



**SELEZIONE STAMPA**  
*(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)*

1 marzo 2013

**ARGOMENTI:**

- "L'hobby del razzismo da stadio: già 20 episodi solo in serie A"
- Doping: passaporto biologico per i calciatori; denuncia nel nuoto israeliano
- Gioco d'azzardo: a Genova Don Gallo contro le slot
- Social network: "Adesso la partita si organizza in rete"
- La bicicletta crea posti di lavoro
- Lo sport del futuro: la palestra al ristorante
- News dal territorio: Uisp Genova, Vivicittà torna nel carcere di Marassi; Uisp Firenze partecipa al Florence Bike Festival; Uisp Parma, nuovo gruppo di acquisto solidale

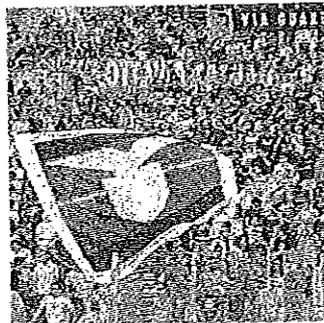
NUMERI ALLARMANTI, SANZIONI QUASI SEMPRE RIDICOLE

# L'hobby del razzismo da stadio già venti episodi solo in serie A

FRANCESCO SAVERIO INTORCIA

**L'**Europa ci guarda, annota, sanziona. I due turni di squalifica dell'Olimpico per il saluto romano di alcuni ultrà laziali contro il Borussia Mönchengladbach suonano eccessivi, da noi. «Dispiace per la tifoseria e per la quasi totale maggioranza dei tifosi che per colpa di qualcuno pagano un prezzo che non va bene», commentava ieri Giovanni Malagò, presidente del Coni. Sarà una minoranza, ma in Europa League Lotito ha già pagato tanto: 40mila euro di multa per Tottenham-Lazio, 50mila con squalifica sospesa di un turno per Maribor, 40mila e lo stadio chiuso adesso. Al contrario, in Italia il club è stato punito solo una volta, i cori contro Ibarbo, 15mila euro. Scopercchiato dal pugno duro della giustizia europea, il razzismo latente è un virus inattaccabile per il nostro calcio, che prova a debellarlo con un'aspirinetta. In questa stagione, sono già 20 i casi puniti in A, tre in Coppa Italia. Quasi ogni settimana c'è un nero insultato o una città infamata, ma s'indignano in pochi. L'effetto Boateng sembra già sfumato: nelle partite che contano, meglio continuare a giocare.

Non ci sono solo ululati. «Da voi il razzismo è innanzitutto fra Nord e Sud», ricordava Ruud Gullit giorni fa. Ebbene, in 7 episodi, quasi uno su tre, la vittima è il popolo di Napoli, offeso pure in contumacia. Se i tifosi del Milan si presentarono allo stadio con la



I tifosi della Lazio



**30**

#### I CASI PUNITI

20 in A, 7 in B, 3 in Coppa Italia. Primato negativo è della Juve: sette sanzioni

**341 mila**

#### LE MULTE PAGATE

Dal giudice sportivo 285mila euro di sanzioni ai club di A, 56mila a quelli di B

**50 mila**

#### IL CONTO PIÙ CARO

Multa salata per l'Inter per i cori contro due giocatori del Milan e striscioni offensivi

mascherina igienica (3mila euro di multa, un buffetto), quelli della Juve invocano in ogni partita una nuova eruzione del Vesuvio. Il totale fa 87mila euro in 7 multe ai bianconeri (6 in campionato, 1 in coppa): Juve prima anche nella più spiacevole delle classifiche. Dietro, c'è l'Inter: tre sanzioni e 75mila euro. Il conto più salato è quello del derby: cinque cori contro Balotelli, due contro Muntari, 50mila euro, l'unica pena di una certa entità vista finora. Terza la Roma a 45mila (20mila contro l'Udinese, 25mila contro la Juve), quarta l'Atalanta a 40mila, quattro marachelle da dieci. In tutto, 285mila euro di sanzioni alle società di A, l'equivalente dello stipendio lordo di un medio giocatore di B. Persino il Bologna ha beccato 10mila euro nella notte di coppa con l'Inter, dedicata al ricordo comune di Arpad Weisz contro tutte le discriminazioni. In B, fin qui, 7 multe (tre al Brescia, due a Pro Vercelli e Padova, una al Grosseto), 49mila euro. Il Verona ne ha presi 7mila per i buu a Duncan in coppa a San Siro.

Le sanzioni in Italia scermano in base alla categoria: da 20mila a 50mila in A, da 15mila a 50mila in B, da 10mila a 50mila in Lega Pro, da 500 euro a 20mila negli altri casi. Nei fatti, però, viene applicata sovente la sanzione minima, peraltro attenuata per la collaborazione dei club nella prevenzione. Una piccola tassa per un grande spettacolo. Finché non arriva un altro Boateng, si sfila il costume, e tira giù il sipa.io.

la Repubblica

VENERDÌ 1 MARZO 2013

LA LOTTA AL DOPING

# Il passaporto biologico anche per i calciatori

**Il Consiglio Figc valuterà i dettagli il 7 marzo, si partirà con i giocatori della Nazionale**

di Antonlo Maglie

**I**l passaporto biologico fa il suo ingresso nel calcio italiano. «Noi siamo pronti, il progetto in Federazione lo abbiamo presentato nel 2012, i costi non sono elevati, ma il calcio non è il ciclismo e i numeri, cioè gli atleti coinvolti, sono veramente robusti». Pino Capua, capo della commissione antidoping della Figc, ieri ha illustrato il progetto al presidente della Lega di serie A, Maurizio Beretta, e al capo dei calciatori, Damiano Tommasi. Il Consiglio Federale valuterà i dettagli del piano nella prossima riunione, il 7 marzo. Si parte con la Nazionale maggiore. Poi si passerà all'Under 21 e, probabilmente, alla rappresentativa di serie B. E il campionato? «In teoria potremmo cominciare anche con la prossima stagione. Ma, ripeto, parliamo di numeri veramente molto ampi, la macchina da mettere in moto è complessa».

**STRUMENTO** - Il passaporto è considerato uno strumento decisivo nella lotta al doping. Periodicamente (un mese o due) gli atleti vengono sottoposti a controlli ematici e i valori vengono annotati. Una variazione anomala segnala che l'atleta ha assunto delle

sostanze dopanti. Il passaporto è stato adottato da 25 discipline. Il calcio ha fatto un po' "melina" tanto è vero che l'allenatore dell'Arsenal, Arsene Wenger, ha invitato la Premier a impegnarsi di più sul fronte della lotta antidoping. La sollecitazione di Wenger è stata fatta propria dal presidente della Wada, John Fahey, che ha chiesto al presidente della Fifa, Sepp Blatter, di rompere gli indugi. E così in via sperimentale il passaporto sarà introdotto nella prossima Confederations Cup e, in via definitiva, nel Mondiale 2014.

**DETTAGLI** - Pino Capua, insieme ai suoi vice, Piero Volpi e Fausto Taverniti, ha spiegato i dettagli dell'operazione. Quattro, cinque controlli del sangue all'anno (costo intorno ai 5 euro ma per farli bisogna mettere in moto una organizzazione ampia e complessa); per ora soltanto sui giocatori della Nazionale che si riuniscono in un luogo preciso a date pre-definite. «Man mano amplieremo il raggio di applicazione» dice Capua. La commissione antidoping garantisce che nel calcio la situazione è sotto controllo. Ma le ammissioni dell'ex presidente della Real Sociedad, Inaki Badiola (ha rivelato che dal 2001 al 2008 il club ha acquistato farmaci vietati seguendo le indicazioni di Eufemiano Fuentes; principale accusato dell'Operacion Puerto, l'indagine che ha smantellato un sistema capillare di doping) hanno gettato un'ombra sulla Liga e suscitato preoccupazioni negli altri campionati.

venerdì 1 marzo  
2013

CORRIERE dello SPORT  
STADIO

# Anatema Fraser «Squalificate gli staffettisti»

Abuso di farmaci: «Non sono un esempio per i giovani»

«Squalificateli!». Dawn Fraser, bandiera del nuoto australiano, una medaglia d'oro e due d'argento all'Olimpiade di Roma 1960, tuona contro James Magnussen, Matt Targett, Eamon Sullivan, Cameron McEvoy e Tommaso D'Orsogna. I 5 della staffetta veloce ai Giochi di Londra avevano ammesso nei giorni scorsi di aver fatto uso di un sedativo proibito (Stilnox, benzodiazepine) durante una festa nel ritiro di Manchester, prima dell'Olimpiade. Un altro componente della squadra, James Roberts, ha negato di aver fatto uso del sedativo che può dare effetti allucinogeni e del quale Grant Hackett ha confessato di essere diventato dipendente. Gli staffettisti dovranno affrontare ora il giudizio della commissione disciplinare della Federazione nuoto australiana.

**Effetti** Lo Stilnox, un sedativo utilizzato contro l'insonnia, è un farmaco bandito dal Comitato olimpico australiano (Aoc), ma non dall'Agenzia mondiale antidoping. E' utilizzato nello sport d'élite per ripristinare il ciclo del sonno dopo i frequenti viaggi internazionali. L'utilizzo di questo medicinale è in aumento e negli ultimi tre anni atleti di rugby, football australiano e anche della Nhl hanno ammesso di averne fatto uso. «Teoricamente questo principio attivo non dovrebbe avere effetti sulla prestazione atletica — spiega Michele Carruba, farmacologo e docente all'Università degli Studi di Milano —, il compito è quello di sedare, quindi potrebbe essere utilizzato per combattere gli effetti collaterali della caffeina per esempio. Può servire per problemi di fuso orario, ma l'uso continuativo a lungo termine è indicato solo per patologie psichiatriche o per crisi di panico».

**Polemica** La Fraser, oggi 75enne, fu squalificata per indisciplina, tanto da non poter partecipare ai Giochi '68 dove avrebbe potuto vincere ancora. E' stata insignita a Canberra del titolo di più grande atleta australiana della storia e durante la cerimonia ha accusato gli staffettisti di aver disonorato il Paese. «Gli sportivi che assumono farmaci proibiti dovrebbero essere banditi per sempre, non dovrebbe essere consentito loro di tornare allo sport, specie in questo caso», ha detto la ex fuoriclasse, oro nei 100 stile libero e argento nelle staffette 4x100 sl e 4x100 mista a Roma 1960. «Dovrebbero essere puniti perché danno un cattivo esempio alle giovani generazioni del nostro Paese», ha aggiunto la Fraser, che in tre Olimpiadi (Melbourne 1956, quando aveva 19 anni, Roma 1960 e Tokyo 1964) ha vinto quattro ori e quattro argenti.

# Don Gallo contro le slot di Minetti Il Comune vieta l'apertura

GENOVA — Lei, l'ex consigliera regionale della Lombardia Nicole Minetti, in abiti sexy, e lui, il preté genovese «da strada» con l'immane sigaro, si fronteggiano a distanza da giorni. Ma chi è mai questo don Gallo? Si racconta abbia chiesto Minetti quando l'hanno informata che don Andrea aveva lanciato, dalla comunità di San Benedetto al Porto, un appello contro la maxi sala giochi che dovrebbe essere inaugurata oggi a Genova (ma il Comune ha vietato l'apertura) dall'igienista dentale: «Uno scempio da fermare» ha attaccato il sacerdote. Davvero Minetti non sa chi è don Gallo? «Mi parlano di tante persone — risponde lei — non mi ricordo se ho detto così, forse l'ho detto. Comunque andate a chiedere a don Gallo cosa ha da protestare, non a me».



Lei dice di non vederci «niente di male» nell'apertura della più grande sala giochi della Liguria (slot e prossimamente poker Texas Hold'em) sul lido di Pegli, nel Ponente genovese: ha accettato di fare da madrina e conferma la sua presenza. «Certo che ci sarò. Preoccupata per le contestazioni? E perché dovrei, non vedo cosa abbiano da dire su di me a livello personale. E poi fanno tutti una gran confusione, non stiamo parlando di gioco d'azzardo: quella è una sala regolarmente autorizzata. Bisognerebbe stare attenti all'uso delle parole».

Però don Gallo, gli abitanti di Pegli e non solo, accusano le micidiali «macchinette» di mangiarsi i soldi di pensionati e persone deboli: «Uno schiaffo alla povertà che dilaga», scrive il sacerdote. «Le persone fragili ci sono sempre state — taglia corto Minetti — ma questo è un altro problema. Io inauguro un'attività legale». E sul palco quale sarà il suo ruolo? «I fuochi artificiali non ho ancora imparato a farli, quindi vedrò», ironizza. I volantini (diventati una rarità) distribuiti a Pegli la ritraggono con un abito rosso scollato. «Per l'apertura pensavamo a un comico o a un'attrice — hanno detto i titolari della sala giochi — poi abbiamo scelto lei e siamo contenti perché richiamerà molte persone».

Ma ieri sera, insieme con Nicole Minetti, hanno avuto una brutta sorpresa: il Comune di Genova ha fatto recapitare alla società Toys Italia una delibera con il di-

vieto di apertura della sala per vizi amministrativi, non ci sono i parcheggi in numero sufficiente, manca una richiesta agli uffici e il Comune non ha verificato la distanza di 300 metri dai posti «sensibili». Se la sala-lottery oggi aprirà lo stesso incorrerà in sanzioni. Lo stop potrebbe rivelarsi solo temporaneo — spiega l'assessore all'edilizia privata Francesco Oddone — ma è un segnale: «Dobbiamo trova-

re il modo di esercitare un controllo su queste sale giochi che la normativa nazionale facilita, per non dire incoraggia». È stato così raccolto l'allarme lanciato dal presidente del municipio di Pegli, Mauro Avvenente: «Non ci stiamo più a guardare passivamente lo Stato che si fa biscaziere, questa è la quarta sala di slot a Pegli in quattro mesi: chiudono i mobilifici, le pescherie, i negozi di prossimità e

aprono queste fabbriche di illusioni. Qui è concentrato il 70% dell'edilizia popolare di Genova: la crisi si sente e c'è chi cerca la soluzione nelle vincite impossibili».

Seguendo la comunità di San Benedetto hanno aderito alla manifestazione lanciata in rete (anche don Gallo twitta) associazioni come Libera, l'Arci, i consiglieri comunali della lista del sindaco Marco Doria, infine i partiti dal Movimento 5

Stelle al Pd a Sel. «Venite numerosi» hanno twittato ieri i grillini. «Già 800 adesioni su Facebook» dicono alla comunità di don Gallo. E don Andrea si prepara a scendere in strada e impugnare il megafono ancora una volta. «Io ho 84 anni e sette mesi, di stranezze ne ho viste, ma mai come questa. Davanti all'Italia che va a rotoli si fa una gran festa per l'apertura di un casinò in piena città... non ci sto e per questo lancio una manifestazione pacifica, è da irresponsabili restare fermi». Gli organizzatori aggiungono: «A coronamento della pauperizzazione del territorio e della dignità delle persone è stata invitata Nicole Minetti, indagata per favoreggiamento della prostituzione».

**Erika Dellacasa**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Corriere della Sera Venerdì 1 Marzo 2013

# Adesso la partita si organizza in Rete un social-network per i pazzi del calcetto

CORRADO ZUNINO

**L**una rappresentazione moderna del genio italiano, un'idea (applicata) che fa giocare a calcio, a calcetto, a calciotto tutti quelli che non sono riusciti a diventare calciatori: una dozzina di milioni di italiani, rimpianti compresi. Si chiama Fubles ed è un *soccer network*: si entra dentro, anche via Facebook, ci si iscrive, si invia la foto e si attende. Un campo di calcio disponibile in tutta Italia, isole comprese, grazie a un motore di ricerca geolocalizzato di lì a due ore arriva. Una squadra da quattordici, da sedici se ci si trova al centro-sud dove si preferisce il calciotto, si mette su facile. E così si può giocare con amici e sconosciuti, in area privata oppure *open*, tutti i giorni.

L'idea social-informatica, che ormai ha cinque anni di vita, nel 2011 è stata considerata *application* dell'anno subito dopo Instagram dalla Apple. E Fubles sta sbarcando, con le migrazioni all'estero di studenti Erasmus e lavoratori medio-alti, in Spagna e Inghilterra, negli Stati Uniti, in Sudamerica, in Australia. L'idea iniziale è stata del neolaureato al Politecnico di Milano (ingegneria elettronica) Vito Zongoli, calcettaro frustrato dalle troppe telefonate a vuoto, dai campi occupati,

dalle immancabili "buche" del tardo pomeriggio: «Sono rimasto senza benzina, non posso venire...». Manca uno e si gioca in numero dispari, una bestemmia: O senza portiere, una partita monca. Il giovane ingegner Zongoli iniziò presto a lavorare a una piattaforma pallonara *online* pensata per coinvolgere il gruppo di amici e nel 2007 diede vita al nuovo strumento internet attivo. La struttura basilare del sito prese sempre più le fattezze di una *community* e al fondatore si affiancarono giovani ingegneri informatici e programmatori dell'area milanese. Tutti calcettari. Nel 2009 i post-laureati chiesero e trovarono 300 mila euro (metà li diede Elserino Piol, il padre dell'investimento tecnologico italiano). Allargarono l'azienda e oggi Fubles srl, nove persone, vanta 243.000 utenti registrati e quasi 50 mila partite autorganizzate.

«Siamo pronti per il primo campionato nazionale gestito *online*», racconta Mirko Trasatti, amministratore dell'azienda milanese, «in ogni città si scaleranno classifiche e i migliori calciatori e allenatori, alla fine, si schiereranno a Rimini contro una rappresentativa spagnola». L'abbraccio di diversi sponsor ha portato il network a organizzare raduni di categoria: «Tutti i milanesi a Parco Sempione», l'ultimo, e a premiare gli assidui e i talenti con biglietti per Milan-Barcellona o tre giorni trascorsi a un palmo dalla Juventus. Si possono organizzare match nei parchi cittadini o sui campi in artificiale di Maruggio, paesino in provincia di Taranto: «I centri sportivi convenzionati con noi riescono a riempire tutta la giornata e, infatti, ci riconoscono premi». Se si è pigri, si può lasciare tutto a un procuratore:

pensa lui alla logistica e alle convocazioni convenienti.

A fine gara si può tornare dentro Fubles.com, nome che è soltanto una storpiatura di Football, e iniziare a distribuire pagelle (un milione quelle compilate) ed

eleggere il "bidonatore" di giornata (chi non si è presentato). C'è chi, tra i clienti del *soccer network*, negli ultimi tre anni è riuscito a giocare ogni due giorni. Senza soluzione di continuità. Chi è in grado di dimostrare di aver fatto partite

in venti città diverse. A Napoli si servono di Fubles le "Vecchie carcasse", indomiti 60-70enni che hanno scelto il calciotto come ginnastica per la terza età. «Il pallone fra amici non conosce crisi. Sono in difficoltà gli organizzatori

di tornei, ma sulla partita singola — pago e gioco — non avvertiamo flessione. Anzi, chi ripudia a un weekend fuori per risparmiare, la domenica è disposto a far il bis settimanale».

la Repubblica

VENERDÌ 1 MARZO 2013



con  **DIRE**

## Dai pony express alle agenzie turistiche: la bicicletta crea posti di lavoro

In attesa di strade più sicure, anche in Italia c'è chi ha scommesso con successo sulle due ruote: sono 250 le imprese e 12 mila gli occupati. Inchiesta di Terre di mezzo - street magazine  
MILANO - La bicicletta crea ricchezza e nuovi posti di lavoro. In attesa di strade più sicure, anche in Italia c'è chi ha scommesso - con successo - sulle due ruote: pony express e officine, stilisti e agenzie turistiche. Come la cooperativa vicentina Girolibero, che si occupa di cicloturismo: ha 42 dipendenti e l'anno scorso ha portato in viaggio in bicicletta ben 15 mila turisti, in aumento del 20 per cento all'anno dal 2002. O come la Stazione delle biciclette di San Donato Milanese, aperta con un solo dipendente 10 anni fa, che oggi dà lavoro a 7 persone. Storie che Terre di mezzo - street magazine racconta in "Bike economics", l'inchiesta del numero di marzo, in distribuzione nei prossimi giorni (<http://www.terre.it/>).

Sul fronte della produzione, nel nostro Paese ci sono 250 imprese che danno lavoro a 12 mila persone, ma le vendite - dal lontano 1997 - non si schiodano dalla forbice compresa tra 1,5 milioni e 1,9 milioni di bici vendute all'anno, per un fatturato di circa 1 miliardo di euro. "Il nostro settore tiene, ma con fatica -racconta Pietro Nigrelli, responsabile dell'area bici dell'Associazione ciclo e motociclo (Ancma), aderente a Confindustria-. Potrebbe crescere solo se nelle nostre città ci fosse più spazio per le due ruote". L'industria produttiva sembra in surplace, in equilibrio, in attesa del momento giusto per scattare: ma la volata che non arriva mai. Il problema non è solo legato alla mancanza di piste ciclabili, ma è anche culturale: la bicicletta in Italia non è ancora considerata un mezzo di trasporto. Nel Regno Unito invece (la cui popolazione, 58 milioni, è simile a quella italiana) la bici produce, secondo uno studio del 2011 del Ministero dei trasporti, una ricchezza pari a 3,3 miliardi di euro all'anno.

In Italia, però, il mondo-bici è profittevole aldilà dell'aspetto produttivo: basti pensare che, nei mesi estivi, i 370 chilometri di piste ciclabili del Trentino sono percorsi ogni giorno da 10mila persone. E sei turisti su 10 hanno scelto questa regione proprio perché possono pedalare in lungo e in largo in sicurezza, contribuendo con circa 78 milioni di euro all'economia locale. E anche i ladri si sono resi conto che la bicicletta può essere un business: nel 2012, Terre di mezzo ha contato almeno 20 grandi furti tra Lombardia, Veneto ed Emilia Romagna a costruttori o negozi specializzati, con danni per oltre 1,5 milioni di euro. Su scala nazionale, invece, Legambiente stima che ogni anno vengano rubate 1,2 milioni di bici.

A conferma della "tendenza bici", la sezione speciale della 10.ma edizione di "Fa' la cosa giusta!", la fiera del consumo critico e degli stili di vita sostenibili organizzata da Terre di mezzo, è dedicata proprio alla mobilità sostenibile, con un'attenzione particolare alle biciclette. Dal 15 al 17 marzo, a Fieramilanocity, sarà possibile provare gli ultimi prototipi delle bici elettriche e assistere a spettacoli per bambini sull'educazione stradale e a "West bike story", una pièce teatrale che racconta storie di vita quotidiana a bordo della bicicletta. Ci saranno anche stand espositivi di pony express a pedali e di agenzie di cicloturismo e laboratori dove imparare a riparare o a personalizzare la propria bici. Tutte le informazioni su [falacosagiusta.terre.it](http://falacosagiusta.terre.it). (dp)

© Copyright Redattore Sociale

# Cucina e palestra, il primo ristorante a «calorie zero»

LONDRA — Sembra il sogno impossibile — mangiare senza ingrassare, alzarsi da tavola dopo diverse portate con un apporto calorico pari a zero — e invece a Londra, per un giorno, diventa realtà. L'appuntamento è per il 13 marzo nel quartiere di Covent Garden, dove Frederick Forster, tra gli chef britannici più quotati del momento, farà provare ai clienti l'ebbrezza di una cucina, e un pasto, a prova di linea.

C'è la dieta delle minestre, quella a base di cavolo, la dissociata, la Atkins, la Dukan, ma non fanno per Forster, che promette un menù vario e completo, pieno di gusto, senza bisogno di isolare verdure, carboidrati o proteine.

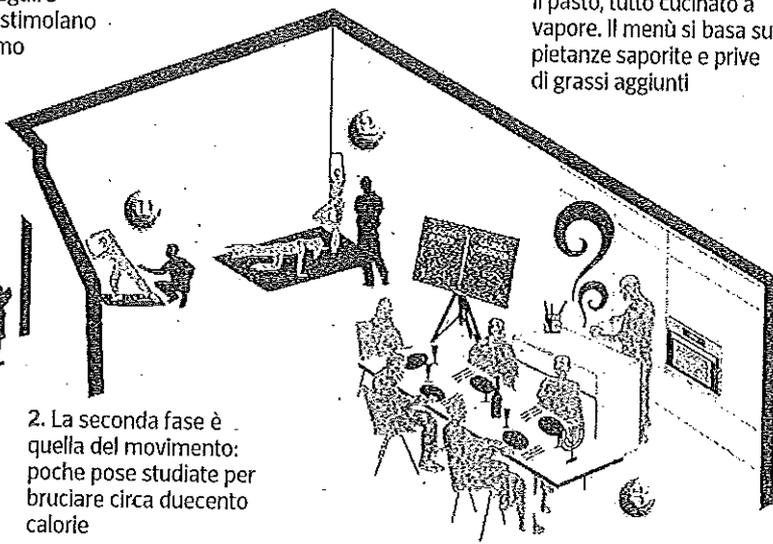
Ma allora qual è il segreto? Prima di tutto, il movimento. Prima di sedersi il cliente verrà fatto accomodare nella zona riscaldamento, dove verrà aiutato a eseguire alcuni esercizi che possono stimolare il metabolismo. A seguire, la zona movimento: poche pose studiate per bruciare in una manciata di minuti un paio di centinaia di calorie. Infine, il premio: un pasto tutto cucinato a vapore.

Ma sarà buono? «Il vapore è il modo migliore per conservare il gusto degli ingredienti e i loro valori nutrizionali», spiega Forster. «È una filosofia della cucina che si presta molto a produrre pietanze saporite e prive di grassi aggiunti». Evitare il condi-

mento, ad esempio, ha un effetto immediato. Un cucchiaino d'olio, racconta lo chef, contiene circa 90 calorie. «Sui piatti cucinati a vapore l'olio non serve. Bastano sale, limone, erbe». Quattro sessioni, da mezzogiorno alle 20.30: per partecipare basta registrarsi per email, anche se dietro l'iniziativa, chiaramente, non c'è solo la voglia di far mangiare alcune centinaia di persone in maniera più salutare. Il progetto, infatti, è parte della campagna pubblicitaria delle cucine Miele, che con i nuovi modelli offrono macchinari e attrezzi per cucinare al vapore.

Paola De Carolis

1. Il cliente viene aiutato a eseguire esercizi che stimolano il metabolismo



3. Ci si siede e si consuma il pasto, tutto cucinato a vapore. Il menù si basa su pietanze saporite e prive di grassi aggiunti

2. La seconda fase è quella del movimento: poche pose studiate per bruciare circa duecento calorie

## **Uisp, Vivicittà torna nel carcere di Marassi**

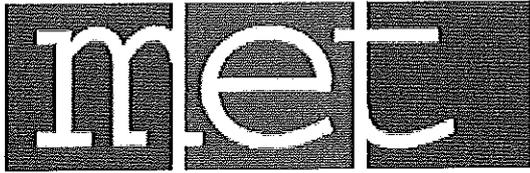
giovedì 28 febbraio 2013

**Genova - Giovedì 21 marzo , presso la Casa Circondariale di Marassi, si svolgerà la seconda edizione della speciale manifestazione “Vivicittà – Porte Aperte”. Lo start della corsa è previsto alle ore 16.00. I detenuti partecipanti correranno insieme ad una rappresentativa di atleti tesserati per associazioni della Lega atletica leggera Uisp.**

Si correrà lungo un tracciato di 3 chilometri. Dall'interno del carcere si uscirà per correre anche due giri esterni attorno alle mura dell'Istituto.

Contemporaneamente, sul campo interno, si disputerà una partita di calcetto fra i partecipanti alle attività dei progetti di sportper tutti, arbitrata da uno dei detenuti che hanno seguito e superato il corso arbitri organizzato dalla Lega calcio Uisp.

La manifestazione è organizzata dal Comitato Uisp di Genova e dalla Direzione della Casa Circondariale di Genova Marassi, con la collaborazione del Corpo di Polizia Penitenziaria, con l'intento di gettare un “ponte” tra l'esterno e l'interno delle mura dove l'Uisp è stata presente, negli ultimi anni, tramite le azioni dell'omonimo progetto.



Redazione Met Sport

IL COMITATO UISP FIRENZE PARTECIPA AL BICIFI – FLORENCE BIKE FESTIVAL

Ecco le nostre iniziative

Tutto pronto alla Fortezza da Basso per BiciFI, Florence Bike Festival, grande appuntamento per gli appassionati del mondo delle due ruote che si svolge da venerdì a domenica. Alla Fortezza da Basso di Firenze, expo, aziende, prodotti e nuove tecnologie, spettacoli, le tendenze nel design e nella moda saranno i protagonisti di questo festival perché BiciFI apre uno scenario inedito sulla bicicletta, un'offerta fatta di spazi espositivi ma anche di occasioni di incontro, spettacolo, divertimento.

La possibilità di provare biciclette e accessori su percorsi di straordinario fascino e adatti a tutte le esigenze.

Il Comitato Uisp Firenze partecipa in forze a questa iniziativa in particolare con la Lega ciclismo ed il suo Presidente Orlando Materassi e nei tre giorni di BiciFI proporrà numerose iniziative adatte a tutti i palati.

28/02/2013 15.37

## La Uisp Parma... a tutto Gas

Nasce un nuovo gruppo di acquisto solidale. Il 2 marzo incontro con Francesca Bigliardi di Forum Solidarietà e lo speedy bio Andrea Saccon.

28/02/2013

h.12.30

La tutela della salute non passa solo da una regolare attività fisica, ma anche da una corretta e più consapevole alimentazione. Lo sa bene la Uisp Parma che ha deciso di costituire il primo Gas – Gruppo di acquisto solidale, promosso dall'associazione sportiva.

Il nuovo progetto verrà presentato ufficialmente alla cittadinanza sabato 2 marzo alle 15 nella sede di via Testi 2, con un incontro pubblico aperto a tutti, soci e non, a cui parteciperanno: Enrica Montanini, presidente Uisp Parma, che illustrerà i valori dell'associazione e gli obiettivi del nuovo Gas; Francesca Bigliardi, coordinatrice per Forum solidarietà del Distretto di economia solidale della nostra provincia, che parlerà dei principi ispiratori e della storia dei Gruppi di acquisto; Andrea Saccon che presenterà il suo servizio speedy-bio per la consegna, in bicicletta, di frutta e verdura a domicilio.

Da sempre attenta ai temi della solidarietà e del rispetto per l'ambiente, la Uisp è finalmente pronta a presentare al pubblico la nuova iniziativa, con l'obiettivo di sensibilizzare la collettività verso scelte alimentari maggiormente consapevoli e stili di vita ecosostenibili. Per chi fosse interessato a ricevere maggiori informazioni sul progetto e partecipare al Gas Uisp basta visitare il sito [www.uisp.it/parma](http://www.uisp.it/parma) e iscriversi alla newsletter per essere sempre aggiornati sullo sviluppo dell'iniziativa.

Il Gruppo di acquisto è solo il primo passo per la realizzazione di un progetto più ampio che la Uisp Parma vuole realizzare a favore della sovranità alimentare e del diritto al cibo per tutti. Ad esempio a ottobre l'associazione sportiva parteciperà al festival Kuminda con la "Corsa per la sovranità alimentare" a cui affiancherà una camminata non competitiva in un anello di 5 chilometri in città. Inoltre sono in programma anche diverse iniziative sul fronte della cooperazione, a partire da un corso di Educazione alla mondialità (EAM) per gli alunni delle terze medie di Parma. Il corso rientra nell'ambito del progetto Peace Game di Uisp e sarà proposto come contributo ai gruppi di lavoro per le scuole di Kuminda. Sempre in collaborazione con l'associazione Cibopertutti, Uisp sta lavorando all'organizzazione di un incontro pubblico con un referente nazionale di Peace Game, da inserire nel cartellone del Festival Kuminda 2013