



## **SELEZIONE STAMPA**

*(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)*

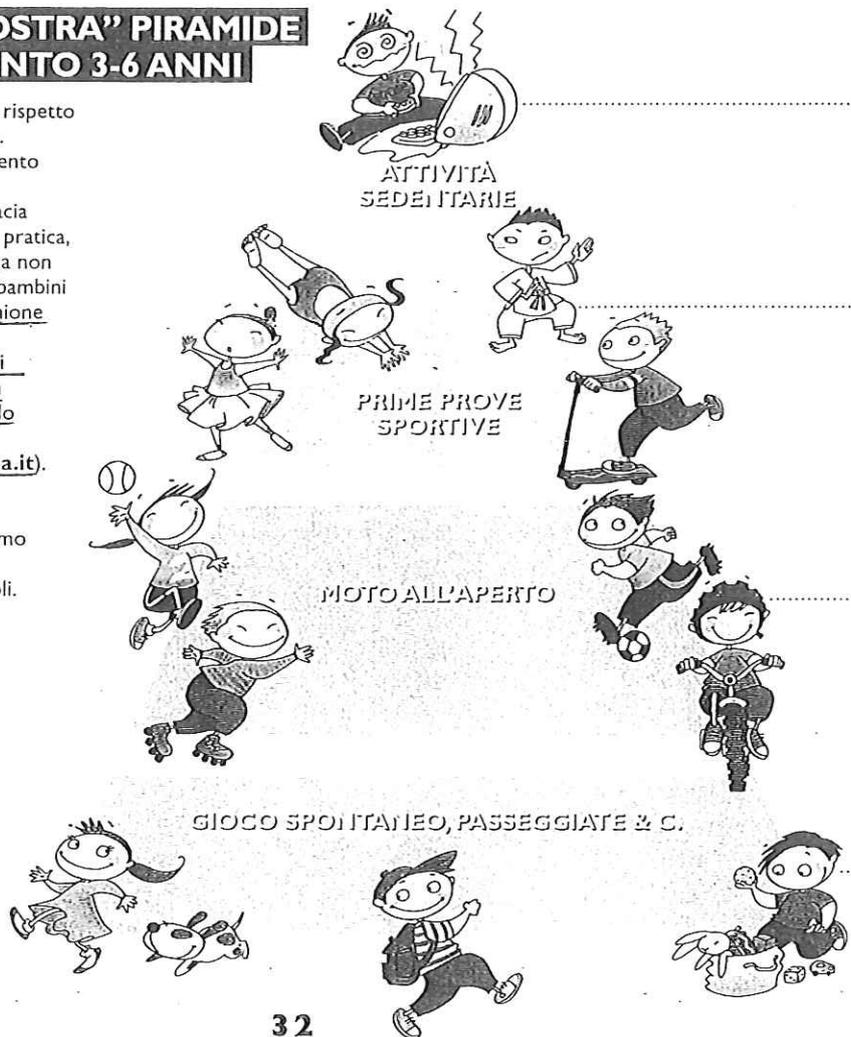
7 maggio 2013

### ARGOMENTI:

- Sul mensile "Donna e mamma", la campagna Uisp Diamoci una mossa e la "piramide del movimento"
- Calcio e integrazione: un libro mette in discussione il modello francese
- Libano: l'ex Hezbollah che sogna la nazionale
- Dall'Austria un "caso Pistorious" nel calcio
- Le nuove tendenze del fitness a Rimini Wellness
- Allucinante ad Ascoli: 11 croci in campo
- Lega: porte aperte ad africani e caraibici
- Ricorso all'Ue contro il fair play finanziario
- Nel Lazio, non profit all'attacco: "Colmiamo i vuoti del welfare"

## ECCO LA "NOSTRA" PIRAMIDE DEL MOVIMENTO 3-6 ANNI

È molto meno conosciuta rispetto a quella dell'alimentazione. Ma la piramide del movimento è capace di comunicare il messaggio con pari-efficacia e immediatezza. Illustra, in pratica, quale e quanta attività fisica non dovrebbe mai mancare ai bambini per star bene. La UISP (Unione Italiana Sport per Tutti) l'ha utilizzata con i bambini delle scuole primarie in un progetto triennale dal titolo Diamoci una mossa ([www.diamociunamossa.it](http://www.diamociunamossa.it)). Con l'aiuto dell'esperto **Fabio Lucidi** dell'Università La Sapienza di Roma, ne abbiamo messa a punto una "su misura" per i più piccoli.



LAURA TAVAZZI/LEAF ILLUSTRATION

32

**Attività da ridurre al minimo.** È il vertice della piramide: l'uso di computer, videogames e tv va limitato il più possibile. Sottraggono tempo a tutto il resto, movimento compreso.

**Attività meno frequenti, da svolgere comunque regolarmente.** Attività strutturate, che aiutano il bambino ad affinare gli schemi motori di base, migliorare la destrezza e la coordinazione: acquaticità, baby gym, danza, pattinaggio, minisport propedeutici alle discipline sportive (la scelta dipende dalle preferenze del bambino). Escursioni nei weekend (giornate sugli sci d'inverno, al mare d'estate, gite in bici).

**Attività da svolgere frequentemente, anche molte volte alla settimana.** Attività spontanee di intensità variabile fra moderata e vigorosa, che aumentano la frequenza cardiaca: corse in bicicletta, con i roller, gioco al pallone, giocare a prendersi, a nascondino. Servono a sperimentare la fatica: se non la si pratica, non si impara a dosarla. E fanno scoprire le proprie potenzialità e limiti. Si tratta di attività che aumentano la resistenza e che rendono quindi più forti cuori e polmoni. È importante che rimangano spontanee, perché il bambino piccolo si stanca molto in fretta.

**Attività da svolgere quotidianamente** (appena se ne ha occasione). È la base della piramide, quel che non deve mancare ogni giorno. Andare all'asilo a piedi o in bici (se è lontano, parcheggiare distante). Fare le scale e limitare l'uso dell'ascensore. No al passeggino dai 3 anni in su. Accompagnare i genitori a fare la spesa o a spasso col cane. Gioco libero ai giardinetti. In casa: prediligere giochi promotori di movimento.

# I nostri bambini sono **TROPPO SEDENTARI**

AMANO PASSATEMPI STATICI. E NON È UN BENE PER LA SALUTE. COLPA ANCHE DEGLI ADULTI, CHE NON DANNO IL BUON ESEMPIO. LA SOLUZIONE SAREBBE PUNTARE SUL GIOCO LIBERO ALL'ARIA APERTA. E SU SEMPLICI AZIONI QUOTIDIANE, ALL'INSEGNA DEL DINAMISMO

di Chiara Sandrucci

**C**osì piccoli, e già così sedentari. All'asilo o a casa, i nostri bambini hanno sempre meno occasioni per muoversi. Basta osservare le loro giornate: sono spesso occupati in attività statiche, che li inchiodano alla sedia. Eppure il movimento quotidiano è importante quanto un'alimentazione corretta ed equilibrata, per garantire la loro salute di oggi e di domani. Quel che davvero manca non è tanto l'attività sportiva un paio di volte alla settimana, quanto la possibilità di muoversi e giocare liberamente tutti i giorni, per almeno un'ora. È quello che suggerisce l'Organizzazione Mondiale della Sanità, come in effetti era fino a trent'anni fa.

## Tutto è cambiato: non c'è più spazio, né tempo

Non deve diventare un alibi. Ma è vero che oggi l'ambiente delle città, piccole o grandi che siano, non favorisce il gioco all'aria aperta dei bambini. Né l'organizzazione della vita familiare, sempre più frenetica, e spesso con entrambi i genitori che lavorano, prevede il "tempo libero" necessario per accompagnare tutti i giorni i bambini ai giardini. Il gioco spontaneo all'aperto nei cortili, lungo le strade e negli oratori non esiste quasi più (se non

in rare eccezioni). "È un paradosso: proprio nell'epoca del boom delle palestre e dello sport fin dalla tenera età, oggi tutto sommato si fa molto meno movimento di una volta", afferma il pediatra endocrinologo **Gianni Bona**, direttore della Clinica Pediatrica dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria Maggiore della Carità di Novara.

"Dal punto di vista della salute, il movimento è altrettanto importante di una sana alimentazione, perché equilibra l'intake, cioè l'introito, delle calorie e il metabolismo: l'attivazione dei muscoli accelera il metabolismo glicemico e diminuisce le probabilità di sviluppare diabete e obesità". Quando non se ne fa abbastanza, i risultati sono allarmanti. Secondo i dati 2012 del Rapporto "Okkio alla Salute", un terzo dei bambini italiani di 8-9 anni pesa troppo (22% in sovrappeso, 10% obeso). Dati in leggero miglioramento rispetto agli anni scorsi, ma pur sempre preoccupanti: nelle regioni del Centro-Sud, l'eccesso ponderale riguarda più del 40% del campione. "È normale che il bambino abbia un rimbalzo adiposo verso i 6 anni: in pratica

mette su un po' di ciccina in un'età di transizione in cui un lieve sovrappeso potrà essere ben compensato dal successivo incremento staturale. Ma se prende troppo peso già prima dei 5 diventa un fattore predittivo dell'obesità", spiega il pediatra di famiglia

**Sergio Conti Nibali**, responsabile del gruppo di lavoro sulla nutrizione dell'Associazione Culturale Pediatri.

"Per questo motivo è necessario agire perché facciano più movimento proprio i bambini della fascia d'età dai tre anni in su. Non corrono solo il rischio di obesità, ma anche di soffrire da adulti di ipertensione, colesterolo alto, diabete e di tutte le malattie cardiovascolari".

## Il bilancio motorio è in profondo rosso

Il movimento è per loro sorgente di benessere, energia e buon umore, oltre che divertimento puro. Dovrebbe, insomma, essere pane quotidiano. "Oggi invece tutto sembra cospirare contro la possibilità di muoversi, i bambini sono come intrappolati: anche gli adulti hanno modificato il loro stile di vita e sono loro per primi che

**32%** BAMBINI ITALIANI DI 8-9 ANNI CON PROBLEMI DI SOVRAPPESO E OBESITÀ

non danno il buon esempio”, aggiunge il pediatra dell’ACP. Secondo l’ultima Relazione sullo Stato Sanitario del Paese, la percentuale di popolazione che può essere definita sedentaria - cioè che non svolge alcun tipo di attività fisica nel tempo libero né pratica uno sport - è del 38,3%.

“Ogni famiglia dovrebbe analizzare e rivedere la sua ‘giornata motoria’, perché non è tanto lo sport organizzato a fare la differenza, quanto l’attività spontanea di ogni giorno: andare a piedi, parcheggiare la macchina un po’ più lontano, scendere

dall’autobus qualche fermata prima, non prendere l’ascensore. Attività *low cost* che, da sole, sono sufficienti a migliorare un ‘bilancio motorio’ altrimenti in rosso”. Il problema, che per molte famiglie non è percepito come tale, è che i bambini non vanno nemmeno a scuola a piedi. Secondo i dati 2012 di Okkio alla Salute, solo un bambino di terza elementare su 4 va a scuola a piedi o in bicicletta. Ma non solo. **L’autonomia di spostamento dei bambini italiani, già molto limitata, si è ulteriormente ridotta negli ultimi anni rispetto**

**ai coetanei inglesi e tedeschi.** Lo rivela una ricerca dell’Istc-Cnr promossa da Policy Studies Institute di Londra che ha visto il coinvolgimento dell’Italia, della Germania e di altri 15 paesi del mondo. I piccoli italiani che vanno a scuola da soli sono passati dall’11% nel 2002 al 7% nel 2010, mentre l’autonomia dei bambini inglesi è al 41% e quella dei tedeschi al 40%. Il divario di autonomia con gli altri paesi sul percorso casa-scuola permane ampio anche per i ragazzi delle medie inferiori: il 34% degli italiani, contro il 68% dei tedeschi

e il 78% degli inglesi. Va detto, però, che la sedentarietà non è tanto una questione di autonomia: la scelta di mandare a scuola i bambini da soli è poco praticata in Italia anche perché, rispetto ad altri paesi europei, ci sono poche piste ciclabili e, in generale, una viabilità meno sicura e città scarsamente accoglienti. Il punto, semmai, sta nella mancata sollecitazione dei piccoli a muoversi: la tendenza a limitare l’autonomia motoria ha radici educative lontane, fin da quando si mette il piccolo nel box a lungo invece di lasciarlo libero sul pavimento a esplorare.

## Tv e videogiochi, un paradiso per i più pigri

A complicare il quadro, ci si mette anche la tecnologia. Videogiochi, computer e tv, attività sedentarie per eccellenza, una volta non esistevano. Oggi esercitano il loro “appeal” fin da piccolissimi. E sottraggono tempo al movimento. “Già a un anno i bambini hanno una vera passione per il telefonino: è normale, è talmente attraente, così come la TV con programmi dedicati e capaci di agganciare l’attenzione con uno spettacolo molto

coinvolgente”, spiega il professor **Adriano Pagnin**, ordinario di Psicologia dello Sviluppo e dell’Educazione all’Università di Pavia. “L’importante è che l’insieme delle attività ‘elettroniche’ non superi le due ore al giorno per i bambini dai tre anni in su, perché chiedere di scendere sotto questa soglia non sarebbe oggi giorno plausibile”. Il problema, semmai, è il contrario. Secondo Okkio alla Salute, il 36% dei bambini di terza elementare guarda la TV e/o gioca con i videogiochi per più di 2 ore al giorno (anche perché il 42% ha la TV in camera). “Il movimento, che pure è spontaneo nei bambini e anche molto amato, diventa virtuale, si mentalizza attraverso lo strumento: non è un caso che i piccoli si agitano sulla poltrona e prediligano proprio i videogiochi più movimentati”, osserva il professor Pagnin. “Per distrarli, basterebbe offrirgli alternative migliori: uscire, giocare con gli amici, accompagnare mamma e papà. È difficile che dicano di no. L’importante, insomma, è che le attività virtuali siano accompagnate e compensate da altrettante attività motorie ed esperienze sensoriali concrete”. Il movimento (quello vero) contribuisce infatti al benessere psicologico, riducendo ansia, depressione e senso di solitudine a ogni età. Ed è un promotore di salute a 360 gradi, fondamentale anche per l’organizzazione del pensiero.

## Quanto (poco) si muovono al nido e all’asilo?

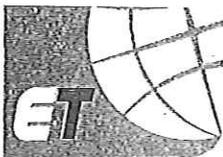
Per i più piccoli, sotto i 3 anni, il movimento è tutto. C’è una vera passione nel farlo. Il perché è presto detto: il bebè conosce se stesso e il mondo esterno attraverso

il proprio corpo, i sensi e il movimento. “Al nido l’attività motoria è connaturata a tutto ciò che si fa. I bambini di quell’età provano e riprovano schemi motori ancora non finalizzati, come camminare, correre, saltare, rotolare, spostarsi a quattro zampe, strisciare, arrampicarsi, stare in equilibrio, colpire, afferrare, lanciare, calciare, tirare e spingere”, spiega la professoressa **Letizia Bulli**, psicomotricista funzionale a Firenze. “Ogni giorno sono previsti momenti dedicati nelle cosiddette ‘stanze motorie’ dove si trovano percorsi appositi, tappetoni, cubi, cilindri, piscine con palline, che servono a consolidare questi schemi di base”. Il movimento diventa man mano sempre più fondamentale anche nei suoi aspetti cognitivi, perché è attraverso l’acquisizione progressiva delle abilità motorie che il bambino impara

a pensare: nozioni spaziali come destra e sinistra, davanti e dietro, sopra e sotto, e nozioni temporali come prima e dopo, lento e veloce costituiscono le basi per l’inizio della scolarizzazione. E se nei nidi l’educazione è imperniata sullo sviluppo motorio, già nella scuola dell’infanzia cala molto l’attenzione per questo aspetto. “È un peccato che l’attività motoria nella scuola dell’infanzia, benché presente nei Piani di Offerta Formativa, venga condotta il più delle volte dalle stesse maestre che, malgrado tutta la buona volontà, non possono avere la stessa competenza di un esperto e dispongono di spazi ristretti e pochi materiali”, commenta la professoressa Letizia Bulli. Nella scuola elementare, poi, va ancora peggio: molte non hanno nemmeno la palestra. Figuriamoci un insegnante laureato in scienze motorie. Ed è così che spesso i bambini italiani si ritrovano all’età di 11-12 anni con competenze motorie molto inferiori rispetto a quelle dei loro coetanei di un paio di generazioni fa.

## Allora let’s move: diamoci una mossa (low cost)

Tutti amano muoversi, se solo ne hanno la possibilità. Anche i più pigri. È vero: c’è chi ha un temperamento più tranquillo, ma secondo gli esperti tutto sta nel presentare l’attività fisica come un gioco molto divertente e, di conseguenza, irresistibile. “In molti casi la pigrizia motoria si manifesta quando l’attività è proposta come un dovere, si prospetta noiosa o comunque tale da instillare nel bambino il timore di non essere bravo come gli altri”, spiega **Fabio Lucidi**, professore Ordinario di Psicologia presso la Facoltà di Medicina e Psicologia alla “Sapienza” di Roma. Il segreto non sta nel proporre attività fisica mascherata da gioco, ma gioco vero con “dentro” attività fisica: insomma, un’alternativa che sappia rivelarsi più interessante del disegno, di un libro illustrato o del puzzle (oltre che del tablet e del videogame). Senza forzare nessuno, il movimento va in ogni caso incentivato, perché la sedentarietà è considerata uno dei principali fattori di rischio per la salute. Tanto che la presidenza Obama ha fatto del programma “Let’s move” ([www.letsmove.gov](http://www.letsmove.gov)) una priorità nazionale. Sul sito dell’iniziativa, affidata alla First Lady, si legge che, se non si cambiano le abitudini sbagliate, un terzo dei bambini nati dal 2000 in avanti soffrirà, a un certo punto della vita, di diabete. Negli Usa un terzo dei bambini è sovrappeso oppure obeso, quasi il 40% tra gli afroamericani e gli ispanici. In Italia, dove le cifre non sono così distanti, è partita a febbraio la campagna 2013 del ministero della Salute per la promozione dello sport e dell’attività fisica con un testimonial d’eccezione, il commissario tecnico della nazionale di calcio Cesare Prandelli. Il ministero ha attivato programmi e siti internet come [www.guadagnaresalute.it](http://www.guadagnaresalute.it) o [www.azioniperunavitaainsalute.it](http://www.azioniperunavitaainsalute.it) dove si possono scaricare kit didattici multimediali di “Forchetta e Scarpetta” e del “Canguro Saltalacorda”. Il MIUR insieme al CONI hanno organizzato un programma di alfabetizzazione motoria alle elementari ([www.alfabetizzazionemotoria.it](http://www.alfabetizzazionemotoria.it)). Negli ultimi 2-3 anni le iniziative si sono moltiplicate. Ma l’ultima parola spetta alle famiglie: basta poco per cambiare. Il segreto? Non prendere la questione come fosse una “penalizzazione”, una dieta da seguire. Ma trovare ogni giorno occasioni per muoversi un po’ di più, tutti insieme.



PARIGI  
ALESSANDRO GRANDESSO  
© FOTOGRAFIE RISERVA

**P**artite di bianchi contro neri a Clairefontaine, la Coverciano francese. Quote per i musulmani a Rennes, per gli africani a St. Etienne. E una Ligue 1 erosa da tensioni etnico-religiose che riversano in campo la dissoluzione del modello di integrazione francese. Quello esaltato dal trionfo mondiale della Francia di Zidane nel 1998, e poi smantellato dai Bleus di Domenech al Mondiale 2010. Questo il quadro, veritiero, raccontato senza tabù in *Racaille Football Club*, («Fecchia Football Club», da oggi nelle librerie francesi) libro-nero scritto dal giornalista Daniel Riolo, opinionista radiofonico tra i più influenti in Francia.

**L'altro razzismo**

Un racconto che riporta a galla la truffa della Francia *Black-Blanc-Beur*, dal colore della pelle dei giocatori trascinati dal magrebino Zidane sul tetto del mondo nel '98, uniti nella diversità delle origini africane ed europee. Un prodotto marketing a servizio di politici a caccia di consensi. Quella era «solo» una generazione di formidabili talenti, da Barthez a Desailly, da Zidane a Thuram, che pochi minuti dopo la vittoria pretese una foto con la coppa e i soli neri della squadra, davanti agli sbigottiti Dugarry e Petit. Anni dopo, in pieno scandalo delle quote etniche scoperte nel centro federale di Clairefontaine, l'ex rosso si chiese: «Cosa sarebbe accaduto se avessi chiesto io di farmi fotografare solo con i bianchi della squadra?».

**Modello Scarface**

Domanda di attualità. A Parigi, 10 giorni fa, per la prima volta un tribunale ha processato un delinquente con l'accusa di aggressione razziale, ma su un uomo trattato da «sporco bianco» e «sporco francese». Un fatto di cronaca che ha rispolverato un concetto di razzismo anti-bianco, inventato negli anni 70 da gruppi di estrema destra, acquistato dal *Front National* e sdoganato lo scorso autunno dal capo dell'opposizione di destra



LA FORMAZIONE FRANCESE CAMPIONE DEL MONDO 1998, SIMBOLO DI INTEGRAZIONE. MA PER RIOLO ERA SOLO UN BLUFF.

# MARCIO FRANCESE CROLLA IL FALSO MITO DELL'INTEGRAZIONE

Un libro-inchiesta getta ombre inquietanti sul calcio d'Oltralpe: quote etniche nei club, caccia ai tappetini dei musulmani, razzismo nei due sensi. E Thuram nel 1998 pretese una foto solo per quelli di colore...



SU, IL LIBRO *RACAILLE FOOTBALL CLUB*, IL TECNICO GALTIER DEL ST. ETIENNE E, DESTRA, EVRA E RIBERY (W.F.)



Copé, che puntò il dito contro la discriminazione che dilaga nei quartieri più disagiati a forte tasso di immigrazione. Quelli da cui provengono molti degli attuali nazionali *bleu*. Giocatori con storie spesso difficili alle spalle e che hanno plasmato la Francia del calcio secondo i

loro codici. Si è passati da quello fittizio della tolleranza e integrazione del '98 alla cultura dell'insulto, della violenza, della volgarità, dell'onore criminale, simboleggiato da *Scarface*, eroe del film di Brian De Palma, riferimento per generazioni di calciatori che pensano so-

lo al denaro facile e ai propri interessi, fregandosene del resto. Così il pubblico boccia Benzema, origini algerine, che nel 2005 a 18 anni disse: «Scelgo la Francia per il calcio, ma cuore e sangue restano algerini». I tifosi reputano imprevedibile il musulmano Ribery, cliente di una prostituta minorene, e boicottato dagli inserzionisti pubblicitari, capobanda con Evra ai Mondiali 2010 dello sciopero della vergogna in difesa di Anelka, che aveva insultato il c.t. E che Riolo erge a simbolo della decadenza calcistica francese. L'ex *enfant prodige* che poteva raccogliere l'eredità di Zidane e che invece ha contaminato per pri-



**Le quote**  
Inevitabile in un Paese che non ha mai affrontato con serenità la questione del passato colonialista, generando «la bestia immonda», quel razzismo che striscia pure nel calcio. Come a Clairefontaine, dove per anni i responsabili della formazione organizzavano partitelle tra ragazzi bianchi e neri, «per vedere chi era il più forte». O dove si dava la caccia ai tappeti per le preghiere negli zaini dei musulmani, salvo poi imporre a tutta la nazionale di Domenech un unico menù Halal.

A Clairefontaine partitelle tra bianchi e neri per vedere chi è più forte»

Abitudine diffusa in Ligue 1, dove l'Islam è la religione dominante, a volte fede tollerante, altre moda superficiale, altre ancora pratica estremista, all'limite del proselitismo, creando tensioni in spogliatoi dove magari è imposto a tutti di fare la doccia solo in mutande (usanze musulmane) e la testata di Zidane a Materazzi nel Mondiale '06 è letta come atto di vendetta antirazzista. A Rennes così si limita il numero di musulmani e africani in squadra, così come accade nel St. Etienne di Galtier. A Marsiglia invece si filtra fin dalla formazione. E la Federcalcio si fa pubblicità mostrando le facce bianche di Giroud, Cabaye, Debuchy, più apprezzati nei sondaggi. Quote tacite, riconosciute dal presidente dell'Unione dei Club pro Louvel: «Negarlo sarebbe assurdo». Come il divorzio tra la nazionale e i suoi tifosi. Dopo l'Europeo 2012 solo il 20% diceva di amare i *Bleus*. E quasi a ogni partita è fischiato l'innocente perché non si sa più chi si riconosca in questa nazionale. E se si votasse domani alle presidenziali, il *Front National*, per i sondaggi, passerebbe al secondo turno.

○ AUSTRIA

# MARTIN HA VINTO: POTRÀ GIOCARE CON LA PROTESI

Il via libera dalla commissione medica della Fifa. Sarà il primo calciatore abilitato in un torneo ufficiale. Lui ci scherza su: «Fortuna che sono mancino...». E prosegue la lotta col cancro



MARTIN HOFBAUER, 20 ANNI, FELICE CON LA DEROGA DELLA FIFA (STRASSER)

GRAZ (AUSTRIA)  
**CHRISTIAN REICHEL**  
© RIPRODUZIONE RISERVATA

**È** un piccolo passo per il mondo del calcio, un passo da gigante per Martin Hofbauer. La Fifa ha deciso pochi giorni fa che l'attaccante austriaco - al quale è stata amputata la gamba destra

nel marzo 2012 a causa di un cancro - potrà scendere in campo col suo Ufc Miesenbach, club della penultima lega locale in Stiria. L'unica condizione posta dalla Commissione medica della Fifa è che la protesi di Hofbauer non crei pericoli per lui o per gli altri giocatori. Spetterà all'arbitro valutare prima di ogni partita. L'austriaco è a un passo dal ritorno in campionato, in questi giorni si sta riprendendo da un'influen-

za: «Spero di essere pronto entro metà maggio. Nelle ultime settimane ho ricevuto tantissimi messaggi di incoraggiamento, anche dai nostri avversari. Hanno detto di volermi sfidare in campo, senza tirarsi indietro. Sarò pronto».

**Comunque in gol**

Nelle ultime settimane Hofbauer ha già disputato sei amichevoli: «Per tre volte sono entrato in campo da titolare, ho pure segnato un gol». Ai tanti progressi, però, ogni tanto si alternano dei passi indietro: «La protesi non sempre risponde in modo positivo. Qualche volta sento dei dolori che mi costringono a uscire in anti-

po». Nulla che possa frenarlo: «Non avrei mai pensato di tornare in campo, neanche di correre». Certo la protesi è un limite: «Ho anche avuto un po' di fortuna - scherzò amaro - sono mancino. Con la protesi posso stoppare, passare o alzare il pallone. L'unica cosa che non riuscirò mai a fare è calciare in porta col destro».

**Ancora una battaglia**

La storia di Hofbauer ha colpito anche in Italia: «Voglio ringraziare anche i giornalisti della Gazzetta per avermi sostenuto. Ho sempre creduto nel sì, anche grazie ai servizi pubblicati dai media in tutta Europa. Non riesco a crederci. Sarò il

primo giocatore con una protesi in un torneo ufficiale». Martin ha superato l'ostacolo sportivo, ma deve ancora battere il cancro. L'ultimo intervento risale a novembre, nel frattempo le metastasi ai polmoni sono diminuite: «Ho già finito la chemio, devo prendere delle pillole. A fine giugno è previsto il prossimo controllo. Dopo spero che anche questa battaglia sarà vinta». Poi si rivolge a tutti quelli che devono combattere contro lo stesso, maledetto nemico: «Lo spirito è la cosa più importante, assieme ai pensieri positivi. E non bisogna mai rinunciare a voler vincere».

○ LIBANO

# L'EX HEZBOLLAH ORA SOGNA LA NAZIONALE

Daheer ha fatto parte dell'ala militare del «Partito di Dio». Adesso il centrocampista di Tiro aspira al Mondiale

ni, centrocampista, accarezza il sogno di vestire la maglia della nazionale. «Io ci credo, nulla è impossibile, basta avere forza e coraggio». A queste latitudini sono qualità fondamentali per sopravvivere.

«Non ho mai pensato di tornare in campo, neanche di correre». Certo la protesi è un limite: «Ho anche avuto un po' di fortuna - scherzò amaro - sono mancino. Con la protesi posso stoppare, passare o alzare il pallone. L'unica cosa che non riuscirò mai a fare è calciare in porta col destro».

un'immagine distorta, in realtà il movimento è nato per sostenere le persone che nel sud del Libano non ricevono un aiuto adeguato dal governo. Per questo la gente ci vede come eroi e ci offre protezione».

IL CASO CONTRARIO  
**DAL BELGIO ALLA SIRIA PER COMBATTERE**

TIRO (LIBANO)  
**LUIGI GUELPA**  
© RIPRODUZIONE RISERVATA

**T**iro ha l'odore di salsedine rugginosa e di legno marcio delle barche del vecchio porto. Il pallone è un'ottima distrazione per escludere dalla mente degli abitanti l'immagine tutt'altro che sfuocata del conflitto con Israele. Ci si aggrappa alle gesta del Tadamon Sour, i «soldati rossi», tanto per rimanere in clima bellico, la squadra locale che gioca nella Lebanese Premier League (ora è 8ª e in semifinale di coppa) e nella quale mosse i primi passi un giovanissimo Mohammed Kallon nel '94-95. «Qui se lo ricordano bene anche se sono passati quasi 20 anni. È ancora un mito per i fan, ma bisogna guardare avanti. La nostra soddisfazione maggiore? Vincere contro i colossi di Beirut, per noi equivale a un titolo». Kassim Daheer, 27 an-

**Nei campi della Siria**  
Il Tadamon, che nella sua storia ha conquistato una Coppa nazionale (2001), è il club per cui simpatizza Hezbollah, il «partito di Dio» che sostiene la causa iraniana e fa il tifo per Assad in Siria. Kassim conosce bene l'ala militare del partito. Da ragazzo era un sostenitore, poi è entrato a far parte dei guerriglieri col vessillo giallo. «Mi sono addestrato nei campi di Homs, in Siria. Sono stato anche in Yemen, dove ho conosciuto ragazzi che si preparavano spiritualmente al martirio. Però ho continuato a giocare, ma senza una squadra ufficiale. Ci affrontavamo tra battaglioni in una sorta di torneo militare». Kassim, laurea in Scienze economiche, spiega di non aver mai partecipato ad assalti armati «perché non c'è stata l'occasione» e ci tiene a sfatare un luogo comune. «Da voi Hezbollah è sinonimo di morte e distruzione. È



**A giugno con l'Iran**  
Nel 2011 ha riposto l'Ak-47 per dedicarsi a tempo pieno al calcio. «L'offerta del Tadamon era onesta. Comunque dal Partito di Dio non si entra ed esce come dalla porta di un hotel. Ora sono una sorta di riservista. Ciò vale per altri miei compagni di club, così come per i ragazzi che giocano per l'altro team di Tiro, il Salam. In caso di necessità il nostro leader Nasrallah sa che può contare su di noi». Sul calcio libanese non nasconde l'entusiasmo. «Nelle qualificazioni abbiamo mandato a casa nazioni ricche come Emirati e Kuwait. Possiamo ancora andare ai Mondiali 2014, ma bisogna vincere a giugno con Sud Corea e Iran». Poi si rivolge al c.t. Theo Buckner, un tedesco che vive nei Paesi arabi da 13 anni, lanciando un appello che alla fine risulta persino un po' buffo. «Se vuole un combattente vero, io potrei fare al suo caso».

Nel numero 95 di ET (26 marzo) abbiamo raccontato un caso antitetico a quello del libanese Daheer: la storia di Brian De Mulder, 19enne di Anversa. Brian, che oggi si fa chiamare Abu Qasem, tre anni fa era uno dei giocatori più promettenti del vivaio del Germinal Beerschot, club di Jupiler Pro League. Dopo aver conosciuto dei ragazzi musulmani ha abbracciato la fede nell'Islam. Finché è entrato nelle file della Sharia4Belgium, un'associazione islamica estremista con sede in Belgio, che arruota volontari per la guerra in Siria, contro il regime di Bashar al-Assad. Si calcola che negli ultimi mesi circa 70 ragazzi belgi, tutti compresi tra i 17 e i 25 anni, abbiano aderito a questo gruppo armato. La parabola inversa del libanese Daheer: dal calcio alla guerra...

wellness con le nuove tendenze. Attrezzi e app, ecco le novità.

# Gym in casa e per trainer un telefonino

SARA FIGOCELLI

In Italia lo sport è più diffuso di pane e sigarette. Secondo il rapporto Coni-Censis "Sport & Società" (basato sul rapporto Istat 2007) 11,5 milioni di italiani praticano sport regolarmente, 5,7 saltuariamente. Non stupisce che Rimini Wellness, dal 9 al 12 maggio, la classica manifestazione dedicata a fitness e benessere, raccoglie oltre 200mila visitatori. Mantra di quest'anno è la fusione tra i generi, accompagnata dal divertimento: sport violenti addolciti dall'armonia del ballo e dall'introiezione delle discipline olistiche. Un esempio per tutti il piloxing, mix tra danza, pilates e boxe. «Un po' troppo? Forse — spiega Stefano Carlini, preparatore atletico professionista — ma a sentire i praticanti ci si diverte e l'intensità è garantita». Sacerdotessa di questa disciplina la svedese Viveca Jensen, istruttrice di danza con quartier generale a Los Angeles.

Al debutto anche l'olit, un allenamento olistico che si presenta come una danza rallentata, utile per acquisire consapevolezza del corpo e del movimento e, tra le attrezzature per il training funzionale, il vipr, un tubo di gomma di alcuni chili con fessure per poterlo impugnare, e il queenax, una struttura a gabbia dove è possibi-

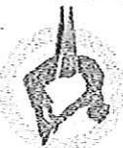
le appendere trx (per il suspension training), elastici, sbarre, e l'antigravity yoga, una specie di amaca agganciata al soffitto, da utilizzare per esercizi di allungamento. Nel fai da te popolano i piccoli attrezzi come le soft ball (piccole palle semisgonfiate: causano instabilità negli esercizi per gli addominali) oppure i kettlebell. La fusion tra discipline coinvolge anche internet. «Esistono applicazioni per il telefonino — spiega Carlini — che monitorizzano e memorizzano gli esercizi, come runtastic (per la corsa) e sport tracker. Push ups controlla invece i miglioramenti dei piegamenti a terra».

Il settore olistico gode di molta popolarità perché permette il miglioramento della flessibilità e della forza in condizioni allenanti non stressanti e nevrotiche. A guidare il settore yoga e pilates, ci sono bioginnastica e power stretch. Tutte le metodologie di allenamento sono finalizzate a favorire rinforzo muscolare (building), resistenza, consumo di calorie, stretching, fra tecniche accattivanti e divertenti. Tutto a ritmo di musica. «Bokwa, piloxin e

11,5 milioni  
la persona che pratica sport regolarmente in Italia

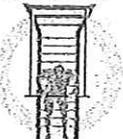


ATTREZZATURE



**ANTIGRAVITY YOGA**

una specie di amaca che viene agganciata al soffitto, grazie alla quale si possono fare esercizi di allungamento



**QUEENAX**

una struttura a gabbia molto elegante dove è possibile appendere trx (per il suspension training), elastici, sbarre



**VIPR**

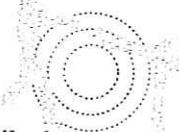
un tubo di gomma di alcuni chili con fessure per poterlo impugnare

LE NOVITÀ



**Olit**

il nome deriva dall'unione di Olistico e Training. Un allenamento che si presenta come una danza rallentata



**Piloxing**

nasce dall'unione di Pilates e Boxe, con aggiunta di musica e ritmo per rendere il tutto più energico e divertente

zumba sentao — spiega Riccardo Foti, ortopedico al Sant'Andrea di Roma — rispettano questa esigenza. La prima ha esercizi propriocettivi utili a migliorare lo schema corporeo, nel secondo lo

stretching del pilates si abbina all'allenamento derivato dal thai-boxing, ideale per resistenza e forza, e nel terzo viene intensificato il lavoro muscolare con l'apporto di un attrezzo. Raccoman-

do di procedere in modo graduale e a difficoltà crescente, per non incorrere in lesioni muscolari, articolari e legamentose. Per gli amanti dell'acqua, o per chi ha difficoltà a effettuare esercizi arti-

colari, il jamping bar okeo, derivante dalla pertica della ginnastica artistica o dalla lap dance, permette di praticare queste attività in acqua, divertendosi.

© FIPRODUZIONE RISERVATA

la Repubblica  
MARTEDÌ 7 MAGGIO 2013

## SERIE B IL CASO

## Allucinante ad Ascoli: 11 croci in campo

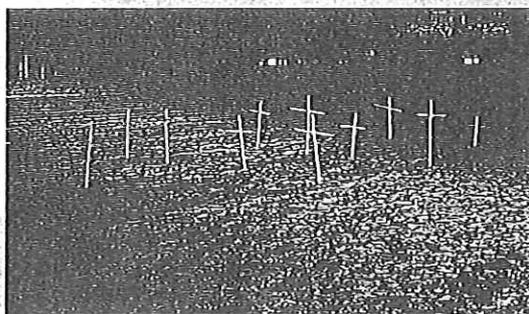
Squadra a rischio retrocessione, gli ultrà minacciano «Pazienza finita: salvezza o violenza»

PEPPE ERCOLI  
ASCOLI

Ad Avellino nel 1992 furono sedici le croci che i tifosi irpini fecero trovare sul campo di gioco. I tifosi dell'Ascoli, per dare la sveglia ai propri giocatori, si sono accontentati di piantarne undici, tante quanti i componenti di una squadra di calcio. Undici croci, lugubri come i crisantemi piantati nel 2010. Si scaldano il clima ad Ascoli, dove le sei sconfitte

consecutive hanno fatto precipitare in zona retrocessione una squadra che a fine gennaio era a un punto dalla zona play-off.

**Caduta libera** Poi la discesa alla quale ha dato impulso anche la scellerata gestione allenatore da parte della società che ha prima esonerato Massimo Silva, affidando la squadra a Rosario Pergolizzi, e poi ha licenziato anche lui richiamando in panchina Silva. Dopo lo 0-5 casalingo con il Verona è scattata la prima, vibrata, contestazione contro i giocatori, con il pullman inseguito e costretto a riparare a fine gara in questura. Nella notte tra domenica e lunedì le croci sono state piazzate in uno dei campi di allenamento insieme con un paio di striscioni dal tenore inequivoco-



Le croci piantate nella notte al campo di allenamento dagli ultrà dell'Ascoli

cabile: «E' finita la pazienza, o salvezza o violenza» e «11.05.13, quando la squadra mollo la città ruggisce!». Sabato arriva la Ternana e soltanto una vittoria avvicinerà l'Ascoli al play-out, in attesa dell'ultima trasferta a Cittadella, diret-

ta concorrente con Lanciano e Reggina (con 5 punti di distacco tra quart'ultima e quint'ultima non si giocheranno). «Ci siamo allenati altrove, ma abbiamo saputo delle croci - spiega il direttore sportivo Paolo De Matteis - Si tratta di una

minoranza di tifosi, anche perché sono invece in tanti a sostenersi in questa fase finale. Il play-out è alla nostra portata e li faremo».

**Mobilizzazione** Gli ultrà, intanto, hanno chiamato a raccolta la città: «Chi non raggiunge sabato lo stadio non è degno di essere chiamato ascolano». La Questura indaga sulle croci in campo (che sono state rimosse all'alba), ma guarda soprattutto a sabato pomeriggio. «E' previsto un robusto servizio d'ordine pubblico, ma confido che i tifosi sapranno limitarsi a tifare con tutte le loro forze. In ogni caso - dice il questore Giuseppe Fiore - non sarà tollerato alcun episodio di violenza. Ma sono sicuro che non ce ne saranno».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## IL CASO

## Lega: porte aperte ad africani e caraibici

Chiesto alla Figc di recepire la Convenzione di Cotonou, nuovi comunitari come nel basket

MARCO IARIA  
twitter@marcolaria1

Pacchetto definito e pronto per essere spedito, destinataria la Figc. La Lega ha messo a punto le sue richieste in vista delle prossime sessioni di calciomercato e, in extremis, ne ha aggiunto un'altra. Assimilare a comunitari quei calciatori provenienti da Paesi in via di sviluppo che abbiano stretto accordi di partenariato con l'Unione europea, come

prescrive la Convenzione di Cotonou del 2000. Liberalizzazione, insomma, per i trasferimenti da 79 nazioni dell'Africa subsahariana, dei Caraibi e del Pacifico. La promotrice della proposta è la Sampdoria, con l'amministratore delegato Rinaldo Sagromola che già due anni fa, ai tempi del Palermo, aveva suggerito di aprire questa nuova frontiera. Adesso si fa forte di un precedente interno: da questa stagione la Federbasket assimila giamaicani, nigeriani e non solo ai co-

munitari, avendo recepito Cotonou. Pare che questa apertura non sia in contrasto con i teti del Coni, ma la Federcalcio ha già detto no una volta, e si sa come la pensa l'Aic sull'argomento. La Lega, prudenzialmente, chiede alla controparte di aprire una riflessione sul tema.

**Palotti** Più stringenti, invece, le richieste di modifica delle Noif sui requisiti finanziari. Con una battaglia su tutte: «La norma che impone di ricapitalizzare per essere ammessi alla campagna trasferimenti penalizza il mercato nazionale ed è in contrasto con la filoso-

fia del fair play Uefa. Va abolita». Restano in pista gli altri cambiamenti auspicati - terzo extracomunitario e possibilità di ingaggiare un allenatore esonerato - ma con modalità e tempi differenti. Sulle seconde squadre, incassato ufficialmente il no della Lega Pro, la prossima settimana i club si riuniranno per mettere a punto un paio di format per un nuovo campionato under 21 o 23. Se ci saranno sufficienti adesioni partirà la prossima stagione: al momento i sì sono 8 ma la maggior parte aspetta di valutare costi e benefici. Fissata per lunedì la prossima assemblea, chiamata a trasfor-



Maurizio Beretta, 57 anni ANSA

mare la Lega in associazione con personalità giuridica.

**Mutualità** S'è insediata finalmente la Fondazione per la mutualità, prevista dal decreto Melandri del 2008. Presenti pure il presidente federale Abete e il vicepresidente del Coni Chimenti. In teoria la Fondazione deve decidere la destinazione di quel 4% dei diritti tv (40 milioni) che per legge andrebbero ai settori giovanili, all'impiantistica e a progetti extra-calcistici, ma finora quei soldi sono stati riscuochiati dalla mutualità verso B, Lega Pro e Dilettanti. Proprio la Lega Pro, nel frattempo, ha deposto l'ascia di guerra dopo essersi rivolta al tribunale. Per il futuro, però, non sarà facile soddisfare tutti gli appetiti.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Corriere della Sera Martedì 7 Maggio 2013

## Ricorso all'Ue no al fair play finanziario

BRUXELLES — Il fair play finanziario entra nel mirino dell'avvocato belga Jean-Louis Dupont. Il legale di Jean Marc Bosman, che nel 1995, grazie ad una sentenza storica della Corte di giustizia Ue, rivoluzionò il mondo del calciomercato, è di nuovo all'attacco, questa volta contro il fair play voluto dal presidente della Uefa Michel Platini (foto), in vigore a pieno regime dalla

stagione 2014-2015. È infatti a Dupont che l'agente belga della Fifa Daniel Striani si è affidato per ottenere che la Commissione europea dichiarasse nullo il «break-even» (il pareggio di bilancio), articolo 57 e cuore dell'intera disposizione, sulla base del quale una società non deve spendere più di quanto incassa. La normativa, secondo la coppia Striani-Dupont viola i

principi fondamentali che animano la filosofia Ue: vale a dire la libera competizione ed il libero movimento di capitali, giocatori, e servizi. Una serie di «limitazioni» alle libertà che non possono essere «giustificate» - spiega Dupont - con gli obiettivi dell'Uefa di arrivare alla stabilità finanziaria dei club a lungo termine».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

# Non-profit al contrattacco nel Lazio

## “Colmiamo noi i vuoti del welfare”

ANDREA RUSTICHELLI

**L**LAZIO come laboratorio dei nuovi modelli di welfare, con oltre 12 mila imprese che animano il cosiddetto “terziario sociale” (seconda regione italiana, dopo la Lombardia). Una ricerca della Fondazione Roma in collaborazione con l'Università Cattolica del Sacro Cuore, analizzando lo scenario regionale, delinea i nuovi indirizzi della protezione sociale. Parola d'ordine è superare l'assistenzialismo statalista e valorizzare piuttosto i corpi intermedi della società, facendo leva sul principio di sussidiarietà. «Il sistema pubblico, piegato dall'austerità, non è più in grado di dare le risposte di cui la collettività ha bisogno», afferma Emanuele Emanuele, presidente della Fondazione Roma. Cosa fare, allora? La proposta di stampo anglosassone, su cui da tempo la Fondazione insiste riprendendo il concetto di “big society”, è puntare sul cosiddetto “terzo pilastro”, cioè la galassia non-profit: imprese sociali, fondazioni, Ong, cooperative, Onlus, organizzazioni di volontariato.

«La crisi – spiega Emanuele – può rappresentare una preziosa occasione di crescita e di cambiamento. Ma perché ciò avvenga occorre la piena attuazione di quella mutazione culturale che, favorita dalla modifica dell'articolo 118 della Costituzione con



Il volontariato nel Lazio

l'introduzione del principio di sussidiarietà, ha rovesciato la concezione precedente di welfare, di stampo statalista ed assistenzialista». Una concezione che nel Lazio mostra tutti i suoi limiti. Il rapporto, che si intitola “Welfare 2020. Il futuro dei sistemi di protezione sociale nel nostro Paese”, illustra il drastico sbilanciamento che in regione si verifica a due livelli: quello territoriale, con la forte eterogeneità tra province determinata anche dall'egemonia di Roma, e soprattutto poi quello delle risorse, con il voracissimo sistema sanitario che fagocita circa il 70% del bilancio regionale.

Proprio dal tessuto di imprese

### Il terziario sociale in Italia

Numero di imprese nelle maggiori Regioni italiane

|                | Istruzione | Sanità e assistenza | Attività artistiche, sportive | Totale |
|----------------|------------|---------------------|-------------------------------|--------|
| LOMBARDIA      | 3.965      | 5.665               | 8.653                         | 18.283 |
| LAZIO          | 2.525      | 3.337               | 6.703                         | 12.565 |
| CAMPANIA       | 2.734      | 3.760               | 5.936                         | 12.430 |
| SICILIA        | 2.660      | 3.556               | 4.513                         | 10.729 |
| EMILIA ROMAGNA | 1.440      | 1.926               | 5.389                         | 8.755  |
| PIEMONTE       | 1.804      | 2.005               | 3.724                         | 7.533  |
| TOSCANA        | 1.383      | 1.283               | 4.823                         | 7.489  |
| VENETO         | 1.688      | 1.731               | 3.758                         | 7.177  |
| PUGLIA         | 1.490      | 1.930               | 3.543                         | 6.963  |
| CALABRIA       | 868        | 901                 | 1.668                         | 3.437  |

Fonte: Istituto Tagliacarne

### La Fondazione Roma si propone come organizzatore della galassia di Onlus e volontari

e organizzazioni sociali proviene un'incoraggiante risposta alle lacune del vecchio modello. La ricerca promossa dalla Fondazione Roma suggerisce quattro *case history*, snodi ritenuti esemplari di quella rete virtuosa che silenziosamente anima una parte crescente della protezione sociale del Lazio. Alcuni esempi. La cooperativa romana Apriti Sesamo

del Consorzio Nausicaa, opera con successo mediante convenzioni con le amministrazioni locali, ed è attiva in ambiti sociosanitari, educativi, culturali; la Caritas diocesana di Palestrina è un modello di presenza capillare su un territorio complesso; Telecom Italia fornisce un sistema avanzato di servizi e agevolazioni destinati ai dipendenti; il Comune di Soriano nel Cimino (Viterbo) ha saputo creare un'integrazione efficace tra strutture pubbliche e società civile, coprendo ambiti come la salute, la tutela degli anziani, l'ascolto delle famiglie, le politiche dell'energia, l'impulso ai soggetti del volontariato.

© RIPRODUZIONE RISERVATA