

"Il mondo è un bel posto e per esso vale la pena di lottare"

Albert Einstein
(scienziato, filosofo e premio Nobel per la Fisica)

Sport e ambiente rappresentano un binomio indissolubile per il nostro benessere. Per questo è importante promuovere ogni forma di sport che guarda con attenzione al rispetto e alla tutela della natura.

Anche se in maniera minore rispetto alle altre attività dell'uomo, le attività sportive, se svolte in maniera poco attenta, possono impattare sull'ambiente. Sostenibilità nello sport e sostenibilità attraverso lo sport significa: rispettare l'ambiente naturale; rispettare il patrimonio di impianti e attrezzature sportive; collaborare ad una perfetta gestione dei servizi sportivi; eliminare gli sprechi nei consumi di acqua ed energia; non inquinare e non disperdere rifiuti nell'ambiente; preferire mezzi di trasporto pubblici ed economici; scegliere indumenti riciclabili e attrezzature ecocompatibili.

È importante quindi coniugare la pratica sportiva con l'impegno ambientale e condividere valori per creare valore. Con il progetto Valori in Campo, Gruppo CAP si impegna per vincere la sfida per la diffusione dei valori che accomunano attività sportiva e sostenibilità ambientale.



#acquadabere



Sostenibilità per CAP

Anche fuori dal campo ricordati di essere:



SENSIBILE, nei confronti delle persone per aumentare il benessere della tua comunità grazie al costante ascolto e confronto con gli altri.



RESILIENTE, per adattarti ai cambiamenti e fare scelte più consapevoli per il bene del nostro pianeta.



INNOVATORE, per imparare a "fare rete" sviluppando nuove connessioni sociali così da costruire un futuro migliore.



Sensibili, Resilienti e Innovatori rappresentano i tre pilastri della strategia di sostenibilità di Gruppo CAP. L'impegno e gli obiettivi per una crescita sostenibile sono racchiusi nel nostro Piano di Sostenibilità.

Scopri di più sul sito <https://sostenibilita.gruppocap.it/it> oppure scansionando il QR code:



GRUPPO **CAP**
www.gruppocap.it



VALORI IN CAMPO

come lo sport ci insegna
a diventare grandi



GRUPPO **CAP**



Lo sport è prima di tutto un **GIOCO**. È un'attività importante all'interno della tua vita. Richiede impegno, **ATTENZIONE**, costanza, sacrificio. Può farti arrabbiare, litigare con gli altri. Può farti sentire molto grande o molto piccolo. Può darti gioie e delusioni. Però, non dimenticarlo, resta prima di tutto un gioco.



Impegnati sempre. L'**IMPEGNO** è una condizione necessaria per divertirti e per raggiungere i tuoi obiettivi.



Lo sport è **VICINANZA**. In campo non esistono differenze di sesso, razza, religione, si è tutti **UGUALMENTE** importanti.



Gioca **LEALMENTE**, rispettando le regole e gli avversari. E pretendi che anche loro facciano lo stesso. Non permettere che scorrettezze e scorciatoie falsino la competizione ma pretendi sempre la massima **TRASPARENZA**.



Esci dal campo sempre col sorriso. La stanchezza dopo un allenamento, la delusione dopo una sconfitta svaniranno presto. Il **DIVERTIMENTO** e la gioia di far parte di una **COMUNITÀ** invece resteranno dentro di te per sempre.

Wow!

Metti tutto te stesso in campo e dimostra di amare ciò che fai. La tua **PASSIONE** contagierà anche chi è attorno a te.



Nello sport è normale avere **PAURA**. Paura di gareggiare, di sbagliare, di farti male, persino di vincere. Ma lo sport ti insegna anche ad accettarla. Affronta la paura, con **CORAGGIO** e utilizzala come spinta per crescere.



Nello sport e nella vita di ogni giorno abbi **RISPETTO** di te stesso e degli altri. Solo dando rispetto si ottiene rispetto.



Nello sport non esiste l'individualismo: si lavora per la squadra, non per se stessi, fuori e dentro il campo. Si diventa una vera squadra solo grazie alla **PARTECIPAZIONE** attiva di tutti coloro che la compongono.

I VALORI IN CAMPO



Il tuo **AVVERSARIO** è un ragazzo come te, con le stesse passioni e gli stessi sogni, che però indossa una divisa di un altro colore. Rispettalo, senza di lui non avresti nessuno con cui confrontarti.



Praticare sport aumenta il tuo livello di **BENESSERE** e migliora la **QUALITÀ DELLA TUA VITA**. Aiuta il tuo corpo a restare attivo e in forma, ti rende più sicuro, determinato e capace di affrontare le difficoltà. Lo sport contribuisce a fare di te una persona migliore.



Lo sport ti mette a **CONFRONTO** con te stesso e con gli altri e ti permette di superare i tuoi limiti, ricercando la tua **ECCELLENZA**.



Nello sport capita di vincere e di perdere. Analizza le sconfitte e trai spunto da esse per **MIGLIORARTI**.



Coltiva la **FIDUCIA** in te stesso e verso i tuoi compagni di squadra. Se credi nelle tue capacità e in quelle di chi ti circonda affronterai le sfide sul campo con maggiore sicurezza.



Poniti **OBIETTIVI** nuovi e stimolanti. Avrai sempre un traguardo da raggiungere.



La fatica è una componente essenziale della pratica sportiva: serve ad allenare il corpo e la mente per raggiungere il **TRAGUARDO** che ti sei prefissato. I prodotti per aumentare o recuperare le energie non ti rendono uno sportivo migliore, anzi possono essere dannosi per la salute.



Sii curioso e aperto all'**INNOVAZIONE**. Ogni nuovo esercizio che l'allenatore ti propone, ogni compagno o avversario con cui ti confronti per la prima volta, ogni nuova sfida ti potranno regalare opportunità e soddisfazioni che non immagini.



Inseguì la **VITTORIA**, ma se non arriva non ti scoraggiare, sii **ORGOGLIOSO** dei tuoi risultati, impara dai tuoi errori e continua ad allenarti. Avrai altre occasioni per metterti alla prova.

