



KREISSPORTBUND
RECKLINGHAUSEN

NEWSLETTER

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

in kompakter Form übersenden wir euch nachfolgend einige Infos aus dem Kreissportbund Recklinghausen und der Sportjugend im Kreissportbund Recklinghausen:

In diesem Newsletter informieren wir über

- [Unsere Mitgliederversammlung](#)
- [Der Kreissportbund Recklinghausen ist jetzt offizielles Mitglied im Qualitätsbündnis Sport NRW](#)
- [Bürgercourage Preis 2025](#)
- [Fortbildung in der Sportpraxis 2025](#)
- [Qualifizierungsangebote in 2025](#)
- [Re Start - Wiedereinstieg in die Übungsleitertätigkeit](#)
- [Förderprogramm Startchance Bewegung](#)
- [Sparda Leuchtfener - 250.000 Euro für Sportvereine](#)
- [Sonderaktion mit Kibaz und Jolinchen](#)
- [Das Theaterstück *Anne Tore*](#)
- [2. Inklusives Hockeycamp des VfB Hüls](#)
- [Nordic-Walking-Abzeichen für jedermann.](#)
- [Sport- und Erlebnissport Hinsbeck](#)
- [Das Sportbildungswerk sucht Übungsleiter*innen](#)
- [Die Sportwochenenden des Sportbildungswerks im Kreissportbund Recklinghausen für das Jahr 2025](#)



SPORTJUGEND *im*
KREISSPORTBUND
RECKLINGHAUSEN



Mitgliederversammlung des Kreissportbundes Recklinghausen am 21. Mai 2025 im Kreishaus Recklinghausen

Nach einem herzlichen Grußwort der stellvertretenden Landrätin Martina Eißing begrüßte der Vorsitzende Klaus Schild die anwesenden Vertreterinnen und Vertreter der Stadtsportverbände.

Im Rahmen der Versammlung wurden die Geschäftsberichte der Jahre 2023 und 2024 vorgestellt. Das Team der Geschäftsstelle präsentierte zudem aktuelle Themen wie die bevorstehende Gesundheitskonferenz, das Start-Chancen-Programm sowie die Azubi-Ausbildung. Außerdem gab es wichtige Ergänzungen im Ethik-Code und in der Satzung, um die Werte und Strukturen des Verbandes weiter zu stärken.

Nach dem informativen Teil stand die Neuwahl des Vorstands auf der Tagesordnung. Der Vorstand, bestehend aus Wolfgang Wellnitz, Harald Mantei und Norbert Gröger, wurde unter Leitung von Klaus Schild erneut gewählt. Im Anschluss an die Wahlen bot sich die Gelegenheit für die Vertreter der Stadtsportverbände zum Austausch und zur Diskussion.

Die Mitgliederversammlung zeigte erneut das Engagement des Kreissportbundes Recklinghausen für eine sichere, inklusive und zukunftsorientierte Sportlandschaft.





Der Kreissportbund Recklinghausen ist jetzt offizielles Mitglied im Qualitätsbündnis Sport NRW

Ein besonderer Höhepunkt der Mitgliederversammlung 2025 war die Übergabe der Urkunde und des Qualitätssiegels durch Assya Grünberg, Vertreterin des Landessportbundes Nordrhein Westfalen. Damit ist der Kreissportbund Recklinghausen nun Mitglied im Qualitätsbündnis gegen sexualisierte und interpersonelle Gewalt im Sport – ein bedeutender Schritt für den Schutz und die Prävention im Sportbereich.



The poster is titled 'FORTBILDUNGEN SPORTPRAXIS' and is divided into two main sections: 'Erwachsene' (Adults) on the left and 'Jugendliche' (Youth) on the right. Each section has a QR code. The training topics are organized by month:

Erwachsene	Jugendliche
Juni Sprachförderung mit Hilfe von Bewegung, Spiel und Sport Parkfitness Prävention sexualisierter Gewalt	Juli Faszien und Mobility
August Body Rock(-t)	September Fit für die Vielfalt Einsatzmöglichkeiten von KI im Sportverein Kraft und Intervall Selbstverteidigung Abenteuer- und Erlebnissport
Oktober Fitness mit dem Hula-Hoop Reifen Attraktives Koordinierungs-/Gehirntraining Koordinative Fähigkeiten im Sitzen-Spiel, Spaß Spannung PSG Alt aber knackig	November Mitarbeiter*innengewinnung & -bindung im Verein Rücken-Kraft-Beweglichkeit Ernährungsgrundlage für U3-Kinder Body & Mind Körper & Gehirn in Balance

At the bottom center is the logo of the 'KREISSPORTBUND RECKLINGHAUSEN'.

Fortbildungen in der Sportpraxis für die Monate Juni bis November in 2025:

Hier erhaltet ihr eine Übersicht zu den zahlreichen Fortbildungsangeboten in den Monaten Juni bis November in 2025!

- Sprachförderung mit Hilfe von Bewegung, Spiel und Sport
 - 13. & 27.06
 - Thomas Michalak
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- Parkfitness
 - 14.-15.06
 - Jascha Zindel
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)

- **Faszien und Mobility**
 - 05.07.
 - Lars Köster
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Body Rock(t)**
 - 30.08.
 - Sanne Schilling
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Fit für die Vielfalt**
 - 02.09.
 - Ümit Agirman
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Einsatzmöglichkeiten von KI im Sportverein**
 - 10.09.
 - Dirk Schröter
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Kraft und Intervall**
 - 13.09.
 - Martina Sattler
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Selbstverteidigung**
 - 20.09.
 - Jascha Alexander Kort
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Prävention sexualisierter Gewalt**
 - 23.09.
 - Lars Köster
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Abenteuer- und Erlebnissport**
 - 27.09.
 - Michel Kortmann
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Fitness mit dem Hula-Hoop-Reifen**
 - 04.10.
 - Birgit Räder
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Attraktives Koordinations- und Gehirntraining**
 - 04.10.
 - Rainer Peters
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Koordinative Fähigkeiten im Sitzen- Spiel, Spaß & Spannung**
 - 05.10.
 - Birgit Räder
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Prävention von sexualisierter & interpersoneller Gewalt im Sport**
 - 07.10. / 11.10.
 - Lars Köster
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **ALt aber knackig**
 - 11.10.
 - Jascha Alexander Kort
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Mitarbeiter*innengewinnung und -bindung im Sportverein**
 - 05.11.
 - Dirk Schröter
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- **Rücken - Kraft - Beweglichkeit**
 - 08.11.
 - Frank Beckert
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)

- Ernährungsgrundlagen für U3-Kinder
 - 15.11.
 - Jascha ALEXander Kort
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- Body & Mind
 - 22.11.
 - Petra Völker
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
- Körper + Gehirn in Balance - Förderung der exekutiven Funktionen
 - 29.11.
 - Thomas Michalak
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)

QUALIFIZIERUNGSANGEBOTE

Juni	Juli
Basismodul Übungsleiter*in-C Der Einstieg in die Rehabilitationssportaus- bildung	Qualifizierung zum*zur Sportabzeichen Prüfer*in
August	September
Basismodul Übungsleiter*in-C	Sportthelfer II Übungsleiter*in-B Rehabilitation Aufbaumodul Orthopädie Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in-C Aufbaumodul sportertübergreifend
Oktober	November
Qualifizierung als Ansprechperson zum Schutz vor sexualisierter & interpersoneller Gewalt im Sport	Zertifikat Bewegungsförderung in Verein und Kita

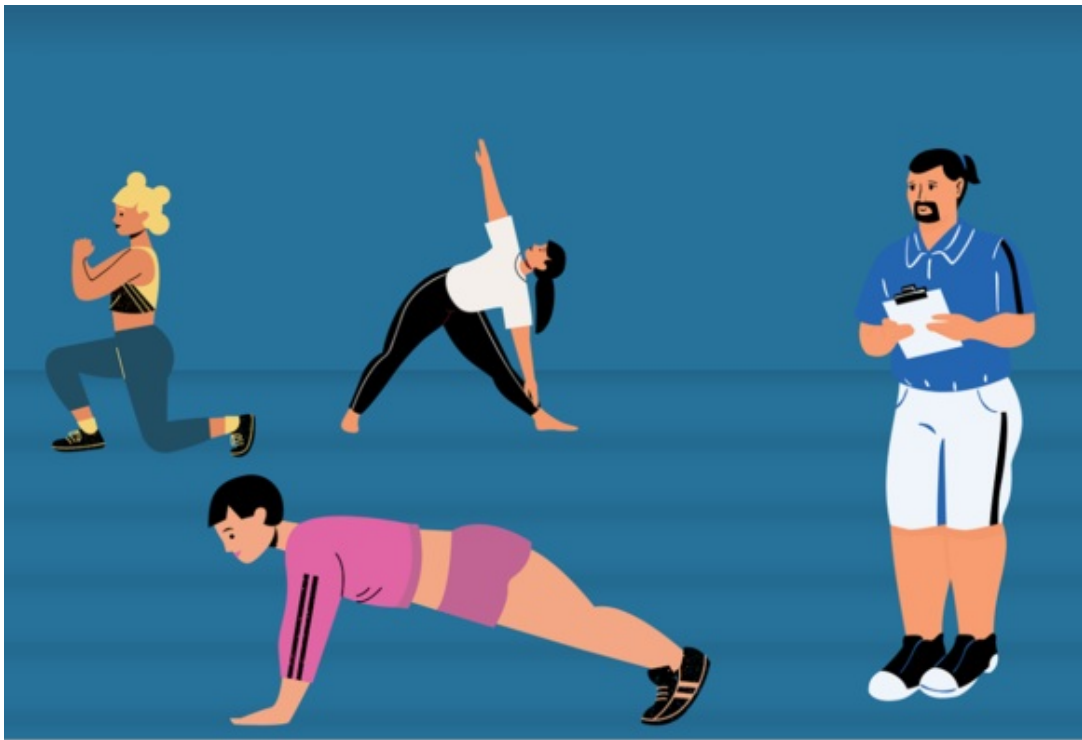


**KREISSPORTBUND
RECKLINGHAUSEN**

Qualifizierungen für die Monate Juni bis November in 2025:

Hier erhaltet ihr eine Übersicht zu den zahlreichen Qualifizierungsangeboten in den Monaten Juni bis November 2025!

- **Zertifikat: Bewegungsförderung in Verein und Kita**
 - 31.05. - 06.07.
 - Heike Blucha-Tillenkamp
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
 - **Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in-C**
 - 15.06.-29.06.
 - Thomas Michalak
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
 - **Der Einstieg in die Rehabilitationssportausbildung**
 - 28.06.-29.06.
 - Rainer Peters
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
 - **Qualifizierung zum*zur Sportabzeichen Prüfer*in – Schwerpunkt Leichtathletik mit 15 LE (Blended Learning) - ÜL-C Themenwelt**
 - 12.07.
 - Thomas Michalak
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
 - **Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in-C**
 - 30.08.-06.09.
 - Julia Hoffmann
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
 - **Sporthelfer II**
 - 06.09.-20.09.
 - Lars Köster
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
 - **Übungsleiter*in-B Rehabilitation Aufbaumodul Orthopädie**
 - 06.09.-07.12.
 - Rainer Peters
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
 - **Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in-C Aufbaumodul sportartübergreifend**
 - 07.09.-23.11.
 - Julia Hoffmann
 - [Anmeldung & Ausschreibung](#)
-



ReStart – Wiedereinstieg in die Übungsleiter-Tätigkeit

Fortbildung zur Reaktivierung von ÜL-C Lizenzen

Diese Fortbildung dient der Wiedergewinnung von Übungsleiter*innen und Reaktivierung von abgelaufenen Übungsleiter-C-Lizenzen (ÜL-C). Dieses Reaktivierungsfortbildung ist ein befristetes Angebot des LSB NRW, um die Übungsleiterinnen und Übungsleiter für das Ehrenamt im Verein zurückzugewinnen.

[Hier](#) geht es zu den Angeboten!



Startchance Bewegung

Startchance Bewegung ist ein Teil des bildungspolitischen Startchancen Programms, dass durch das Ministerium für Schule und Bildung des Landes Nordrhein-Westfalen gefördert wird. Das Förderprogramm "Startchancen Programm" verfolgt das Ziel die Bildungsgerechtigkeit insbesondere für Kinder und Jugendlichen aus sozial benachteiligten Familien und schwierigen Lebensumfeldern zu verbessern. Über einen Zeitraum von 10 Jahren werden Startchancen Schulen zur Umsetzung bestimmter Maßnahmen finanziell unterstützt. Das Fördervolumen von Sport- und Bewegungsangeboten liegt bei 2 Millionen Euro pro Schuljahr. Mit der "Startchance Bewegung" soll die Alltagsmobilität gesteigert, die soziale Teilhabe und Integration durch Sport gefördert sowie der Übergang in den Vereinssport erleichtert werden.

Folgende Rahmenbedingungen müssen eingehalten werden:

- Mind. 10 Einheiten (einmal pro Woche)
- Gruppenangebot (15-20 Schüler*innen)
- 1 Einheit = 60 Minuten
- Eine Vergütung von 50 € pro Einheit
- Das Bewegungsangebot ist ausschließlich für Startchancen-Schulen

Willst du mehr über das Förderprogramm, die Antragstellung, den Ablauf und das Konzept erfahren?

Dann komm zu unserer **Informationsveranstaltung am 03. Juni 2025 um 18 Uhr im Kreishaus** Recklinghausen. Wir bitten um eine kurze Anmeldung bei uns unter sportjugend@ksb-re.de an.

Wenn du an dem Tag keine Zeit hast, aber trotzdem mehr über das "Startchance-Bewegung- Programm" erfahren möchtest, melde dich gerne bei uns per [Mail](#) oder [telefonisch](#).



Sparda Leuchtfener - 250.000 Euro für Sportvereine

Ab sofort sind Bewerbungen für das SpardaLeuchtfener 2025 möglich!

150 engagierte Vereine in der Region werden für ihr sportliches Engagement gefördert. Über die Förderpreise wird in der Abstimmung entschieden.

Die Sportvereine melden ihr Projekt einfach online an und können sich bis zu 6.000 Euro sichern. Vom **3. Juni bis zum 1. Juli** können alle online über die Platzierung entscheiden und abstimmen. Zusätzlich zur Abstimmung gibt es Instagram-Sonderpreise.

[Hier geht es zum Anmeldeportal](#)

Bei Rückfragen steht das Team vom SpardaLeuchtfener Ihnen gerne per E-Mail an hilfe@spardaleuchtfener.de zur Verfügung.



Sonderaktion mit Kibaz und Jolinchen

Aktionszeitraum: 10.03.2025 bis 31.12.2025

Antragsberechtigt: **Sportvereine, Stadt- und Kreissportbünde sowie Fachverbände** mit eigenen Kibaz-Variationen

Die erste Antragstellung über **400 €** pro Berechtigten ist bis zum **31.05.2025** möglich. Ab dem 01.06.2025 kann eine zweite Antragstellung pro Berechtigten erfolgen. Für beide Zeiträume gilt, sofern noch Fördermittel verfügbar sind. Eine Warteliste wird nicht



Ihr habt in eurem Verein ein Schutzkonzept für sexualisierte und interpersoneller Gewalt im Sport entwickelt und wollt dieses in eure Vereinskultur integrieren? Dann müsst ihr jetzt die Kinder ins Boot holen!

Anne Tore - sind wir stark!

„NEIN, ich möchte das nicht!“

Schützt eure jungen Vereinsmitglieder: Prävention mit „Anne Tore – sind wir stark“

Das Präventionstheaterprogramm „Anne Tore – sind wir stark“ bietet Kindern im Alter von 8 bis 12 Jahren wirkungsvolle Aufklärung zum Thema Grenzüberschreitungen und sexualisierte Gewalt im Sport. Das zweistündige Programm beinhaltet Workshops für Kinder und Informationsveranstaltungen für Eltern und Trainer*innen. Positioniert euch zum Thema „Prävention sexualisierte Gewalt“ und stärkt eure Kinder in eurem Verein!

Jetzt die Förderung beantragen und deinem Verein was Gutes tun!

Weitere Informationen zum Programm und Buchungsanfragen „Anne Tore – sind wir stark“ findest du [hier!](#)

Bei Fragen zum Programm oder zum **Förderantrag** melde dich gerne bei uns per Mail unter sportjugend@ksb-re.de oder telefonisch unter [02364/5067404](tel:023645067404).



Werbung durch den Newsletter

Nachfolgend stellen wir euch diverse Angebote der Stadtsporthverbände , Vereine und weiterer Netzwerkpartner im Kreis Recklinghausen vor.

Wir laden die Vereine im Kreis Recklinghausen dazu ein, ihre größeren Veranstaltung über uns zu bewerben.

Damit ein Bericht im Newsletter platziert werden kann, benötigen wir die zugehörigen Informationen bis zum 25. des Vormonats.



2. Inklusives Hockeycamp des VfB HülS

In den Sommerferien, vom 18. - 22. August, gibt es wieder den ganzen Tag Hockey-Action am Badeweiher. Zur zweiten Auflage des Inklusiven Hockeycamps sind wieder Grundschüler*innen und Menschen mit geistigen Behinderungen ab 11 Jahre eingeladen. Einzige Voraussetzung ist wieder, dass sich alle alleine auf dem Hockeyplatz bewegen können.

Dank der Förderung von der Aktion Mensch ist die Teilnahme kostenfrei und beinhaltet neben einem Mittagssnack auch ein Campshirt.

Als Trainer konnten wieder Paul Eckenberg (Betreuer/Trainer der Specialhockey Nationalmannschaft) und Sören Hutter (Herrentrainer) gewonnen werden. Zusätzlich wird Sven Lindemann, der als Trainer der Österreichischen Damennationalmannschaft im Februar Vizeweltmeister wurde, den Trainerstab ergänzen.

Für das Camp ist eine [Anmeldung](#) zwingend erforderlich.

*Mach mit uns dein **Nordic-Walking Abzeichen***

Samstag 14. Juni
Start ab 9.30 Uhr / Seestadthalle

Nordic-Walking-Abzeichen für jedermann.

In Kooperation mit dem Deutschen Leichtathletik Verband (DLV), bietet der ATV Haltern am **14. Juni (Samstag)** die Abnahme eines Nordic-Walking-Abzeichens an. Bei diesem Abzeichen geht es nicht darum möglichst schnell zu walken, sondern je nach Trainingszustand über einen bestimmten, selbst gewählten Zeitraum konstant in Bewegung zu sein.

Ohne großes Training kann jeder gesunde Erwachsene, Jugendliche oder jedes Kind teilnehmen. Das DLV-Abzeichen wird im Bonussystem vieler Krankenkassen und für das Deutsche Sportabzeichen anerkannt.

Geplant sind zwei Strecken: **60 oder 120 Minuten** Walken ohne Pause bei beliebigem Tempo.

Start und Ziel ist die **Seestadthalle in Haltern** (Lippspieker25, Haupteingang).

Der Start für 120 Minuten ist um **9.30 Uhr**, für 60 Minuten um **10.00 Uhr**.

Die Strecken sind von dort ausgeschildert. Die Teilnehmer werden von Übungsleitern begleitet.

Die Teilnahme kostet pro Person **5€**, bezahlbar vor Ort in bar.

Nach dem Walken erhält jede*r Teilnehmer*in eine beglaubigte NW-Ausweiskarte, ein Stoffabzeichen und ein Freigetränk. Das Ehrenamtsteam bietet Getränke und frische Waffeln an.

Eine **Anmeldung ist erforderlich bis zum 2. Juni** in der ATV-Geschäftsstelle, Tel.: 02364-9496418 oder E-Mail: Veranstaltungen@atv-haltern.de

SPORT- UND ERLEBNISDORF HINSBECK

Sport • Teambuilding • Abenteuer

Winterspecial

für alle Vereine und Gruppen 2025/2026

Wir haben das Wundermittel gegen die triste Winterdepression und bieten Euch ganz viel Bewegung und Freude im Sport- und Erlebnisdorf Hinsbeck. Hierzu haben wir für Euch ein tolles Winter-Frühlingspaket geschmiedet, mit ganz viel Highlights und Überraschungen.

Der Hammerpreis von 99€ pro Person, mit Unterbringung in unseren neu sanierten Dörfern, beinhaltet folgende Highlights:

1. Aufenthalt im Sport- und Erlebnisdorf von Freitag bis Sonntag
2. Vollverpflegung inklusive
3. Unser beliebtes Bubble Soccer Programm. Fußball spielen einmal anders, mit einem hohen Spaß Faktor und mega Aufforderungscharakter (betreutes Angebot). Dauer: 1,5 Stunden
4. Nutzung unserer FlipHop Bewegungslandschaft für eine Stunde gratis
5. Nutzung der Sporthalle für eigene Bewegungseinheiten
6. Kostenloser Gruppenraum zur freien Verfügung nach Bedarf

Dieses Angebot ist gültig vom
23.10.-23.12.2025 &
09.01.-27.03.2026



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



SPORT- UND ERLEBNISDORF HINSBECK

...raus aus dem tristen Klassenzimmer,
reiß ins Bewegungs- und Abenteuerparadies ...

Klassenfahrt-Winterspecial 2025/2026

Wir haben das Wundermittel gegen die triste Winterdepression und bieten Euch ganz viel Bewegung und Freude im Sport- und Erlebnisdorf Hinsbeck. Hierzu haben wir für Euch ein tolles Winterpaket geschmiedet, mit ganz vielen Highlights und Überraschungen.

Der Hammerpreis von 109€ pro Person, mit Unterbringung in unseren neu sanierten Dörfern, beinhaltet folgende Highlights:

1. 2 Übernachtungen in unserem Sport- und Erlebnisdorf
2. Vollverpflegung inklusive
3. Hoch hinaus an der Kletterwand (betreutes Angebot). Dauer: 2 Stunden
4. Das Programmhilight „Du gegen die Wildnis“, in unserer Bewegungslandschaft FlipHop (betreutes Angebot). Dauer: 2 Stunden
5. Das japanische Abenteuer- und Bewegungsprogramm „Takash's Castle“ (betreutes Angebot). Dauer: 2 Stunden
6. Nutzung der Sporthalle für eigene Bewegungseinheiten
7. Kostenloser Gruppenraum zur freien Verfügung nach Bedarf

Dieses Angebot ist gültig vom
03.11.-18.12.2025 &
12.01.-26.03.2026



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



www.landsportbund-nrw.de/veranstaltungen

Früh planen lohnt sich, denn der nächste Winter kommt bestimmt 😊

Keine Sorge, wir haben das perfekte Gegenmittel: Frische Bewegung, ausgelassene Freude und unvergessliche Erlebnisse!

Im Sport- und Erlebnisdorf Hinsbeck erwartet euch unser exklusives Winter-Frühlingspaket 2025/2026 sowohl für Vereine, als auch für Schulen– voller Highlights, Überraschungen und einzigartiger Momente.

Vereine und Gruppen - Winterspecial 2025/2026

Unser Angebot für Vereine kostet nur 99 Euro pro Person und beinhaltet:

Das Sportbildungswerk Recklinghausen sucht Übungsleiter*innen

Für folgende Kurse werden Übungsleiter*innen gesucht:

- ***Fitnessgymnastik für Frauen und Männer 65+ Jahre***
(Montags, 17:30-19:00 Uhr, Dorsten - Wulfen)
- ***Älter werden - fit bleiben für Frauen ab 60 Jahren***
(Mittwoch, 09:00 - 10:30 Uhr, Dorsten-Wulfen)
- ***Älter werden - fit bleiben für Männer und Frauen ab 60 Jahren***
(Mittwoch, 20:00 - 21:30 Uhr, Dorsten-Wulfen)
- ***Konditionsgymnastik für Männer ab 60 Jahren***
(Donnersatg, 17:30-19:00 Uhr, Dorsten)
- ***Wirbelsäulengymnastik***
(Mittwoch, 18:00 - 19:00 Uhr, Castrop-Rauxel)
- ***Gymnastikmix für Frauen 60 +***
(Mittwoch, 19:00 - 20:00 uhr, Dorsten)
- ***Rücken stärken (Kurs bei der Kreisverwaltung Recklinghausen)***
(Montag, 16:15 - 17:15 Uhr, Recklinghausen)

Hast du Interesse Übungsleiter*in für das Sportbildungswerk Recklinghausen zu werden oder kennst du jemanden?

Dann melde dich gerne bei uns. Bei Rückfragen steht euch Annette Augustin-Brucker (pädagogische Leitung) per [Mail](#) und [telefonsich](#) gerne zur Verfügung.

Sportwochenenden des SBW Recklinghausen

Wusstet ihr eigentlich, dass das Sportbildungswerk im Kreissportbund Recklinghausen zahlreiche Wochenendreisen anbietet?

Im Angebot für 2025 findet ihr Tanz-, Yoga-, Fitness- und Wanderwochenenden, sowie eine Yoga-Reise nach Valencia.

Nachfolgend haben wir die Angebote [verlinkt](#).

Alle Informationen über Aus- Fortbildungen und unsere anderen Projekte aus erster Hand durch unseren Newsletter!

Dieser Newsletter hat euch nur über Umwege oder durch Zufall erreicht? Zukünftig möchtet ihr aber keinen mehr verpassen?

Dann könnt ihr euch [hier](#) für unseren Newsletter anmelden!

Gerne beraten wir euch persönlich und unterstützen euch bei der sportlichen Ausbildung.

Kreissportbund Recklinghausen, Hennewiger Weg 18, 45721 Haltern am See
Telefon: 02364 5067 400 - E-Mail: info@ksb-re.de



[Abmeldelink](#) | [unsubscribe](#) | [Lien de désinscription](#) | [Anular suscripcfon](#) | [Link di cancellazione](#)