



Manifesto della GENTILEZZA nello Sport

PER UNO SPORT CHE FA BENE AL CUORE, NON SOLO AI MUSCOLI

LA VERA FORZA DEI CAMPIONI I COMPORTAMENTI DELLA GENTILEZZA NELLO SPORT

1 SALUTA SEMPRE

Inizia e concludi ogni allenamento, partita o incontro con un sorriso e un saluto sincero, agli avversari, agli arbitri, ai compagni e al pubblico.

2 RINGRAZIA

Ringrazia chi ti ha permesso di essere lì: allenatori, compagni, avversari, staff e famiglie. Nessuno gioca mai da solo.

3 AIUTA CHI È IN DIFFICOLTÀ

Se vedi un compagno o un avversario in difficoltà, tendi la mano, incoraggiarlo, offri supporto.

4 ACCETTA LA SCONFITTA CON DIGNITÀ

Perdi? Succede. Complimentati con chi ha vinto, impara da ogni errore e riparti.

5 FESTEGGIA CON RISPETTO

Vinci? Festeggia senza umiliare l'altro, coinvolgendo tutti nella gioia.

6 RISPETTA IL TEMPO E LO SPAZIO DEGLI ALTRI

Arriva puntuale, usa con cura gli spazi comuni, lascia gli spogliatoi puliti come li hai trovati.

7 PARLA IN MODO COSTRUTTIVO

Niente urla offensive o insulti: usa parole che motivano, non che feriscono.

8 ACCOGLI CHI SI UNISCE

Fai sentire a casa chi arriva per la prima volta, chi viene da lontano, chi ha abilità o età diverse.

9 DIFENDI SEMPRE CHI SUBISCE INGIUSTIZIE

Non girarti dall'altra parte se assisti a un comportamento scorretto: intervieni o avvisa un responsabile.

10 FAI SQUADRA

Ricorda che il successo è del gruppo, non del singolo. Anche fuori dal campo, sii un buon compagno.

11 PROMUOVI IL FAIR PLAY

Rispetta le regole, l'arbitro e lo spirito del gioco. Non esiste vittoria senza onestà.

12 OFFRI UNA PAROLA GENTILE ANCHE NEI MOMENTI TESI

Quando la partita si fa accesa, respira, conta fino a dieci, e scegli parole che calmano.

13 COINVOLGI TUTTI

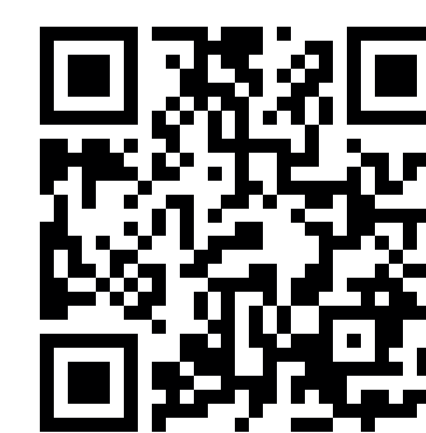
Nessuno deve restare in panchina per sempre. Trova un modo per far sentire utili e partecipi tutti i membri della squadra.

14 SII UN BUON ESEMPIO

Ricorda che i più giovani (e non solo) ti guardano: la tua gentilezza è contagiosa.

15 DIVERTITI

Non dimenticare mai che lo sport è soprattutto gioia, gioco e condivisione.



#GENTILIAMOCI™

LET'S KINDIFY / لسلامت / 让我们友善一点 / DEVENI AMABIL

ilsemedellagentilezza.it

Più grandi, più vicini, più gentili.
Sii il cambiamento.

ORGANIZZAZIONE A CURA DI



CON IL PATROCINIO DI



Unione
Buddhista
Italiana



Comune di Padova



CAMERA DI COMMERCIO
PADOVA
il futuro a portata di impresa

COMMUNICATION PARTNERS

