Wave Laboratorio del Movimento è un'associazione sportiva attiva da oltre sei anni, situata in Viale Europa 115 a Firenze. La nostra missione è promuovere il benessere e la salute delle donne. Il nostro team è composto da insegnanti laureati in Scienze Motorie, dedicati a offrire supporto e attività fisica mirata.

Il progetto che proponiamo è specificamente rivolto a migliorare il benessere fisico, psicologico e sociale delle donne che stanno affrontando o hanno affrontato terapie oncologiche. Le sedute di attività motoria a cui saranno indirizzate, prevedono esercizi innovativi e specifici per potenziare la funzionalità della vita quotidiana e il recupero psico-fisico del proprio corpo. La struttura in piccoli gruppi sarà utile anche come stimolo e recupero della socialità e come condivisione delle proprie esperienze.

Il percorso è aperto a un totale di **28 partecipanti** e si articola in due parti:

- Pazienti oncologiche affette da **cancro al seno**, sia in fase di trattamento che post-chirurgica.
  Dopo aver ricevuto l'approvazione del medico oncologo e del chirurgo, le partecipanti possono intraprendere un percorso di attività motoria adattata, finalizzato al drenaggio linfonodale e alla riattivazione della componente neuro-muscolare.
  Il programma avrà una durata di **4 mesi**, da settembre a dicembre 2025, con **incontri bisettimanali.**

Le attività si svolgeranno in 4 minigruppi di **3 persone per un massimo di 12 partecipanti** (8 gruppi previsti) utilizzando il macchinario pulley tower del metodo **Gyrotonic Expansion System®**. Ogni lezione durerà un'ora e sarà guidata da un istruttore qualificato, che seguirà le partecipanti durante l'intero percorso.

- Pazienti con patologie riguardanti il **comparto addomino-pelvico**: oncologiche e post chirurgia resettiva addominale e pelvica.
  Anche in questo caso, il percorso avrà una durata di **4 mesi,** con **incontri bisettimanali** in quattro mini-gruppi di **4 persone (16 persone massimo)** in 8 gruppi settimanali previsti focalizzandosi su esercizi a corpo libero per migliorare la muscolatura tonica-posturale e il controllo del comparto addomino-lombo-pelvico. Utilizzeremo metodi come la **ginnastica addominale ipopressiva, il metodo De Gasquet e il Metodo T.A.D.**

Tutte le partecipanti, previa idoneità medico sportiva, frequenteranno a titolo gratuito per l'intero periodo previsto. Verranno valutate all'inizio del percorso e rivalutate al termine dei 4 mesi, per monitorare i progressi e garantire un supporto adeguato.

Per il corretto svolgimento delle attività proposte in un contesto così delicato abbiamo bisogno di acquistare materiale da lavoro apposito come dispositivi respiratori, cuscini di vario tipo e attrezzi.

Verranno impiegati il tempo e le risorse necessarie di segreteria per la gestione del progetto e del tesseramento assicurativo delle partecipanti, oltre a scelte strategiche di promozione, marketing e reclutamento del target.