

	ISTANZA RICHIESTA LOCALI Presentata in data 19-03-2025 20:09:03	
---	---	---

CIRCOSCRIZIONI

Seleziona la circoscrizione a cui intendi destinare la richiesta

Circoscrizione II

RICHIEDENTE

Sei il richiedente o stai compilando l'istanza per una altra persona?

Richiedente

La presente istanza è inviata:

in rappresentanza di un ente formalmente costituito

Richiedente

Nome	LOREDANA MARIA
Cognome	ZAGAMI
Codice Fiscale	
Data di nascita	
Stato di nascita	
Provincia	
Comune	

Dati residenza

Stato	
Provincia	
Comune	
Indirizzo	
Civico	
C.A.P.	

Arrivo: AOO 061, N. Prot. 00001342 del 19/03/2025

4.v, 80.v, STDAFFLOC_Circ2/061.std, 061.arm, 3.vstd, 27.nd

ENTE

Dichiaro di essere il Presidente/Legale Rappresentante dell'Associazione/Ente:	Si
Tipologia	Associazione
Denominazione	associazione Scriba-Lojn aps
Codice fiscale/Partita IVA dell'Associazione	97741080010

Sede legale	
Provincia	Torino
Comune	Torino
Indirizzo	Via Giovanni Spano
Civico	4
CAP.	10134

CONTATTI

Recapiti	
Recapito 1:	
Recapito telefonico	
Figura di:	Presidente
Email	clubdellarisatascriba@gmail.com

Elezione del domicilio digitale speciale (P.E.C.)	
PEC	associazionescriba@postecert.it
Sono informato che in caso di mancata comunicazione del domicilio digitale speciale eletto (PEC) o in caso di domicilio digitale (PEC) non attivo, non funzionante o non raggiungibile, le comunicazioni riguardanti il presente procedimento saranno predisposte come documenti informatici sottoscritti con firma digitale o altra firma elettronica qualificata di cui mi sarà inviata, - per posta ordinaria o raccomandata con avviso di ricevimento -, copia analogica ovvero un avviso con le indicazioni delle modalità con le quali i suddetti documenti sono messi a disposizione e consegnati al destinatario (art. 3-bis, commi 4, 4-bis, 4-ter, 4-quater, 4-quinquies, D.lgs.82/2005). La suddetta copia analogica o il suddetto avviso saranno inviati all'indirizzo della sede dell'associazione/ente /comitato dichiarata nella presente istanza.	Si

RICHIESTA

Dettaglio richiesta

IL/LA SOTTOSCRITTO/A

Ai sensi e agli effetti degli artt. 46 e 47 del D.P.R. 445 del 28/12/2000, consapevole delle sanzioni penali nonché della conseguente decadenza del beneficio, nel caso di dichiarazioni non veritiere e falsità negli atti, previste dagli artt. 75 e 76 del citato D.P.R.

CHIEDE

LA CONCESSIONE

ai sensi del Regolamento Comunale N. 186 e del Regolamento sull'uso dei locali della Circoscrizione

Periodo

Per periodo

Continuativo

In forma continuativa e comunque per un periodo di tempo non superiore ad un anno. Possono essere rilasciate per finalità aggregative, sportive, culturali, ricreative, sociali, assistenziali o di servizio.

Titolo

A quale titolo

a titolo GRATUITO

Per la gratuità delle concessioni si rimanda all'art. 5 del Regolamento Municipale nr. 186 e alla "Nota informativa per la concessione dei locali" pubblicata sul sito della Circoscrizione - sez. Modulistica

Locali richiesti	
Locale 1:	
Indirizzo	corso Orbassano, 192/a
Locale	sala Centomila
Titolo del Progetto o Azione	Yoga Sèdia: Pratica Accessibile per la Generazione d'oro
Giorni	
Giorno 1:	
Giorni	Lunedì
Dal giorno	15-09-2025
Al giorno	22-12-2025
dalle ore	10:00:00
alle ore	11:30:00
Giorno 2:	
Giorni	Lunedì
Dal giorno	12-01-2026
Al giorno	27-04-2026
dalle ore	10:00:00
alle ore	11:30:00
Giorno 3:	
Giorni	Lunedì
Dal giorno	08-06-2026
Al giorno	27-07-2026

dalle ore	10:00:00
alle ore	11:30:00
Giorno 4:	
Giorni	Venerdì
Dal giorno	19-09-2025
Al giorno	19-12-2025
dalle ore	10:00:00
alle ore	11:30:00
Giorno 5:	
Giorni	Venerdì
Dal giorno	09-01-2026
Al giorno	24-04-2026
dalle ore	10:00:00
alle ore	11:30:00
Giorno 6:	
Giorni	Venerdì
Dal giorno	12-06-2025
Al giorno	31-07-2026
dalle ore	10:00:00
alle ore	11:30:00
Giorno 7:	
Giorni	Mercoledì
Dal giorno	28-01-2026
Al giorno	28-01-2026
dalle ore	09:30:00
alle ore	11:30:00

SCHEDA DI PROGETTO

SCHEMA PROGETTO	
Locale 1:	
Titolo del progetto	Yoga Sedia: Pratica Accessibile per la Generazione d'oro
E' stato richiesto un contributo alla Circo	NO
Caricare il file principale del progetto ed eventuali allegati	
Allegato 1	Il progetto Yoga Sedia Pratica Accessibile per la Generazione d'oro.pdf
AZIONE	
Azione 1:	
Titolo dell'azione	Yoga Sedia: Pratica Accessibile per la Generazione d'oro
Sintesi dei contenuti dell'azione	Introduzione: Negli ultimi anni, l'interesse per il benessere fisico e mentale è cresciuto notevolmente. Yoga sedia rappresenta una pratica accessibile e benefica, ideale per persone di tutte le età, in particolare per anziani e individui con mobilità ridotta, oltre a ciò attraverso pillole di filosofia yoga cerchiamo di indurre all'accettazione del cambiamento del corpo, mente, come un processo di crescita e maturazione naturale seppur a volte faticoso. Questo progetto mira a promuovere la salute e il benessere nella nostra comunità attraverso corsi di yoga sedia per migliorare flessibilità, forza ed equilibrio senza rischi sforzi eccessivi o il disagio e fatica che può derivare dall'esercizio tradizionale su tappetino.
Destinatari	
Fascia d'età	
> 65	Si
Tipologia destinatari	
Anziani	Si
Disabili	Si
Cittadini del territorio	Si
Numero massimo di destinatari/partecipanti	40
Partecipazione	pagamento
Tesseramento obbligatorio?	si
Altri soggetti coinvolti	

Referente	
Nome	Loredana
Cognome	Zagami
Email	clubdellarisatascriba@gmail.com
Telefono	

CURRICULUM

Curriculum soggetto richiedente	
Dati generali	
Denominazione	associazione Scriba-Lojn aps
Natura giuridica	Associazione Promozione Sociale APS
Data di costituzione	15/12/2005
Data di inizio attività a Torino	13/09/2011
Il soggetto è iscritto all'albo regionale del volontariato?	No
Numero di associati alla data attuale	150
Personale dipendente	
È presente personale dipendente?	No
Sede legale in	
Provincia	Torino
Comune	Torino
Indirizzo	Via Giovanni Spano
Civico	4
C.A.P.	10134

Attività

L'attività è svolta

nei confronti degli associati

Si possiede la licenza per la somministrazione alimenti e bevande?

No

Caratteristiche delle finalità e dell'attività dell'Associazione

SCRIBA-LOJN Associazione di Promozione Sociale

Si costituisce 2005 volgendo particolare attenzione al mondo dell'integrazione nella disabilità.

Organizza attività volte a diffondere la conoscenza e la pratica dello yoga, yoga gentile e sulla sedia, yoga della risata e discipline olistiche collegate, realizzando ogni iniziativa utile alla diffusione ed alla pratica dello yoga tra i giovani, i lavoratori, le famiglie, i disabili, gli anziani così da contribuire alla formazione e alla salute psicofisica, sociale e culturale.

Descrizione delle attività ordinarie prevalenti

In prevalenza pratichiamo lezioni di Yoga Sedia. Nasce per rispondere al bisogno delle persone che per qualunque causa, patologie croniche o semplicemente gli anni che limitano l'utilizzo del tappetino, vorrebbero fare yoga rispettando i modi e tempi del proprio corpo. Operiamo nell'ambito della città di Torino. Abbiamo la sede operativa dell'associazione dal 2005 nel corso degli anni ci siamo sempre occupati di benessere delle persone nello specifico nelle fasce sensibili, quali anziani e disabilità. Negli ultimi 15 anni, anche con il supporto della città di Torino, abbiamo creato diversi punti dove poter praticare yoga sedia, abbiamo portato il nostro contributo del beneficio naturale dato dalla pratica yoga.

Eventuali progetti svolti con il Comune di Torino o altre forme di collaborazione con altri enti pubblici

Dal 2012 fino ad oggi 2025 collaboriamo con Motore di Ricerca settore disabili della città di Torino Dal 2017 fino ad oggi 2025 collabora circoscrizione 2 del comune di To.

Eventuali esperienze maturate nella realizzazione di analoghe iniziative

Negli anni abbiamo avuto molte opportunità ed esperienze nell'ambito di yoga nella disabilità e anziani. Per ulteriori e aggiornate esperienze vi invito sul nostro sito: <https://scriba.jimdofree.com/chi-siamo/associazione-scriba/>

Caricare eventuale curriculum e eventuali allegati

Allegato 1

curriculum ass.pdf

Arrivo: AOO 061, N. Prot. 00001342 del 19/03/2025

4.v, 80.v, STDAFFLOC_Circ2/061.std, 061.am, 3.vstd, 27.nd

IMPOSTA BOLLO

Imposta di bollo

sono esente dall' imposta di bollo

Esenzione dall'imposta di bollo

DICHIARA che l'Associazione/Ente per la quale si presenta la richiesta è esente dall'applicazione dell'imposta di bollo in quanto:

esenzione dal bollo ai sensi D. Lgs 03/07/2017, n. 117 – Codice del Terzo settore, a norma dell'art. 1, c. 2, lett. b) della legge 6/06/2016, n. 106 – Art. 82 – disposizioni in materia di imposte indirette e tributi locali

Arrivo: AOO 061, N. Prot. 00001342 del 19/03/2025

4.v, 80.v, STDAFFLOC_Circ2/061.std, 061.arm, 3.vstd, 27.nd

DICHIARAZIONI

Esenzione dall'imposta di bollo

Iscrizione al Registro delle Associazioni della Città di Torino

L'ente è iscritto nel Registro delle Associazioni della Città di Torino

Data di iscrizione al Registro delle Associazioni

Data di richiesta di iscrizione al Registro delle Associazioni

Dichiara

- di essere consapevole che l'Amministrazione non potrà dar seguito alla concessione qualora risultassero pendenze di carattere amministrativo nei confronti della Città;
- di non essere destinatari di sanzioni interdittive della capacità di contrattare con la pubblica Amministrazione;
- di aver preso visione e di accettare tutte le disposizioni, nessuna esclusa, contenute nel Regolamento della Città di Torino n. 186 e nella "Nota informativa per la concessione dei locali" pubblicata sul sito della Circoscrizione - sez. Modulistica
- di aver preso visione e di accettare tutte le prescrizioni contenute nel Disciplinare d'Uso pubblicato sul sito della Circoscrizione - sez. Modulistica e di essere consapevole che per alcuni locali tali prescrizioni potranno essere parzialmente modificate e/o integrate mediante apposita convenzione
- di aver preso visione dei rimborsi spese orari in vigore pubblicati sul sito della Circoscrizione - sez. Modulistica
- che nei locali avuti in concessione si svolgeranno esclusivamente riunioni, conferenze, manifestazioni culturali e ricreative non aventi scopi di lucro e nel rispetto di quanto disposto dalle norme di Legge;
- di assumersi ogni responsabilità civile e penale e di manlevare la Città da ogni e qualsiasi responsabilità presente o futura per danni di qualsiasi genere e comunque derivanti anche nei confronti di terzi e di cose appartenenti a terzi in relazione all'uso dei locali in concessione;
- di manlevare l'Amministrazione da ogni responsabilità civile o penale per danni causati a persone, a cose o ad impianti e attrezzature eventualmente presenti, provvedendo se necessario, a dotarsi di idonea copertura assicurativa;
- di assumersi ogni responsabilità civile e penale per sottrazioni, danni, deterioramento dei locali e delle attrezzature messe a disposizione;
- di assumersi ogni responsabilità circa il corretto svolgimento dell'iniziativa per cui il locale è richiesto;
- che nei locali richiesti si svolgeranno esclusivamente attività per cui non è richiesta la verifica tecnica

Si assume la responsabilità delle suddette dichiarazioni

Si

Legge 122/2010

Dichiarazioni relative alla Legge 122/2010

che la suddetta Associazione si attiene a quanto disposto dall'art. 6 comma 2 del Decreto Legge n. 78 convertito nella Legge 122/2010;

PRIVACY

INFORMAZIONI SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI artt. 13 - 14 Reg. UE/2016/679 (GDPR).

Ai sensi del Reg. UE/2016/679 (GDPR), i trattamenti relativi ai servizi indicati e da Lei utilizzati saranno improntati ai principi di correttezza, liceità, trasparenza e di tutela della Sua riservatezza e dei Suoi diritti. Ai sensi degli articoli 13 e 14 del GDPR 679/2016 Le forniamo le seguenti informazioni. I dati personali che saranno raccolti in occasione dell'attivazione del presente servizio saranno trattati

lecitamente ai sensi dell'art. 6, paragrafo 1, lettera e) del GDPR, e potrebbero generalmente riguardare:

- Dati identificativi (cognome, nome, residenza, domicilio, nascita, identificativo online, dati di contatto (mail, telefono, altro), dati fiscali e dati correlati all'esplicazione di cariche sociali, o comunque necessari all'acquisizione di benefici o servizi da parte del Comune di Torino in attuazione delle norme amministrative comunali, della Città Metropolitana di Torino o della Regione Piemonte e degli atti legislativi regionali o statali.

- In alcuni casi possono essere previsti trattamenti di dati particolari quali: dati biometrici, orientamento sessuale, dati relativi alla salute e convinzioni religiose e filosofiche, ecc.. in relazione al servizio richiesto, in applicazione delle norme in vigore.

I dati raccolti saranno trattati in quanto:

- il trattamento è necessario per adempiere un obbligo legale al quale è soggetto il Titolare (art. 6, paragrafo 1, lettera c, UE/2016/679)
 - il trattamento è necessario per l'esecuzione di un compito di interesse pubblico o connesso all'esercizio di pubblici poteri di cui è investito il titolare del trattamento (art. 6, paragrafo 1, lettera e, UE/2016/679).
- I dati raccolti vengono anche utilizzati per garantire il regolare espletamento delle funzioni comunali di cui all'art. 13, comma 1, del D. Lgs. n. 267/2000 e successive modificazioni e integrazioni e al tempo stesso l'esattezza dei dati, ai sensi dell'art. 5, comma 1, lettera d, UE/2016/679.

I dati forniti saranno oggetto di: raccolta, strutturazione, estrazione, comunicazione mediante trasmissione raffronto o interconnessione, registrazione, conservazione, profilazione, consultazione, organizzazione, cancellazione o distruzione, ogni altra operazione applicata a dati personali.

1. **Titolare:** Titolare del trattamento dati è il Comune di Torino Piazza Palazzo di Città 1 – 10122 Torino - segreteria.gabinettodelsindaco@comune.torino.it

Designato dal Titolare: Il Dirigente della Divisione Decentramento.

2. Responsabile Protezione Dati: Il Comune di Torino ha nominato il Responsabile Protezione Dati contattabile nelle seguenti modalità:

e-mail rpdprivacy@comune.torino.it

1. **Finalità:** il trattamento dei dati avviene ai sensi dell'art. 6, paragrafo 1, lettera e, UE/2016/679. Il Comune di Torino tratterà i dati personali conferiti in modo lecito, corretto e trasparente secondo quanto previsto dall'art. 5 paragrafo 1, UE/2016/679. Il conferimento dei dati è obbligatorio se risulta necessario per lo svolgimento dei servizi richiesti, pertanto la loro mancata indicazione comporta l'impossibilità di utilizzare il servizio stesso.

2. **Base giuridica:** questi uffici tratteranno i Suoi dati personali lecitamente ai sensi dell'art. 6, paragrafo 1, lettera e, UE/2016/679 e per obblighi normativi. Notizie aggiornate e dettagliate sulla normativa sono consultabili sul sito della Città di Torino <http://www.comune.torino.it/> e della Circoscrizione in relazione al servizio richiesto. Il conferimento dei Suoi dati è obbligatorio; il mancato, parziale, o inesatto conferimento ha come conseguenza l'impossibilità di accogliere l'istanza presentata ovvero l'impossibilità di fornire il servizio richiesto.

3. **Destinatari:** nel rispetto dell'art. 13, paragrafo 1 lettera e, UE/2016/679 i dati personali conferiti saranno trattati da soggetti appositamente autorizzati, con l'utilizzo di procedure informatizzate o tradizionali, in grado di tutelare e garantire la riservatezza dei dati forniti, nei modi e nei limiti necessari per perseguire le predette finalità. In caso di comunicazione i dati potranno essere trasmessi a terzi (sia pubblici che privati) unicamente in caso di espressa previsione di legge. I dati non saranno trasferiti all'esterno dell'UE.

4. **Conservazione dati:** nel rispetto dell'art. 13, paragrafo 2, lettera e, UE/2016/679 i dati personali conferiti saranno conservati per tutta la durata dell'istruttoria e successivo periodo di tutela strutturale alle esigenze dell'Ente. I dati sono trattati nel rispetto delle disposizioni di legge o regolamento. I dati saranno trattati con strumenti manuali e/o informatici e telematici, con logiche di organizzazione ed elaborazione strettamente correlate alle finalità stesse e comunque in modo da garantire la sicurezza, l'integrità e la riservatezza dei dati stessi nel rispetto delle misure organizzativa, fisiche e logiche previste dalle disposizioni vigenti. Le misure di sicurezza adottate sono: sistemi di autenticazione, sistemi di autorizzazione, sistemi di protezione (antivirus, firewall, altro) minimizzazione, cifratura e continui monitoraggi di verifica e controllo continuo. I dati personali vengono conservati il tempo strettamente necessario nel rispetto della normativa vigente. La Città non utilizza modalità di trattamento basate su processi decisionali automatici e di profilazione.

5. **Diritti dell'interessata/o:** con riferimento al trattamento dei suoi dati personali, l'interessata/o ha diritto di esercitare i propri diritti come segue:

- Diritto di ottenere dal Titolare del trattamento la conferma che sia o meno in corso un trattamento di dati

Arrivo: AOO 061, N. Prot. 00001342 del 19/03/2025

4.v, 80.v, STDAFFLOC_Circ2/061.std, 061.arm, 3.vstd, 27.nd

che la riguardano e, in tal caso, di ottenere l'accesso ai dati personali e alle informazioni previste dall'art. 15 UE/2016/679 ed in particolare a quelle relative alla finalità del trattamento, alle categorie di dati, ai destinatari o categorie di destinatari a cui i dati personali sono stati o saranno comunicati, al periodo di conservazione, ecc.

- Diritto di ottenere la rettifica dei dati nonché l'integrazione degli stessi.
- Diritto di cancellazione dei dati ("diritto all'oblio") laddove ricorra una delle fattispecie di cui all'art. 17 UE/2016/679
- Diritto di limitazione del trattamento, nei casi previsti dall'art. 18 UE/2016/679
- Diritto di portabilità dei dati ai sensi dell'art. 20 UE/2016/679
- Diritto all'opposizione al trattamento ai sensi dell'art. 21 UE/2016/679

Tutti i diritti previsti dal regolamento UE/2016/679 potranno essere esercitati mediante richiesta al Responsabile Protezione Dati (RDP) agli indirizzi e modalità di cui al punto 2 della presente informativa. L'esercizio dei Suoi diritti potrà avvenire attraverso contatto diretto e/o l'invio di una richiesta anche mediante e-mail al Titolare del trattamento dei dati, Comune di Torino Piazza Palazzo di Città 1 – 10122 Torino, segreteria. gabinettodelsindaco@comune.torino.it

al Responsabile Protezione Dati, Comune di Torino Piazza Palazzo di Città 1 – 10122 Torino, rpd-privacy@comune.torino.it

Si ricorda che in qualsiasi momento l'interessata/o ha il diritto di proporre reclamo al Garante per la Protezione dei dati personali <https://www.garanteprivacy.it/> e-mail garante@gpdp.it o ad altra Autorità di controllo.

Ho letto e accettato l'informativa

Si

4.v, 80.v, STDAFFLOC_Circ2/061.std, 061.arm, 3.vstd, 27.nd



Il progetto Yoga Sèdia: Pratica Accessibile per la Generazione d'oro

Introduzione: Negli ultimi anni, l'interesse per il benessere fisico e mentale è cresciuto notevolmente. Yoga sèdia rappresenta una pratica accessibile e benefica, ideale per persone di tutte le età, in particolare per anziani e individui con mobilità ridotta, oltre a ciò attraverso pillole di filosofia yoga cerchiamo di indurre all'accettazione del cambiamento del corpo, mente, come un processo di crescita e maturazione naturale seppur a volte faticoso.

Questo progetto mira a promuovere la salute e il benessere nella nostra comunità attraverso corsi di yoga sèdia per migliorare flessibilità, forza ed equilibrio senza rischi sforzi eccessivi o il disagio e fatica che può derivare dall'esercizio tradizionale su tappetino.

Riassumendo gli obiettivi del Progetto:

Promuove Benessere: Offrire un'opportunità di migliorare la salute fisica e mentale dei partecipanti.

Accessibilità: Rendere yoga accessibile a tutti, indipendentemente dalla mobilità o esperienza.

Socializzazione: Creare uno spazio di incontro e socializzazione per i partecipanti.

Educazione: Informare i partecipanti sui benefici dello yoga e delle pratiche di rilassamento, anche attraverso incontri extra lezioni con tavole rotonde.

Ecco alcuni punti esemplificativi di una lezione di yoga sèdia:

1 Respirazione profonda

- **Obiettivo:** consapevolezza del respiro, ossigenare più il corpo, rilassamento e concentrazione.
- **Esecuzione:** Seduti con la schiena dritta, mani sulle ginocchia. Inspirare profondamente attraverso il naso, espandendo il torace e l'addome, e poi espirare lentamente.

2 Torsioni spinali

- **Obiettivo:** Migliorare la mobilità della colonna vertebrale.
- **Esecuzione:** Seduti con la schiena dritta, girare il busto verso destra, afferrando il bracciolo della sedia o il ginocchio. Mantenere la posizione per alcuni respiri e poi ripetere a sinistra.

3 Piegamenti in avanti

- **Obiettivo:** Allungamento della schiena e delle gambe.
- **Esecuzione:** Seduti con le gambe unite e i piedi ben appoggiati a terra, piegarsi in avanti verso le ginocchia, mantenendo la schiena dritta. Mantenere la posizione per alcuni respiri.

4 Allungamenti delle braccia e delle spalle

- **Obiettivo:** Rilassare le spalle e migliorare la mobilità delle braccia.
- **Esecuzione:** Sollevare le braccia sopra la testa mentre si inspira, poi abbassarle lentamente mentre si espira. È possibile anche incrociare le braccia davanti al corpo per un ulteriore allungamento.

5 Movimenti delle gambe

- **Obiettivo:** Migliorare la circolazione e la mobilità delle gambe.
- **Esecuzione:** in piedi tenendosi alla spalliera della sedia; Sollevare una gamba e allungarla in avanti, mantenendola tesa per alcuni secondi, poi riportarla giù. Ripetere dall'altro lato.

7 Meditazione finale

- **Obiettivo:** Rilassamento e consapevolezza.
- **Esecuzione:** Seduti comodamente, con gli occhi chiusi, concentrarsi sulla respirazione per alcuni minuti, permettendo alla mente di rilassarsi.

**Suggeriamo:**

Di indossare abbigliamento comodo, l'utilizzo di sedie stabili, pareti, attrezzi forniti da noi; cinture, cerchi, tavolette ecc.

Incoraggiamo i partecipanti a muoversi sempre lentamente, con calma, ascoltare e rispettare il proprio corpo, evitando sforzi eccessivi.

Lo yoga sèdia è un'ottima opportunità per socializzare, nel tempo si è creata una mini rete dove gli uni si occupano o preoccupano degli altri, nelle nostre lezioni accogliamo molto volentieri persone con disabilità lievi.

Tutto ciò contribuisce a migliorare il benessere fisico e mentale e mantenere uno stile di vita il più possibile sano e attivo.

Conclusione: Il progetto Yoga Sèdia: Pratica Accessibile per la Generazione d'oro rappresenta un'opportunità unica per migliorare la qualità della vita dei cittadini attraverso una pratica accessibile e benefica. Siamo convinti che, con il supporto della circoscrizione, possiamo contribuire a creare una comunità più sana e coesa.

Contatti: Loredana Zagami tel.3391256638 e-mail clubdellarisatascriba@gmail.com

Target di Riferimento:

- Anziani
- Persone con disabilità lieve intellettiva e motoria
- Chiunque desideri migliorare il proprio benessere senza la necessità di una pratica complessa.

Metodologia:

- **Corsi bisettimanali:** Organizzazione di corsi bisettimanali di yoga sèdia, della durata di 60 minuti, per un periodo di 10 mesi.
- **Location:** Utilizzo di spazi pubblici sala dei centomila corso Orbassano, 192/a

Insegnante Qualificata: Loredana Zagami Insegnante yoga certificata con 15 anni di esperienza nell'insegnamento a persone con mobilità ridotta.

Insegnante Hatha Yoga Tradizionale, Master Yoga e longevità, Insegnante Yoga Gentile Sedia, Insegnante in Yoga Accessibile – iscritta Yoga Alliance International 500plus

Co- autrice: yoga longevità e benessere Edda edizioni 2025

Co- autrice: Ricette facili, informazioni utili, conditi di sorrisi. 2018

Autrice del libro: Bene molto bene Yeah! con lo yoga della risata 2019

Risorse Necessarie:

- Spazi adeguati per le lezioni (sale con sedie e bagni accessibili).
- Promozione del progetto attraverso volantini, comunicazioni locali, passaparola.
- Contributo: 3 euro a lezione. tessera associativa 15 euro

Valutazione del Progetto:

Feedback dei Partecipanti: ad ogni fine stagione chiediamo ai partecipanti commenti e suggerimenti per migliorare le lezioni e quali benefici hanno riscontrato nel periodo della pratica.

Indicatori di Successo: Monitorare la partecipazione e la soddisfazione dei partecipanti attraverso la loro presenza.



CURRICULUM SOGGETTO RICHIEDENTE

DENOMINAZIONE Associazione Scriba-Lojn APS

SEDE LEGALE Via Giovanni Spano n.4,10134 Torino

Caratteristiche delle finalità e dell'attività dell'Associazione:

Associazione SCRIBA-LOJN APS Si costituisce nel 2005 volgendo particolare attenzione al mondo dell'integrazione nella disabilità e fasce sensibili. Organizza attività volte a diffondere la conoscenza e la pratica dello yoga, yoga sèdia, yoga della risata, meditazioni, realizzando ogni iniziativa utile alla diffusione ed alla pratica dello yoga tra disabili e anziani, così da contribuire alla salute psicofisica, sociale e culturale.

Descrizione delle attività ordinarie prevalenti:

in prevalenza svolge attività di Yoga Sèdia con anziani e disabili, nelle circoscrizioni, in centri anziani, Oratorio presso la Parrocchia Madonna delle Rose.

Per chi ha piacere di approfondire il mondo dello yoga sviluppiamo serate di meditazione o respirazione o filosofia yoga.

Yoga della risata rivolto ad adulti disabili e normodotati con obiettivo d'inclusione e buon umore.

Eventuali progetti svolti con il Comune di Torino o altre forme di collaborazione con altri enti pubblici:

dal 2012 svolgiamo attività di yoga della risata dal 2015 yoga sèdia con Motore di Ricerca settore Disabili del Comune di Torino.

Eventuali esperienze maturate nella realizzazione di analoghe iniziative:

In questo decennio sono molte le collaborazioni con Yoga Sèdia circoscrizioni, centri e residenze per anziani, qui di seguito metto il link dove si trovano sempre aggiornate le collaborazioni: Per ulteriori collaborazioni e curriculum sempre aggiornato:

<https://scriba.jimdofree.com/chi-siamo/associazione-scriba/>

Torino lì 19-03-2025

Il Presidente/Legale rappresentante

Firma



ASSOCIAZIONE Scriba-Lojn APS**RELAZIONE ATTIVITA' PRECEDENTEMENTE SVOLTA ANNO 2024**

TITOLO DEL PROGETTO	Yoga Sedia
ATTIVITA' EFFETTUATA	Yoga con l'utilizzo della sedia o con l'ausilio di: cinture, pareti – Rilassamenti, Meditazioni e filosofia yoga
DESTINATARI (FASCIA D'ETA' E TIPOLOGIA)	Over da 50 a 94 anni - Anziani con limitazioni e varie patologie - anziani attivi – persone con deficit cognitivo (giovani), Ipovedenti, non udenti.
NUMERO PARTECIPANTI	partecipanti circa 15/22
TEMPI – data di inizio e di fine del progetto periodicità dell'attività (giornaliera, settimanale, mensile etc) – date o momenti di attività accessorie o eventuali (es. giornata conclusiva)	Attività yoga sedia dal 4 ottobre 2024 al 28 aprile 2025 Attività yoga sedia dal 9 giugno 2024 al 28 luglio 2025 Attività yoga sedia bisettimanale lunedì e venerdì
REFERENTI DELL'ASSOCIAZIONE COINVOLTI NELLE ATTIVITA' E LORO RUOLO	Loredana Zagami - Insegnante: Yoga tradizionale, yoga accessibile, yoga sedia, Master yoga e longevità, autrice. Patrizia Gugliotta – Assistente e Ayurveda
COSTI PER I DESTINATARI	Tessera associativa 15 euro 2 euro a lezione Gratuito per meno abbienti
DICHIARAZIONE EFFETTIVO UTILIZZO LOCALI	Il locale è stato utilizzato come da progetto per l'attività richiesta di Yoga Sedia
ALTRE INFORMAZIONI	Abbiamo sentito molta solitudine tra i partecipanti e quindi restiamo sempre presenti anche al fuori del progetto specie in estate, socialità con uscite gelato, gite e chiacchierate e condivisioni di vita. Anche durante il periodo di attività organizziamo piccole uscite per stare un po' insieme.

Loredana Zagami

Insegnante Hata Yoga Tradizionale, Master Yoga e longevità.

Yoga Gentile scuola Sivananda (Hukins Canada)

Insegnante Yoga Gentile Sedia (Accademy California)

Insegnante in Yoga Accessibile

Iscritta Yoga Alliance RYT500LVL3ADV, Autrice

1° Insegnante e Ambassador Yoga della Risata in Torino

Distinti saluti

Associazione SCRIBA-LOJN APS sede Via Giovanni Spano n.4 CAP 10134 TORINO (TO) PIEMONTE

CF. 97741080010 uff. registro delle associazioni n. 2371 del comune di Torino

E-MAIL associazionescriba@libero.it sito: www.yogadellarisatatorino.it 3391256638



Presidente associazione Scriba

Arrivo: AOO 061, N. Prot. 00002187 del 08/05/2025

4.v, 80.v, FTEMP.ft, 29841.nd, 2.a



Spett.le
COMUNE DI TORINO - CIRCOSCRIZIONE 2

DICHIARAZIONE ANTI PANTOUFLAGE
(ai sensi D. Lgs. 165/2001, art. 53, comma 16)

la sottoscritta Zagami Loredana Maria

nata il

residente in

all'indirizzo

in qualità di Legale Rappresentante dell'ente Presidente

con sede legale in Torino

indirizzo Via Giovanni Spano, n.4

Codice fiscale/P. IVA 97741080010

indirizzo di posta elettronica ordinaria clubdellarisatascriba@gmail.com - associazionescriba@libero.it

indirizzo di posta elettronica certificata (PEC) associazionescriba@Postecert.it

Tel. Cellulare

consapevole delle sanzioni penali previste dall'art. 76 del suddetto D.P.R. 28/12/2000 n. 445, e della decadenza dei benefici prevista dall'art. 75 del medesimo Testo Unico per le ipotesi di falsità in atti e dichiarazioni mendaci, sotto la propria responsabilità

DICHIARA

- di non aver conferito incarichi professionali nè concluso alcun contratto di lavoro subordinato o autonomo ad ex dipendenti che hanno cessato il rapporto di lavoro con la Città di Torino da meno di tre anni i quali, negli ultimi tre anni di servizio, abbiano esercitato poteri autoritativi o negoziali per conto di quest'ultima ai sensi dell'art. 53, comma 16-ter del Decreto Legislativo n. 165/2001 e s.m.i..
- Che è consapevole che, ai sensi del predetto art. 53, comma 16-ter, i contratti conclusi e gli incarichi conferiti in violazione di tali prescrizioni sono nulli e che è fatto divieto ai soggetti privati che li hanno conclusi o conferiti di contrattare con le pubbliche amministrazioni per i successivi tre anni, con l'obbligo di restituzione dei compensi eventualmente percepiti e accertati ad essi riferiti.

Luogo e data 19/05/2025

FIRMA
DEL LEGALE RAPPRESENTANTE

[Redacted signature area]