



SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp nazionale)

Data 29/03/2007:

ARGOMENTI:

- Il 15 aprile torna Vivicit : a Rovereto, come in altre 38 citt  italiane, al via la manifestazione podistica dell'Uisp (2 art.)
- Decreto antiviolenza a rischio
- "Quando l'arbitro non conosce la regola"
- Nuoto: bronzo amaro per la Pellegrini
- Giocagin Uisp: a Fabriano (An) far  tappa il 1 aprile
- Misano Adriatico: pronto il nuovo circuito di motociclismo
- Scuola: il tifo speciale di 2.500 ragazzi
- Stili di vita: la pratica sportiva degli over 50
- Contratto di servizio Rai: il Forum del Terzo settore chiede la firma
- Solidariet : una barca a vela all'America's Cup per raccogliere fondi per l'infanzia disagiata
- Nasce il Forum marchigiano del Terzo settore

Camminare per la pace e l'ambiente

Il 15 aprile torna «Vivicittà», e sarà più ecologica

di GIANPIERO LUI

Domenica 15 aprile vie e piazze di Rovereto torneranno ad animarsi grazie a "Vivicittà", la manifestazione podistica organizzata dal Comitato Uisp trentino che si svolgerà contemporaneamente nella città della quercia così come in una quarantina di città italiane e in alcune altre in tutto il mondo, tra le quali la novità di Beirut, dopo l'adesione di Bagdad nel 2000.

«Sarà una grande festa di sport ma anche all'insegna del rispetto ambientale e della pace - commenta la presidente dell'Uisp trentina Cristina Boniatti - perché vogliamo promuovere lo sport per tutti, come un diritto per il cittadino e come strumento di solidarietà verso chi è meno fortunato di chi può fare attività motoria. Abbiamo aderito ad "agenda 21" perché crediamo fermamente nella salvaguardia del nostro territorio e dell'ambiente».

La particolarità dell'edizione di quest'anno riguarda proprio l'abbinamento tra "Vivicittà" ed il progetto "analisi ambientale", che analizzerà gli impatti ambientali dell'evento impostando procedure volte alla loro riduzione e fornirà indicazioni significative per creare un modello facilmente replicabile.

«Quest'anno non verranno utilizzate le stoviglie usa e getta in plastica ma di un materiale biodegradabile originato dall'amido di mais - ricor-

da Filippo Lenzerini, responsabile nazionale del progetto per la Uisp - e durante la manifestazione effettueremo la raccolta differenziata non solo nella zona di partenza ed arrivo ma anche lungo il percorso, chiedendo ai partecipanti di gettare correttamente i bicchieri forniti nei punti di ristoro negli appositi contenitori. Inoltre, attiveremo interventi per incentivare l'utilizzo dei mezzi pubblici e della bicicletta per venire a Vivicittà».

«Mi piacerebbe tanto lanciare un progetto per liberare le piazze - così l'assessore provinciale Iva Berasi - occupate da parcheggi o altre strutture, per farci giocare i bambini. Credo che questa manifestazione vada nella giusta direzione visto che adotta "agenda 21", già applicata da diverse manifestazioni sportive che si svolgono in Trentino, che consiste nell'utilizzare mate-

riali biodegradabili e favorire la raccolta differenziata dei rifiuti. A questo proposito, il 6 aprile firmeremo con gli assessori provinciali al turismo, Mellarini, e all'ambiente, Gilmozzi, un protocollo che concederà un 10% in più in termini di contributi a quegli eventi a valenza turistico-sportiva che s'impegheranno ad applicare "agenda 21"». Importante anche il sostegno dell'amministrazione comunale all'evento del 15 aprile, come sottolineano il sindaco Valduga ed il vice Sala: «Rovereto in questa giornata diventerà ancora di più la città della pace e della solidarietà attraverso lo sport e le centinaia di partecipanti che arriveranno per partecipare a questo evento, che è reso possibile anche grazie al fattivo intervento dell'associazionismo roveretano che collabora con gli organizzatori. Importante anche il

coinvolgimento della Casa circoscrizionale di Rovereto perché vivere la città significa anche vivere i luoghi della città».

Proprio la direttrice dell'Istituto Forgiione loda «le iniziative che sono state messe in campo per i detenuti, che rappresentano l'ideale continuazione delle proposte conclusesi nel settembre scorso sul tema della sensibilizzazione a stili di vita diversi, anche sotto l'aspetto dell'alimentazione e del movimento. Abbiamo organizzato una serie di incontri a carattere sportivo con prove pratiche di volley e badminton per le ragazze; si tratta di importanti momenti di collegamento che non possono che essere di aiuto». «Vivicittà 2007» è aperta a tutti nella forma della camminata non competitiva (iscrizioni direttamente prima della partenza) mentre la manifestazione agonistica di 12 chilometri (un circuito in città di 6 km da percorrere due volte, con partenza ed arrivo dal Mart) è riservata agli atleti tesserati (informazioni ed iscrizioni entro il 14 aprile al fax 0461.231128, e-mail vivicitta@uisptrentino.org); preziosa la collaborazione qualificata della Quercia, al termine pasta party per tutti i partecipanti e premi speciali per la scuola più numerosa, oltre ad animazione per bambini nei vicini giardini Perlasca, prova di golf nell'apposita struttura gonfiabile e, come sorpresa, la partecipazione di Lucia Gardin che allieterà la cerimonia delle premiazioni.

L'ADIGE

29/03/2007

Ecco Vivicittà: il via e l'arrivo al Mart

*Si cambia percorso per la classica
dell'Uisp di domenica 15 aprile*

ROVERETO. Il percorso completamente rinnovato e la sostenibilità ambientale sono le principali novità del Vivicittà, la manifestazione podistica organizzata dalla Uisp in programma domenica mattina 15 aprile. Il via, come consuetudine, sarà dato dai microfoni di Radio Rai Uno in contemporanea con tutte le altre città italiane ed estere in cui si svolgerà la gara. Causa lavori in corso lungo le strade antistanti lo stadio Quercia, la corsa avrà partenza e arrivo al Mart. Gli atleti agonisti che sceglieranno dovranno così percorrere due volte un anello di sei chilometri lungo le vie cittadine e che presenta nelle salite di via della Terra e di Corso Bettini le principali difficoltà. Per tutti coloro che invece preferiranno una sgambata in compagnia senza l'assillo del risultato, e quindi si iscriveranno alla camminata non competitiva, è previsto anche un circuito di quattro chilometri decisamente meno impegnativo rispetto a quello dei tesserati.

La seconda novità di rilievo è appunto quella del rispetto per l'ambiente. Quest'anno la Uisp sta promuovendo in nove città italiane, tra cui anche Rovereto, «Analisi Ambientale». Si tratta di un progetto volto a ridurre l'impatto ambientale di Vivicittà con un occhio di riguardo a rifiuti, mobilità ed ecologia. Per questo, ogni atleta troverà nel proprio pacco gara del materiale informativo sui temi dello sviluppo sostenibile. Ma c'è di più. Da questa edizione, i bicchieri usati per il rifornimento lungo il percorso degli atleti saranno completamente biodegradabili, così come le stoviglie usate nel pasta party finale al termine della manifestazione. Durante la gara verrà inoltre effettuata la raccolta differenziata di tutti i rifiuti prodotti, e sarà chiesto ai concorrenti un piccolo sforzo supplementare: gettare i bicchieri usati in appositi cestini posti dopo il punto di ristoro per facilitare il compito dei volontari e soprattutto evitare che rimangano lungo la strada. Inoltre, tutte le locandine e la carta usata per promuovere Vivicittà sono state realizzate in carta riciclata. Un'ultima curiosità: per tutta la durata della manifestazione, verranno proposti dei momenti di animazione per i bambini e di attività motoria rivolti ai detenuti nel carcere roveretano, perché domenica 15 aprile la giornata di sport coinvolgerà proprio tutti. (pat)

TRENTINO

28/03/2007

Perché il decreto antiviolenza rischia di saltare

di Ruggiero Palombo

Il decreto antiviolenza rischia di saltare. Il motivo? Due emendamenti (meglio sarebbe chiamarli controemendamenti) piazzati dalle Commissioni Affari Costituzionali e Giustizia del Senato, che, se approvati martedì 3 aprile in aula, costringerebbero il decreto a tornare per la seconda volta alla Camera per l'approvazione definitiva. «E' materialmente impossibile, non esistono i tempi per questa quarta lettura» fanno sapere dal ministero dello Sport dove una sbalordita Giovanna Melandri ha commentato con il suo staff come «inattesa e preoccupante» la novità. Il problema dei tempi è infatti diventato vitale: il decreto scade (e salta) l'8 aprile, ma il 5, causa festività pasquali, Camera e Senato chiudono i battenti. C'è chi sostiene, come il vicepresidente della commissione affari costituzionali del Senato avvocato Guido Calvi, coregista dell'operazione, che «i tempi tecnici ci sono, la Camera se vuole ce la può fare». Opinione

rispettabilissima, ma un pochino di parte. Quella del ministero dello Sport sembra più realistica.

I due controemendamenti cancellano due degli undici emendamenti alla legge approvati dalla Camera dopo il primo passaggio al Senato: uno modifica, per il reato di lesioni gravi o gravissime provocate ai tutori dell'ordine, la specifica «in occasioni di manifestazioni sportive» in un più esteso (e meno anticostituzionale, secondo i senatori delle due commissioni) «in occasione di servizio di ordine pubblico». Il secondo, che certo andrà di traverso a Matarrese e alla Lega di Milano, reintroduce a carico delle società il «provvedono» al posto del «possono provvedere» per le spese relative agli stadi. Un verbo destinato a modificare in misura sostanziale i costi a carico dei club. Che la partita a rimpiazzino tra Camera e Senato, tra lobby del pallone e lobby dei duri e puri, possa portare alla sconfitta di tutti e di un modo appena decente di governare il Paese, sembra per ora interessare pochi. La speranza è che in aula, al Senato, gli emendamenti vengano respinti e il decreto diventi legge. Ma è per l'appunto una speranza.

LA GAZZETTA DELLO SPORT

29/03/2007

Quando l'arbitro non conosce la regola

Luca Cardinalini

Iniziamo con il mister dell'Ozieri (Sardegna), Matteo Salinas, che ha fatto convalidare un gol degli avversari. Una quarto d'ora dalla fine, 2-1 per l'Ozieri, un bolide del centravanti del Jerzu, Langui, faceva sì che il pallone si infilasse dal basso all'alto, rompesse qualche nodo sbilenco della rete e uscisse. Gol, gridavano alcuni, macché rispondevano altri. Nell'incertezza il signor Cossu da Sassari, indicava la rimessa dal fondo. Prima di una rissa sicura, il buon Salinas gli confermava che il pallone era entrato, e finiva lì. Per dire che in giro per i campi, succede di tutto. Ad esempio l'annullamento di una partita di seconda categoria laziale - Sempreviva contro Fortitudo Luditur - per una zuffa gigantesca, con ampio uso di petardi e sequestro di uno zaino pieno di fumogeni e materiale vario da parte dalla polizia, il tutto «prima dell'inizio della gara». Sempre nel Lazio è finita in rissa una partita che doveva essere un festival della bontà: Sant'Andrea-Don Bosco Gaeta.

Solito far west in Calabria, teatro la sfida Reggiosud 2004-Brancaleone. I tifosi locali prima si accanivano contro un guardalinee, con pugni al volto e conseguente annebbiamento della vista. Mentre era a terra l'assistente veniva colpito con calci al basso ventre, al ginocchio e al fondo schiena. Intanto un altro gruppetto si occupava dell'arbitro, che dopo aver corso per qualche minuto spaurito in mezzo al campo, prima di riuscire a infilarsi negli spogliatoi, veniva centrato con un pugno alla nuca che gli procurava stordimento e lo faceva cadere per terra. Urge traduttore simultaneo per Giuliano Cafolla, giovane calciatore del Morolo (Lazio) perché «appena finita la procedura del fair play, cercava di raggiungere lo spogliatoio avversario rivolgendo insulti e minacce a un avversario». Multa di 100 euro al Riviera (Friuli Venezia Giulia) per insulti alla massaggiatrice della società Tarcentina.

Abruzzo, si gioca Sporting San Salvo-Vigor Gissi, 25' della ripresa, un colpo di testa e il portiere del San Salvo respinge come può la palla. Dentro o fuori? L'arbitro decide per il gol. Non l'avesse mai fatto. Si guarda intorno e si accorge che la forza dell'ordine più vicina sta in Molise. Volano spintoni, schiaffi, insulti e minacce, l'arbitro non espelle nessuno, finisce la partita pro forma. Rientrato negli spogliatoi, il direttore di gara era costretto a subire l'aggressione di un calciatore, un dirigente e il guardalinee della Vigor Gissi che «lo minacciavano e gli intimavano di scrivere nel referto tutto quanto accaduto». Molte bipartisan.

Tifosi della Sarmarigheritese (Liguria) hanno messo davanti allo spogliatoio dell'arbitro due bidoni dell'immondizia. La sfida tra Magenta e Rhodense (Lombardia) è stata sospesa alla fine del primo tempo quando sia le squadre sia la terna hanno trovato le porte scassinata e la sparizione completa di portafogli soldi e vestiti. Emilia Romagna, Real Mezzola-Dubino, calcio a 5. Tiro libero per il Dubino, il calciatore invece di tirare in porta come di regola, passa il pallone a un proprio compagno che da migliore posizione, realizza. Proteste dei padroni di casa, l'arbitro annulla la rete e decreta una punizione a loro favore. Proteste a questo punto dei calciatori del Dubino, che gli dicono «come era possibile che non conoscesse la regola». A questo punto l'arbitro ci ripensa e assegna il gol. Partita da ripetere anche questa. Chiudiamo con il mister della squadra Giovanissimi del Funo (Emilia), squalificato per «aver incitato i propri piccoli calciatori a non rispettare la distanza prevista per l'esecuzione di un calcio di punizione diretto». Quando si dice un maestro, un educatore.

IL MANIFESTO

29/03/2007

Pellegrini di bronzo

«Resto nella storia»

dal nostro inviato
STEFANO ARCOBELLI
MELBOURNE (Australia)

Ci resta di bronzo, per non dire di sasso. Federica Pellegrini si tiene la medaglia e si aggrappa a quel record mondiale preso e perso all'improvviso, nelle 24 ore più lunghe dopo quelle olimpiche di Atene 2004, quando si rivelò d'argento nei 200 stile libero. «Me l'immaginavo che il record sarebbe stato superato in finale o nella staffetta, non mi immaginavo questa Manaudou». Dalla corsia due, poi: «Io ho perso un oro olimpico dalla Potec che stava in corsia uno, ormai le corsie non contano». E' battuta dalla Manaudou, la fidanzata del suo miglior amico: «In acqua non ci sono fidanzati, amori, si girano le braccia e si dà tutto. A lui semmai ho solo dato qualche consiglio».

I PIU' Prevale la soddisfazione, a conti fatti: «Se penso che ero arrivata qui solo per entrare in finale e me ne tornerò con un primato mondiale e un bronzo, certo che devo essere soddisfatta. Anzi, è andata benissimo. Il record era la cosa più importante, il record resterà scritto per sempre nella storia. Riparto da questo record». Ma anche da questa medaglia: «Questo bronzo è molto più meritato dell'argento di Montreal». La telefonata con Fiorello, che le suggerì

scie alla radio di utilizzare Marin per «stancare» la Manaudou. La telefonata di felicitazioni con l'ex allenatore Max Di Mito: «Gli ho detto: "Ti è piaciuto il record?"». Un'altra valanga di complimenti dal suo presidente Malagò: «Ha dimostrato una straordinaria maturità e stile».

LA GARA Per Federica è un'altra giornata ricca di emozioni. Parliamo della gara? «Non ho nuotato benissimo come in semifinale, perché ho strappato, dopo i primi 100 ho capito che non sarebbe andata come il giorno prima: ma è maturato lo stesso un tempone, scendere sotto l'1'57" è stata una grande conferma». La continuità di medaglie olimpiche e mondiali, apre una riflessione: Fede ha la sindrome d'oro? «Tra semifinali e finali cambia sempre tutto, la semifinale è meno combattuta:

perciò i tempi spesso vengono più veloci. No, non è che sbaglio le finali, anzi: stavolta sono scesa in acqua ancora più gasata, la tattica e l'approccio erano gli stessi». Ma sul blocco non sentiva il peso della primatista? «No, perché non me ne ero resa davvero conto. Ho faticato solo un po' a dormire».

PREDI Travolta da nuova e non improvvisa popolarità, inseguita dagli sponsor, Federica mette due punti in chiaro: «No, non sono mai stata anoressica, ho solo partecipato a un cortometraggio per parlare di questi argomenti e lanciare un messaggio ai ragazzi che crescono. No, non sono fidanzata. Né con Galenda né con Cassio: per il momento sono single». E a Verona Fede resta in gruppo, sempre vicina a Flavia Zoccarì: «Lei è delusa dalla sua gara, speriamo di rifarci insieme nella 4x200, anche se la vedo dura. I momenti di crisi ci sono sempre, bisogna saperli affrontare: io l'ho fatto in modo rapido».

Rosolino dice scherzando che un figlio con lei diventerebbe campione: «Ma non è così automatico e poi tra me e Massi ci sono 10 anni di differenza. Io ho solo 18 anni e devo fare tante altre cose, ho altre occasioni anche per riprendermi il record». Il record del mondo val bene un piercing: «La prima cosa che ho detto a mia mamma: quando torno mi deve accompagnare a fare il piercing? Dove? Sorpresa». Come il record.

LA GAZZETTA DELLO SPORT
29/03/2007

Giocagin al palazzetto : Ritorna la maxi festa dello sport

28/03/2007

FABRIANO - La grande festa dello sport ritorna domenica al PalaGuerrieri con il Giocagin che riproporrà l'azzeccata formula sport-solidarietà in una kermesse che partirà dalle ore 15,30. L'iniziativa è orchestrata, come sempre, dal comitato Uisp con il patrocinio degli assessorati allo Sport e ai Servizi Sociali del Comune ed ha come scopo, oltre alla socializzazione, quello di raccogliere fondi a favore dell'Unicef.

Insomma, il giocare ha anche uno sfondo sociale ed una finalizzazione concreta legata a due progetti ben precisi che l'Uisp sta portando avanti: un asilo nido nel campo profughi di Shu'fat a Gerusalemme e la campagna mondiale dell'Unicef contro l'Aids. Giocagin, presente a Fabriano ormai da ben 10 anni, si svolge in contemporanea in oltre 70 città italiane. Ecco il programma: Primi passi con la scuole materne Collodi e Melano, S. Maria e Cerreto, Don Petruio, Aldo Moro, Allegretto e Mazzini; judo con il Centro Studi Judo Fabriano; taekwondo con i gruppi di Fabriano e Sassoferrato; karaté, ju jitsu, kick boxing con il Dojo Arashi; danze caraibiche con il Comitato Uisp; ginnastica ritmica con la Società Fabriano.

Fonte: www.corriereadriatico.it

Misano è già mondiale

MISANO ADRIATICO - Dodici metri di larghezza, 4.180 metri da percorrere, 14 cambi di direzione fra curve e varianti, tre rettilinei, tribune raddoppiate, nuovi spazi verdi per ospitare almeno settantamila spettatori. Sono queste le novità più importanti del nuovo circuito di Misano Adriatico (Rimini), presentato ieri in vista del gran premio di motociclismo denominato "GP di San Marino e della Riviera Romagnola" che si disputerà nel fine settimana tra il 31 agosto e il 2 settembre, e che ha completamente cambiato volto.

RICONOSCIMENTO - «Oggi è una giornata molto importante perché ufficialmente a Misano viene assegnato il "Grade A", il punteggio top per quanto riguarda l'omologazione da parte di FMI - ha detto Claude Danis, responsabile della sicurezza della Federazione Motociclistica Internazionale - Tutto è stato fatto secondo le nostre richieste e in piena conformità con le disposizioni. Abbiamo fatto numerose ispezioni di controllo in questi mesi e voglio congratularmi con il management: se penso che cinque mesi qui era tutto da rifare e oggi omologhiamo il tracciato mi viene da dire che è un miracolo. Abbiamo anche potuto fare l'ultimo controllo con la pioggia ed è stata un'opportunità importante per verificare i sistemi di drenaggio della pista».

COMPLIMENTI - In sintonia Javier Alonso, direttore generale della Dorna che organizza il motomondiale: «E' bellissimo, il pubblico sarà a ridosso della pista e potrà stare a contatto con i piloti come non accade in altri impianti. Ci sono tratti veloci e misti, sono convinto che sarà uno spettacolo incredibile. Anch'io voglio complimentarmi per la rapidità con la quale sono stati fatti i lavori, sono tempi record e mai dal circuito sono arrivate richieste di dilazioni. Adesso tutti al lavoro per promuovere al massimo l'evento. Sono convinto che il 2 settembre assisteremo a uno spettacolo bellissimo».

Questi i numeri degli interventi: sono stati usati centomila metri cubi di movimenti di terra e di materiali; centomila metri quadrati di pavimentazione bituminosa di cui, oltre la metà, per la pista senza contare le decine e decine di chilometri tra cavi e fibre ottiche.

MODIFICHE - «Il percorso è completamente cambiato rispetto a quello di una volta - ha spiegato Loris Reggiani, ex campione delle due ruote che ha avuto l'onore di inaugurare la pista - Ci sono tanti cambi di direzione, la curva della Quercia per esempio è fantastica mentre il Tramonto mi piaceva più come era prima, ma capisco le motivazioni derivanti dalla sicurezza. Credo che i miei colleghi suderanno

perché è un tracciato veramente duro, soprattutto per i freni. E non è fatto con lo stampino come quelli realizzati di recente, dove i ritmi sono ripetitivi. Vorrei dire anche che rifare una pista completamente è segno di straordinaria volontà, potevano intervenire adeguando la struttura e invece hanno scelto di rifare un nuovo circuito. Sono stupito, complimenti davvero, l'Italia si meritava di avere un'altra gara». Nel frattempo va a gonfie vele la richiesta dei biglietti, già 16mila le prenotazioni, e si sta pensando anche a rafforzare treni e uscite autostradali nei caselli di Riccione e Cattolica per ospitare i tanti appassionati. Inoltre ci dovrebbero essere novità anche per chi arriverà a Misano in moto.

Secondo Siegfried Stohr, ex pilota di Formula 1 e responsabile della scuola pilotaggio Guidare Pilotare «è un impianto in grado di ospitare anche i test delle scuderie di Formula 1».

Qualche altra cifra: le 14 curve sono 9 a destra e 5 a sinistra, la larghezza minima del nastro d'asfalto è di 12 metri, il rettilineo più lungo è di 600 metri (tra la curva 6 e la 7), la superficie del paddock conta 50.700 metri quadri. Un lavorone.

r.m.

IL CORRIERE DELLO SPORT
29/03/2007

INIZIATIVA DELLA SCUOLA

Il tifo speciale di 2.500 ragazzi con il ministro

dal nostro inviato
PAOLO BUTTURINI
BARI

Eccoli qui i tifosi del futuro, hanno il viso solare e divertito di 2.500 alunni delle scuole medie ed elementari di Bari. Per arrivare sugli spalti del San Nicola a tifare Italia, sono passati attraverso il concorso «Lasciateci giocare in pace». Ad accompagnarli allo stadio è venuto il ministro della Pubblica Istruzione, Giuseppe Fioroni: «Io che non ho mai visto una partita di calcio - commenta - non potevo che cominciare in mezzo a questi ragazzi». Ad accoglierlo c'è una delegazione della media Aldo Moro, con Claudia che mette piede al San Nicola per la seconda volta. Gli

studenti gli consegnano una bandiera tricolore, ma prima c'è stato un dibattito: sciarpa o bandiera? Simone, 1^a B, prende per mano il ministro e taglia corto: «La sciarpa è da vecchi, meglio la bandiera» e lo trascina verso l'interno dell'impianto. L'impatto con il San Nicola lascia di stucco anche il ministro che sorride: «Questo è soltanto uno dei passi concreti che stiamo facendo per ricostruire una cultura sportiva in questo Paese. Volete un altro esempio? Stiamo organizzando una serie di corsi di formazione per gli insegnanti di educazione fisica. Voglio che insegnino le regole dello stare assieme, del rispetto degli altri, dell'accettazione della sconfitta e del proprio limite. L'ora di sport può diventare l'educazione civica del futuro». Al suono della banda della Polizia, una cinquantina di ragazzini entrano in campo con striscioni enormi: «Più sport nella scuola e vince la vita», «Fai gol al razzismo», quest'ultimo, tradotto in inglese, riceve l'ovazione anche dei tifosi scozzesi. Tocca alle squadre e al loro ingresso sono proprio i 2.500 studenti a scatenare il "po po po po" di risposta ai cori scozzesi. Saranno in erba, ma sono pur sempre tifosi.

LA GAZZETTA DELLO SPORT

29/03/2007

“Muoviti, il tuo fisico ti ringrazierà”

di Brigida Stagno

Muoversi. Sembra facile, ma dopo i 50 anni ogni scusa potrebbe essere buona - e più di una volta lo è - per giustificare la sedentarietà: dalla mancanza di tempo, ai dolori articolari, che con il passare degli anni diventano sempre più frequenti.

Da una recente indagine sulle abitudini sportive degli over 50, promossa da Unieda, l'Unione Italiana di Educazione degli Adulti, e condotta su un campione di 1000 persone appartenenti a 9 regioni italiane, emerge però un dato confortante: oltre la metà degli italiani ultracinquantenni (il 52,7 per cento) fa sport più di una volta alla settimana, soprattutto in palestra (40 per cento) e all'aria aperta (37 per cento), ma anche in piscina (16,1 per cento) o a casa propria (6,3 per cento), convinto di ricavarne benessere. L'attività preferita? Per il 20 per cento degli intervistati è la ginnastica posturale, seguita dalla ginnastica dolce, dalle camminate a passo svelto e dal nuoto. Circa il 40 per cento si affida a un istruttore, mentre il 35,5 per cento conta solo sulle proprie forze e preferisce l'attività "fai da te".

C'è però il rovescio della medaglia: il restante 47,3 per cento è refrattario a qualsiasi attività fisica. Il 33 per cento delle persone coinvolte nell'indagine non ha mai fatto sport e il 13,8 per cento ci ha rinunciato per motivi diversi. «Chi non si muove, rischia però di compromettere seriamente la salute, non solo per l'aumento del rischio di malattie cardiovascolari, di obesità e diabete, ma anche per il peggioramento dello stato articolare», avverte Giovanni Minisola, direttore della Divisione di Reumatologia dell'Ospedale San Camillo di Roma. «La mancanza di movimento porta a un aumento di rigidità articolare nelle persone affette da malattie reumatiche, quasi sei milioni nella penisola, mentre, al contrario, rafforzare la muscolatura con l'esercizio fisico regolare protegge le articolazioni. Non è mai troppo tardi per

decidere di iniziare a muoversi, così come non è necessario imporsi prestazioni atletiche: può bastare una passeggiata ogni giorno per almeno 30 minuti, oppure andare a comprare il giornale all'edicola più lontana. Ma attenzione, prima di cominciare è sempre consigliabile rivolgersi al medico per farsi indicare l'esercizio fisico più adatto, che tenga conto del disturbo osteoarticolare».

Ma che cosa si può fare quando il dolore impedisce il movimento? «In questo caso», continua Minisola, «è consigliata la terapia con farmaci antiinfiammatori, dando la preferenza a quelli più sicuri per l'apparato gastrointestinale, come i Coxib. Una volta risolto il dolore, è però bene riprendere subito il movimento. Le linee guida attuali sulla terapia delle malattie

reumatiche (la più frequente è l'artrosi) parlano chiaro: per curarsi ci vogliono certamente i farmaci, ma tra gli interventi non farmacologici è prevista anche l'attività fisica».

Proprio per incoraggiare il movimento e promuovere una maggiore conoscenza sulle malattie reumatiche è appena partita la campagna nazionale "Muoviti Muoviti", che prevede incontri in 11 città italiane nelle sedi locali Unieda. Gli incontri vengono tenuti da un reumatologo e da un insegnante di Uptesport, l'associazione sportiva dell'Università Popolare di Roma. «A questo punto», osserva argutamente Gianni Rivera, che di questa campagna è testimonial, - per i "fondamentalisti" della sedentarietà diventa sempre più difficile trovare scuse plausibili alla loro pigrizia». ♦

SALUTE (supplemento di
REPUBBLICA)

29/03/2007

COMUNICAZIONE

16.23 28/03/2007

Contratto di servizio Rai, Il Forum Terzo settore: "A quando la firma?"

Afferma l'organizzazione: "Questa situazione di assoluto immobilismo si ripercuote a cascata sugli altri organismi e attività correlate, come ad esempio il Tavolo di dialogo tra società o i Programmi dell'accesso"

ROMA - "Perché Rai e Ministero delle Comunicazioni ancora non sottoscrivono il Contratto di Servizio 2007-2009?". A Chiederlo è il Forum terzo settore, che aggiunge: "Forse che, nonostante le buone intenzioni del Ministro Gentiloni che, per la prima volta aveva avviato una consultazione pubblica su questo importante strumento, la negoziazione con la Rai sta allungando i tempi all'inverosimile? E ciò nonostante ci sia stato già il parere della Commissione di Vigilanza? O forse la Rai non gradisce gli organismi di controllo introdotti dal nuovo testo, (come il comitato scientifico per la verifica dell'offerta e del valore pubblico) e il progressivo sdoganamento dall'Auditel che obbliga a fare i conti con nuovi strumenti di verifica più aderenti alle richieste della società civile?".

Conclude il Forum: "Questa situazione di assoluto immobilismo si ripercuote a cascata sugli altri organismi e attività correlate, come ad esempio il Tavolo di dialogo tra società istituito nell'ambito della Sede permanente di confronto che non si riunisce da mesi o i Programmi dell'accesso, per cui era stato avviato un percorso - ora fermo - che li sburocratizzasse e semplificasse a livello nazionale e regionale".

"Aprile è alle porte. Il regime di proroga non è più tollerabile. Noi sollecitiamo e attendiamo fiduciosi".

© Copyright Redattore Sociale



Stampa questo articolo

SOLIDARIETA'

15.29 28/03/2007

Soleterre seguirà l'America's cup per raccogliere fondi a favore dei bambini africani e ucraini**Una barca a vela parteciperà alla regata che salperà il 3 aprile da Valencia, in Spagna e si concluderà a luglio con la proclamazione del vincitore. Testimonial dell'iniziativa l'attore Francesco Salvi**

ROMA - In Spagna, a Valencia, salperà martedì 3 aprile la 32° America's Cup. Al grande evento sportivo sarà presente anche Soleterre Onlus, fino a luglio, quando sarà proclamato il vincitore. Si tratta di un'occasione importante per sensibilizzare il mondo dei velisti e dei suoi appassionati sui grandi problemi dell'infanzia in stato di disagio. Testimonial dell'iniziativa sarà l'attore e cantante italiano Francesco Salvi. La collaborazione di "Blue Dream Charter nautico" ha offerto all'associazione la disponibilità per utilizzare e personalizzare una barca a vela per l'intera durata delle regate. L'imbarcazione, in navigazione dai primi di marzo con rotta Valencia ha iniziato le attività di sensibilizzazione nei porti di Procida, Maddalena, Majorca e Ibiza.

Da aprile a luglio 2007 la barca a vela "Soleterre", nei momenti di non navigazione, sarà attraccata presso il Real Club Nautico di Valencia. Durante questo periodo i volontari di Soleterre Onlus organizzeranno diversi momenti informativi per promuovere una raccolta fondi a favore di 2.000 bambini della Costa d'Avorio, del Marocco e dell'Ucraina. "Sport e solidarietà un'unione da avvalorare e rinforzare: è questa la finalità - dichiara Damiano Rizzi, presidente di Soleterre Onlus - che persegue la nostra associazione con la propria presenza alla 32° America's Cup". "Non ho esitato un attimo a concedere la mia disponibilità per questa grande avventura di solidarietà - dichiara l'attore Francesco Salvi - spero che la 32° America's sia travolta da una grande onda di generosità che ci permetta di arrivare con aiuti concreti sino ai bambini africani e ucraini".

© Copyright Redattore Sociale



Stampa questo articolo

MARCHE: NO PROFIT, NASCE FORUM TERZO SETTORE

Il mondo del no-profit regionale ha il suo organo di rappresentanza ufficiale. Ad Ancona, si è costituito il Forum Marchigiano del Terzo Settore, che associa 21 soggetti tra associazioni di volontariato, promozione sociale e cooperative sociali di livello regionale. Nell'assemblea, cui ha preso parte la portavoce nazionale del Forum Maria Guidotti, sono stati varati statuto e organi sociali del nuovo organismo, che ha come obiettivi principali: promuovere identità e presenza del terzo settore rappresentandone gli interessi nei confronti delle istituzioni regionali, delle forze politiche ed economico-sociali; fare rete, favorendo lo scambio di idee e esperienze tra tutti i soggetti del Forum; promuovere lo sviluppo di un sistema sociale ed economico che rimetta al centro l'uomo, secondo principi di solidarietà, etica, democrazia e trasparenza. Interlocutori del Forum saranno infatti gli enti locali, le istituzioni religiose, le organizzazioni sindacali e imprenditoriali, il sistema scolastico, i media e i cittadini. Del consiglio direttivo fanno parte: Agci sociale, Agesci, Acli, Adiconsum, Aism, Ancescao, Anpas, Anteas, Arci, Auser, Avis, Avulss, Cdo-Compagnia delle opere, E.n.d.a.s., Federsolidarietà confcooperative, Legacoop sociale, Rees Marche, Tavolo regionale salute mentale, Uisp, Us Acli e Avm. Portavoci del Forum sono stati nominati Carlo Sarzana dell'Auser, Carlo Pesaresi dell'Arci e Gabriele Darpetti di Federsolidarietà'-Confcooperative. "Anche il terzo settore marchigiano, molto ricco e popolato al suo interno ma troppo poco unito, finalmente - e' stato ricordato - ha una sua rappresentanza ufficiale, riconosciuta e condivisa che farà acquisire sempre maggiore peso alle istanze di un mondo ancora non sufficientemente ascoltato nei luoghi in cui si decide". Le prime azioni che vedranno impegnato il Forum saranno: l'avvio di una serie di tavoli permanenti di confronto con gli assessorati regionali di riferimento. (Asca)