



Sede legale:  
Via Giovanni Palma 12-22100 Como  
Sito: [www.osha.it](http://www.osha.it)  
E-mail: [osha.asp@gmail.com](mailto:osha.asp@gmail.com)  
Pec: [osha.asp@arubapec.it](mailto:osha.asp@arubapec.it)  
Cell: 339/5835560  
Facebook: [OSHa Como ASD - APS](https://www.facebook.com/OSHaComoASD-APS)  
Instagram: [@OSHaComo](https://www.instagram.com/OSHaComo)



2022

**ORIENTAMENTO SPORTIVO HANDICAPPATI**  
**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA**  
**ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE**

## “IO PER TE, TU PER ME”

### ENTE PROPONENTE (CAPOFILA)

**OSHA ASD APS COMO** è un'associazione sportiva fondata nel 1974 per la promozione, lo sviluppo e il coordinamento di attività sportive fra disabili, per contribuire alla loro formazione psico-fisica, sociale e culturale.

OSHA è una realtà sul territorio comasco che si propone, attraverso il coinvolgimento di persone portatrici di handicap nella pratica sportiva, non solo il recupero ed il mantenimento fisico; ma anche un percorso di crescita psicofisica, sociale e culturale.

Accoglie utenti di età eterogenea, dai bambini di tre anni agli adulti sessantenni, e di disabilità differente.

Eterogenea è anche l'età dei volontari: dai dieci ai settant'anni; ciascuno dei quali è attivamente coinvolto nelle diverse attività sportive e non sportive proposte dall'associazione. Oltre all'aiuto pratico dato nelle diverse componenti OSHA, difatti, i volontari sono impegnati anche nella raccolta fondi attraverso l'organizzazione di periodici pranzi e cene, momenti culinari.

OSHA dal 2008 è un'associazione sportiva dilettantistica e di promozione sociale, fondata, ieri come oggi, interamente sulla forza e sulla volontà di disabili e di volontari; ed è proprio ad entrambi che l'associazione pensa. Fra le varie iniziative, tra il 2009 ed il 2010, difatti, il consiglio direttivo ha deciso di sovvenzionare il corso per istruttori di nuoto ai volontari della sezione scuola nuoto; ciò ha permesso di assicurare all'utenza qualità e competenza. Periodicamente, inoltre, si tengono corsi di aggiornamento interni, necessari non solo per un ripasso; ma anche per formare i nuovi volontari; corsi sulla sicurezza e corsi di primo soccorso.

### ENTE PARTNER

**La Cometa scs** è una cooperativa sociale comasca fondata nel 2003 che, attraverso la sua **Scuola Oliver Twist**, si occupa di attivare proposte di istruzione e formazione professionale volte a **contrastare la dispersione scolastica e prevenire ogni forma di abbandono scolastico**, fornendo un'opportunità concreta a ragazze e ragazzi che si ritrovano senza prospettive di vita e professionali. L'attività proposta all'interno del progetto si inserisce in un percorso laboratoriale extra-scolastico, volto a stimolare il protagonismo e il senso civico e di responsabilità delle ragazze e ragazzi coinvolti, attraverso la realizzazione di attività di volontariato.

*OSHA ASD – Associazione di Promozione Sociale – Nata nel 1974 e costituita in associazione nel 1983*

**ISCRITTA AL RUNTS con numero di repertorio 53301**

**Sostienici con il tuo 5x1000! CF 95007940133**

**BCC Cassa Rurale Artigiana di Cantù – IBAN IT32J0843010900000000261135**





Sede legale:  
Via Giovanni Palma 12-22100 Como  
Sito: [www.osha.it](http://www.osha.it)  
E-mail: [osha.asp@gmail.com](mailto:osha.asp@gmail.com)  
Pec: [osha.asp@arubapec.it](mailto:osha.asp@arubapec.it)  
Cell: 339/5835560  
Facebook: [OSHA Como ASD - APS](https://www.facebook.com/OSHA.Como.ASD-APS)  
Instagram: [@OSHAComo](https://www.instagram.com/OSHAComo)



**ORIENTAMENTO SPORTIVO HANDICAPPATI**  
**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA**  
**ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE**

## **DESCRIZIONE DEL PROGETTO**

### **a) ANALISI DEL BISOGNO**

Il volontariato è un comportamento prosociale che nasce da una decisione personale e intima, scaturita dalle emozioni profonde di aiuto verso chi ha bisogno.

Fare volontariato è prendersi un impegno, una responsabilità; decidere se nella propria quotidianità si possono ritagliare alcune ore per dedicarle agli altri. E' consapevolezza delle proprie emozioni e sentimenti verso gesti semplici ma determinanti per il benessere di alcune persone a cui è stata tolta l'opportunità di una vita serena e spensierata, ma non per questo necessariamente meno gratificante e soddisfacente.

Il volontariato è un comportamento prosociale, inteso come insieme di azioni volte a proteggere gli altri e favorire e mantenere il loro benessere fisico e psicologico. Fare volontariato è una decisione personale e intima, scaturita dalle emozioni profonde di aiuto verso coloro che si trovano in una situazione di disagio e che da soli non riescono a risolvere le proprie problematiche.

Fondamentali quindi risultano alcune caratteristiche personali di chi fa volontariato: essere altruista (interessarsi al benessere degli altri), provare empatia per le emozioni di chi ci si trova di fronte, avere una visione positiva del mondo e una propensione a trovare soluzioni alternative per risolvere i problemi, essere comprensivi e pazienti. Il volontariato costruisce dei rapporti sociali tra sconosciuti, puntando solo su una forte motivazione e uno slancio emotivo nell'aiutare gli altri, contrastando l'individualismo, l'egoismo, l'isolamento, l'antagonismo, il danneggiamento, i comportamenti distruttivi e aggressivi.

Esistono numerosi tipi di volontariato, ognuno dei quali si concentra su un aspetto specifico delle necessità della comunità o degli individui. Alcuni esempi includono il volontariato ambientale, che si concentra sulla conservazione dell'ambiente, il volontariato culturale, che promuove l'arte e la cultura, il volontariato di emergenza, che offre soccorso in situazioni di crisi e il volontariato sociale, che coinvolge l'assistenza a persone bisognose o svantaggiate.

OSHA da anni regge la propria attività su quest'ultimo tipo di volontariato e si concretizza mediante una politica di coinvolgimento di alcune categorie di soggetti che decidono o per "piacere" o per "obbligo" di dedicare parte del proprio tempo ai giovani e agli adulti disabili dell'associazione.

Quindi possiamo senza dubbio affermare che il VOLONTARIATO è la spina dorsale di OSHA.

**OSHA ASD – Associazione di Promozione Sociale – Nata nel 1974 e costituita in associazione nel 1983**  
**ISCRITTA AL RUNTS con numero di repertorio 53301**  
**Sostienici con il tuo 5x1000! CF 95007940133**  
**BCC Cassa Rurale Artigiana di Cantù – IBAN IT32J0843010900000000261135**





Sede legale:  
Via Giovanni Palma 12-22100 Como  
Sito: [www.osha.it](http://www.osha.it)  
E-mail: [osha.asp@gmail.com](mailto:osha.asp@gmail.com)  
Pec: [osha.asp@arubapec.it](mailto:osha.asp@arubapec.it)  
Cell: 339/5835560  
Facebook: [OSHa Como ASD - APS](https://www.facebook.com/OSHaComoASD-APS)  
Instagram: [@OSHaComo](https://www.instagram.com/OSHaComo)



**ORIENTAMENTO SPORTIVO HANDICAPPATI  
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA  
ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE**

Il progetto “**IO PER TE, TU PER ME**” nasce quindi al fine di valorizzare ed incrementare questa necessità: **senza volontariato OSHA non sopravviverebbe**

In questi anni OSHA ha attinto da diverse categorie di soggetti sviluppando politiche di inclusione sociale e sperimentando diversi canali di accesso al volontariato

Fra questi l'associazione da oltre 20 anni ha stipulato una convenzione con il Tribunale di Como e dall'anno 2008 è entrata a far parte di una rete del CSV di Como per la presa in carico di persone che si apprestano a svolgere attività di volontariato a seguito di prescrizioni dell'Autorità Giudiziaria. Il CSV di Como ha strutturato un Servizio di Orientamento al volontariato specializzato per la presa in carico di persone provenienti dal circuito penale (Giustizia Riparativa e lavori di pubblica utilità), formalizzato anche da un Protocollo D'Intesa siglato con il Tribunale Ordinario di Como, con l'Ordine degli Avvocati di Como, con la Camera Penale di Como e con Uepe (Ufficio Esecuzione Penale Esterna).

Dall'anno 2012 OSHA fa parte del progetto **Coinvolgi – a Como Inclusione tra Volontariato e Giustizia** – gestito dal CSV di Como. Esso segue percorsi di formazione centrati soprattutto sull'accoglienza di nuovi volontari una rete composta da organizzazioni di volontariato e associazioni che insieme a molte altre organizzazioni del territorio comasco, si sono attivate accogliendo persone sottoposte a provvedimenti dell'autorità giudiziaria, permettendo loro di adempiere a prescrizioni di attività socialmente utile o di lavoro di pubblica utilità. A queste persone è stata offerta l'opportunità di esperire un'attività di volontariato, di cooperare con altri volontari, di costruire un senso intorno ad una misura che prende avvio da un obbligo, di inserirsi in un ambito relazionale costruttivo e positivo.

Oltre a questa politica inclusiva OSHA, sta sperimentando il coinvolgimento degli studenti della Scuola Oliver Twist de La Cometa scs, realtà sociale che sul territorio comasco si occupa di giovani ragazze e ragazzi in fragilità.

## b) OBIETTIVO GENERALE

L'obiettivo generale del progetto è quindi quello di **sostenere, consolidare ed implementare il volontariato in generale** e più in particolare quello che si concretizza attraverso la **realizzazione di percorsi di accoglienza per persone a diverso titolo svantaggiate**.

Inoltre promuovere e diffondere nel contesto locale, e in particolar modo nel mondo del volontariato, una cultura dell'incontro, dell'accoglienza e dell'inclusione sociale utile a



Sede legale:  
Via Giovanni Palma 12-22100 Como  
Sito: [www.osha.it](http://www.osha.it)  
E-mail: [osha.asp@gmail.com](mailto:osha.asp@gmail.com)  
Pec: [osha.asp@arubapec.it](mailto:osha.asp@arubapec.it)  
Cell: 339/5835560  
Facebook: [OSHa Como ASD - APS](https://www.facebook.com/OSHaComoASD-APS)  
Instagram: [@OSHaComo](https://www.instagram.com/OSHaComo)



2022

**ORIENTAMENTO SPORTIVO HANDICAPPATI  
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA  
ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE**

creare nuove opportunità di reinserimento e inclusione delle persone sottoposte a provvedimento dell'autorità giudiziaria. In ultimo, ma non ultimo, poter agire su **un miglioramento ed un'incentivazione delle relazioni di giovani ed adulti disabili in contesti di vita che non siano quelli familiari** e/o di Servizio Educativo o socio assistenziale **attraverso il riconoscimento delle stesse ESIGENZE di tutti gli altri.**

Il progetto nasce da una evidente criticità emersa in questi ultimi anni: **la difficoltà endemica di trovare volontari** che mettano il proprio tempo libero e le proprie risorse a disposizione degli altri.

Il progetto si propone di implementare le politiche di coinvolgimento. Il volontariato svolge un ruolo significativo nei progetti a taglio sociale, attraverso il volontariato abbiamo la possibilità di costruire e consolidare un coinvolgimento. Il coinvolgimento dei volontari può svolgere un'opera di sensibilizzazione e promozione. Il volontariato è una **DONAZIONE DEL PROPRIO TEMPO LIBERO** da mettere a disposizione degli altri per una causa in cui credono ed il significato che ha per le persone che decidono di fare questa azione sociale può essere molto profondo. Lavorare attraverso il sostegno del volontariato significa fare la differenza nella vita delle persone o nell'ambiente circostante contribuendo a creare un senso di coesione sociale e di comunità. **IO PER TE, TU PER ME** sarà uno slogan ed un motto ma sarà anche e soprattutto un *lietmotive* che ricorrerà durante il progetto, che vedrà quindi come perno principale **LO SCAMBIO di un DONO.**

**IO PER TE** poiché dedico **"IO"** il mio tempo libero per *"piacere"* poiché sto facendo un percorso scolastico e dedico delle ore in un'attiva del tutto nuova e formativa, oppure per *"obbligo"* poiché devo svolgere delle ore in un Lavoro di Pubblica Utilità o Socialmente Utile e **TU PER ME** poiché **"TU"** con le tue difficoltà, con i tuoi limiti e soprattutto con la tua disabilità permetti di realizzare i miei bisogni.

L'esperienza del volontariato che proviene dalla cosiddetta giustizia riparativa per OSHA è oramai consolidata da diversi anni, era l'anno 2001 quando l'associazione stipulava per la prima volta una convenzione con il Tribunale di Como ed in questi anni OSHA ha accolto oltre 50 persone, molti dei quali hanno poi continuato la loro collaborazione ed alcuni dei quali sono divenuti volontari storici della nostra associazione.

Significative sono alcune testimonianze e di cui uno stralcio si riporta:

*“Sono Davide, ho 42 anni e ho incontrato l'Osha per un avvenimento poco nobile.*

*Nel 2010 sono stato colpito da un provvedimento giudiziario che mi imponeva di prestare servizio socialmente utile per diverse ore.*

*A dire il vero, all'epoca non c'erano molte associazioni che davano la possibilità di espiare le proprie colpe, una di queste era proprio l'Osha, che, ancora oggi, continua a dare fiducia e cerca di instillare il significato di inclusione anche con queste iniziative.*

*Mi presentai un sabato sera in piscina. Ero intimidito, impaurito, disorientato.*

*Venni accolto da tanta indifferenza del fatto che fossi un reo, tanto quanto dai sorrisi che mi investirono. Tanti giovani, alcuni un po' meno, mi accolsero come membro di questa famiglia, mi insegnarono, mi corressero. Partecipavo, attivamente senza esimersi, sia il sabato che il lunedì in piscina e addirittura il mercoledì in palestra, non tanto perché dovevo, mi piaceva, tanto da continuare gli anni successivi anche a pena completata.*

*Anni dopo, sconfiggendo i miei demoni, mi è stato chiesto:*

*Cosa ti rende felice o almeno sereno, cosa ti fa sorridere e stare bene?*

*Non ho esitato... ho chiamato Cristina che mi ha accolto a braccia aperte come se non fosse passato nemmeno un giorno.*

*Se mi chiedete:*

*Cos'è Osha?*

*Personalmente?*

*Rinascita.*

*Più in generale vita.*

*Soprattutto, qui ho imparato che la parola "diversità", non ha senso!"*

**È evidente che leggendo queste righe ci si renda conto di come il valore del volontariato possa diventare anche e soprattutto una nuova opportunità per un riscatto sociale.**

Questo progetto vede come perno principale il volontariato ed in particolare il volontariato fatto da alcune categorie di soggetti che magari non pensavano proprio di poter e voler fare il volontario.

Gli attori principali quindi, saranno di fatto i volontari, che saranno dei veri e propri "angeli custodi", essi accompagneranno i giovani e gli adulti disabili in tutte le fasi del progetto. Una delle azioni primarie del progetto sarà, infatti, il contatto ed il coinvolgimento con i giovani e gli adulti disabili all'interno degli spazi acqua.