



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

4 dicembre 2018

**ARGOMENTI:**

- Grande Viaggio Insieme Conad e Uisp: conclusa a San benedetto del Tronto la quarta edizione del tour, protagonista lo sport Uisp
- Pancalli "Ci sono ancora barriere da abbattere"
- Verso il 2030, Asvis segnala peggioramenti: cresce l'obesità e si fa poco sport
- Domicilio sportivo: i Liberi Nantes, tra i primi che hanno creduto nell'inclusione dei migranti attraverso lo sport, lo propongono alla Lega nazionale Dilettanti
- Domani 5 dicembre la giornata mondiale del Volontariato
- La storia di Matilde, judoka sordocieca "è la società che ci rende disabili, non lo siamo noi"

**Uisp dal territorio:**

- In novecento sul fiume Ombrone con il soft rafting, organizzato in collaborazione con Uisp Comune di Grosseto e Terramare
- A Bertinoro la presentazione del libro di Nico Valsesia, organizzata in collaborazione con Ciclismo Uisp
- A Sanremo Uisp con Auser e i distretti sanitari Imperiesi, promotori del progetto AFA per l'attività fisica degli anziani
- Il Circolo nuoto Uisp Bologna brilla ai Campionati Italiani
- Trofeo Via Larga: quasi 400 iscritti per l'ottava prova del Campionato Provinciale Uisp

- Uisp Empoli Valdelsa, sabato 15 dicembre in gita a Perugia

La proprietà intellettuale degli articoli è delle fonti (quotidiani o altro) specificate all'inizio degli stessi; ogni riproduzione totale o parziale del loro contenuto per fini che esulano da un utilizzo di Rassegna Stampa è compiuta sotto la responsabilità di chi la esegue.

## “Il Grande Viaggio Insieme”, a San Benedetto pomeriggio dedicato allo sport con la Uisp

Redazione Piconotime  
03 Dicembre 2018

E' stata San Benedetto del Tronto l'ultima tappa del “**Il Grande Viaggio Insieme**”, serie di manifestazioni culturali sportive e gastronomiche che **Conad** e **Uisp Marche** hanno portato in varie città italiane durante tutto l'anno.

Nella cittadina rivierasca grande partecipazione di pubblico e atleti nella giornata conclusiva dedicata a tante discipline sportive che si è svolta Sabato 1° Dicembre nella palestra dell'ITC "A. Capriotti". Nel corso del pomeriggio è stato anche inaugurato il pavimento in pneumatici fuori uso che Ecopneus, partner della manifestazione e consorzio leader in Italia per la raccolta e smaltimento dello pneumatico fuori uso, ha donato alla città di San Benedetto del Tronto ad uso delle società sportive associate Uisp.

Hanno parlato al nostro microfono **Tiziano Pesce** (vice presidente nazionale Uisp), **Pierluigi Tassotti** (assessore allo sport Comune di San Benedetto del Tronto) e **Armando Stopponi** (presidente regionale Uisp Marche).

MOVIMENTO PARALIMPICO | IL BILANCIO DEL CIP

# Pancalli: «Ci sono ancora barriere da abbattere»

ROMA - Fa rabbia e procura tristezza rendersi conto che a dispetto del boom del movimento paralimpico, la società regala ancora sgravidolezze. C'è ancora un'altra realtà quotidiana, fatta di sofferenza e discriminazioni. «Sì, dietro questi straordinari atleti - concorda Luca Pancalli, presidente del Cip - esiste anche una realtà diversa, fatta di tante persone con disabilità che nella quotidianità faticano ad andare avanti. Non tutti, infatti, riescono a praticare sport a causa dell'assenza di strutture adeguate. Senza parlare degli ostacoli nella vita quotidiana, dalle barriere architettoniche, alla difficoltà di trovare un lavoro, ai pregiudizi. È solo di ieri la notizia dei ragazzi con sindrome di Down allontanati da un ristorante». Sono circa 70.000 le persone disabili che praticano sport in Italia, di cui 20.000 tesserati a Federazioni Sportive, Enti di Promozione, Associazioni Benemerite. Il Comitato italiano paralimpico disciplina, regola, promuove e gestisce le attività sportive per persone disabili sul territorio nazionale, con l'obiettivo di assicurare il diritto di partecipazione all'attività sportiva in condizioni di uguaglianza e pari opportunità.

«Lo sport è stato e continua ad essere uno strumento straordinario per cambiare la percezione della disabilità nel Paese - ha detto Luca Pancalli - Se si è passati in pochi decenni a parlare di atleti paralimpici, al posto di definizioni meno edificanti come invalidi o handicappati, lo si deve allo sport e alla sua forza nel veicolare storie e valori. I campioni paralimpici, con le loro gesta e il loro esempio, hanno

## «Settantamila persone disabili praticano sport in Italia. Hanno fatto cambiare la percezione»

fatto breccia nel cuore delle persone. Oggi vedere una persona con disabilità nella prima serata tv o in un talent show è la normalità. Sarebbe però un errore pensare che ogni barriera sia stata abbattuta. Non è così».

La missione del Cip è promuovere lo sport come strumento di integrazione e benessere per tutte le persone con disabilità. Per quanto riguarda l'agonismo di alto livello, il Comitato coordina la preparazione atletica delle rappresentative paralimpiche delle diverse discipline in vista degli impegni nazionali ed in-

ternazionali e soprattutto dei Giochi Paralimpici.

«Dal punto di vista dello sport di alto livello, possiamo dire di aver raggiunto l'eccellenza - dice Pancalli -. Le 39 medaglie della Paralimpiade di Rio 2016 hanno dimostrato che il movimento paralimpico italiano ormai è fra i primi Paesi nel panorama sportivo internazionale. In questi ultimi anni abbiamo assistito a una vera e propria esplosione di questo movimento. Solo da giugno a ottobre abbiamo conquistato 172 medaglie nelle competizioni internazionali».



Luca Pancalli, 54 anni, presidente CIP, con Beatrice Vio, 21 anni, campionessa paralimpica italiana di sci, in un abbraccio. In background si vede un banner con la scritta 'TORINO'.

# ControCorrente

## L'inchiesta/Verso il 2030

I risultati in Italia rispetto al goal 3 dell'Onu per il benessere di tutti

Tassi di mortalità ridotti, giovani fumatori in calo, vittime sulla strada dimezzate

Ma su alcuni parametri si notano peggioramenti: cresce l'obesità e si fa poco sport

La scarsa prevenzione pesa sugli ospedali. Asvis segnala criticità per le cure

# La nostra (buona) salute

di **DIANA CAVALCOLI**

«**L**a premessa è doverosa. Rispetto al goal numero 3 dell'Onu, quello che punta ad assicurare la salute e il benessere per tutti e per tutte le età, l'Italia performa meglio di molti Paesi sviluppati». Carla Collicelli, ricercatrice associata del Cnr-Irb e tra i curatori del Rapporto Asvis 2018, prima di parlare di quello che ancora c'è da fare sul fronte della salute ci tiene a guardare il bicchiere mezzo pieno. E non ha torto. Tra il 2010 e il 2016 la situazione italiana è migliorata molto e a incidere è soprattutto la riduzione dei tassi di mortalità. «L'Italia - spiega Collicelli - ha raggiunto l'obiettivo posto per la mortalità neonatale e per la mortalità sotto i cinque anni, collocandosi tra i Paesi con il minor numero di decessi infantili. Dati che continuano a migliorare anche nel Mezzogiorno dove prima si registrava una situazione critica».

renze regionali sono marcate però registriamo anche come il privato offra servizi non solo in tempi molto più rapidi del Ssn, ma a volte con un costo vicinissimo a quello del ticket».

### Sanità poco inclusiva

Uno dei versanti più critici è poi quello della salute delle persone con disabilità. Se è vero che nei Livelli essenziali di assistenza (Lea) ovvero le prestazioni che il Servizio sanitario nazionale è tenuto a fornire a tutti i cittadini, sono stati inseriti alcuni punti fondamentali per i disabili (tra cui la continuità assistenziale) è anche vero che non sempre la normativa viene applicata. «Su questo fronte i passi avanti non sono stati molti. Le famiglie sono seguite nel caso di emergenze ma sono lasciate a loro stesse nel quotidiano. Sicuramente c'è anche

Dal 2004 è in costante diminuzione anche il tasso di mortalità per tumori maligni, diabete mellito, malattie cardiovascolari e malattie respiratorie croniche. «Ci sono poi pochi suicidi rispetto al resto dell'Europa e il numero di morti in incidenti stradali si è quasi dimezzato tra il 2004 e il 2016», dice Collicelli. In più i fumatori sono in calo tra i giovanissimi e le vaccinazioni in età pediatrica, in picchiata dal 2013, hanno subito un incremento in conseguenza del Decreto Vaccini dell'anno scorso.

Ci sono però delle aree critiche. «La prevenzione secondaria ovvero quella che riguarda screening e interventi sanitari funziona bene. Mentre sugli stili di vita registriamo addirittura dei peggioramenti».

#### **Quel che non va**

«Ad esempio il fumo è in calo ma l'obesità è in aumento tra i giovanissimi - sottolinea - e anche l'impegno nello svolgere attività sportive regolarmente non è ancora diffuso quanto dovrebbe».

Il tallone d'achille di noi italiani è quindi la cosiddetta prevenzione primaria quella che interessa i comportamenti in grado di evitare o ridurre a monte l'insorgenza e lo sviluppo di una malattia. «Il che si ripercuote anche sulla sanità: abbiamo ospedali sovraffollati che faticano a gestire il numero di pazienti. Come Asvis abbiamo quindi sollevato il tema dell'accesso alle cure». Si parla di liste d'attesa infinite e dei costi a carico del paziente che per le persone in condizione di indigenza molto spesso non sono sopportabili. Tra le criticità del nostro sistema sanitario l'Ocse indica infatti la spesa pubblica inferiore del 10 per cento rispetto alla media europea e l'alta percentuale di spese a diretto carico dei pazienti, 23 per cento contro una media europea del 15. «Rispetto a questo le diffe-

un'assistenza sul fronte sociale che va potenziata ma anche il servizio sanitario può fare di più».

In questo l'organizzazione del lavoro negli ospedali è cruciale perché è chiaro «che se mancano medici, infermieri e assistenti è ovvio che il servizio offerto non potrà che peggiorare alla luce del numero di non autosufficienti in Italia».

#### **Il Decalogo**

Per tirare le fila di tutte queste necessità Asvis ha presentato un «Decalogo» con l'idea di favorire alcuni interventi specifici. In

primis l'inserimento del tema della salute nella programmazione economica e politica del governo a cui dovrebbe seguire un monitoraggio dei Lea. In particolare rispetto all'accesso e ai tempi di attesa per le prestazioni. Fondamentale anche misurare gli avanzamenti su alimentazione corretta, fumo,

abuso di alcol e diffusione della pratica sportiva. «Dobbiamo intensificare gli sforzi per la medicina della povertà e il supporto preventivo e assistenziale ai poveri, agli stranieri in difficoltà, agli anziani soli, ai carcerati, e misurare i relativi avanzamenti», spiega Collicelli. Oltre, scrive Asvis, a combattere gli sprechi diffondendo una corretta informazione ed educazione sanitaria. «Bisogna assolutamente combattere le informazioni false e farlo in tutti gli ambiti della vita sociale in cui si fa dibattito: dalla scuola all'università passando per le palestre e le associazioni sportive fino ovviamente ai mass media», conclude Collicelli. Il sogno però rimangono i maggior investimenti in ricerca e innovazione che avrebbero un effetto positivo, a cascata, sulla salute e il benessere di tutto il Paese.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**«Dobbiamo intensificare gli sforzi per la medicina della povertà e il supporto preventivo e assistenziale ai poveri, altri stranieri in difficoltà, agli anziani soli, ai carcerati»**

**La spesa pubblica per il nostro sistema sanitario è inferiore del 10 per cento rispetto alla media europea e la percentuale di costi a carico dei pazienti più alta: 23% contro il 15**

## L'analisi

# GLI STILI DI VITA CHE FANNO BENE (E COMBATTONO LA POVERTÀ)

di **LUCIO MACIOCIA\***

L'Obiettivo 3 può essere considerato come un indicatore per la verifica degli avanzamenti degli altri 16 obiettivi della Carta Onu 2030, dal momento che il benessere e la salute costituiscono il risultato delle scelte che accompagnano gli altri 16 Sdgs. Questa dimensione di indicatore suggerisce un'implicazione fondamentale per il raggiungimento dell'obiettivo: salute e benessere sono infatti legati a doppio filo con gli indici della qualità della vita delle popolazioni (cambiamento climatico, inquinamento, condizioni di vita e di lavoro, ecc).

In Italia le condizioni di rischio per una parte rilevante della popolazione che versa in condizioni di povertà assoluta sono molto alte. Quello che è essenziale per la salute degli individui è che rimanga aperta, sempre, la porta delle cure sanitarie alla popolazione più povera, marginale e vulnerabile: immigrati soprattutto, fasce marginali, disoccupati, nuclei familiari multiproblematici, giovani Neet (not engaged in education, employment or training). Tutte queste categorie di persone spesso presentano uno stato emotivo e psichico che non favorisce l'attivazione delle risorse personali per uscire da una situazione di criticità. In Italia, così come nel mondo occidentale, si stanno strutturando almeno due mondi, in cui la ricerca del benessere individuale può correre il rischio di allargare la forbice tra coloro i quali hanno adeguate risorse economiche e culturali (attività fisica, buon cibo, riposo, cultura, viaggi, territori e strutture sanitarie di qualità, reddito ecc.) e un gran numero di persone che non ha nemmeno la consapevolezza di cosa significhi benessere, che vivono e mangiano male, non fanno attività fisica, sono in condizione di prostrazione psicologica.

Un aspetto di problematicità molto alto dei nostri servizi sanitari (non si può generalizzare vista la regionalizzazione e le differenze incredibili di intensità e approcci della sanità) è che stanno faticando oltremodo a rispondere al crescente bisogno di interventi di promozione di salute sul territorio. In una società nella quale si contrappongono la cultura della prevenzione fatta con obblighi di legge (vedi le recenti polemiche sulle vaccinazioni) alla presunta libertà delle scelte individuali basati sui pareri del «dottor Google» o sulla appartenenza identitaria a questa o quella comunità, diventa sempre più difficile basare un intervento sul criterio della partecipazione informata e consapevole e sulla costruzione di reti solidali, mentre è esattamente questa la necessità. In conclusione: la salute ed il benessere sono concetti, come ci ha insegnato la Carta di Ottawa, che vanno al di là del ristretto ambito della sanità, e affondano la propria essenza nella consapevolezza, negli stili di vita, nelle condizioni ambientali e sociali di contesto. La sfida di un Paese come l'Italia è allora quella di ridurre l'insorgenza delle malattie croniche e delle disabilità attraverso stili di vita sani ed ambiente di vita e di lavoro sano, e soprattutto quella di riuscire a coinvolgere il maggior numero di persone verso obiettivi di solidarietà, partecipazione, attenzione al prossimo, consapevolezza sociale, perseguendo la sostenibilità della salute, con particolare attenzione alla salute mentale e alla salute delle relazioni sociali.

*\*Vicepresidente Società Italiana di Promozione di Salute*

© RIPRODUZIONE RISERVATA

# “Liberi” di chiedere domicilio sportivo

MASSIMILIANO CASTELLANI

**C'**è il sole a Roma in questa domenica d'inverno. «Sole che sbatte sul campo di pallone...», verrebbe da cantare (con De Gregori) vedendo scendere in campo la “leva calcistica” della Liberi Nantes. Ragazzi, tra i 18 e i 30 anni, provenienti dalla Nigeria, Costa d'Avorio, Gambia, Senegal, Burkina Faso... Ma su questo campo XXV Aprile nell'antica borgata romana di Pietralata hanno giocato anche afgani e siriani. Tutti insieme appassionatamente, dietro a un pallone. Una cinquantina, tra rifugiati e richiedenti asilo, ogni anno vengono accolti nello spogliatoio del club - fondato nell'ottobre del 2007 - in cui si vive e si gioca a calcio all'insegna della gioia di stare insieme, della condivisione attraverso lo sport. E soprattutto, per la necessità vitale di «inclusione» che è all'origine del loro progetto, più vivo e forte che mai, in campo e fuori. «Nonostante il “decreto sicurezza” che è un'entrata a gamba tesa e restringerà sempre più la possibilità di tesserare dei richiedenti asilo che vogliono far parte della nostra squadra», attacca Alberto Urbinati, ex informatico e ora presidente a tempo pieno della Liberi Nantes.

Uno dei pochi volontari rimasti del nucleo storico dell'Associazione no-profit che rivendica, a ragione, un primato nazionale: «Siamo stati tra i primi in Italia a parlare di “inclusione” mediante lo sport (calcio, touch rugby e escursionismo). Tra i primi anche a porci il problema di come far giocare un richiedente asilo in un campionato federale». La Federcalcio alla loro richiesta rispose con l'iscrizione al campionato di Terza categoria, ma con un clausola ostativa: «Partecipare ai tornei da “f.c.”: fuori classifica. Motivazione? L'assenza di un certificato di residenza - obbligatorio per il tesseramento degli atleti al campionato federale - che in molti casi il richiedente asilo non riesce ad ottenere... Gli operatori dei centri di accoglienza ci raccontano che in alcuni municipi romani ottenere un certificato di residenza per un richiedente asilo è quasi un'impresa eroica. Ora poi con il decreto sicurezza è vietato anche solo pensare di iscriverli all'anagrafe. Perciò ci appelliamo alla Federcalcio e al Coni. Il mondo dello sport che è governato da regole interne potrebbe ap-

poggiare la nostra idea di considerare i calciatori della Liberi Nantes come domiciliati al campo XXV aprile». Questa è la casa di giovani che fuggono da guerre e atrocità. Qui sono seguiti da una squadra di volontari, «almeno una trentina, di cui dieci sempre sul pezzo» con il loro turnover, come i calciatori della formazione biancoblu allenata da Rino

Di Costanzo che in questa stagione ha affiancato lo storico mister Toti Lisciandrello.

«Dopo dieci anni da non classificati abbiamo detto stop - spiegano i mister - e così quest'anno

partecipiamo ad un torneo amatoriale, il “Torneo del Petrolio”, in sinergia con la Fondazione Roma Solidale e lo Sporting United». L'unione fa la forza del progetto Frs Nantes United. «Un anno di transizione per preparare il terreno ad un rientro nel campionato federale, ma stavolta in classifica, nella speranza che la Lega Nazionale Dilettanti accolga la nostra richiesta di “domiciliazione sportiva” per i richiedenti asilo in possesso di un regolare permesso di soggiorno», sottolinea fidu-

cioso il Presidente. Ma a Pietralata non si viene solo per giocare a calcio. Nella borgata che tifa per la Liberi Nantes ha sede la Scuola Media Perlasca dove si tengono i corsi d'italiano. Dal quartiere partono anche le visite guidate al centro storico: «Un modo simbolico per dare le "chiavi di Roma". Per farli sentire meno stranieri bisogna informarli sulla nuova realtà in cui dovranno imparare a vivere e a dribblare i tanti problemi quotidiani che di sicuro non mancano». L'oasi al riparo da tutti i mali sociali è rappresentata proprio dalla vita aggregativa al campo di calcio. E qui per la prima volta si è creata anche una squadra femminile. «Un'autentica impresa è stata riuscire a mettere insieme un gruppo di ragazze di culture e religioni diverse giunte in Italia dopo aver subito ogni tipo di violenza». La femminile della Liberi Nantes rientra nel progetto "S(up)port Refugees Integration" che a Bruxelles ha appena ricevuto il Be Inclusive EU Sport Award della Commissione Europea. «Siamo nei nove progetti selezionati tra i 111 presentati», dice con orgoglio Urbinati riponendo il premio in bacheca. «Sono fiero che ogni progetto è cominciato da questo campo, che gestiamo dietro regolare pagamento del

canone - Prima del nostro arrivo era uno spazio caduto in disuso. Lo abbiamo recuperato con l'aiuto di tanti migranti ma abbiamo fatto in modo che non diventasse un "ghetto" bensì un luogo a completa disposizione del quartiere». Qui ci gioca e si allena la Liberi Nantes ma anche altre cinque-sei squadre locali. E i ragazzi di Di Costanzo e Lisciandrello portano avanti anche la loro battaglia in campo contro il razzismo. «In tanti stadi abbiamo vissuto momenti pacifici, di civilissimo e sportivo "terzo tempo". In altri invece capita di sentire l'insulto razzista che piove dalle tribune, tipo: "negro di m..." o "riportateli al circo". Ma ormai siamo tutti allenati a far fronte a questi casi isolati di follia... A Pietralata poi sanno quanto vale ogni singolo componente della Liberi Nantes e hanno toccato con mano che il lavoro e la cultura di ogni migrante è un arricchimento per l'intera comunità». Qualcuno di loro è riuscito a salire di categoria, ma in undici anni di attività soltanto Josef Perfection, rifugiato camerunese classe 1998, ha visto spalancarsi le porte del grande

calcio: «Josef era entrato nel settore giovanile della Roma e lo scorso anno giocava nel Vicenza in B - spiega Urbinati - Nel 2015 la Roma ha portato le vecchie glorie giallorosse (Giannini, Scarchilli, Bruno Conti...) al campo XXV Aprile per un'amichevole che è stata la festa della Liberi Nantes a cui ha partecipato tutta Pietralata. Una giornata memo-

rabile come quella vissuta a Villa Borghese con papa Francesco che a sorpresa ci invitò sul palco per ascoltare la nostra storia». Una storia che è fatta di vittorie anche fuori dal campo. «Il

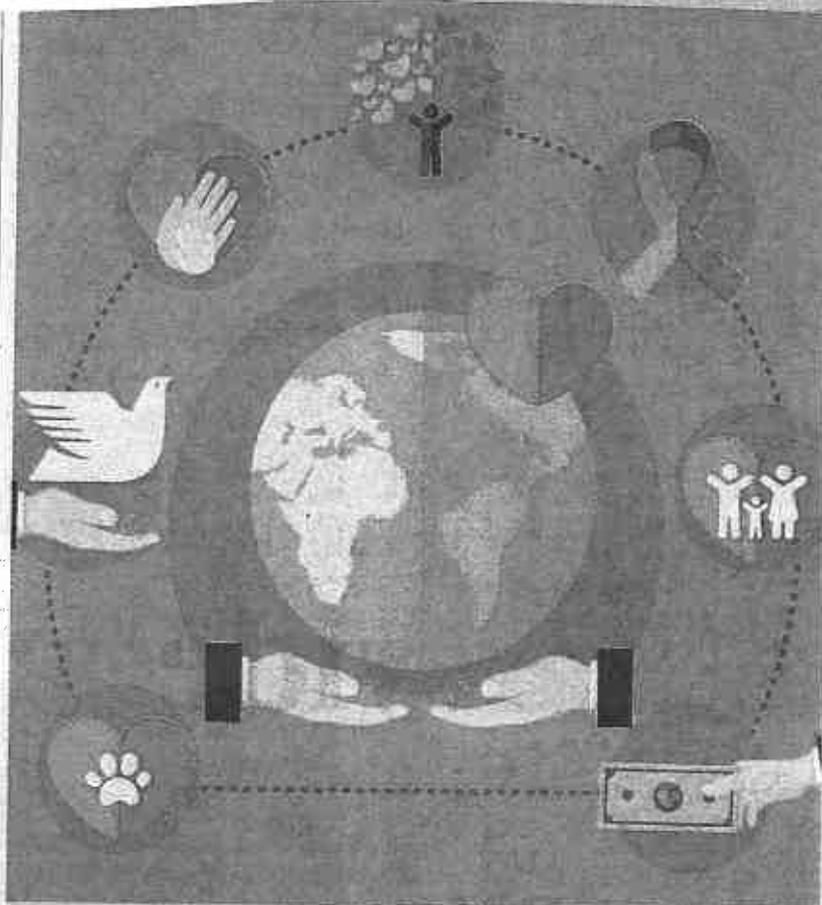
Ora anche una squadra femminile che gioca allo stadio di Pietralata, con il tifo del quartiere

successo è vedere Saravan, un giovane afghano che al Pigneto ha aperto "Pisù" il suo locale in cui serve pizza e sushi. Alcuni dei ragazzi della Liberi Nantes hanno sposato delle italiane, hanno fatto figli e lavorano regolarmente. Con il domicilio sportivo si potrebbero creare altri progetti e nuovi posti di lavoro anche per i ragazzi italiani. Il futuro è nei loro piedi e nelle nostre mani, perdere questa chance sarebbe davvero la peggiore delle sconfitte».

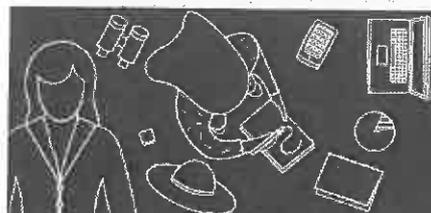
# Quando le persone fanno la differenza

## Giornata mondiale del Volontariato

#buonenotizie Corriere della Sera



**D**omani 5 dicembre oltre 200 rappresentanti del Terzo settore provenienti da tutta Italia si incontrano a Roma per celebrare la Giornata internazionale del Volontariato, indetta dall'Onu nel 1985. «Quando le persone fanno la differenza. Il volontariato che tiene unite le comunità» è il titolo della manifestazione organizzata da Forum nazionale Terzo settore, Csvnnet e Caritas Italiana (dalle 9.30 alle 14, aula magna, Facoltà di Architettura dell'Università Roma Tre, via Aldo Manuzio, 68L). L'evento, che prevede la partecipazione del sottosegretario al Lavoro e Politiche sociali Claudio Durigon, è aperto dagli interventi della portavoce del Forum Claudia Fiaschi con il presidente di Csvnnet Stefano Tabò e al direttore della Caritas don Francesco Soddu. La giornata è un'occasione di confronto con le istituzioni, alla luce delle novità introdotte dalla Riforma. Nell'ambito dell'evento sarà presentato il primo Rapporto Caritas Italiana-Csvnnet sugli empori solidali in Italia. A illustrare i dati Monica Tola di Caritas e Stefano Trasatti di Csvnnet. Sempre nel corso della Giornata internazionale l'Onu pubblica il terzo «State of the world» sul fenomeno che coinvolge un miliardo di persone nel mondo. «Il volontariato costruisce comunità resilienti» è lo slogan scelto dall'Unw, il programma delle Nazioni Unite per la cooperazione e lo sviluppo attivo in oltre 130 Paesi. A Milano una marcia slow partirà alle ore 18.30 da Palazzo Marino. Sarà l'atto conclusivo della kermesse «Volontariato. Tempo per la Città», che ha festeggiato i vent'anni del Centro di Servizio per il Volontariato di Milano. Alla fine della marcia i volontari meneghini consegneranno al sindaco Giuseppe Sala le loro idee per una «voluntary week».



# Alley Oop

L'altra metà del Sole



HOME AT WORK STEM IMPRENDIAMO ONBOARD POLIS WEL-FARE IN FAMIGLIA ALTRI ▾



CATEGORIA WEL-FARE

## Volontariato: il 5 dicembre si celebra chi dona il proprio tempo



scritto da Enza Moscaritolo il 04 Dicembre 2018

WEL-FARE



*"Il volontariato costruisce comunità resilienti".*

È uno slogan importante quello prescelto dall'Unv per celebrare la giornata del 5 dicembre, che pone l'accento su un aspetto nuovo di questa realtà, silente e operosa, che conta un miliardo di persone nel mondo. È, infatti, grazie ai volontari che le nostre comunità riescono a essere più vivibili – *resilienti*, appunto – soprattutto in un momento storico come questo, quando guerre, disastri ambientali, povertà e disagio sociale si allargano a dismisura con conseguenze sempre più devastanti. Per la 33<sup>ma</sup> Giornata Internazionale del Volontariato viene evidenziato l'importante **ruolo sociale dei volontari come riequilibratori di situazioni deviate e difficili**, come preziosi alleati del vivere civile nel consorzio umano, piccolo o grande che sia. Dall'assistenza agli anziani a quella per i disabili, dalla promozione culturale alla tutela dell'ambiente, dalla protezione civile al sostegno alla povertà. Il mondo del volontariato è variegato e ricco più che mai. Basta toccarlo con mano.

E oggi il volontariato ha contagiato anche il mondo dell'impresa. Alcune aziende, infatti, si avvicinano ai temi di responsabilità sociale e ad esperienze di solidarietà e gratuità, proponendo attività di volontariato ai loro dipendenti. È così che è entrato a far parte della "famiglia" composta da circa 300 volontari del centro Caf – Centro Aiuto alle Famiglie – Onlus di Milano, associazione fondata nel 1979 da Ida Borletti come primo Centro in Italia dedicato all'accoglienza, alla terapia e allo studio del maltrattamento infantile e dell'abuso (ispirandosi a esperienze anglosassoni), Luigi Pignattai, oggi pensionato felice del settore finanziario.



«Mi colpì subito il modo di lavorare al Caf – racconta Pignattai – che ho conosciuto durante una giornata di volontariato aziendale. Devo dire che lavoravo per un'azienda americana particolarmente sensibile. Da quel momento ho iniziato e non ho più smesso, anzi, adesso che sono in pensione, sono paradossalmente più impegnato di prima, ma lo faccio con estremo piacere». «Si riceve più di quello che si dà – precisa – sembra una banalità, una frase fatta, ma è la pura verità. Se ognuno di noi facesse qualcosa, un piccolo gesto, davvero la nostra società potrebbe essere migliore».

«I volontari come Luigi sono per preziosi per le nostre attività che comunque vengono portate avanti da operatori professionisti e da personale specializzato, circa un centinaio – spiega Emanuela Angelini, responsabile comunicazione e raccolta fondi dell'Associazione CAF Onlus – danno sicuramente una grande mano. Non siamo un'associazione di volontariato vera e propria però il lavoro dei volontari è più che mai prezioso, sono "donatori" di tempo, e fanno da corollario all'attività di professionisti ed educatori che operano nella nostra struttura. Nel terzo settore il loro ruolo, la presenza attiva, costante è fondamentale per la buona riuscita dei progetti e delle attività».



In Italia il CSVnet, l'associazione che tiene insieme i Centri di Servizi al Volontariato, che quest'anno festeggiano venti anni di attività, sarà presente in una manifestazione nazionale organizzata a Roma, insieme a Forum del Terzo Settore e a Caritas Italiana dal titolo **"Quando le persone fanno la differenza. Il volontariato che tiene unite le comunità"** che declina gli spunti dati dall'Unv sulla situazione nazionale. *"Con quasi 340 mila organizzazioni in cui operano 5,5 milioni di volontari e 800 mila dipendenti, – si legge nel programma, – il non profit rappresenta l'architrave delle nostre comunità perché opera per la coesione sociale". "E nel contempo vive un periodo storico di profondo cambiamento sia al suo interno che nei confronti della politica e dell'opinione pubblica, mentre attende l'applicazione concreta della riforma del terzo settore approvata nel 2016"* si legge nel comunicato.

«Noi come Caf – aggiunge Angelini – ci occupiamo di minori a vario livello, con attività di prevenzione, di accoglienza e cura dei minori tra i 3 e i 18 anni, vittime di traumi fisici e relazionali, allontanati dalle famiglie con un provvedimento del Tribunale per i Minorenni, all'interno di Comunità Residenziali psico-educative – che è un percorso temporaneo, ci tengo a precisarlo – e di un Centro Diurno Teen Lab nel quale sostenere il processo di crescita degli adolescenti in difficoltà e di sostegno alle famiglie, anche cercando di prevenire la dispersione scolastica. Attualmente contiamo circa 300 volontari, distribuiti tra le varie attività di supporto, di promozione o di manutenzione, a seconda delle esigenze. Per la maggior parte sono persone in pensione, studenti universitari, lavoratori part-time o donne che non lavorano. Ne abbiamo una sessantina che chiamiamo "con i minori" che formiamo attentamente perché sono preposti ad attività delicate, nelle quali c'è necessità di sensibilità particolari. Poi ci sono quelli che ci aiutano nelle attività di promozione, con banchetti informativi, e in quelle di manutenzione di struttura».

E questo del disagio e dei maltrattamenti sui minori è un settore che necessita di grande attenzione, visti anche i dati allarmanti emersi anche dall'ultimo Dossier Indifesa 2018 di Terre des Hommes, nel quale si registra un record riguardo al numero dei minori vittime di reati in Italia: 5.788 nel 2017, l'8% in più dell'anno precedente, il 43% in più rispetto a 10 anni fa, quando erano 4.061. Ancora una volta abusi e violenze si abbattano soprattutto su bambine e ragazze (60% del totale delle vittime), inoltre, "Il reato che miete il maggior numero di vittime tra i minori è il maltrattamento in famiglia: trattandosi di casi che hanno richiesto

l'intervento delle Forze dell'Ordine appare particolarmente agghiacciante la cifra di 1.723 bambini in un solo anno».

«Io non potrò mai dimenticare quando – aggiunge Pignattai – in una giornata speciale del “cuoco della domenica”, in cui noi volontari ci sostituivamo alle cuoche che avevano diritto al riposo domenicale, una bimba di quattro anni si aggrappò improvvisamente alla mia gamba. Mi raccontò con semplicità e candore perché era lì, al Caf, una storia, di dolore e di violenza. Non potei fare altro che andarmene in un angolo a piangere. Da lì è cominciata questa mia vita da volontario».



#### ULTIME NOTIZIE

- 19:13 Quanto Ci Limita Il Vestito Che Indossiamo?
- 01:13 Buon Compleanno, Topolino! In Mostra A Roma Come A New York
- 01:12 Cosa C'entra La Fisica Quantistica Con La Nostra Realtà?
- 01:05 Asili: Sono Veramente Le Telecamere La Risposta?
- 00:22 Natalità, E La Cicogna Diventò Allergica Al Matrimonio
- 00:07 Imprenditoria Femminile: Le Iniziative Di Facebook In Italia
- 09:41 Istat, Fotografia In Chiaroscuro Delle Donne Italiane
- 00:11 TedX, Dal 28 Al 30 Novembre In 200 Città La Parola Andrà Alle Donne
- 14:02 State Crescendo Vostro Figlio Come Un "Maschio Tossico"?
- 17:09 Gli Stipendi Calano. E Le Donne Guadagnano Sempre Meno

#### CLOUD TAG

Adozione / **Bambini** / Carriera / Cura /  
**Donne** / Educazione / **Famiglia** /  
 Figli / Genitori / Giovani / Italia /



Giornata Internazionale delle Persone con Disabilità

## Matilde, judoka sordocieca: «è la società che ci rende disabili, non lo siamo noi»

di Sara De Carli 02 dicembre 2018

In Italia l'approccio alla disabilità continua ad essere medico-sanitario. Inclusione sociale, autodeterminazione, autonomia, un cambiamento culturale per andare oltre l'handicap e vedere la disabilità come una condizione che può essere superata se supportata da un ambiente favorevole: è questo l'impegno della Lega del Filo d'Oro

**Matilde combatte sul tatami. Non vede e non sente, segue il suo intuito.** Matilde ha 50 anni, è madre di tre figli – Paola, Marco e l'ultimo, Gabriele, che ha 5 anni e di cui la mamma non ha mai visto il volto, perché quando è rimasta incinta era già completamente cieca – è un'atleta che ha vinto tante medaglie e anche un'insegnante di judo a Napoli. «Ora so che non esistono giocatori di serie A e B nello sport, qualsiasi sport fa uscire il meglio di una persona. **Fare sport mi libera da ansie e depressioni e mi aiuta a vivere senza pietismo e compassione da parte della società**», afferma. «Per me oggi l'indipendenza è tutto, dico

sempre fatemi morire per strada ma non in un letto. Io ho bisogno di credere in me stessa prima di credere negli altri».

Matilde è ipovedente dall'età di 3 anni, per via di una miopia maligna, ed è diventata completamente cieca al secondo anno di università. Quattro anni fa, «dopo tutta la fatica fatta per imparare a vivere al buio», ha iniziato a perdere anche l'udito: **«alla cecità mi ero rassegnata, ma alla sordità proprio no, abbassare il volume della vita è innaturale, insopportabile»**. Matilde è una donna sordocieca, come altre 189mila persone in Italia. Persone che per le loro difficoltà sensoriali ancora oggi sono spesso “tagliate fuori” dalla società, a dispetto dei loro diritti.

«Quando ero ipovedente non è stato semplice fare la mamma, ma alla fine tutto è andato bene. Poi però, quando sono diventata completamente cieca, ho avuto enormi disagi», racconta Matilde. Non tanto nella gestione della vita quotidiana della sua famiglia, «quanto **per le incomprensioni scaturite con la società, che non capisce realmente ciò che avviene nelle famiglie che hanno persone con disabilità**». Ad esempio sua figlia Paola, che oggi ha 22 anni ed è una studentessa universitaria, ha avuto un crollo psicologico quando la madre è diventata completamente cieca: «ma i professori pensavano che lei usasse i miei problemi come alibi. Inoltre, spesso, non sono stata aiutata nel mio diritto di partecipare attivamente alle riunioni, nelle scuole non c'è nessun supporto a livello di LIS e la LIS tattile per permettere alle mamme disabili di partecipare».



E ancora Matilde ricorda quella sua prima gara da atleta sordocieca: «è stata tremenda, poiché l'arbitro non sapendo della mia situazione, mi allontanò dal tatami perché non mi fermavo. Ho dovuto denunciare l'accaduto alla Federazione Sportiva e sono riuscita così ad ottenere l'assegnazione di un arbitro per sordociechi». O racconta di una sua amica completamente cieca, che in fase di separazione, con un figlio, ha dovuto combattere contro il Tribunale che ha provato a farle decadere la patria potestà proprio perché cieca. «Una donna con problemi sensoriali», confida Matilde, «si confronta continuamente con sfide come l'autonomia personale, l'inserimento nel mondo del lavoro, la famiglia, la maternità e la separazione/divorzio... Purtroppo anche nel terzo millennio sono sfide ancora molto difficili da "affrontare" a causa dei muri costruiti dalla società». Per Matilde le vittorie, le medaglie, i suoi allievi dell'Istituto Colosimo di Napoli... sono «la rivincita di una vita faticosa, la vita di una donna che non si arrende mai. **Lo sport mi ha dato tanto, soprattutto mi ha permesso di ottenere una rivincita nei confronti della società: è la società che ci rende disabili, non lo siamo noi**».

*Una donna con problemi sensoriali si confronta continuamente con sfide come l'autonomia personale, l'inserimento nel mondo del lavoro, la famiglia, la maternità e la separazione/divorzio... Purtroppo anche nel terzo millennio sono sfide ancora molto difficili da "affrontare" a causa dei muri costruiti dalla società*

*Matilde, donna con sordocecità*

La Lega del Filo d'Oro per Matilde è «una seconda famiglia. Mi sento supportata dall'equipe della Sede di Napoli, sia emotivamente che nel rapporto con gli enti sul territorio. Sono molto più serena perché da quando ho conosciuto questa realtà mi sento viva grazie anche ai nuovi sistemi comunicativi come il Malossi e LIS tattile. Nel dicembre scorso ho seguito il trattamento al Centro Diagnostico di Osimo, mentre la sede di Napoli mi ha dato la possibilità di fare una valutazione di orientamento e mobilità. A Napoli, partecipo alle attività di socializzazione e al laboratorio di attività occupazionale della "Lega" una volta a settimana. Sono felice perché non avrei mai immaginato di riuscire a realizzare un cestino o di intrecciare i ferri per realizzare cappelli e sciarpe. Stare a contatto con i miei amici sordociechi mi fa sentire a mio agio perché con loro mi sento veramente me stessa; lavoriamo, scherziamo e ci divertiamo. Grazie a loro sto imparando ad accettare e a convivere con la mia patologia».



**Le parole di Matilde si alzano forti in occasione della 25° Giornata Internazionale delle Persone con Disabilità, che si celebra il 3 dicembre.** «In Italia siamo ancora lontani da una cultura della disabilità che sia inclusiva in tutti gli ambiti della vita», le fa eco **Francesco Mercurio**, 37 anni, cieco dalla nascita e sordo da quando ha 10 anni. Si è laureato in giurisprudenza, vive da solo, lavora ed è Presidente del Comitato delle Persone sordocieche della Lega del Filo d'Oro. **«È la società che ci rende disabili, non lo siamo noi. Nessuno oggi, in Italia, entrando in una casa si chiede se c'è l'acqua o la corrente elettrica: lo diamo per scontato. Vorrei che questo avvenisse anche per le rampe di accesso agli edifici, per i segnali sonori agli attraversamenti stradali, per la lingua dei segni nei programmi tv: una cosa del tutto normale. Tutto può diventare normale.** Auspico che un giorno ovunque - nelle case, negli edifici, per le strade, in Tv e sui giornali - siano già previsti gli ausili e gli accorgimenti che ne garantiscono la piena fruibilità e accessibilità anche alle persone con disabilità fisiche e sensoriali». Quello di Francesco non è un sogno da sognare un giorno all'anno. La sua è la consapevolezza della necessità di una «rivoluzione gentile, basata sui principi della nostra Costituzione e sulla Convenzione Onu sui Diritti delle Persone con disabilità, ratificata dall'Italia con la legge 18/09», per provare a immaginare e costruire un mondo migliore, più accessibile, che ci veda protagonisti alla pari degli altri nella società», aveva già spiegato in occasione della 8<sup>a</sup> Conferenza Nazionale delle Persone Sordocieche. «Quello che tutti desideriamo cambiare è il paradigma che ci immagina parte passiva della società. Dobbiamo rivendicare il diritto e il dovere delle persone sordocieche a partecipare fattivamente, alla pari con gli altri, alla costruzione del mondo che ciascuno - sordocieco e non - vorrebbe. Perché sono i "vorrei" di ciascuno di noi che, interagendo, realizzeranno il mondo che verrà».

È la società che ci rende disabili, non lo siamo noi. Nessuno oggi, in Italia, entrando in una casa si chiede se c'è l'acqua o la corrente elettrica: lo diamo per scontato. Vorrei che questo avvenisse anche per le rampe di accesso agli edifici, per i segnali sonori agli attraversamenti stradali, per la lingua dei segni nei programmi tv: una cosa del tutto normale.

*Francesco Mercurio, Presidente del Comitato delle Persone Sordocieche della Lega del Filo d'Oro*

In Italia infatti, benché stiamo per celebrare i dieci anni dalla ratifica della Convenzione Onu come legge dello Stato, relativamente alla disabilità **si continua ad avere un approccio più strettamente medico-sanitario e non si considera ancora del tutto il condizionamento e l'impatto che può avere il contesto sulla disabilità stessa.** «La condizione di disabilità nella Convenzione Onu e non solo viene ricondotta all'esistenza di barriere di varia natura, che possono essere di ostacolo al diritto di partecipazione in modo pieno ed effettivo alla società per quanti hanno minorazioni fisiche, mentali o sensoriali», afferma il Presidente della Lega del Filo d'Oro, Rossano Bartoli. «In occasione di questa Giornata vogliamo sottolineare il diritto all'inclusione nella società delle persone con disabilità, che dovrebbe essere agevolato attraverso interventi, servizi e ausili atti a sperimentare condizioni di vita migliori e maggiore livello di partecipazione sociale. Un primo passo a livello normativo si potrebbe compiere con la piena attuazione della legge 107/2010 che riconosce la sordocità come una disabilità unica e specifica, come già stabilito dal 2004 in sede europea».

*In occasione di questa Giornata vogliamo sottolineare il diritto all'inclusione nella società delle persone con disabilità, che dovrebbe essere agevolato attraverso interventi, servizi e ausili atti a sperimentare condizioni di vita migliori e maggiore livello di partecipazione sociale.*

*Rossano Bartoli, presidente della Lega del Filo d'Oro*

Inclusione sociale, autodeterminazione e autonomia per le persone con disabilità. Di più, un vero e proprio cambiamento culturale per andare oltre l'handicap e vedere la disabilità come una condizione che può essere superata se supportata da un contesto e un ambiente favorevoli: è questo l'impegno della Lega del Filo d'Oro - che da oltre cinquant'anni si prende cura delle persone sordocieche e pluriminorate psicosensoriali e delle loro famiglie - per il futuro.

*Foto di Settimio Benedusi*



## VITA BOOKAZINE

Una **rivista** da leggere e un **libro** da conservare.

ABBONATI



HOME > GROSSETO > CRONACA

## In novecento sull'Ombrone con il Soft Rafting

Progetto dell'associazione Terramare in collaborazione con Uisp e il Comune di Grosseto

Ultimo aggiornamento il 4 dicembre 2018 alle 07:00

★★★★★ 1 voto



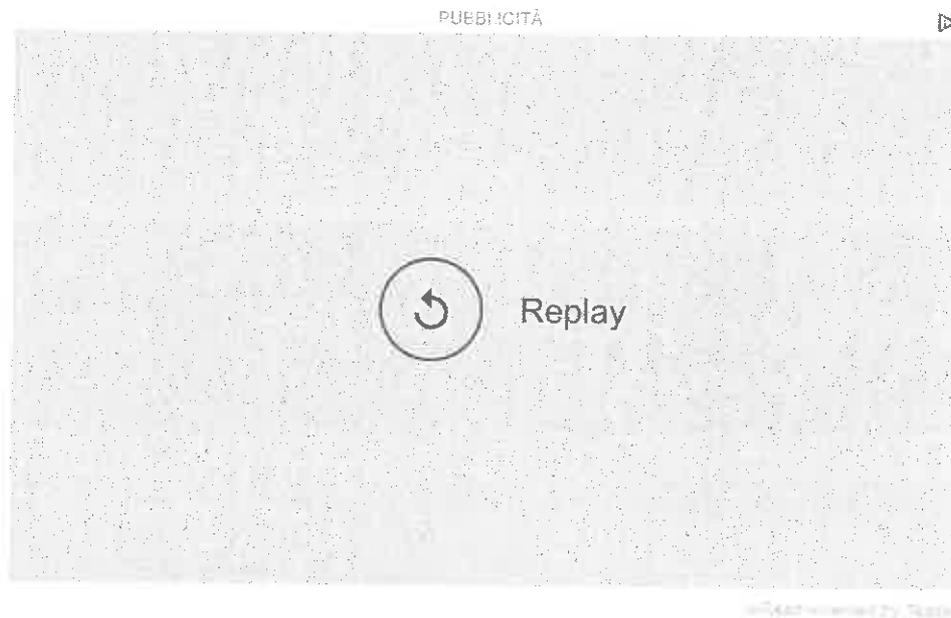
Rafting sull'Ombrone

Grosseto, 4 dicembre 2018 - Quasi un esercito. Novecento persone sono davvero tante e sono quelle che nell'arco di tutto il 2018 si sono avvicinate al fiume Ombrone per conoscerlo, scoprirne segreti e opportunità attraverso il progetto del **Soft Rafting** organizzato dall'associazione Terramare in collaborazione con Uisp e il Comune di Grosseto che si chiude in questi giorni. L'iniziativa - che, appunto, ha visto la partecipazione di circa 900 persone tra studenti, soci e turisti - si rinnoverà anche per l'anno 2019, con l'introduzione di alcune novità. L'obiettivo è quello di promuovere il Contratto



del Fiume attraverso la creazione di una comunità organizzata, che investe su iniziative sportivo-culturali e di valorizzazione del Fiume.

"Il 2018 - afferma Maurizio Zaccherotti, Presidente di Terramare e Coordinatore Acquaviva UISP Toscana - è stato un anno importante per questo progetto, che ha visto la **partecipazione di circa 300 studenti**, sommati ai circa 600 soci e turisti che nell'arco della stagione hanno provato l'avventura rafting sull'Ombrone, con la nostra associazione. In sostanza, ogni anno, intorno al nostro bellissimo fiume, gravitano migliaia di persone, se consideriamo anche le attività portate avanti dalla cooperativa Silva che sta più a valle nel Parco della Maremma. Questo deve far riflettere tutte le amministrazioni sulla necessità di investire su questo elemento e sulle attività turistiche che possono crescere".



Nel corso del 2018, hanno aderito al progetto di Soft Rafting l'Istituto commerciale sportivo Fossombroni, il Liceo scientifico G. Marconi e la scuola media Galileo Galilei, con la partecipazione di circa 300 studenti. "La promozione del territorio- commentano il sindaco, Antonfrancesco Vivarelli Colonna, e il vicesindaco, Luca Agresti- passa attraverso il coinvolgimento delle nuove generazioni, una risorsa importante per la crescita e lo sviluppo. Grazie al progetto di Soft Rafting, i giovani hanno la possibilità di avvicinarsi alla conoscenza del territorio e di vivere lo sport in maniera originale". E per il 2019, l'iniziativa sarà estesa ad altre scuole, grazie al rinnovo del protocollo d'intesa tra Terramare, Uisp e Comune di Grosseto. Tra le novità per la prossima edizione, una giornata dedicata alla pulizia del fiume in collaborazione con una ditta di smaltimento rifiuti locale e prevista in primavera, oltre al coinvolgimento di nuove scuole. Sarà inoltre introdotto un percorso di approfondimento sulle tecniche di conduzione raft per gli studenti interessati e che in seguito vorranno partecipare a dei corsi di formazione professionale.

© Riproduzione riservata



**nmalocal** MARTEDÌ 4 DICEMBRE 2018  
 press,commtech. // the leading company in local digital advertising

anso

**IL GIUNCO**.NET  
 il quotidiano della Maremma

**SOSTENIAMO  
 LE PASSIONI**  
BASTANO PICCOLI GESTI PER FARLE CRESCERE

Fino al 31 maggio 2019 puoi accumulare  
 "Punti Cuore" per sostenere uno degli  
 Enti partecipanti all'iniziativa.

**CONAD**  
 Persone oltre le cose

**CONAD SUPERSTORE**  
 VIA AURELIA ANTICA, 46  
 GROSSETO

GROSSETO

## L'Ombrone e il contratto di fiume: in 900 alla scoperta del soft rafting

di Redazione - 03 dicembre 2018 - 15:26

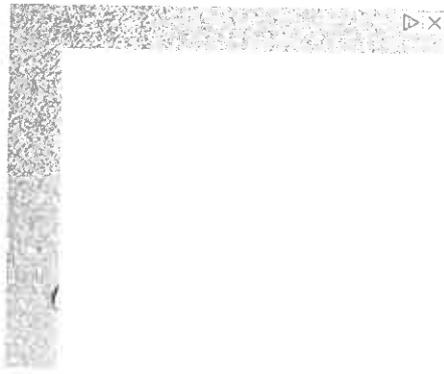


GROSSETO – Si conclude con un bilancio positivo, il progetto di Soft Rafting, organizzato dall'associazione Terramare in collaborazione con Uisp e il Comune di Grosseto. L'iniziativa- che ha visto la partecipazione di circa 900 persone tra studenti, soci e turisti- si rinnoverà anche per l'anno 2019, con l'introduzione di alcune novità. L'obiettivo è quello di promuovere il Contratto del Fiume attraverso la creazione di una comunità organizzata, che investe su iniziative sportivo-culturali e di valorizzazione del Fiume.

*"Il 2018 – afferma Maurizio Zaccherotti, Presidente di Terramare e Coordinatore Acquaviva UISP Toscana – è stato un anno importante per questo progetto, che ha visto la partecipazione di circa 300 studenti, sommati ai circa 600 soci e turisti che nell'arco della stagione hanno provato l'avventura rafting sull'Ombrone, con la nostra associazione. In sostanza, ogni anno, intorno al nostro bellissimo fiume, gravitano migliaia di persone, se consideriamo anche le attività portate avanti dalla cooperativa Silva che sta più a valle nel Parco della Maremma. Questo deve far riflettere tutte le amministrazioni sulla necessità di investire su questo elemento e sulle attività turistiche che possono crescere".*

Nel corso del 2018, hanno aderito al progetto di Soft Rafting l'Istituto commerciale sportivo Fossombroni, il Liceo scientifico G. Marconi e la scuola media Galileo Galilei, con la partecipazione di circa 300 studenti. *"La promozione del territorio"* commentano il sindaco, Antonfrancesco Vivarelli Colonna, e il vicesindaco, Luca Agresti- *passa attraverso il coinvolgimento delle*

**Municipality of Grosseto**



*nuove generazioni, una risorsa importante per la crescita e lo sviluppo. Grazie al progetto di Soft Rafting, i giovani hanno la possibilità di avvicinarsi alla conoscenza del territorio e di vivere lo sport in maniera originale". E per il 2019, l'iniziativa sarà estesa ad altre scuole, grazie al rinnovo del protocollo d'intesa tra Terramare, Uisp e Comune di Grosseto. Tra le novità per la prossima edizione, una giornata dedicata alla pulizia del*

fiume in collaborazione con una ditta di smaltimento rifiuti locale e prevista in primavera, oltre al coinvolgimento di nuove scuole. Sarà inoltre introdotto un percorso di approfondimento sulle tecniche di conduzione raft per gli studenti interessati e che in seguito vorranno partecipare a dei corsi di formazione professionale.

Contenuti Sponsorizzati da Taboola

### **Ecco 6 Buoni Motivi per scegliere Conto Webank**

Webank

### **Illumina il suo Natale con i gioielli PANDORA!**

Pandora

### **Questa casa misura solo 27 metri quadrati, ma quando vedrai il suo interno, vorrai comprarla!**

PortaAffiliati

### **Scale di risalita: quanto sono costosi? Cerca ora**

Offerte di Montascale | Link Sponsorizzati

### **10 foto che provano la pericolosità dell'Australia**

Easyviaggio

### **Sai che i buoni pasto sono deducibili al 100%?**

ticketrestaurant.it

### **Potrebbe Interessarti Anche**

da Taboola

### **Video di Ecco la nuova chiesa di Grosseto: Madre Teresa di Calcutta - IlGiunco.net**

### **Maxi incidente alle porte di Grosseto: 15 persone ferite in ospedale - IlGiunco.net**

### **Lutto nel mondo della cultura: oggi l'ultimo saluto a Barbara - IlGiunco.net**

emivita che evitano l'...  
za della artropatia emofiliaca.  
Un'attenta valutazione del sin-

soprattutto nel periodo esti-  
vo».

## “La fatica non esiste” il libro di Nico Valsesia

Appuntamento martedì  
prossimo al Teatro Ex  
Seminario di Bertinoro  
per la presentazione

### BERTINORO

Nico Valsesia presenta il suo libro “La fatica... non esiste” martedì prossimo 4 dicembre, al Teatro Ex Seminario di Bertinoro, in piazza Novelli (ore 21). Nico Valsesia, oltre ad aver partecipato per 5 volte alla Raam negli Stati Uniti, la gara più massacrante al mondo, e un personaggio che va oltre e combinando le sue principali passioni, il ciclismo e lo sci d'alpinismo, ha rivoluzionato la sfida dell'ascesa in



Nico Valsesia

vetta ideando il progetto “From zero to”, ovvero la scalata no-stop partendo in bicicletta dal livello del mare e proseguendo a piedi o con gli sci fino alla vetta. La serata, organizzata dall'associazione “Bike to” in collaborazione con UISP Ciclismo con il patrocinio del Comune di Bertinoro.

press,commtech.

the leading company in local digital advertising

ASCOLTACI ONLINE

PLAY ▶

R24

COLLEZIONE UOMO  
AUTUNNO / INVERNO 2018TINTA TIENDA  
VENTIMIGLIA - BORDIGHERA - SANREMO - IMPERIACOLLEZIONE DONNA  
AUTUNNO / INVERNO 2018

Riviera24.it

I CORSI

## AFA, il progetto della Asl1 Imperiese per l'attività fisica degli anziani foto

"L'attività fisica è fondamentale per la prevenzione e per contrastare il fenomeno della solitudine", dichiara Sonia Viale

di Luca Simoncelli - 03 dicembre 2018



**Sanremo.** I distretti sanitari e sociali di Imperia Sanremo Ventimiglia, in collaborazione con l'associazioni Auser e l'associazione per l'invecchiamento attivo a con Uisp, Sport per tutti, si sono resi promotori di un'iniziativa di promozione alla salute e prevenzione delle patologie croniche invalidanti.

Prossima



L'**attività fisica adattata** é infatti un'attività motoria di gruppo, finalizzata a prevenire la perdita di autonomia (prevenzione secondaria e terziaria della disabilità), a preservare quindi il proprio stato di autonomia, a modificare e migliorare lo stile di vita ed é appositamente predisposta per le persone con patologie croniche e/o con limitazioni delle capacità motorie.

L'inattività o la riduzione fisiologica dell'attività fisica sono oggi un problema sempre più importante di sanità pubblica. E' quindi opportuno che la popolazione modifichi il proprio stile di vita. Il **Progetto AFA** attività fisica adattata si prefigge lo scopo di creare una nuova cultura attraverso conoscenza degli effetti favorevoli dell'attività fisica, che recuperi il movimento come parte integrante ed essenziale della vita di tutti i giorni.

I programmi sono disegnati in modo specifico per i differenti livelli di abilità ed hanno caratteristiche adeguate alle condizioni funzionali dei partecipanti.

I percorsi AFA non sono compresi nei livelli essenziali di assistenza assicurati dal servizio sanitario regionale, non é quindi un'attività sanitaria e il cittadino, con una quota minima, può contribuire ai costi del programma di prevenzione per la propria salute.

Tale attività non é soggetta a certificazione medica, ma viene consigliata dai medici di medicina generale su apposita modulistica, dagli specialisti, dalle équipes di riabilitazione nel contesto di progetti riabilitativi già avviati e conclusi. I partecipanti saranno sottoposti ad una valutazione fisiologica finalizzata all'accesso ai corsi e all'individuazione delle tipologie di programma AFA ritenuta più idonea e ad una successiva rivalutazione a sei mesi dall'inizio dell'attività per controllare l'adeguatezza dei programmi.

I corsi saranno condotti da personale specializzato (fisioterapisti) e si svolgeranno in varie sedi (palestre, società sportive) distribuite su tutto il territorio provinciale.

"L'attività fisica adatta ha una valenza fondamentale in termini di prevenzione di stati di cronicizzazione e limitazione della capacità motorie nonché come stile di vita per un miglior invecchiamento", dichiara il vicepresidente e assessore alla sanità di Regione Liguria **Sonia Viale**. "Con una conseguente ricaduta contenimento della spesa sanitaria sul medio e lungo termine. Non da meno é la valenza sociale dell'attività che favorendo l'incontro e il contrasto del fenomeno della solitudine delle persone anziane".

"Credo che questo progetto sia un esempio concreto di collaborazione e sinergia tra le associazioni e le agenzie del territorio, finalizzato ad implementare la rete di servizi destinati agli anziani", afferma il direttore sociosanitario **Roberto Predonzani**. "I programmi AFA possono rappresentare non solo un'ideale attività di prevenzione, ma anche un'occasione di socializzazione per le persone".

Che cos'è? L'AFA é un'attività motoria non riabilitativa, ma di mantenimento e prevenzione, finalizzata ad acquisire corretti stili di vita attraverso programmi di esercizi fisici svolti in gruppo seguendo protocolli condivisi con il personale sanitario dell'ASL1.

A chi si rivolge? A tutti coloro che desiderano partecipare, con accesso preferenziale per le persone over 65, in condizioni di salute stabili, per assenza di malattia acuta o con riduzione delle capacità funzionali a seguito di condizioni cliniche pregresse ormai stabilizzate.

Il materiale informativo e la scheda d'iscrizione possono essere ritirati presso lo studio del medico curante o presso i Istituti sanitari: Ventimiglia in via Lamboglia 13 0184 534878, Sanremo in corso Garibaldi 1 0184 536701, Imperia in via Acquarone, 9 0183 537528.



**Sneaker ASSO**  
€ 14,99  
Compra



**ZainoBlu Piquadro**  
€ 129,99  
Compra



**Zaino Borbonese**  
€ 114,99  
Compra

it.privaila.com A&P

Taboola Feed

### Perchè dovresti scegliere N26 rispetto alla Postepay

N26 - La Banca per Smartphone | Sponsorizzato

### Qui può trovare un montascale conveniente in Bologna con 10 anni di garanzia

Offertarapida.it | Sponsorizzato

### Era la bambina più bella del mondo: ecco com'è oggi

momentofionna.it | Sponsorizzato

### Ecco com'era Donatella Versace e com'è oggi!

Alfemminile | Sponsorizzato

### Come creare una entrata fissa mensile in pochi passi

forexexclusiv.com | Sponsorizzato

### 12 soldiers - Guardalo su CHILI senza vincoli di abbonamento

chili.com | Sponsorizzato

### smart black friday. Partecipa al concorso.

smart un marchio Daimler | Sponsorizzato

### I multi marca rivendono le scarpe a tanto, Velasca li salta

Velasca | Sponsorizzato

### Crea il tuo bracciale a soli 109€ invece che 137€!

Pandora | Sponsorizzato

### 15 min al giorno : un tempo sufficiente per iniziare a parlare una nuova lingua!

Babbet | Sponsorizzato

### Configura Nissan X-TRAIL.

Nissan | Sponsorizzato

Impostazioni sulla privacy

G+ Like 0 Salva

## Nuoto, il Circolo Uisp brilla ai Camp. Italiani

Posted 13 ore ago by redazione



Nelle giornate di Venerdì e Sabato si è svolto il Campionato Italiano Open di vasca corta nella piscina di Riccione.

Il Circolo Nuoto UISP Bologna si è ben comportato, portando a casa 3 medaglie d'oro, 2 d'argento e 2 di bronzo e un importante quarto posto nella classifica maschile a squadre tra le società civili.

La copertina è tutta per Marco Orsi, autore di prestazioni super, a partire dal record italiano nei 100 misti vinti in 51"57. Il suo bottino personale è ricco, con le ulteriori due vittorie nei 50 stile libero in 21"41 e 50 farfalla in 22"87, e l'argento nei 50 dorso in 23"62.

L'altra medaglia d'argento arriva da Simone Geni, sempre nei 100 misti in 52"60, regalando al Cienne una splendida doppietta. Per Simone, un campionato positivo con i quinti posti nei 50 farfalla e 200 misti e il sesto posto nei 50 rana.

Le due medaglie di bronzo arrivano da Zaccaria Casna, bolzanino di stanza a Bologna da 3 anni, nei 50 e 100 rana sempre dietro a Scozzoli e Martinenghi. In entrambe le gare Zaccaria registrerà crono interessanti al di sotto dei suoi personali in 26"95 e in 58"77.

Positive anche le prove degli altri Cienne presenti a Riccione, a partire da Francesco Martelli, Fabien Marciano, Sara Covella, Sara Alesci e Elisa Maloni.

Soddisfazione per la dirigenza e per lo staff tecnico del Circolo Nuoto che può guardare al proseguo della stagione con ottimismo e buone sensazioni.

Anche Tags: nuoto

Anche Categories: News Sport Vari

## TOP VOLLEY FACEBOOK

 Top Volley ha condiviso il video della diretta di Trentino Volley S...  
 5 months ago

Trentino Volley Srl

Presentazione ai media di Maart Garderen

0 0 View on fa

 Top Volley  
 5 months ago

 Serie A2 femm, San Lazzaro non is...  
 squadra e rinuncia anche alla serie B  
<http://www.sportpress.it/serie-a2-fem-san-lazzaro-non-iscrive-la-squadra-rinuncia-anche-alla-serie-b-0616.html>  
 Pallavolo San Lazzaro VIP

 Purtroppo la nostra serie A rim...  
 sogno. Dopo averla conquistata sul...  
 in maniera esaltante con tecnica,  
 sacrificio, motivazioni di ordine eco...  
 ci obbligano responsabilmente a...  
 more


gli amici di

0 0 View on fa

1 of 285

## FREE PRESS FACEBOOK

## Trofeo via Larga: ottava prova del Campionato Provinciale Uisp

03 dicembre 2018



Quasi 400 iscritti di cui 360 arrivati sul traguardo si sono dati battaglia domenica 2 dicembre al Secondo Trofeo Via Larga, la competitiva valida come ottava prova del Campionato provinciale Uisp di atletica e del Foggy Trophy.

Quasi 12 km sulle strade attorno al Centro Commerciale Pianeta per una gara di alto livello che ha visto atleti e squadre provenienti anche da fuori regione.

Tra gli uomini arrivo in volata tra i due atleti dell'Atletica Castenaso, i fratelli Generali. Ha prevalso il maggiore, Elia, con il tempo di 37 minuti e 48" distanziando di appena 3 secondi Emanuele.

Sul podio anche David Colgan della Pod. Ozzanese con il tempo di 38'03".

Tra le donne ottima prova di Laura Ricci della Calcestruzzi Corradini che ha terminato la fatica in 43'34" con un vantaggio di 10 secondi su Isabella Morlini dell'Atl. Reggio. Terza Gloria Venturelli dell'Atl. RCM Casinalbo staccata di oltre un minuto e arrivata con il tempo di 45'24".

Tanti anche i camminatori che hanno preceduto la gara, per un appuntamento sempre molto partecipato.

Prossima prova del campionato Provinciale Uisp Domenica 16 dicembre a CastelMaggiore con l'attesissima Corrida del Progresso, mentre il giorno dell'Immacolata si andrà al Parco della Resistenza di San Lazzaro per la quarta ed ultima prova del Campionato di Corsa Campestre.

#gonews.it®

Giornale Orario Toscana

martedì 4 dicembre 2018 - 10:42

&lt;&lt; INDIETRO

## Uisp in gita a Perugia per svago e cultura

03 dicembre 2018 12:40 Attualità Empolese Valdelsa

Mi piace



(foto gonews.it)

La Uisp Empoli Valdelsa organizza per sabato 15 dicembre una gita a Perugia. Una giornata di svago e conoscenza riservata ai soci Uisp. L'itinerario prevede la visita alla Casa del Cioccolato, un luogo unico al mondo a pochi chilometri dalla città. Si potranno vedere gli stabilimenti della fabbrica "Perugina", il laboratorio e la scuola del cioccolato. Inoltre, è prevista una visita nel cenro storico di Perugia con sosta alla cattedrale, al palazzo dei Priori e la fontana Maggiore. La gita si concluderà con la Rocca Paolina, dove sono allestiti i mercatini di Natale.

PROMOSTITÀ





Il ritrovo è previsto per le 6.15 in piazza Guido Guerra. La quota di partecipazione è di 52 euro per gli adulti e 50 euro per minori di 14 anni. Il costo della quota di adesione all'associazione per la stagione 2018/2019, invece, è di 6,50 euro.

Sono disponibili gli ultimi posti. Per prenotare ci si può recare direttamente nella sede del comitato in via XI Febbraio 28/A, a Empoli. Per informazioni chiamare il numero 0571/711533.

**Tutte le notizie di Empolese Valdelsa**

<< Indietro

Taboola Feed

## Ecco i lavori più pagati da casa da fare anche solo con il Computer

newsdiqualita.it | Sponsorizzato

## Gli ascensori sono costosi? Non così veloce

Offerte di Montascale | Link Sponsorizzati | Sponsorizzato

## Poche donne italiane conoscono questo trucco per eliminare borse e occhiaie

Skinlabo | Sponsorizzato

## Antibiotici, quando sono davvero indispensabili?

Attiviti | Sponsorizzato

## Era la bambina più bella del mondo: ecco com'è oggi

momentodonna.it | Sponsorizzato

## Questa casa misura solo 27 metri quadrati, ma quando vedrai il suo interno, vorrai comprarla!

Factaholics | Sponsorizzato

## 20 motivi per scegliere il conto corrente N26 rispetto alla Postepay

N26 - La Banca per Smartphone | Sponsorizzato

## Ecco l'apparecchio acustico che sta cambiando le vite degli over 50

HearClear | Sponsorizzato

## Le 30 spiagge più pericolose al mondo

Easyviaggio | Sponsorizzato

## Caro Babbo Natale, vorrei una cameretta "da grande"

Cinius | Sponsorizzato

## Io sono tempesta - Guardalo su CHILI

chili.com | Sponsorizzato