

DIARIO DI BORDO

Report Annuale 2024



Associazione Velisti dell'Anima asd

Cosa Facciamo:

Ci sono momenti nella vita in cui il vento cambia all'improvviso, spingendoci in una zona di confine, dove non si è completamente abili ma nemmeno riconosciuti come persone con disabilità gravi. È un limbo silenzioso, un'area di invisibilità in cui il sostegno è raro e le risposte spesso mancano.

NESSUNO DOVREBBE AFFRONTARE LA TEMPESTA DA SOLO.

L'Associazione Velisti dell'Anima Asd nasce proprio per questo: per offrire opportunità, per creare percorsi accessibili e per dimostrare che lo sport di mare può essere un ponte verso la resilienza, la fiducia e la piena partecipazione.

Ogni persona, con le proprie abilità e la propria storia, merita di sentirsi parte di un equipaggio.

Il nostro OBIETTIVO?

Offrire l'opportunità di vivere la Vela senza barriere, con professionalità e inclusione.”

Chi Siamo:

Siamo i Velisti dell'Anima, un equipaggio unito dalla passione per il mare e la vela. Il nostro viaggio non è sempre stato in acque calme: alcuni di noi hanno affrontato sfide importanti, superando ostacoli fisici o percorsi di vita complessi.

Proprio da queste esperienze è nata la nostra missione: rendere lo sport della vela un'opportunità per tutti, in un ambiente accessibile, sicuro e inclusivo; pensato per chi vive situazioni di fragilità o limitazioni non gravi, ma non per questo meno rilevanti



Oltre alla navigazione, ciò che costruiamo è uno spazio di condivisione, dove il mare diventa un ponte per riscoprire il piacere dello stare insieme, il valore del gruppo e la leggerezza di un aperitivo in barca al tramonto.

Perché il mare unisce...

E con il giusto equipaggio, ogni rotta diventa possibile!

La nostra storia

La nostra Associazione è nata quasi per caso, ma da una convinzione profonda, fin dal primo giorno.

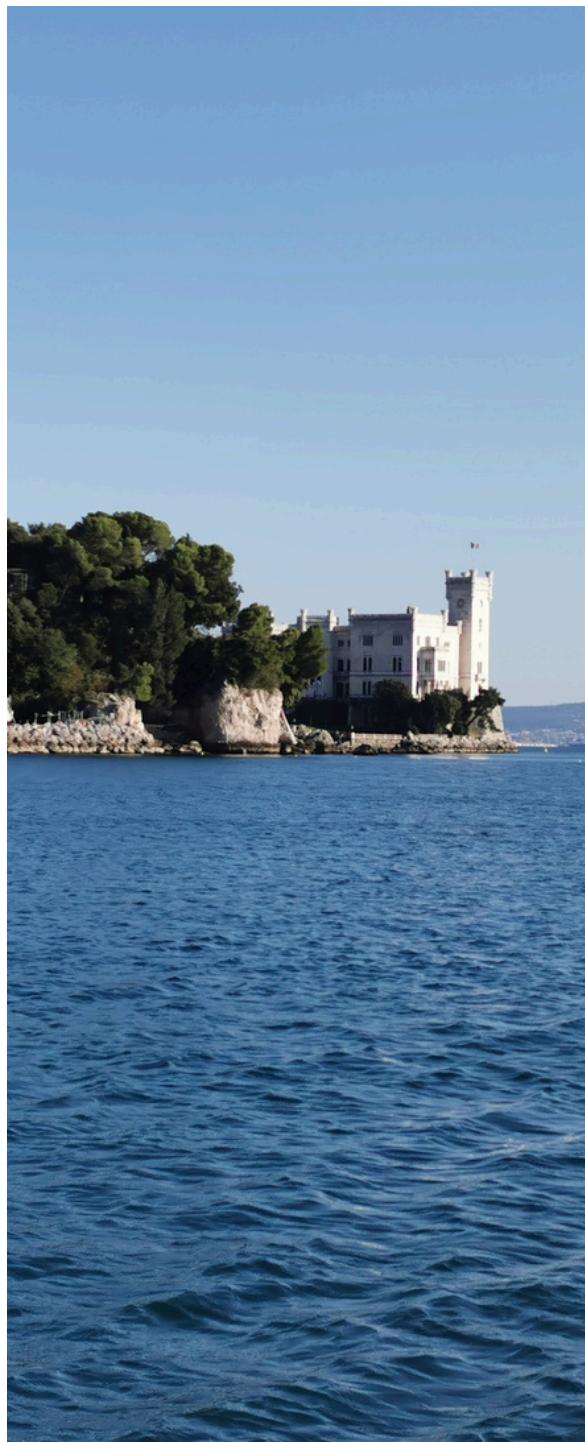
Era il *29 aprile 2021*, eravamo in porto a **Grignano**; quattro amici con una passione sfrenata per il mare e per la vela, tutti con alle spalle una vita trascorsa tra vento e onde, ed un'esperienza di vita in comune: la convivenza quotidiana con la disabilità, vuoi perché la vivevamo sulla nostra pelle o perché avevamo la responsabilità di supportare un familiare.

Tutti e quattro avevamo avuto modo di sperimentare in modo diretto quanto il mare possa migliorare la vita, fisicamente e mentalmente a chi affronta queste sfide quotidiane; ma avevamo anche esperienza diretta delle maggiori difficoltà di accesso all'attività sportiva velica per le persone non completamente abili.

Questo ci ha dato una consapevolezza tanto semplice quanto profonda: La vela insegna a gestire le difficoltà, e questa è una lezione che va ben oltre la barca, ma per poterla apprendere devi avere la possibilità di navigare.

Ci siamo detti: migliorare la situazione è una responsabilità di tutti e vogliamo fare la nostra parte!

Vogliamo condividere la nostra esperienza con chi, come noi, affronta sfide quotidiane. Così...



...con tanto entusiasmo e qualche incertezza, siamo partiti!

Ma la strada non è stata facile, te lo posso garantire!

Sai qual è stato uno dei problemi più grandi? Il pregiudizio.

Da una parte c'era chi ci guardava dall'alto in basso, come se fossimo dei velisti di rango minore, che dovevano stare lontano dai contesti velici agonistici di rilievo. Dall'altra, c'erano quelli che, sia pur con la migliore delle intenzioni, ci facevano pesare ancora di più la nostra condizione, offrendoci un giretto in barca, al di fuori della regata come atto caritatevole per alleviare le pene di chi è stato meno fortunato.

Questo ci ha spinto ancora di più a voler dimostrare che avevamo *tanto da dare e da insegnare, non solo da ricevere*. Abbiamo cominciato a mappare le possibilità, le offerte del territorio, ed a riunire le persone che, come noi, non erano disposti ad arrendersi senza averci provato fino in fondo con tutto l'impegno possibile... e lì è successa la magia, abbiamo iniziato a pensare come un equipaggio che si aiuta e sostiene, e non più come singoli che devono far fronte a qualcosa più grande di loro.

Pian piano, sono arrivate le prime collaborazioni, e con esse anche i primi timidi supporti istituzionali. Uno dei traguardi più importanti? La collaborazione con la **Fondazione DECATHLON** ed il **Comitato Paralimpico Italiano** com. reg. FVG; un vero riconoscimento della nostra serietà e del valore del nostro progetto.

Certo, non sono mancate le difficoltà. Il 2024, ad esempio, ci ha messo a dura prova con un meteo imprevedibile che ha minacciato più volte di far saltare le nostre attività. Ma la ciliegina sulla torta è stata la Barcolana 56, *siamo riusciti a dimostrare che, nonostante tutto, siamo qui per restare e per fare la differenza*.



Ecco, è così che siamo arrivati fin qui... e guarda,
siamo solo all'inizio!

Il nostro approccio

il mutuo supporto

In un'epoca in cui la società sta ridefinendo il concetto di sviluppo, non possiamo più accontentarci di modelli assistenzialistici ed aspettare un aiuto dall'alto; dobbiamo noi essere per primi gli attori di un cambiamento positivo!

Immagina un mondo in cui la solidarietà non sia un atto di benevolenza, ma un principio su cui si fonda la comunità.

Un mondo in cui ciascuno riconosce il valore dell'altro e lo sostiene, perché il vero cambiamento nasce dalla partecipazione di tutti.

Un mondo in cui nessuno resta indietro, non per un gesto di carità, ma perché ognuno ha il proprio spazio, un ruolo e l'opportunità di fare la differenza.

Questa è la rotta che seguiamo ogni giorno, la **STELLA POLARE** che guida ogni nostra attività.

*La vera inclusione non è offrire una tantum una possibilità, ma **costruire un ecosistema in cui ognuno possa mettere a frutto le proprie capacità** creando le condizioni affinché ognuno trovi il proprio spazio, la propria dignità, il proprio ruolo.*



In cosa facciamo la differenza?

Non è una storia di persone fortunate che aiutano chi è in difficoltà.

Il nostro progetto nasce dall'iniziativa di chi ha vissuto in prima persona le barriere, le sfide e la voglia di non fermarsi.

Siamo noi, persone con disabilità,
abbiamo preso in mano il timone, trasformando un bisogno in
un'opportunità concreta per tutti.



La vera inclusione non è concessa dall'alto, ma costruita insieme, navigando nella stessa direzione.

Le nostre attività 2024

OPEN DAYS

Nel 2024, gli Open Days di Velisti dell'Anima hanno rappresentato un'opportunità concreta per avvicinare sempre più persone alla vela inclusiva.

Queste giornate hanno permesso a partecipanti di ogni età e condizione di sperimentare il mare in un ambiente accogliente, valorizzando le abilità di ciascuno. Non semplici eventi dimostrativi, ma momenti di incontro e formazione, in cui la vela è diventata strumento di crescita personale e collettiva.

Grazie alla collaborazione con Enti e Associazioni, gli Open Days hanno rafforzato il nostro impegno nel rendere lo sport accessibile a tutti, promuovendo una cultura di inclusione e partecipazione attiva.

10 AGOSTO 2024

Open day in collaborazione con il

COMITATO PARALIMPICO

ITALIANO

sez. FRIULI VENEZIA GIULIA

presso

Duino 45 ASD



CORSI di Vela per principianti assoluti

Nel 2024, i corsi di vela in deriva di Velisti dell'Anima hanno offerto un'esperienza formativa strutturata, accessibile e coinvolgente. Attraverso un approccio pratico e inclusivo, i partecipanti hanno potuto sviluppare competenze tecniche, autonomia e spirito di squadra, indipendentemente dalle loro abilità fisiche.



L'attenzione alla didattica e alla sicurezza ha reso questi corsi un punto di riferimento per chi desidera avvicinarsi alla vela in modo professionale e appassionato. Grazie alla collaborazione con istruttori qualificati e realtà del territorio, il programma ha contribuito a diffondere una cultura sportiva basata sulla partecipazione e sul superamento delle barriere.

ALLENAMENTI & regate

anche gli allenamenti e le regate di Velisti dell'Anima hanno rappresentato un'importante occasione di crescita sportiva e personale per tutti i partecipanti. Gli allenamenti, strutturati per migliorare tecnica, coordinazione e gestione della barca, hanno permesso di affinare le competenze necessarie per affrontare il mare con sicurezza e determinazione.



Le regate, oltre a essere una sfida sportiva, sono state un'opportunità per dimostrare il valore dell'inclusione nel mondo velico, competendo alla pari con equipaggi tradizionali.

Formazione ed Informazione



Sostegno alla Ricerca Scientifica

Anche quest'anno, Velisti dell'Anima ha continuato a investire nella ricerca scientifica per dimostrare, con dati concreti, i benefici della vela sulle persone con disabilità.

Lontani dall'idea che lo sport sia solo svago, siamo convinti che la vela possa essere un vero strumento di miglioramento della qualità della vita, con effetti positivi sul piano fisico, emotivo e sociale.

Per questo collaboriamo con istituti di ricerca, medici e professionisti del settore Medico-sportivo-riabilitativo per approfondire l'impatto della navigazione sul benessere e sviluppare e migliorare le linee guida per un approccio corretto e inclusivo.



Il nostro impegno si concretizza attraverso il progetto **Diario di Bordo**, un'iniziativa di monitoraggio sull'accessibilità agli sport di mare per le persone con disabilità.

Il progetto ha raccolto dati fondamentali sull'impatto della vela in termini di benessere psicofisico, contribuendo a un dibattito più ampio sull'inclusione nello sport.

L'esperienza maturata ha portato la nostra Associazione a partecipare come relatore al Convegno di Chirurgia sportiva ortopedica Internazionale “The Battle”, un'importante occasione di confronto con esperti del settore medico riabilitativo per presentare le evidenze raccolte e stimolare nuove prospettive di ricerca.



L'analisi dei dati ha evidenziato miglioramenti significativi nella qualità della vita dei partecipanti. In particolare, si è osservato un incremento della qualità del sonno e del tono dell'umore, accompagnato da una riduzione dell'utilizzo di analgesici per la gestione del dolore cronico.

I risultati suggeriscono che la pratica regolare della vela, in un contesto strutturato e inclusivo, possa rappresentare un valido strumento di supporto per il benessere psicofisico, favorendo un approccio integrato alla riabilitazione e alla promozione della salute.

dati rilevati

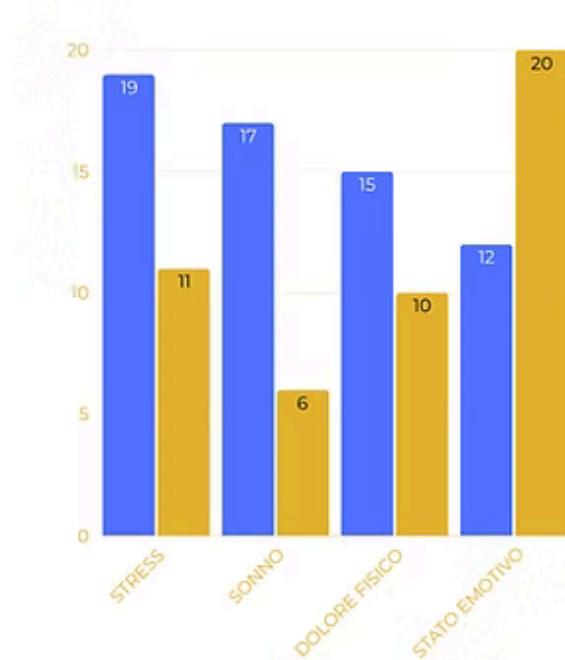
**dati raccolti con questionario autovalutativo*

PARTECIPANTI:

20 persone con disabilità

PARAMETRI DI VALUTAZIONE

- Livello di stress
- Qualità del Sonno
- Dolore Fisico
- Stato emotivo generale



Nell'estate 2024, un gruppo di 20 volontari hanno partecipato al primo progetto di controllo qualità interno.

I partecipanti, tutti con disabilità certificata da una commissione medica, hanno seguito il nostro programma per 3 mesi consecutivi.

La valutazione si è basata su due questionari auto-valutativi compilati all'inizio del programma ed alla fine del percorso.

I risultati molto incoraggianti hanno evidenziato un miglioramento della qualità del sonno e dello stato emotivo generale; per contro hanno evidenziato una riduzione significativa dello stress e del dolore cronico misurato attraverso una riduzione dell'esigenza di ricorrere agli antidolorifici.

DIARIO DI BORDO

la vela ed i benefici della pratica sportiva velica per le persone con disabilità



*La delegazione relatrice di
Velisti dell'Anima asd
presenta i dati raccolti durante
l'anno nell'ambito del progetto*

13 dicembre 2024

*RINGRAZIAMO IL PROFF. GIUSEPPE PORCELLINI PER IL
PREZIOSO SUPPORTO AL PROGETTO DIARIO DI BORDO.*

PATROCINI RICHIESTI

XI INTERNATIONAL CONGRESS

SPORT TRAUMATOLOGY
“THE BATTLE”

**IL GESTO SPORTIVO :
DAL FISIOLOGICO AL PATHOLOGICO**

FLORIM GALLERY
Fiorano Modenese (MO)

13-14 Dicembre 2024

PRESIDENTE Giuseppe Porcellini
Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia

COMITATO SCIENTIFICO

F. BORRA, Forlì	G. PORCELLINI, Modena
F. CATANI, Modena	F. RUSSO, Roma
R. GAROFALO, Bari	R. ZINI, Cotignola
G. NANNI, Bologna	
P. PALADINI, Cattolica	

FACULTY

E. ADRIANI, Roma	F. MARGHERITINI, Roma
N. ALESSANDRI, Cesena	D. MASALA, Roma
A. AMMENDOLIA, Catanzaro	C. MAZZOLA, Genova
C. AZEVEDO, Lisbona (PT)	D. MERCURIO, Rovereto
M. BIGONI, Milano	G. MEROLLA, Cattolica
A. GÖTTSCHE, Atena	

UNIMORE
Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia

Spalla →



PREMIO alla meritorietà
per il Progetto

LA RICERCA CON IL VENTO IN POPPA

nell'ambito dell'Iniziativa
NATI PER MUOVERSI

lo Sport come terapia di lunga vita



“

19 dicembre 2024

La Vice Presidente Anna Siega Zemolo con alcuni membri del Team di Luna Rossa vincitrici della Coppa America edizione femminile alla cerimonia di consegna del premio di meritorietà ad AVA asd organizzata presso la Società Velica Barcola Grignano nell'ambito dell'evento NATI PER MUOVERSI in occasione della Barcolana56

NUMERI che parlano di inclusione

Questa sezione raccoglie i dati chiave dell'attività di Velisti dell'Anima nel 2024: partecipanti coinvolti, eventi organizzati, ore di navigazione, collaborazioni avviate e traguardi raggiunti.

Ogni numero rappresenta un passo avanti nel nostro impegno per rendere la Vela accessibile a tutti, dimostrando con i fatti l'impatto concreto del nostro lavoro.

Dietro queste cifre ci sono storie di crescita, sfide superate e una comunità che continua a espandersi, portando avanti la nostra missione con passione e determinazione.

Attività	UNITA'
persone coinvolte attivamente	329
persone con disabilità incluse	123
eventi e giornate di attività	48
collaborazioni con enti ed istituzioni	16
attività a supporto della ricerca scient.	
progetti pluriennali in corso	3
donazioni raccolte	18.658
costi sostenuti	18.318

il 2024

in pochi scatti



Programma 2025



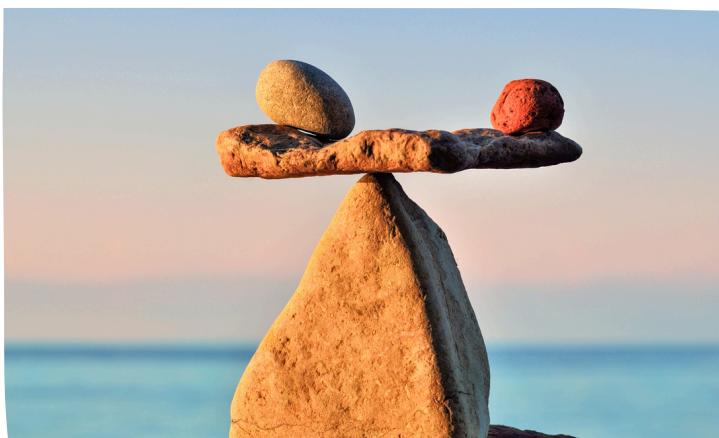
PrimaVela

OPEN
DAYs



CORSI

REGATE



Percorso Olistico

Percorso
multidisciplinare
rivolto alle
persone in
condizione di
fragilità o
disabilità



**Gabriele
Anglieri**

Massaggiatore professionista

Il 2025 sarà un anno ricco di nuove opportunità
per vivere il mare senza barriere.

Dai corsi di vela inclusiva alle crociere didattiche,
dagli allenamenti alle regate, fino ai progetti
speciali per bambini e ragazzi con disabilità
ogni attività che organizziamo ha un unico
obiettivo, rendere lo sport accessibile a tutti.

*Se vuoi conoscerci di persona e scoprire il nostro
mondo, partecipa a uno dei nostri Open Day!
Un'occasione per incontrare la nostra comunità,
provare l'esperienza della vela e capire come entrare
a far parte di Velisti dell'Anima.*

👉 Vuoi esserci? Visita il nostro sito e mettiti in
lista d'attesa per il prossimo Open Day.
Ti aspettiamo a bordo!

www.velistidellanima.org

Costruiamo insieme un orizzonte senza barriere

Ogni persona merita la possibilità di vivere il mare senza ostacoli. Velisti dell'Anima lavora ogni giorno per trasformare la vela in un'esperienza aperta a tutti, indipendentemente dalle difficoltà. Con il tuo supporto, possiamo abbattere barriere, formare nuovi marinai e dimostrare che l'inclusione non è un sogno, ma una rotta possibile.



Scopri come diventare sostenitore di questo sogno sul nostro sito:

www.velistidell'anima.org

RINGRAZIAMO



IO SONO
FRIULI
VENEZIA
GIULIA
www.turismofvg.it



REGIONE
**FRIULI
VENEZIA
GIULIA**