



Federazione Italiana Sport Equestri

Comitato Regione Liguria

DELIBERA N. 380 in data 11 luglio 2023

Oggetto: promozione sportiva

IL CONSIGLIO REGIONALE

COSTITUITO da tutti i Consiglieri Regionali, eccetto Marco Massa e Luca Aicardi assenti giustificati, su piattaforma Zoom;

CONSIDERATO che abbiamo avuto richiesta del materiale per l'attività ludica e dei cartelloni didattici per la promozione e i corsi brevetti da parte della Scuderia Hakuna Matata, si ritiene di fornire all'associazione quanto richiesto, come di consueto avviene, allo scopo di promuovere e sostenere l'attività di base della base

VISTO inoltre che il suddetto circolo ha anche presentato un progetto "Cavalcando le emozioni" per l'integrazione e lo sviluppo della base;

RITENUTO opportuno incentivare la realizzazione di nuove idee per la promozione sportiva e proseguire con quanto già comprovato e utile

DELIBERA

di autorizzare all'unanimità le seguenti spese:

Hakuna Matata:

- Ditta Tarizzo per set tazze e paletti per un importo complessivo di euro 240,34 inclusa Iva su O.F. 1.02.04 CEB 005 Ceb che presenta adeguata copertura economica;
- Ditta Perrucci per kit pannelli didattici e libri "Passo Trotto e Galoppo" per un importo complessivo di euro 445,30 inclusa Iva su O.F. 1.02.04 CEB 005 Ceb che presenta adeguata copertura economica;

My Dream:

- Il contributo di euro 400,00 da imputare sull'Ob.F. 1.02.04 Ceb 028 che presenta adeguata copertura finanziaria.

IL SEGRETARIO

IL PRESIDENTE

L'Associazione Sportiva Dilettantistica MY DREAM
presenta il Progetto:

“Cavalcando le emozioni”



Tutti in sella per favorire inclusione e socialità

*Il cavallo è come uno specchio che restituisce una risposta chiara e senza inganno,
a volte amplificata, di un'emozione che gli abbiamo trasmesso.*

*Rapportarsi con questo animale contribuisce a migliorare il carattere della persona,
fa emergere essenza, pregi e difetti di ognuno di noi facendoci capire
come li dobbiamo modificare per ottenere ciò che desideriamo.*



Progetto presentato da:

- Associazione sportiva dilettantistica My Dream
Via Marseno 42 - 16014 Ceranesi (Ge)
C.F. 95160860102

mydreamasd@gmail.com

Rete di supporto:

- In attesa di riscontro

Referente di Progetto:

- Scotto Laura
Cell.: 347 2614158

"Cavalcando le emozioni"

SOMMARIO:

1. PREMESSA	7
2. CHI SIAMO	11
3. DESTINATARI	11
4. METODOLOGIA	12
5. RISULTATI ATTESI	
6. COORDINAMENTO E MONITORAGGIO	14
7. COSTI E TEMPI DI REALIZZAZIONE	15

1. PREMESSA

Entrare nel mondo del cavallo e dell'equitazione ed iniziare un'interazione con l'animale getta le basi ad un **processo di scambio di stati emotivi (*emotional transfer*)**.

Nella relazione uomo-animale gli stati emotivi di entrambi possono condizionarsi reciprocamente e influenzare i rispettivi comportamenti.

La sintonizzazione a livello emotivo dipende dalla sincronizzazione di attività fisiologiche, come ad esempio quella cardiaca, cerebrale o ormonale.

***Emotional transfer* e misurazione dei segnali fisiologici**

Una delle questioni più interessanti è come si possa misurare l'*emotional transfer*.

Uno dei metodi migliori sembra essere l'analisi dei segnali fisiologici, che rivelano almeno in parte lo stato emotivo dei soggetti coinvolti.

Recenti studi hanno analizzato l'attività cardiaca dei cavalli per valutare la percezione che gli animali hanno dello stato psico-fisiologico umano: man mano che l'interazione tra i due soggetti si fa più intima (dal trovarsi in luoghi differenti fino a toccarsi) si registra una crescente somiglianza nelle rispettive attività cardiache, come se i segnali arrivassero a sintonizzarsi dopo essersi reciprocamente influenzati.

Si potrebbero considerare **l'uomo e il cavallo come due sistemi complessi che vanno incontro a un processo di sovrapposizione delle attività fisiologiche** tramite l'interazione, scambiandosi reciprocamente gli stati emotivi.

Il cavallo è da sempre simbolo di fedeltà e amicizia, anche in virtù della sua indole per lo più docile e mansueta che stimola la positività di chi lo avvicina.

È così ben disposto al rapporto con gli altri che si presta ad assecondare le esigenze della persona che entra in contatto con lui, facendo sì che il rapporto uomo/cavallo si basi su un perfetto equilibrio di fiducia, rispetto e dedizione reciproca.

Entrare in contatto con il cavallo coinvolge la persona nella sua globalità di mente e corpo, col fine di promuovere la crescita fisica, professionale, emotiva ed aiutare l'individuo a costruire **fiducia, auto-efficienza, comunicazione, prospettiva, abilità sociali, controllo degli impulsi ecc.**

I benefici che ne derivano sono sia **psicologici che fisici**. Quelli fisici sono legati alla specifica posizione assunta in sella e alle caratteristiche del movimento del cavallo, che produce effetti positivi sulla muscolatura, sull'equilibrio, sul ritmo ed anche sui sistemi cardiaco e respiratorio.



Poiché i cavalli hanno atteggiamenti simili agli esseri umani, è facile creare una connessione con questo animale, tant'è che questi benefici sono state riconosciute nel campo della salute medica e mentale dalla maggior parte dei principali paesi, dall'Europa agli Stati Uniti.

Gli stimoli acustici, visivi, olfattivi, ma soprattutto tattili e di equilibrio, sommati alla **serenità di un ambiente immerso nella natura** come può essere un maneggio, coadiuvano l'azione svolta dal cavallo.

Il lato emotivo della relazione uomo-cavallo - il cavallo come mediatore sociale

Essere connessi con gli altri a livello emotivo **promuove la formazione di legami solidi** tramite l'attivazione di sofisticati meccanismi che permettono di sintonizzarsi sulle emozioni altrui. Alla base di questa connessione collettiva c'è l'**intelligenza emotiva**, che permette agli individui di interpretare correttamente le reazioni emotive di altri individui, in modo da gestire eventi di tensione ma anche per coordinarsi con il resto del gruppo.

In natura i cavalli vivono in grandi gruppi sociali stabili in cui la trasmissione delle emozioni positive può contribuire alla "**sincronizzazione del branco**" e, d'altra parte, il rapido contagio di emozioni negative, come la paura, può aumentare le probabilità di sopravvivenza in una specie predata come il cavallo. Sembrerebbe che, grazie alla domesticazione e alla lunga convivenza con l'uomo, le abilità relazionali sviluppate dai cavalli a livello intra-specifico abbiano assunto una natura così fluida da essersi estese all'interazione con l'uomo.

I cavalli possiedono una sorta di concetto di "persona", rispondendo differenzialmente a stimoli provenienti da coloro che conoscono bene o meno e creandosi delle aspettative sulle persone semplicemente basandosi sul loro comportamento, sull'orientamento del corpo o dello sguardo. Riescono inoltre a riconoscere individualmente una persona rispetto ad altre e comprendono la valenza emotiva delle espressioni facciali umane. Questi animali, dunque, possiedono la plasticità cognitiva e la flessibilità comportamentale richiesta per gestire relazioni sociali complesse ed è probabile che mettano in campo le stesse competenze anche quando interagiscono con individui di specie differenti, come l'uomo.

Nel percorso di conoscenza **il cavallo diventa un mediatore relazionale, agendo spesso come facilitatore sociale.**

EMPATIA - imparare a pensare anche all'altro

Quando la percezione di un'emozione induce nell'osservatore la stessa emozione che sta provando l'emittente, avviene il cosiddetto **contagio emotivo che è considerata la forma più primordiale di empatia**. Tramite l'utilizzo di segnali non intenzionali (espressioni facciali, vocalizzazioni, o anche la spontanea ricerca di contatto) i cavalli e le persone hanno progressivamente sviluppato la capacità di comunicare i propri stati emotivi e di esserne influenzati reciprocamente.

Il bambino, così come l'adulto, si trova circondato da molte emozioni: **passione, affetto, dedizione ad un animale che dona serenità, positività, fiducia, forza e coraggio**; è di fondamentale importanza il fatto che il cavallo riesca per sua natura ad instaurare con l'uomo un forte legame empatico: il cavallo percepisce perfettamente tutte le emozioni umane e reagisce ad esse immediatamente e naturalmente.

La sua grande sensibilità trasforma un semplice contatto in un legame molto profondo. Inoltre, condividere esperienze con il cavallo induce a mettersi in discussione e a imparare a pensare anche all'altro, non solo a sé stessi. Il cavallo in cambio sa donare incondizionatamente affetto e uno stato d'animo più tranquillo.

Studio sull'empatia CAVALLO - DETENUTO



Baranzate di Bollate (MI), 25 ottobre 2017 – Presso la **II Casa di Reclusione di Bollate** un **seminario** ha presentato primi risultati dello studio condotto da **veterinari e psicologi dell'Università di Milano** circa l'empatia e la regolazione degli **impulsi dei detenuti** che lavorano con **i 40 cavalli della scuderia** operante all'interno del carcere.

*“Il lavoro svolto da cavalli e detenuti – come ha spiegato la **Dott.ssa Emanuela Prato Previde**, docente di psicologia alla **facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi di Milano** – tende a sviluppare delle abilità e l'autocontrollo. Inoltre, aiuta a inibire le reazioni impulsive, a osservare il comportamento non verbale e infine sviluppa la capacità di assumere punti di vista diversi dal proprio e preoccuparsi dello stato emotivo del cavallo”.*

Il cavallo è una preda, è **sensibile agli stimoli potenzialmente minacciosi** e **comunica** le proprie **emozioni con segnali non evidenti**. Per questo lavorare con loro – i detenuti frequentano un corso di **masalca** -, può **aiutare i reclusi a sviluppare una ampia serie di abilità, fondamentali nelle relazioni interpersonali e possono essere valutate con test e questionari validati**.

Fonte: comunicato Stampa Cavalli In Carcere

Benefici del rapporto tra CAVALLO e IMMIGRATO

Come per altri soggetti deboli anche in questo caso, l'arrivare a montare in sella e avvicinarsi all'attività sportiva aiuterebbe molto a diminuire frustrazioni e tensioni, legate al vissuto e all'emarginazione sociale.

Programmare attività equestri con altri cavalieri italiani, ovvero già residenti nel tessuto locale, aprirebbe un confronto ad armi pari con riduzione del senso di isolamento ed effettiva inclusione sociale.

Chiunque trovandosi catapultato in un mondo nuovo ha bisogno di un periodo di assestamento, ha bisogno di insegnamenti, regole, ed esempi da seguire, ecco perché un contesto come l'equitazione, dove è limpida la ricerca del rispetto della persona e dell'animale, può aiutare la persona immigrata a farsi strada in un ambiente drasticamente nuovo ma normalmente accogliente.



Un amico imparziale che non giudica ma accoglie

I cavalli reagiscono solo al comportamento e alle emozioni dell'uomo e non sono distorti dall'aspetto fisico o dagli errori passati.

Questo comportamento accogliente getta le basi di un rapporto di piena fiducia.

Il mirroring: ti faccio vedere come sei tu

La loro natura di preda e animale da mandria li rende ipervigili e sensibili, rendendoli così osservatori appassionati. Il cavallo ha una tendenza innata a rispecchiare il comportamento, i movimenti fisici e le emozioni del paziente, che aiutano il partecipante a essere più consapevole di sé stesso, permettendogli così di sentirsi osservati, al centro dell'attenzione, percepiti e importanti".

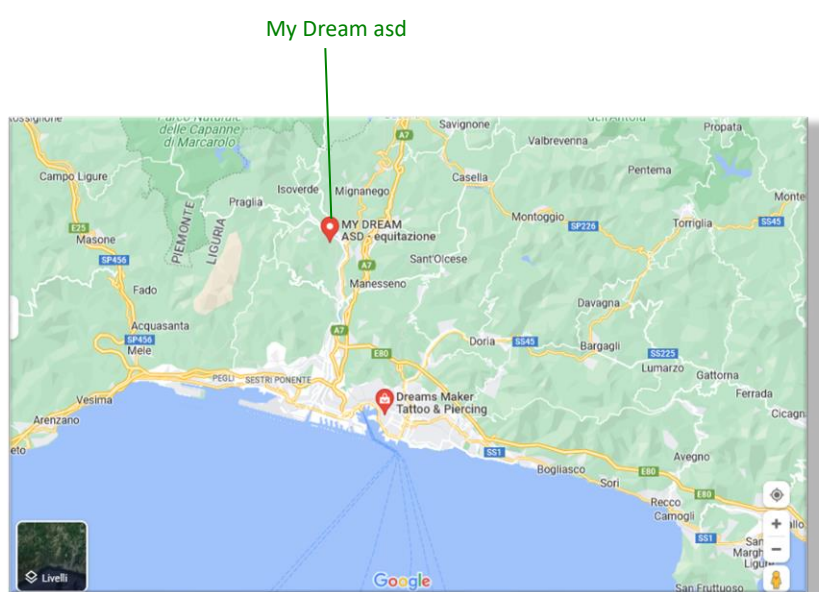
2. CHI SIAMO

Il progetto è presentato dall'Associazione Sportiva Dilettantistica MY DREAM, Centro affiliato F.I.S.E., iscritto al Registro delle A.S.D. del C.O.N.I., al Registro Nazionale delle ASD, e presente nel Registro delle Associazione Sportive Dilettantistiche della Regione Liguria.

L'Associazione è nata nel 2012 e da allora si occupa di promozione dell'equitazione.

Si trova in Via Marseno 42, nel Comune di Ceranesi (Ge) a pochi minuti da Pontedecimo

<https://www.google.it/maps/search/my+dream+map/@44.4613224,8.7810551,11z?hl=it&entry=ttu>



3. DESTINATARI

Il Progetto è rivolto ai soggetti dai 6 ai 18 anni e maggiorenni ospiti nelle Strutture Socioeducative, Comunità terapeutiche ed in generale in tutte le Comunità Socio-Assistenziali del territorio che saranno gli interlocutori privilegiati.

Il rapporto tra le Strutture ospiti e la nostra Associazione avverrà sulla base di accordi e collaborazioni.

La Comunità locale sarà referente prioritario, in quanto attraverso i soggetti che la costituiscono si creeranno interazioni, collaborazioni e attività.

Sarà inoltre di fondamentale importanza il sostegno ed il supporto del Comune di Ceranesi e di tutte le Istituzioni che vorranno collaborare alla buona riuscita del Progetto.

Il coordinamento con le Amministrazioni locali permetterà di garantire al territorio un ulteriore servizio a disposizione della collettività.

4. METODOLOGIA

Il Progetto prevede incontri presso la nostra struttura sita nel Comune di Ceranesi (Ge) in Via Marseno 42.

Allo scopo di raggiungere gli obiettivi prefissati sarà cura dei nostri Tecnici, contattare in via preventiva, i responsabili delle Strutture ospiti, al fine di concordare un programma adatto all'età dei partecipanti e alle caratteristiche del gruppo.

Per la buona riuscita del Progetto ogni gruppo sarà accompagnato dagli educatori della Struttura ospite che avranno il compito di collaborare con i Tecnici FISE del My Dream asd.

In via esemplificativa il progetto prevede:

- lavoro di scuderia:
- conoscenza dell'attrezzatura e dell'ambiente di lavoro,
- somministrazione cibo,
- prendersi cura del cavallo

- etologia e comunicazione non verbale con il cavallo,
- lavoro da terra, migliore confidenza con il cavallo,
- conoscenze tecniche di equitazione di base

La nostra Associazione fornirà tutto l'occorrente per poter montare in sicurezza (cap e corpetto) e attiverà l'assicurazione FISE (seguirà invio documentazione da compilare e firmare).

Animali coinvolti:

Pony/cavalli regolarmente impiegati per la scuola di equitazione del centro.

Assicurazione e patenti FISE:

i partecipanti saranno assicurati oltre che dall'assicurazione della struttura in cui sono inseriti, anche dalla patente FISE.

DOCUMENTI NECESSARI in corso di validità:

antitetanica, certificato medico non agonistico (sopra ai 6 anni di età)

5. RISULTATI ATTESI:



Benefici su:

- ✓ **L'ASPETTO EMOZIONALE:** che mira a risvegliare la parte emozionale. Attraverso le attività svolte a contatto col cavallo e con l'ambiente a lui circostante, si acquisirà il piacere di godere delle piccole cose legate alla natura come profumi dimenticati, ritmi temporali più lenti, tutti i sensi verranno stimolati, si apprezzeranno gli odori del maneggio, il tatto nell'accarezzare i cavalli, l'autocontrollo nel rimanere in silenzio e immobili quando un cavallo ti annusa ovunque.
- ✓ **L'ASPETTO SOCIALE:** per accrescere l'autostima, incentivare l'autonomia, sviluppare attenzione e osservazione, stimolare gli elementi, verbali e non, propri di una relazione affettiva. Di particolare importanza saranno le attività che verranno svolte in gruppo al fine di rafforzare la collaborazione e la fiducia nell'altro.

Farsi abbracciare da questa passione significa tornare a rapportarsi, confrontarsi, interagire, collaborare con i propri simili e con il cavallo.

L'approccio col cavallo e la fase del grooming permetteranno ai partecipanti di comunicare con l'animale attraverso un linguaggio non verbale: questo consentirà loro di scoprire modi diversi per relazionarsi sia nell'ambito di questa specifica esperienza che magari anche nel contesto sociale dove spesso interagire può essere difficile.

- ✓ IL SENSO DI RESPONSABILITÀ INDIVIDUALE E DI GRUPPO: amare il cavallo porterà al desiderio naturale di assumersi la responsabilità di volerlo accudire e rendere felice;

inoltre, si apprezzerà:

- ✓ Miglioramento e maggiore integrazione delle funzioni psicofisiche dell'individuo
- ✓ Incremento delle capacità attentive, tolleranza alle frustrazioni e maggiore contenimento di comportamenti disfunzionali
- ✓ Sviluppo di capacità adattive più adeguate e maggiore socializzazione
- ✓ Miglioramento dello stato di salute e della psicopatologia in generale
- ✓ Aumento livello di autostima
- ✓ Innalzamento del livello di qualità di vita percepito
- ✓ Acquisizione di competenze

si imparerà a:

- ✓ CONOSCERE LE CARATTERISTICHE FISICHE E PSICOLOGICHE DEL CAVALLO;
- ✓ CONOSCERE LE REGOLE e i modi di comportamento all'interno di un maneggio; anche questo aspetto che a prima vista può sembrare ostico, in base alla nostra esperienza non viene affrontato come una costrizione ma in maniera naturale in quanto viene visto come il mezzo per arrivare all'obiettivo "cavallo",
- ✓ APPRENDERE LE MODALITÀ PER RAPPORTARSI CON IL CAVALLO E COMUNICARE CON LUI: forse questo è l'aspetto più affascinante ed emozionante che vede l'apice della soddisfazione quando i partecipanti chiederanno qualcosa ad un cavallo parlando la SUA lingua, e lui capirà, quest'ultima esperienza insegnerà il piacere nell'andare incontro alle esigenze altrui e risveglierà emozioni spesso assopite;

6. COORDINAMENTO E MONITORAGGIO

L'asd My Dream effettuerà un monitoraggio delle attività progettuali, tramite l'utilizzo di griglie di valutazione della qualità, da compilare a cura dei partecipanti e dei referenti delle Strutture ospiti.

Tale attività di monitoraggio sarà realizzata con la finalità di garantire un alto e costante livello qualitativo dei servizi in favore degli utenti e consentirà di migliorare, eventualmente le attività proposte

7. COSTI E TEMPI DI REALIZZAZIONE:

- Il progetto, che si svolgerà nei mesi invernali presumibilmente a partire da novembre 2023, prevede 2 incontri al mese di 2 ore ciascuno.
- L'orario ed i giorni verranno concordati nella fascia dalle h. 9 alle h. 12 e nei giorni dal martedì al venerdì.
- Ospiteremo un massimo di 8 partecipanti ad incontro.

Costo del Progetto:

- Il costo complessivo del Progetto (12 incontri da 2 ore ciascuno per un massimo di 8 partecipanti) è di €. 1200.00
- Il prezzo potrà essere versato in unica soluzione anticipata oppure €. 100.00 ad incontro

- La sostenibilità del Progetto, rappresenta un tema che necessita di un'attenzione particolare infatti, per evitare un aggravio eccessivo di costi sugli utenti, sarà di fondamentale importanza la ricerca di aiuti economici presso le Istituzioni, Amministrazioni Comunali, ditte ed aziende del territorio e la FISE, ente al quale l'asd My Dream è affiliata

Per motivi organizzativi, si richiede un gentile riscontro entro il 15 settembre 2023 inviando una mail a mydreamasd@gmail.com.

Scotto Laura

