

# WEBENESSERE: RIPARTIRE CON PILLOLE DI BENESSERE PSICO-FISICO

GLI AMICI DI LUCA SI RIVOLGONO ALLA POPOLAZIONE DISABILE

TRAMITE I SOCIAL

Gli Amici di Luca ripartono portando nelle case pillole di benessere psico-fisico.

E' partita venerdì 22 maggio alle ore 12.00 su Facebook (pagina Gli amici di Luca odv) e youtube (canale Risvegli tv) una nuova iniziativa con appuntamenti per i prossimi venerdì fino al 3 luglio. Si chiama WEBENESSERE e consta di una serie di esercizi realizzati da istruttori e rivolti alla popolazione disabile dimessa dalla Casa dei Risvegli Luca De Nigris e dal territorio.

L'iniziativa è promossa dall'associazione Gli amici di Luca odv con l'Azienda Usl di Bologna, il Comitato Italiano Paralimpico, il CUSB Bologna e si inserisce nel progetto sostenuto dalla Regione Emilia Romagna Luca's Community, attività sportive rivolte ad una popolazione fragile e con disabilità in collaborazione con il CSI Centro Sportivo Italiano Comitato di Bologna.

L'iniziativa è cominciata con Leonardo Daniele, referente disabilità CUS Bologna- sezione nuoto, a seguire Francesco Fricano dell'Azienda Usl di Bologna e Giuseppe Parrinello del Cip (Comitato Italiano Paralimpico). Sono training da replicare per 7 giorni, per arrivare ai prossimi venerdì ed iniziare nuovi training con sempre maggiori difficoltà. Le iniziative sportive dell'associazione Gli amici di Luca sono coordinate da Francesca Natali.

Perche WEBENESSERE?

WE, come noi, una comunità, un gruppo di amici sempre più grande che come tale fornisce supporto, vicinanza e affetto, che si fa ancora più forte in questi tempi di CoronaVirus. WEB, come la strada per incontrarci, per rimanere vicini e offrirvi opportunità per stare bene a casa. BENESSERE, come azione messa in campo per voi, tramite attività motoria, il punto di arrivo del lungo percorso di uscita dal coma.

Anche se l'accesso alla Casa dei Risvegli Luca De Nigris è attualmente limitato per il volontariato e ad alcune attività socio educative/espressive - dice Fulvio De Nigris direttore del Centro Studi per la Ricerca sul Coma, Gli amici di Luca - non ci siamo mai fermati. La cultura dell'abbraccio e della prossimità - abbiamo mantenuta viva attraverso le relazioni telefoniche del nostro numero verde comaiuto (800998067 - punto di ascolto e di sostegno), con la nostra rivista "Gli amici di Luca Magazine" spedita ad oltre 7000 utenti, con le relazioni mantenute da remoto e che vedono ora la nostra ripartenza con questa nuova iniziativa. Il teatro e lo sport, due elementi per noi molto importanti sul piano espressivo e della risocializzazione sono stati fortemente penalizzati dall'emergenza covid- 19. Ma questo periodo di limitazione ci ha portato utili riflessioni. Con Roberto Piperno direttore della Casa dei Risvegli Luca de Nigris e il suo staff, Maria Vaccari presidente de "Gli amici di Luca" ed i nostri operatori si è creato uno scambio proficuo e costante ricco di proposte da condividere per poter ripartire quanto prima, dal vivo, con i nostri progetti..

Webenessere tutti i venerdì, sui social, propone piccole clip di semplici attività motorie da praticare sia in piedi che seduti comodamente da casa. Uno smartphone, tablet o computer basteranno a replicare per i giorni della settimana gli esercizi.

L'iniziativa è partita il 22 maggio e andrà avanti fino al 3 luglio.