

## **N. 8 - LA MIA PALESTRA**

### **Descrizione breve dell'idea:**

Iniziativa che prevede l'acquisto di macchinari e attrezzi ginnici per le detenute del VI reparto.

### **IL BISOGNO (il problema)**

Nel fine settimana, molte detenute con art. 21 vanno in permesso e le poche che rimangono non sanno con chi socializzare.

### **GLI OBIETTIVI**

La nostra idea di progetto serve a portare svago e scaricare lo stress accumulato per tutta la permanenza all'interno dell'istituto.

### **I BENEFICIARI DEL PROGETTO**

Tutte coloro che hanno desiderio di fare attività fisica

### **LE RISORSE**

Basta un tapis roulant, una cyclette e alcuni pesi piccoli da collocare in una "camera di pernottamento" dell'istituto.

### **LE COMPETENZE**

Più che capacità, serve la responsabilità di mantenere in buono stato gli attrezzi riguardanti l'attività fisica.

### **I TEMPI**

Non sappiamo quantificare ma sappiamo attendere.