



Il **Volley Club Cesena** organizza un ciclo formativo condotto da docenti di altissimo livello, aperto alla cittadinanza di Cesena, su argomenti riguardanti il “fare sport” giovanile e le infinite interazioni tra atleti, genitori, allenatori e dirigenti: questo progetto mira a coinvolgere genitori, allenatori e dirigenti per intraprendere con i ragazzi un percorso a carattere sportivo che aiuti, sostenga e protegga i giovani, che sappia motivarli e migliorare il loro equilibrio interiore, condividendo esperienze e punti di vista differenti.

Per quanto riguarda gli appuntamenti cesenati, dobbiamo ringraziare il fondamentale contributo del **Comune di Cesena** ed in particolare l'Assessorato alla Cultura ed allo Sport, grazie al quale è in fase di inizio questo progetto, che comprende sette appuntamenti con diverse tematiche e relatori esperti in materia.

Le serate sono aperte e gratuite per tutti.

La nostra società invita il mondo sportivo a partecipare e aderire, indipendentemente dalla disciplina praticata.

Tutte le serate, eccetto quella del 4.12.2015, si terranno presso il Palazzo del Ridotto, in Piazza Almericci a Cesena alla 20.30

Di seguito il programma.

1 - LE EMOZIONI E L'AUTOSTIMA (4 Novembre, ore 20.30) già effettuata
D.ssa Arianna Gamberini (Cesena) – Psicologa e Psicoterapeuta ed Esperta in Età Evolutiva

- Lo Sviluppo delle Autonomie e le capacità di Problem Solving, nelle nuove e vecchie generazioni;
- Aspettative, Bisogni, Paure e Rabbia, dei giovani d'oggi e di ieri.

2 - GESTIRE LO STRESS (26 Novembre, ore 20.30)

Prof. Leonardo Milani (Ferrara) – Psicologo Formatore, Fondatore dell'Istituto di Psicologia del Benessere di Ferrara e Mental Trainer delle Frecce Tricolore

- Migliorare il Proprio Equilibrio Interiore nel quotidiano e predisporre positivamente ai Cambiamenti;

- Motivare ed Auto-Motivarsi, nella vita e nello sport.

3 - LE DINAMICHE FAMILIARI (4 Dicembre, ore 20.30) presso Aula Magna Biblioteca Malatestiana

D.ssa Monica Durr (Bologna) – Psicologa e Psicoterapeuta, esperta in Approccio Umanistico e Bioenergetico.

- Condurre Consapevolmente i nostri figli ed i nostri Atleti, per Crescere con loro;
- Autorevolezza, Autorità e Senso del Rispetto dei giovani d’oggi e di ieri: analisi delle dinamiche familiari ed ipotesi di intervento.

4 – COMUNICAZIONE EFFICACE E GESTIONE DEI CONFLITTI (13 Gennaio, ore 20.30)

Avv. Laura Melotti (Ferrara) – Avvocato del Foro di Ferrara, Mediatore e Arbitro; docente accreditata dal Ministero della Giustizia in materia di Mediazione, docente in corsi di formazione ed aggiornamento per mediatori.

Ugo Baglietti (Ferrara/Cesenatico) – Istruttore di Psicologia del Benessere di Ferrara, Allenatore di Pallavolo di I grado (II giovanile), Dirigente Fondatore del Volley Cesenatico.

- Il Linguaggio Verbale e non Verbale e l’Ascolto Empatico;
- Negoziazione e Mediazione per una Gestione Positiva dei Conflitti.

5 – TEAM BUILDING (21 Gennaio, ore 20.30)

Ugo Baglietti (Ferrara/Cesenatico) – Istruttore di Psicologia del Benessere di Ferrara, Allenatore di Pallavolo di I grado (II giovanile), Dirigente Fondatore del Volley Cesenatico e Accompagnatore di Alpinismo Giovanile di Ferrara.

Dott. Gianluca Iorio (Cesena) – Psicologo Clinico, esperto in Dipendenze Patologiche e Disturbi di Personalità.

- Aggiornamento sulle Nuove Competenze Interazionali, per la gestione dei figli e degli atleti nello svolgimento della Pratica Agonistica;
- Il Privilegio e le Responsabilità Educative di essere Genitori ed Allenatori: perseguimento del “risultato” e gestione dell’ego individuale.

6 CURARSI CON IL CIBO E PREVENIRE CON LO SPORT (5 Febbraio, ore 20.30)

D.ssa Giulia Franzoso (Cervia) – Medico Sportivo e Nutrizionista

- Attività Motoria, Mangiare Sano;
- Il Diario Alimentare.

7 - IL CORPO E LA PSICOMOTRICITA’ DI BASE (24 Febbraio, ore 20.30)

Prof. Daniele Lodi (Ferrara) – Docente di Educazione Fisica ed Esperto in Psicomotricità Funzionale, Difficoltà di Apprendimento e del Centro Italiano Dislessia.

- Motricità e Successo Educativo;
- Corporeità e Difficoltà di Apprendimento