

## Progetto "PINK IDEA"

*Il 23 maggio 2017 è partito il Progetto "Pink Idea", presentato al Charity Goal dalla Associazione Promozione Sociale KARALIS PINK TEAM "DANIELA SECCHI" e dalla Associazione IDEA Onlus, vincitori del secondo premio alla 3° edizione della Cagliari SoloWomenRun.*

*Il previsto corso di Nordic Walking ha preso avvio nella stupenda cornice del parco di Monteclaro a Cagliari, dove i soci Idea e Karalis Pink Team, con l'ausilio della specifica attrezzatura e guidati dall'istruttrice Luisa Piras, laureata in Scienze Motorie e socia dell'APS Karalis Pink Team, si sono immersi nella disciplina del NORDIC WALKING, la pratica sportiva nata nei paesi scandinavi e ora diffusa in tutto il mondo, che consiste in una camminata di gruppo con bastoncini simili a quelli utilizzati nello sci di fondo.*

*L'attività si è svolta regolarmente per due volte/settimana, e, con l'arrivo del caldo estivo ci siamo trasferiti presso la nostra splendida spiaggia cittadina, il Poetto, per proseguire sino a luglio. E' in programma la ripresa dell'attività dalla seconda settimana di settembre sino a tutto ottobre.*

*Il Nordic Walking è una disciplina sportiva sperimentata nella cura di diverse patologie croniche. Nel Progetto Pink Idea sono state coinvolte persone affette da patologie oncologiche, precipuamente da tumore della mammella ma non solo, e da patologie reumatiche croniche, ed i loro familiari. Si è venuto a creare un folto ed eterogeneo gruppo di persone che hanno condiviso la sperimentazione di questa disciplina sportiva assolutamente accessibile a tutti, esercitata all'aperto in una cornice ambientale salutare e suggestiva.*

*Il lavoro in gruppo è un fondamento delle due Associazioni coinvolte nel Progetto; noi crediamo fortemente che il gruppo serva a evitare la stigmatizzazione della malattia e l'isolamento creando un ambiente facilitante, accogliente e protetto dal giudizio. Ciò assume un significato costruttivo, e favorisce la condivisione e la comunicazione, potenziando così le risorse individuali che spesso le persone pensano di non possedere.*

*E' previsto, al termine del Progetto, un evento finale che coinvolga tutti i partecipanti e che consisterà in un incontro che porti un feed-back sui benefici psico-fisici e sociali dell'attività svolta.*

*Il finanziamento ottenuto col premio vinto alla 3° edizione della SoloWomenRun è stato utilizzato per comprare l'attrezzatura per le camminate (bastoncini, magliette sportive, pantaloncini) e in parte verrà utilizzato per l'organizzazione dell'evento finale.*

*All'istruttrice Luisa Piras, che tiene il corso gratuitamente essendo una socia volontaria dell'APS Karalis Pink Team da più di tre anni, verrà effettuato il rimborso a piè di lista, delle spese sostenute relativamente al presente progetto, dalla APS Karalis Pink Team "D. Secchi".*

*Ringraziamo la SoloWomenRun e la 42K per aver reso possibile questo grande Progetto e, carichi di endorfine, siamo pronti a ricominciare dopo la grande ondata del caldo estivo!!!*

*Ezia Caredda*

*Presidente APS Karalis Pink Team "Daniela Secchi"*

*Maria del Piano*

*Presidente Associazione Idea Onlus*

*Cagliari, 5 settembre 2017*