

Ogni persona
nel mondo ha
gli stessi DIRITTI,
ANCHE TU!

Lo sport ci insegna a stare insieme, a superare i nostri limiti,
a mettere in evidenza le nostre abilità
Ci permette di perdere e di vincere, ci fa capire l'importanza delle regole
e del rispetto e soprattutto migliora il nostro benessere.
LO SPORT È UN DIRITTO!

HAI DIRITTO DI FARE SPORT

Perché **fa bene al tuo corpo e alla tua mente.**
Nessuna persona può impedirti di fare sport
per il tuo aspetto fisico, le tue abilità, il tuo comportamento.



HAI DIRITTO DI NON ESSERE UN/UNA CAMPIONE/SSA

Lo sport **non è solo gare e medaglie.**
Non buttar via il sogno di diventarlo,
ma ricordati che non è la sola ragione per cui fare sport.

HAI DIRITTO DI MISURARTI CON GIOVANI DI PARI FORZA E COMPETIZIONI ADATTE

Tutti abbiamo limiti e potenzialità.
Riconoscerli e rispettarli
ti permette di **non sentirti né inferiore né imbattibile.**



HAI DIRITTO AL RIPOSO

Il riposo è importante per recuperare le forze
e **rigenerare il corpo e la mente.**
Dare il massimo, qualche volta, vuol dire anche
prendersi una pausa e fermarsi.

HAI DIRITTO DI ESSERE TRATTATO CON DIGNITÀ

Essere un minore non vuol dire essere inferiore.
Gli adulti sono responsabili della tua crescita:
devono incoraggiarti, sostenerti anche quando fai degli errori.
Nessuna persona può urlarti contro, punirti o minacciarti.



HAI DIRITTO DI DIVERTIRTI E GIOCARE

Fare sport **deve prima di tutto renderti felice.**
Nessuna persona può farti sentire triste, in ansia,
incapace quando svolgi un'attività sportiva.

HAI DIRITTO A STARE IN UN AMBIENTE SANO

Perché **per crescere bene hai bisogno
di un ambiente leale e corretto,** dove ti senti al sicuro.
Le persone adulte devono proteggerti da ciò che ti fa male
e che può danneggiare la tua crescita psicologica e fisica.

HAI DIRITTO AD ESSERE ACCOMPAGNATO/A E ALLENATO/A DA PERSONE COMPETENTI

Le allenatrici e gli allenatori per te sono importanti e passi con loro tanto tempo.
Devono formarsi e mettersi in gioco
per la tua educazione e per il tuo benessere.

