



## **SELEZIONE STAMPA**

*(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)*

14 OTTOBRE 2022

IN PRIMO PIANO:

- [Si insedia il nuovo parlamento: Il discorso antifascista di Liliana Segre \( su La Repubblica \)](#)
- [Il Forum Terzo Settore al nuovo Parlamento: "Chiediamo impegno per sostenere l'economia sociale"](#)
- Progetto SportPerTutti: oggi la presentazione del progetto presso l'impianto sportivo Fulvio Bernardini Uisp a Roma ( su [Giornale Radio Sociale](#) e [TeleAmbiente](#) )

- Caro energia: [Riaprono le piscine Dogali di Modena e la piscina comunale di Pinerolo](#)
- [Uisp interviene al Convegno finale del progetto "Futuro prossimo" con Save the Children \( su Dire \)](#)

#### ALTRE NOTIZIE:

- «Brave New Sport»: [il libro di Infront sugli scenari sullo sport del futuro](#)
- [Combattere l'ansia con lo sport aerobico](#) ( su Gazzetta dello sport)

#### - NOTIZIE DAL TERRITORIO:

- [Castiglione, domenica 16 ottobre il "Circuito del Castello" di Mountain Bike](#)

#### VIDEO DAL TERRITORIO:

- [Pallacanestro Uisp Roma Domenica 9 ottobre, presso il campo della ASD UISP XVIII, si è tenuto il primo Torneo \*\*Start Under 15\*\*](#)
- [Uisp Padova con il Club DAO Padova, arti marziali-Kung Fu-Qwan Ki Do](#)

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

# Politica

## Il discorso antifascista di Liliana Segre. Tanti applausi, ma su Matteotti, 25 aprile e Costituzione la destra è tiepida

di Concetto Vecchio

*Un intervento potentemente politico e partigiano quello della senatrice a vita. "La nostra Carta è il testamento di 100mila caduti nella lunga lotta per la libertà"*

13 OTTOBRE 2022

*Liliana Segre fa un gran discorso repubblicano e antifascista di ventitré minuti che è insieme ammonimento e testimonianza civile. "Proprio nel centenario della marcia su Roma tocca a me assumere momentaneamente la presidenza di questo tempio della democrazia", dice, e tutti si alzano in piedi, anche a destra. Ma la destra l'applaudiva troppo timidamente, quando, poco dopo, citerà Giacomo Matteotti e il 25 aprile. Freddezza glaciale quando raccomanda di spendere più tempo ad applicare la Costituzione che a provare a cambiarla: una critica ai progetti di presidenzialismo di Giorgia Meloni. Segre è netta, non rituale, non ecumenica. E' potente. La senatrice a vita, sopravvissuta alla Shoah, la più anziana in questo emiciclo, fa un discorso sfacciatamente politico. Partigiano, verrebbe da dire: nel senso che queste sono le radici della nostra Repubblica. E non vanno stravolte.*

*Governo: eletti i presidenti di Camera e Senato*

*Camera - Fontana è il nuovo presidente | Il profilo*

*Berlusconi - La foto degli appunti su Meloni*

*Liliana Segre - Il discorso | Il testo integrale*

*Parlamento - Chi sono i deputati e i senatori | Fontana candidato alla Camera*

*Il calendario - Dal Parlamento all'incarico di governo*

*Dice: "In Italia il principale ancoraggio attorno al quale deve manifestarsi l'unità del nostro popolo è la Costituzione repubblicana, che, come disse Piero Calamandrei, non è un pezzo di carta, ma è il testamento di 100mila caduti nella lunga lotta per la libertà: una lotta che non inizia nel settembre del 1943 ma che vede idealmente come capofila Giacomo Matteotti".*

*La storia giochi strani scherzi. Nel giorno del battesimo della destra avviata al governo, mai così forte e radicale, nel Senato della Repubblica tocca a una vittima del nazifascismo inaugurare la diciannovesima legislatura. Dice: “Le grandi nazioni dimostrano di essere tali anche nelle festività civili. Perché non dovrebbe essere così anche per il popolo italiano? Perché dovrebbero essere divisive, anziché vissute con autentico spirito repubblicano, il 25 aprile, il 1 maggio, il 2 giugno?” A destra sembrano perplessi, come stupiti dalla qualità del discorso. Ignazio La Russa, che ha la casa pieni di cimeli sul Duce, e che stasera sarà il nuovo presidente del Senato, è seduto in prima fila. Silvio Berlusconi arriva in compagnia di Licia Ronzulli, che lui sponsorizza per un ministero importante. Lotito, che gli sta davanti, subito si alza per omaggiarlo. Segre cita Mattarella e il Papa (applausi per entrambi) e Napolitano (la destra rimane immobile). Applausi bipartisan quando si è scaglia contro la politica urlata, le campagne d’odio e l’imbarbarimento del dibattito pubblico: lì tutti in piedi. “Il popolo ha deciso chi deve governare, questa è l’essenza della democrazia”, ricorda. Evoca il rispetto dei ruoli e rivendica la centralità del Parlamento e l’Unione europea, “che non deve lasciare indietro nessuno solo”.*

*L’aula, va detto, è stata naturalmente rispettosa verso la nobile biografia di questa donna che ha confessato la sua vertigine di trovarsi su questo banco all’età di 92 anni, dopo che per colpa delle leggi razziali fu costretta a lasciare il suo banco alle elementari per colpa delle leggi razziali fasciste. Ma la storia non è neutra, e le culture politiche non conciliabili, questa è la sua lezione: ma comune dovrebbe essere l’aspirazione a voler bene a questa cosa chiamata democrazia.*



## **Il Forum Terzo Settore al nuovo Parlamento: “Chiediamo impegno per sostenere l’economia sociale”**

Roma, 13 ott – “Al nuovo Parlamento, a cui facciamo i nostri auguri di buon lavoro, chiediamo che si impegni presto a promuovere e sostenere un’economia più inclusiva, sostenibile e partecipata. L’inizio della legislatura coincide con il convegno internazionale sull’economia sociale, che accende i riflettori su un modello economico, di cui il Terzo settore è il principale attuatore, in grado di dare risposte ai bisogni sociali e ambientali, oltre che economici del Paese, e che rappresenta una chiave fondamentale per uscire dalla crisi attuale”. Così Vanessa Pallucchi, portavoce del Forum Terzo Settore, al Convegno internazionale sull’Economia sociale organizzato in collaborazione con il Ministero del Lavoro, oggi e domani presso il Centro Congressi Roma Eventi.

“Sull’economia sociale l’Italia già rappresenta un modello per gli altri Paesi europei, ma vanno rafforzate quelle condizioni che possono rendere l’economia sociale una risposta innovativa e diffusa alle crisi generate dall’attuale modello di sviluppo. Sarebbe un bel

segnale verso il Paese – prosegue – se il nuovo Parlamento, tra i suoi primi atti, prevedesse misure in questo senso, dimostrando di avere cura e attenzione per il Terzo settore, sostenendolo nella costruzione di nuove opportunità economiche e sociali per i nostri territori”.

“Tra le misure più urgenti, ci sono sicuramente gli aiuti a tutte quelle realtà sociali che, a causa dei rincari dell’energia, non riescono a proseguire le loro attività, che molto spesso sono rivolte proprio alle categorie più fragili e ancora più indebolite dal caro-bollette” conclude Pallucchi.



## **Uisp Roma presenta il progetto SportPerTutti: “Premiamo iscritti che useranno mezzi di mobilità sostenibile”**

14/10/22

[Facebook](#)[Twitter](#)[WhatsApp](#)[Telegram](#)

**SPORT**

### **Sport sostenibile**

Presentata la versione romana del progetto nazionale Uisp SportPerTutti, che intende sostenere l’accessibilità e la sostenibilità dell’attività sportiva. Ascoltiamo Simone Menichetti, presidente Uisp Roma.



# “Sport per tutti”: il 14 ottobre al Fulvio Bernardini Uisp la presentazione del progetto

Di

Redazione

-

13 Ottobre 2022

## ***Venerdì 14 ottobre presso l'impianto sportivo Fulvio Bernardini Uisp a Roma, verrà presentato il progetto “Sport per tutti”***

Il progetto “*Sport per tutti: rete di collaborazioni e di iniziative per sostenere l'accessibilità all'attività sportiva e per valorizzare il ruolo dello sport nel processo di riattivazione socio-economica post COVID-19*” (finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali – Art. 72 del D.Lgs. 117/2017, Annualità 2020) intende valorizzare lo [sport](#) e l'**attività fisica** quali strumenti prioritari per supportare il raggiungimento degli obiettivi dell'[Agenda 2030](#), con particolare attenzione alle città ed alla dimensione urbana. L'obiettivo è quello di rendere i vantaggi determinati dallo sport e dall'attività fisica accessibili a tutti, anche in momenti di crisi.

Il progetto verrà presentato nella conferenza stampa organizzata dal Comitato Uisp Roma che si terrà venerdì 14 ottobre, dalle ore 10:00 alle ore 11:00, presso l'impianto sportivo [Fulvio Bernardini Uisp](#), via dell'Acqua Marcia 51 (zona Pietralata).

Il progetto si realizzerà complessivamente in 15 regioni italiane con il coinvolgimento di 26 Comitati territoriali Uisp, insieme ad altri soggetti del terzo settore, Università e reti associative. Il progetto è finanziato dal ministero del Lavoro e delle Politiche sociali.

All'impianto sportivo comunale Fulvio Bernardini Uisp, l'azione pilota del progetto sarà “Uisp4Sustainability”, la componente ambientale che prevede l'attivazione e lo sviluppo di un sistema di promozione e valorizzazione della mobilità dolce, attraverso la definizione di piani per la [mobilità sostenibile](#) e lo sviluppo di sistemi innovativi

finalizzati alla “contabilizzazione ambientale” dei km trasferiti dalla mobilità motorizzata a quella dolce.

Nella conferenza stampa verrà illustrata tale azione che si svilupperà all’impianto sportivo di Pietralata. Verranno discusse le iniziative future volte a promuovere la mobilità sostenibile casa-impianti sportivi attraverso analisi curate dalla **Simurg Ricerche**.

Interverranno alla conferenza: **Tiziano Pesce**, presidente nazionale Uisp, **Simone Menichetti**, presidente Uisp Roma; **Andrea Torre**, Amministratore Unico UISPRoma Work in Progress, **Alessandro De Paolis**, Direttore dell’impianto sportivo Fulvio Bernardini, **Daniele Mirani**, responsabile Simurg Ricerche, oltre a rappresentanti delle istituzioni municipali e comunali.



## Dogali, la Uisp conferma: Domenica si riapre, ma docce e phon si pagheranno

Data: 13 Ottobre 2022 - 19:56 / Categoria: **Società**

Autore: **Redazione La Pressa**

È finalmente arrivato il giorno della riapertura per le Piscine Dogali di Modena, dopo un mese di passione e di difficoltà. La data del nuovo taglio del nastro è quella di domenica 16 ottobre, quando le porte della piscina si riapriranno alle ore 8:30 per ospitare nuovamente il nuoto libero, rimanendo aperte fino al tardo pomeriggio. Alle 10:30 spazio per un piccolo rinfresco coi presidenti delle società di Dogali ssd che hanno sostenuto economicamente lo sforzo per poter riaprire, i dipendenti, alcuni atleti'. Lo ha comunicato la Uisp di Modena specificando che 'da lunedì 17 ricominceranno i corsi in vasca, con una programmazione già definita che coinvolge in prima istanza i bambini nella vasca scolastica e in quella da 25 metri, gli anziani, i disabili e lo sport giovanile. La segreteria della piscina sarà al lavoro da venerdì e per tutto il weekend per comunicare a tutti le modalità di riapertura.

La scadenza dei corsi sarà differita di quattro settimane dovute alla chiusura. Da ultimo Dogali chiederà un piccolo sforzo economico ai propri soci, una “quota di sostegno” per docce e phon nell’ordine di alcuni euro, come ormai capita in tutti gli impianti natatori del Paese.

È stato impostato un programma di riapertura e divisione degli spazi in via transitoria fino al 31 dicembre – racconta il **presidente di Dogali Paolo Belluzzi** – per consentire una riapertura in

sicurezza e per tutti coloro che avevano già acquistato abbonamenti e corsi. Il programma ufficiale coi giorni e gli orari di apertura sarà disponibile da gennaio con anche il nuovo piano tariffario». Belluzzi puntualizza poi quanto accaduto nell'ultimo mese: «Dopo la chiusura forzata è stato possibile sottoscrivere il nuovo contratto di fornitura con Hera grazie allo sforzo economico e al prestito dei soci di Dogali, ovvero Uisp Modena, Aics, Pentathlon Modena, Sea Sub e Bruno Loschi. Dopo le opportune verifiche tecniche effettuate giovedì pomeriggio, connesse al nuovo allacciamento alla rete del gas, si è messo in funzione l'impianto nel suo complesso per ciò che riguarda le vasche scolastica e da 25 metri, che ora sono pronte per ospitare di nuovo la cittadinanza. Ci teniamo a sottolineare che quello relativo a Dogali è un appalto di gestione di un servizio pubblico, che prevede come da procedura il pagamento di un canone di affitto e il ricevimento di un contributo a sostegno delle tariffe agevolate dedicate alle fasce sociali più deboli e allo sport giovanile. Tutte le utenze sono in capo e intestate a Dogali ssd: acqua, luce e gas'.

**I corsi riprenderanno lunedì 17 ottobre. La scadenza sarà differita di un mese, tempo della chiusura. Agli iscritti sarà chiesto una ulteriore quota di sostegno**

## **L'Eco**del**Chisone**.it

### **Pinerolo: la piscina comunale riapre venerdì 21 ottobre**

on un comunicato sui social la Uisp e la piscina comunale di Pinerolo hanno annunciato la data di riapertura dopo lo stop forzato a causa della morosità sulle bollette del gas. Le vasche riapriranno venerdì 21 e sabato 22 con due giornate di nuoto libero, lunedì 24 riprenderanno tutte le attività, con la piscina riaprirà anche la palestra.

Ad aiutare la piscina sulla copertura delle bollette sono arrivati la Uisp regionale e il Comune di Pinerolo con un aiuto di circa 40mila euro.

# MINORI. FUTURO PROSSIMO, CONCLUSO PROGETTO PER CONTRASTO POVERTÀ EDUCATIVA

(DIRE) Roma, 13 ott. - Si conclude il viaggio di Futuro Prossimo, progetto selezionato dall'impresa sociale Con i Bambini, nell'ambito del Fondo per il contrasto della povertà educativa minorile, con capofila **Save the Children** Italia. Quattro anni di impegno, sui territori di Venezia, Sassari e Napoli, per contrastare la povertà educativa e la dispersione scolastica. Al centro delle azioni di progetto ragazzi e ragazze tra gli 11 e i 17 anni che, grazie al lavoro dell'intera comunità educante, sono stati i protagonisti di tutti gli interventi, esprimendo le loro idee e partecipando attivamente ai processi decisionali che li riguardano. Con circa 12200 ragazzi e ragazze raggiunti (dentro e fuori la scuola), 470 docenti, 780 genitori e circa 140 attori territoriali coinvolti (di cui 26 partner), Futuro Prossimo - progetto selezionato dall'impresa sociale Con i Bambini nell'ambito del Fondo per il contrasto della povertà educativa minorile, con capofila **Save the Children**, l'Organizzazione che da oltre 100 anni lotta per salvare i bambini a rischio e garantire loro un futuro - giunge al traguardo. Un viaggio articolato, ricco di iniziative e azioni mirate, rese possibile dal lavoro di squadra di numerosi attori territoriali - istituzioni, scuole, famiglie ed enti del terzo settore - che hanno collaborato per anni, fianco a fianco, con l'obiettivo di contrastare la povertà educativa e la dispersione scolastica attraverso la sperimentazione di un modello di intervento integrato, replicabile e sostenibile, centrato sul protagonismo degli adolescenti. I risultati raggiunti e le lezioni apprese per il futuro sono stati raccontati nell'evento conclusivo di progetto, tenutosi a Roma presso L'Auditorium di **Save the Children**. (SEGUE) (Com/Red/ Dire) 21:30 13-10-22 NNNN (DIRE)

Roma, 13 ott. - I ragazzi e le ragazze sono stati i veri protagonisti dell'evento finale. Saliti sul palco con le valigie al seguito, hanno aperto i loro bagagli pieni di esperienze, racconti, storie e insegnamenti, ripercorrendo - ogni gruppo con la propria specificità - il viaggio di Futuro Prossimo. "Futuro Prossimo è stato per noi un percorso di crescita culturale e relazionale, di conoscenza di noi stessi e del territorio in cui viviamo. È stata un'avventura

emozionante, un'opportunità per esprimersi, anche a scuola, per vivere da veri protagonisti, superando paure e ostacoli che sembravano insormontabili. Un viaggio avvincente, un'esperienza che ci ha reso più consapevoli e partecipi della realtà che ci circonda", hanno così commentato i ragazzi e le ragazze di Venezia, Sassari e Napoli presenti a Roma. "Con la pandemia e l'aggravarsi della crisi economica la povertà in Italia è drammaticamente aumentata, soprattutto a danno dei più giovani, con quasi un milione e 400mila minori in povertà assoluta. Per bambini, bambine e adolescenti la povertà materiale delle famiglie si trasforma facilmente in povertà educativa, cioè nella impossibilità di dare corso ai propri talenti e alle proprie aspirazioni. "Futuro Prossimo" ha molto da insegnare sull'efficacia della comunità educante nel contrastare questa situazione critica, grazie al coinvolgimento di tutti gli attori del territorio e al protagonismo degli studenti. Perché se in termini di principio oggi tutti concordano sulla necessità di un'alleanza tra scuola e territorio e nessuno contesta il valore della partecipazione giovanile, molto resta ancora da fare per un'effettiva pratica dei processi partecipativi. Una pratica che non si fermi ad interventi spot o di facciata, ma rappresenti un vero investimento di fiducia nelle capacità, nelle competenze e nella creatività dei più giovani. L'esempio di Futuro Prossimo rappresenta dunque un significativo e concreto punto di riferimento per continuare a percorrere questa strada", ha dichiarato Raffaella Milano, direttrice dei programmi Italia-Europa di Save the Children Italia. (SEGUE) (Com/Red/ Dire) 21:30 13-10-22 NNNN

Roma, 13 ott. - La partecipazione dei ragazzi e delle ragazze - sancita dall'articolo 12 della Convenzione Onu sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza che riconosce ai minorenni il diritto ad essere ascoltati, a scuola, in famiglia, nella comunità, in merito alle questioni che li riguardano - ha rappresentato il filo conduttore dei quattro anni di Futuro Prossimo. Ogni intervento, sia quelli rivolti agli adulti (docenti e famiglie) sia direttamente ai giovani, è stato strutturato per rispondere a esigenze specifiche emerse dall'ascolto dei ragazzi e delle ragazze. Le comunità educanti di Venezia, Sassari e Napoli - costruite e consolidate nell'ambito di Futuro Prossimo - si sono così adoperate per favorire il protagonismo giovanile nella co-costruzione di percorsi di crescita individuali, di co-progettazione di nuove offerte educative e nella riappropriazione di spazi comuni. Circa 200 adolescenti hanno avuto accesso alle doti educative, azioni individuali per supportare il benessere di ragazzi e ragazze sui tre territori di intervento. Sono stati avviati laboratori e percorsi educativi in orario scolastico ed extrascolastico, momenti di coprogettazione e formazione con genitori e docenti, organizzati - nel post pandemia - viaggi ed escursioni per conoscere il territorio e riappropriarsi di momenti di socialità, riqualificati spazi scolastici e cittadini. Un ulteriore ambito di azione di Futuro Prossimo è stata la scuola, con 21 istituti coinvolti. Il progetto è intervenuto per rafforzare il benessere di ragazzi e ragazze in ambito scolastico, favorire il dialogo tra scuole e famiglie e scuole e territorio e promuovere azioni di cittadinanza attiva e volontariato. (SEGUE) (Com/Red/ Dire) 21:30 13-10-22 NNNN

Roma, 13 ott. - Durante l'evento hanno preso la parola anche i partner territoriali e nazionali che hanno lavorato all'implementazione delle azioni di progetto, riportando esempi concreti di come sono intervenuti nei diversi contesti, perseguendo uno stesso obiettivo comune, ma rimodulando e ripensando le attività in base alle esigenze e alle specificità territoriali. Per valorizzare l'esperienza di Futuro Prossimo e metterla a disposizione di future progettualità, sono state stilate le Linee Guida su Partecipazione Giovanile, Inclusione scolastica e Reti, presentate durante l'evento. Tre ricerche-azione elaborate nei quattro anni di progetto per sistematizzare e diffondere metodologie e strategie educative sperimentate sul campo, che offrono strumenti e indicazioni su come intervenire per contrastare povertà educativa e dispersione scolastica. Le linee guida sono state costruite e co-scritte dai protagonisti del progetto sotto la guida e la supervisione di ricercatori che si sono fatti osservatori e portavoce dei contributi raccolti sul campo. Un processo partecipato che ha visto, quindi, il coinvolgimento attivo delle reti territoriali, i docenti, gli alunni e le alunne delle scuole, i partner e i giovani dei tre diversi territori. "Futuro prossimo è un progetto che, con grande determinazione, esplora le potenzialità che il benessere e il protagonismo delle ragazze e dei ragazzi possono produrre nella regolarità dei loro percorsi scolastici e nelle esperienze di crescita e apprendimento. Sono molto soddisfatto di poter accogliere le linee guida che oggi vengono presentate nel grande cantiere mobilitato in Italia dal Fondo per il contrasto della povertà educativa (oltre 400 progetti avviati), che intende dare un contributo importante alla definizione delle politiche pubbliche di lotta alla dispersione scolastica", conclude Marco Imperiale, Direttore dell'impresa sociale Con i Bambini. (Com/Red/ Dire) 21:30 13-10-22 NNNN

**CORRIERE DELLA SERA**

## «Brave New Sport»: il libro di Infront sugli scenari sullo sport del futuro

di [Redazione Sport](#)

Una guida che esplora l'evoluzione di sport, tecnologia e società e fornisce al lettore spunti e riflessioni. Marotta, Ceo Inter: «La sfida sarà coniugare i nuovi mezzi con il cambiamento sociale»

Un libro che esplora l'evoluzione di sport, tecnologia e società e ne illustra i possibili sviluppi nel futuro. Come una guida che fornisce al lettore spunti e riflessioni. Si chiama «**Brave New Sport**» ed è la nuova pubblicazione di Infront, realizzata con la Think Tank indipendente W.I.R.E.. «Nel corso della mia carriera ho assistito a una rivoluzione nel calcio — il commento di **Giuseppe Marotta**, CEO dell'Inter, tra i protagonisti della presentazione ieri in Sala Buzzati, al *Corriere della Sera* —. **La tecnologia ha permesso al nostro settore di crescere dal punto di vista sportivo**, con nuovi strumenti per le analisi delle performance degli atleti, e nel rapporto con i tifosi, interessati a vivere il calcio oltre i 90 minuti di gioco. La sfida per il futuro sarà quella di riuscire a coniugare i nuovi mezzi con il cambiamento sociale». Marotta ha parlato anche delle proprietà straniere in serie A: «È un bene che siano arrivate. Zhang ha versato circa 800 milioni di euro nell'Inter, ma accanto al sostegno finanziario deve esserci una grande capacità nel creare una squadra vincente anche nel management». E ancora: «La Juventus ha la stessa proprietà da 100 anni, questo crea dei valori aggiunti difficili da avere da altre parti a iniziare dal senso di appartenenza. All'Inter invece subiamo il fatto che siano cambiate tre proprietà in 8 anni e questo porta a un'instabilità maggiore a livello manageriale».

**Sono nove gli scenari esplorati nel libro**, in cui vengono evidenziati trend come l'ascesa degli sport meccanici, la frammentazione di contenuti e la ridefinizione degli spazi urbani per favorire l'attività sportiva. «Dobbiamo capire quali sono i nuovi bisogni da soddisfare, trovare modi originali per creare interesse negli appassionati e innovative forme di coinvolgimento delle aziende che investono su di noi», ha detto **Umberto Gandini**, presidente della Lega basket serie A, nel dialogo con **Alessandro Giacomini e Stefano Deantoni**, rispettivamente managing director e direttore marketing di Infront Italy. Il campione olimpico **Filippo Tortu** ha raccontato la sua esperienza da atleta, aiutato negli allenamenti dai Data Analytics «per limare quei centesimi che fanno la differenza».



**Combattere l'ansia con lo sport aerobico: le discipline consigliate e i suggerimenti della psicologa**

La dottoressa Valentina Penati ci spiega quali sono i benefici dello sport per chi soffre di ansia e quale tipo di attività fisica è più consigliata agli ansiosi

Francesco Palma

13 ottobre

Lo **sport** rientra molto spesso tra i possibili rimedi proposti a chi soffre di **ansia**, ed è effettivamente così, fermo restando che di certo non sostituisce la psicoterapia o tutto ciò che è necessario a fronteggiare i disturbi dell'umore. Può rappresentare, però, un grande alleato in una battaglia che a volte può rivelarsi anche molto complicata. Ma qual è la sua reale incidenza? E quali sono le attività più adatte? Lo ha spiegato a *Gazzetta*

*Active* la **dottoressa Valentina Penati**, psicologa dello sport del Centro Sant'Agostino di Milano e docente del Master "Sport e intervento psicosociale" all'Università Cattolica di Milano, che opera anche nell'ambito dello sci e degli sport invernali supportando atleti e allenatori ed è autrice di numerose pubblicazioni sul tema, tra cui *Tecniche mentali per il potenziamento della prestazione sportiva*, *Le tecniche di rilassamento* e *Psicologia e sport* tutte editate da Edizioni FS.

### **Innanzitutto, qual è la correlazione tra ansia e sport aerobico? Perché porta dei benefici?**

“Lo sport aerobico e di resistenza, in particolare la corsa, porta all'attivazione di neurotrasmettitori e quindi a un rilascio di sostanze a livello cerebrale che riducono i livelli di stress e abbassano la sensazione di ansia. Questo sul piano biologico. Poi, sul piano psicologico, uno sport aerobico ci permette di immergerci in una sorta di 'bolla', dalla quale tutte le situazioni di stress, pensieri e preoccupazioni vengono tenuti fuori. Di fatto, le emozioni non spuntano come funghi, ma partono sempre da un evento, una percezione o una situazione alla quale noi attribuiamo un significato stressogeno che porta a un'emozione. Nel momento in cui non siamo a contatto con il 'trigger' dell'ansia, l'emozione non si attiva, e immergersi in attività come la corsa – che ha una durata anche significativa – ci permette un distanziamento molto utile dalla fonte di stress”.

### **Oltre alla corsa, quali sono gli sport più consigliati a riguardo?**

“Sicuramente il **nuoto**, anche per un fattore ambientale. Svolgendosi in acqua, infatti, tende a creare ulteriormente questa bolla di distanziamento dalla fonte di stress, con un'attivazione sensoriale molto diversa e che 'spegne' il contatto con l'esterno. Poi, personalmente, sostengo molto l'attività all'aria aperta: recentemente ho partecipato a un progetto sulla terapia forestale, che evidenzia come il contatto con un ambiente boschivo porti a una riduzione dei livelli di stress e a un miglioramento cardiovascolare”.

### **Ci sono invece degli sport sconsigliati per chi soffre di ansia?**

“Quelli dove ci sono tanti imprevisti e tanti ostacoli. Pensiamo allo sci: le piste possono essere molto affollate, magari qualcuno può tagliarci la strada, e in generale ci sono tanti stimoli presenti nel contesto ambientale che possono diventare stressanti. Nella corsa, dovendo andare fondamentalmente dritti, non bisogna fare i conti con una iperstimolazione alla quale dover fare attenzione e da dover gestire”.

### **Per quanto riguarda gli sport di contatto, opinione comune vuole che servano a “sfogare”, ma qual è la verità?**

“Qui si entra più nell'ambito della gestione dell'aggressività, che però è un'altra cosa rispetto all'ansia. L'emozione si può anche sfogare, ma non si risolve lì. È un po' come

litigare con una persona: ci si può anche sfogare, ma se non si risolve il conflitto che si è creato il problema non si risolve e rimane uno sfogo fine a sé stesso”.



# Castiglione, domenica il “Circuito del Castello” di Mountain Bike

*Domenica 16 ottobre alle ore 10 partirà a Castiglione del Lago il 29° “Circuito del Castello” classica gara di Mountain Bike*

## Mountain Bike

Redazione |  
Gio, 13/10/2022 - 14:14

---

*Domenica 16 ottobre alle ore 10 partirà a Castiglione del Lago il 29° “Circuito del Castello” classica gara di Mountain Bike*

---

**Domenica 16 ottobre** alle ore 10 partirà a Castiglione del Lago il 29° “**Circuito del Castello**” classica gara di Mountain Bike valida per il 18° “**Trofeo Colli e Valli**”, competizione interregionale tra le province di Perugia, Siena, Arezzo e Grosseto.

Dopo due anni di stop, causato dalla pandemia, riprende questa storica manifestazione sportiva di cui la gara di Castiglione del Lago è la decana. La corsa sarà patrocinata dal Comune di Castiglione del Lago, insignito quest'anno del titolo di **Comune Europeo dello Sport 2022**, e dal Comitato Regionale Uisp.

Ad organizzare l'evento sarà l'**Asd Mtb Castiglione del Lago**, associazione sportiva tra le più antiche di Castiglione del Lago e con una lunga esperienza nell'organizzazione di eventi: poche altre associazioni ciclistiche possono vantare una così lunga tradizione capace di attraversare generazioni di ciclisti.

Alla manifestazione, valevole tra l'altro come seconda delle tre gare del **Campionato Regionale Mtb Uisp**, è prevista la partecipazione di circa 100 atleti che si cimenteranno su un percorso che partendo dal prato del Lido Arezzo si inerpicherà fino al paese per poi attraversare gli uliveti che fanno da corona alla Rocca Medievale e riscendere sulle rive del lago fino a raggiungere l'ex Aeroporto Eleuteri tornando poi alla partenza. «Sono previsti 4 giri molto difficili e temuti – spiegano gli organizzatori – poiché, per quanto il territorio castiglione non si caratterizzi per una conformazione montana, i continui saliscendi, con i suoi passaggi tecnici e continue insidie, rappresentano un'impegnativa prova di preparazione e di abilità anche per i "biker" più preparati».

Alla fine della gara, presso i locali della piscina comunale, si svolgerà la consueta "festa conviviale" a cui tutti gli atleti tengono ad essere presenti, vista la conosciuta accoglienza castiglione. Previsioni quindi favorevoli, anche per il meteo: gli atleti, gli appassionati della mountain bike e tutti gli sportivi castiglionesi potranno vivere un'esperienza positiva in uno scenario panoramico e suggestivo che merita di essere gustato in pieno.

**OGGI**  
**TRASINETTO**

## Castiglione Comune Europeo dello Sport ospita il "Circuito del Castello" di Mountain Bike

13 Ottobre 2022 Castiglione del Lago, Sport, Ultime notizie

**Castiglione Comune Europeo dello Sport ospita il "Circuito del Castello" di Mountain Bike**

**Domenica 16 ottobre** alle ore 10 partirà a Castiglione del Lago il 29° "Circuito del Castello" classica gara di Mountain Bike valida per il 18° "Trofeo Colli e Valli", competizione interregionale tra le province di Perugia, Siena, Arezzo e Grosseto.

Dopo due anni di stop, causato dalla pandemia, riprende questa storica manifestazione sportiva di cui la gara di Castiglione del Lago è la decana. La corsa sarà patrocinata dal Comune di Castiglione del Lago, insignito quest'anno del titolo di **Comune Europeo dello Sport 2022**, e dal Comitato Regionale Uisp.

Ad organizzare l'evento sarà l'**Asd Mtb Castiglione del Lago**, associazione sportiva tra le più antiche di Castiglione del Lago e con una lunga esperienza nell'organizzazione di eventi: poche altre associazioni ciclistiche possono vantare una così lunga tradizione capace di attraversare generazioni di ciclisti.

Alla manifestazione, valevole tra l'altro come seconda delle tre gare del **Campionato Regionale Mtb Uisp**, è prevista la partecipazione di circa 100 atleti che si cimenteranno su un percorso che partendo dal prato del Lido Arezzo si inerpicherà fino al paese per poi attraversare gli uliveti che fanno da corona alla Rocca Medievale e riscendere sulle rive del lago fino a raggiungere l'ex Aeroporto Eleuteri tornando poi alla partenza. «Sono previsti 4 giri molto difficili e temuti – spiegano gli organizzatori – poiché, per quanto il territorio castiglione non si caratterizzi per una conformazione montana, i continui saliscendi, con i suoi passaggi tecnici e continue insidie, rappresentano un'impegnativa prova di preparazione e di abilità anche per i "biker" più preparati».

Alla fine della gara, presso i locali della piscina comunale, si svolgerà la consueta "festa conviviale" a cui tutti gli atleti tengono ad essere presenti, vista la conosciuta accoglienza castiglione. Previsioni quindi favorevoli, anche per il meteo: gli atleti, gli appassionati della mountain bike e tutti gli sportivi castiglionesi potranno vivere un'esperienza positiva in uno scenario panoramico e suggestivo che merita di essere gustato in pieno.



## **Ailoverunnig 2022, Giani: "Un dovere sostenere la lotta a leucemie, linfomi e mielomi"**

Ottava edizione della manifestazione sportiva non competitiva di sostegno all'Ail che si pone l'obiettivo di raccogliere fondi per i servizi sanitari a favore dei pazienti emopatici

“Consideriamo il sostegno ad Ailoverunnig una sorta di dovere, un dovere di civiltà cui diamo seguito con entusiasmo, perché Ailoverunning è un evento solidale di primaria importanza. E' una corsa podistica non competitiva, oppure una passeggiata ludico motoria a seconda delle scelte che ogni singolo partecipante può effettuare, ma è anche e soprattutto una manifestazione di sostegno all'Ail, l'Associazione italiana contro leucemie, linfomi e mielomi. Quest'anno l'obiettivo è raccogliere fondi per potenziare il servizio trasfusionale a domicilio”.

Così si è espresso il presidente della Regione Toscana, **Eugenio Giani**, presentando a Palazzo Strozzi Sacratì quest'oggi, giovedì 13 ottobre, l'ottava edizione di Ailoverunning, la manifestazione sportiva non competitiva di sostegno all'Ail che, attraverso l'edizione 2022, si pone l'obiettivo di raccogliere fondi per i servizi sanitari a favore dei pazienti emopatici.

Ailoverunning è un evento sportivo di solidarietà sociale, organizzato dal gruppo sportivo Maiano affiliato all'Uisp, il cui scopo è sostenere la Ail di Firenze. In programma vi sono una gara podistica non competitiva di dieci chilometri o una passeggiata ludico motoria di cinque chilometri. La manifestazione si svolgerà domenica 6 novembre a Firenze. L'evento è patrocinato da Regione Toscana, Comune di Firenze, Città metropolitana di Firenze, Comune di Sesto Fiorentino, Aou Careggi. Il ritrovo sarà dalle ore 7,30 alle 9 al nuovo ingresso di Careggi. L'arrivo è previsto a Casa Ail in piazza Meyer 2 a Firenze.

L'assessore allo Sport del Comune di Firenze, **Cosimo Guccione**, intervenendo alla conferenza stampa, ha affermato: "Ringrazio l'Ail, da sempre all'avanguardia nel sostenere l'assistenza alle persone e la ricerca e che quest'anno sosterrà il supporto trasfusionale a domicilio, ringrazio anche il Gruppo sportivo Maiano che organizza questo evento sportivo. Invito tutti a partecipare ed a coinvolgere quante più persone possibile per raccogliere fondi a sostegno di questo progetto. Sappiamo quanto lo sport contribuisca a migliorare il benessere di tutti, ma in questa occasione c'è una ragione in più per correre: con il sostegno di ciascuno sarà più facile aiutare tanti malati gravi con l'assistenza domiciliare".

Il direttore generale della Aou fiorentina di Careggi, **Rocco Damone**, ha precisato: "L'azienda di Careggi è al fianco delle associazioni di volontariato nella ricerca, prevenzione e cura delle malattie oncologiche. Questa iniziativa esprime un messaggio positivo che aiuta a rinnovare l'impegno degli operatori e della società nella battaglia contro le leucemie, i linfomi e il mieloma".

La presidente del Gruppo sportivo Maiano, **Marzia Tallini**, ha precisato: "Il Gruppo sportivo Maiano ha supportato la Ail di Firenze attraverso la partecipazione ad Ailoverunning fin dalla prima edizione mettendo a disposizione i propri associati e volontari per l'organizzazione tecnica e il giorno stesso sui percorsi. Ci tengo a ringraziare personalmente tutti loro per lo spirito con il quale hanno sempre aderito mostrando coesione e sensibilità per la missione dell'Ail. Partecipate numerosi alla manifestazione. Insieme possiamo aiutare la raccolta di fondi per il servizio trasfusionale".

Il presidente della Ail Firenze, **Alberto Bosi**, ha detto: "La manifestazione promossa dal Gruppo sportive Maiano ha lo scopo di raccogliere fondi per l'assistenza domiciliare al paziente emopatico con particolare riguardo alle trasfusioni di globuli rossi e piastrine che vengono erogate gratuitamente per la terapia di supporto. La partecipazione è aperta sia agli sportivi, sia a tutti i cittadini che, tramite una passeggiata in collina, siano interessati a sostenere il progetto. Vi aspettiamo!".

La quota di iscrizione alla corsa o alla passeggiata è di 12 euro. Per i primi 2 mila iscritti sarà possibile ritirare l'esclusiva maglia tecnica di Ailoverunning. Per partecipare alla gara non competitiva è necessario il certificato non agonistico in corso di validità al 6 novembre 2022, mentre per partecipare alla ludico motoria non è richiesto nessun certificato.

# STAMP Toscana®

the news community in Tuscany

## Ottava edizione di Ailoverunning, al via il 6 novembre a Firenze

Firenze – **Ottava edizione di Ailoverunning, la manifestazione sportiva non competitiva di sostegno all'Ail che, attraverso l'edizione 2022**, si pone l'obiettivo di raccogliere fondi per i servizi sanitari a favore dei pazienti emopatici. Il presidente Eugenio Giani ha presentato stamane l'evento. Si tratta di un evento sportivo di solidarietà sociale, organizzato dal gruppo sportivo Maiano affiliato all'Uisp, il cui scopo è sostenere la Ail di Firenze.

**In programma vi sono una gara podistica non competitiva di dieci chilometri o una passeggiata ludico motoria di cinque chilometri.** La manifestazione si svolgerà domenica 6 novembre a Firenze. L'evento è patrocinato da Regione Toscana, Comune di Firenze, Città metropolitana di Firenze, Comune di Sesto Fiorentino, Aou Careggi. Il ritrovo sarà dalle ore 7,30 alle 9 al nuovo ingresso di Careggi. L'arrivo è previsto a Casa Ail in piazza Meyer 2 a Firenze. La quota di iscrizione alla corsa o alla passeggiata è di 12 euro. Per i primi 2 mila iscritti sarà possibile ritirare l'esclusiva maglia tecnica di Ailoverunning. Per partecipare alla gara non competitiva è necessario il certificato non agonistico in corso di validità al 6 novembre 2022, mentre per partecipare alla ludico motoria non è richiesto nessun certificato.

“Consideriamo il sostegno ad Ailoverunning una sorta di dovere, un dovere di civiltà cui diamo seguito con entusiasmo, perché Ailoverunning è un evento solidale di primaria importanza. E' una corsa podistica non competitiva, oppure una passeggiata ludico motoria a seconda delle scelte che ogni singolo partecipante può effettuare, ma è anche e soprattutto una manifestazione di sostegno all'Ail, l'Associazione italiana contro leucemie, linfomi e mielomi. Quest'anno l'obiettivo è raccogliere fondi per potenziare il servizio trasfusionale a domicilio”, ha detto il **presidente della Regione Eugenio Giani**.

**nove**  
da Firenze  
eventi • fatti • opinioni

venerdì, 14 ottobre 2022 - 10:48

## Ailoverunning, si corre il 6 novembre 2022: le info

Giani: "Un dovere sostenere la lotta a leucemie, linfomi e mielomi"

Consideriamo il sostegno ad Ailoverunnig una sorta di dovere, un dovere di civiltà cui diamo seguito con entusiasmo, perché Ailoverunning è un evento solidale di primaria importanza. E' una corsa podistica non competitiva, oppure una passeggiata ludico motoria a seconda delle scelte che ogni singolo partecipante può effettuare, ma è anche e soprattutto una manifestazione di sostegno all'Ail, l'Associazione italiana contro leucemie, linfomi e mielomi. Quest'anno l'obiettivo è raccogliere fondi per potenziare il servizio trasfusionale a domicilio”.

Così si è espresso il presidente della Regione Toscana, **Eugenio Giani**, presentando a Palazzo Strozzi Sacratì quest'oggi, giovedì 13 ottobre, l'ottava edizione di Ailoverunnig, la manifestazione sportiva non competitiva di sostegno all'Ail che, attraverso l'edizione 2022, si pone l'obiettivo di raccogliere fondi per i servizi sanitari a favore dei pazienti emopatici.

Ailoverunning è un evento sportivo di solidarietà sociale, organizzato dal gruppo sportivo Maiano affiliato all'Uisp, il cui scopo è sostenere la Ail di Firenze. In programma vi sono una gara podistica non competitiva di dieci chilometri o una passeggiata ludico motoria di cinque chilometri. La manifestazione si svolgerà domenica 6 novembre a Firenze. L'evento è patrocinato da Regione Toscana, Comune di Firenze, Città metropolitana di Firenze, Comune di Sesto Fiorentino, Aou [Careggi](#). Il ritrovo sarà dalle ore 7,30 alle 9 al nuovo ingresso di Careggi. L'arrivo è previsto a Casa Ail in piazza Meyer 2 a Firenze.

L'assessore allo Sport del Comune di Firenze, **Cosimo Guccione**, intervenendo alla conferenza stampa, ha affermato: “Ringrazio l'Ail, da sempre all'avanguardia nel sostenere l'assistenza alle persone e la ricerca e che quest'anno sosterrà il supporto trasfusionale a domicilio, ringrazio anche il Gruppo sportivo Maiano che organizza questo evento sportivo. Invito tutti a partecipare ed a coinvolgere quante più persone possibile per raccogliere fondi a sostegno di questo progetto. Sappiamo quanto lo sport contribuisca a migliorare il benessere di tutti, ma in questa occasione c'è una ragione in più per correre: con il sostegno di ciascuno sarà più facile aiutare tanti malati gravi con l'assistenza domiciliare”.

Il direttore generale della Aou fiorentina di Careggi, **Rocco Damone**, ha precisato: “L'azienda di Careggi è al fianco delle associazioni di volontariato nella ricerca, prevenzione e cura delle malattie oncologiche. Questa iniziativa esprime un messaggio positivo che aiuta a rinnovare l'impegno degli operatori e della società nella battaglia contro le leucemie, i linfomi e il mieloma”.

La presidente del Gruppo sportivo Maiano, **Marzia Tallini**, ha precisato: “Il Gruppo sportivo Maiano ha supportato la Ail di Firenze attraverso la partecipazione ad Ailoverrunning fin dalla prima edizione mettendo a disposizione i propri associati e volontari per l’organizzazione tecnica e il giorno stesso sui percorsi. Ci tengo a ringraziare personalmente tutti loro per lo spirito con il quale hanno sempre aderito mostrando coesione e sensibilità per la missione dell’Ail. Partecipate numerosi alla manifestazione. Insieme possiamo aiutare la raccolta di fondi per il servizio trasfusionale”.

Il presidente della Ail Firenze, **Alberto Bosi**, ha detto: “La manifestazione promossa dal Gruppo sportive Maiano ha lo scopo di raccogliere fondi per l’assistenza domiciliare al paziente emopatico con particolare riguardo alle trasfusioni di globuli rossi e piastrine che vengono erogate gratuitamente per la terapia di supporto. La partecipazione è aperta sia agli sportivi, sia a tutti i cittadini che, tramite una passeggiata in collina, siano interessati a sostenere il progetto. Vi aspettiamo!”.

La quota di iscrizione alla corsa o alla passeggiata è di 12 euro. Per i primi 2 mila iscritti sarà possibile ritirare l’esclusiva maglia tecnica di Ailoverrunning. Per partecipare alla gara non competitiva è necessario il certificato non agonistico in corso di validità al 6 novembre 2022, mentre per partecipare alla ludico motoria non è richiesto nessun certificato.

[Clicca e accedi al sito ufficiale Ailoverrunning.it](http://www.ailoverrunning.it)

Le maglie dell'8° edizione di AILoveRunning si possono ritirare direttamente con il pettorale se ci si iscrive a Casa AIL in Piazza Meyer n. 2 a Firenze (lun/ven 8.30/19- sab 9/12) oppure - il giorno della manifestazione dalle 7.30 alle 9 al punto di partenza.

**IL PIACENZA**

**Ginnastica per la terza età: tornano i corsi a  
Fiorenzuola**

In collaborazione con la Uisp, le lezioni cominceranno il 31 ottobre. Iscrizioni presso l'Ufficio Sport del Comune al costo di 44 euro per 24 lezioni

Tornano a Fiorenzuola d'Arda i corsi di ginnastica per la terza età, organizzati dall'Assessorato allo Sport del Comune in collaborazione con la Uisp: le lezioni, della durata di un'ora, partiranno il prossimo 31 ottobre e si terranno nella palestra del centro sportivo a nord della città, ogni lunedì e venerdì, dalle 9 alle 12 – svolgendosi quindi su tre turni -: sarà possibile iscriversi al ciclo di lezioni presso l'Ufficio Sport del Comune di Fiorenzuola d'Arda, aperto al pubblico dal lunedì al venerdì dalle 10 alle 12.30, alla quota individuale di 44 euro (per 24 lezioni complessive inserite nel carnet). La ginnastica per la terza età intende specificatamente prevenire o curare i disturbi legati al progredire dell'età, come problemi circolatori e respiratori; aumento della pressione e della glicemia, o osteoporosi. Senza dimenticare che, come si ricorda anche sulla locandina del corso, "l'attività fisica migliora la vita".

Esprime grande soddisfazione l'Assessore allo Sport del Comune di Fiorenzuola d'Arda, Massimiliano Morganti: "La ginnastica della terza età ha sempre raccolto l'entusiasmo e l'adesione dei cittadini e, siamo certi, sarà così anche per quest'anno. Dopo anni di restrizioni dovute alla pandemia, oltre agli aspetti di prevenzione e salute, è bello che i cittadini possano tornare ad una socialità in senso pieno, che passa anche e soprattutto per queste attività".



## Ginnastica per la terza età: corsi a Fiorenzuola dalla fine di ottobre

di Redazione Piacenza Sera - 14 Ottobre 2022 - 8:52

Tornano a Fiorenzuola d'Arda i corsi di ginnastica per la terza età, organizzati dall'Assessorato allo Sport del Comune in collaborazione con la Uisp: le lezioni, della durata di un'ora, partiranno il prossimo 31 ottobre e si terranno nella palestra

del centro sportivo a nord della cittadina, ogni lunedì e venerdì, dalle 9 alle 12 – svolgendosi quindi su tre turni -: sarà possibile iscriversi al ciclo di lezioni presso l'Ufficio Sport del Comune di Fiorenzuola d'Arda, aperto al pubblico dal lunedì al venerdì dalle 10 alle 12.30, alla quota individuale di 44 euro (per 24 lezioni complessive inserite nel carnet).

La ginnastica per la terza età intende specificatamente prevenire o curare i disturbi legati al progredire dell'età, come problemi circolatori e respiratori; aumento della pressione e della glicemia, o osteoporosi. Senza dimenticare che, come si ricorda anche sulla locandina del corso, "l'attività fisica migliora la vita". Esprime grande soddisfazione l'Assessore allo Sport del Comune di Fiorenzuola d'Arda, Massimiliano Morganti: "La ginnastica della terza età ha sempre raccolto l'entusiasmo e l'adesione dei cittadini e, siamo certi, sarà così anche per quest'anno. Dopo anni di restrizioni dovute alla pandemia, oltre agli aspetti di prevenzione e salute, è bello che i cittadini possano tornare ad una socialità in senso pieno, che passa anche e soprattutto per queste attività".

---

QUOTIDIANONAZIONALE

---

**LA NAZIONE**

---

**GROSSETO**

## **"Trofeo San Felo", Margheriti mette in fila tutti dopo uno "strappo" di 20 chilometri**

L'umbro Lucio Margheriti della Ciclowatt si aggiudica il Trofeo SanFelo, evento ciclistico andato in scena in località Grilli, a Gavorrano. La manifestazione, realizzata con il patrocinio della Provincia, è stata organizzata dal team Marathon Bike, in collaborazione con la Uisp, supportata dalla Banca Tema e dalla Fattoria SanFelo di Magliano. Un fine stagione ad altissimo livello quello messo in campo dal capitano della squadra senese della Ciclowatt, che dopo aver sfiorato la vittoria nel Trofeo Ombrone della scorsa settimana, questa volta ha beffato i compagni di fuga con un finale davvero imponente. A farne le spese i sei corridori che dopo circa 20 chilometri

di gara dei 65 finali, hanno promosso l'azione vincente. Margheriti ha messo in fila, nell'ordine, Fabio Orcame, della Vivo-MG. K-Dal Colle, Valerio Massenzi della Rendingò, Pietro Capuccilli delle Euronix Team, Mario Calagreti, Team Massinelli e il castiglione Adriano Nocciolini del Marathon Bike. Trentasei vincitori diversi per questo circuito "Corri in Provincia 2022" testimoniano quando sia difficile vincere in Maremma soprattutto di mercoledì quando i migliori ciclisti in circolazione scelgono le belle strade maremmane per sfidarsi a colpi di pedale. Il Trofeo SanFelo sarà ricordato anche per il record di media oraria che ha sfiorato i 45 chilometri all'ora. Per Margheriti si tratta della seconda vittoria stagionale in Maremma dopo aver vinto il Trofeo Roselle. Questi i vincitori di categoria: Valerio Massenzi, Alessio Finocchi, Fabio Orcame, Pietro Capuccilli, Emiliano Bellucci (primo atleta della seconda fascia) Otello Lamberti, Fabio Alberi e Federico Sanetti.

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

## Margheriti si aggiudica il trofeo San Felo

GRILLI – L'umbro **Lucio Margheriti** della Ciclowatt, si aggiudica il Trofeo "SanFelo" andato in scena mercoledì scorso nella località Grilli di Gavorrano.

La manifestazione realizzata con il patrocinio della Provincia di Grosseto, è stata organizzata dal team Marathon Bike, in collaborazione con la Uisp, supportata dalla Banca Tema e dalla Fattoria SanFelo di Magliano in Toscana.

Un fine stagione ad altissimo livello quello messo in campo dal capitano della squadra senese della Ciclowatt, che dopo aver sfiorato la vittoria nel Trofeo Ombrone della scorsa settimana, questa volta ha beffato i compagni di fuga con un finale davvero imponente. A farne le spese i sei corridori che dopo circa 20 chilometri di gara dei 65 finali, promuovevano l'azione vincente.

Margheriti nell'ordine regolava Fabio Orcame, della Vivo-MG. K-Dal Colle, Valerio Massenzi della Rendingò, Pietro Capuccilli delle Euronix Team, Mario Calagreti, Team Massinelli e il castiglionesse Adriano Nocciolini del Marathon Bike. Trentasei vincitori diversi per questo circuito "Corri in Provincia 2022" testimoniano quando sia difficile vincere in maremma soprattutto di mercoledì quando i migliori ciclisti in circolazione scelgono le belle strade maremmane per sfidarsi a colpi di pedale. Il Trofeo SanFelo sarà ricordato anche per il record di media oraria che ha sfiorato i 45 chilometri all'ora. Per Margheriti si tratta della seconda vittoria stagionale in maremma dopo aver vinto il Trofeo Roselle di qualche settimana orsono.

Questi i vincitori di categoria: **Valerio Massenzi, Alessio Finocchi, Fabio Orcame, Pietro Capuccilli, Emiliano Bellucci** (primo atleta della seconda fascia) **Otello Lamberti, Fabio Alberi e Federico Sanetti**.

QUOTIDIANONAZIONALE

il Resto del Carlino

## MODENA

### Nuova palestra multisport, svelato il progetto

*Sorgerà sulle ceneri dell'ex piscina; avrà tribune da 600 posti e un maxicampo che può ospitare due discipline contemporaneamente*

"Questa nuova palestra è come 'oro colato' per la nostra città che conta quasi 800 società sportive". L'assessore allo Sport Andrea Artioli così commenta il primo step ufficiale dell'atteso impianto (che sorgerà sopra le 'ceneri' dell'ex piscina comunale) ossia l'affidamento della progettazione tecnico-economica al raggruppamento temporaneo di professionisti costituito dalla Rtp di Perugia e dalla Habitat Ingegneria di Cagliari. Come sarà la nuova palestra? "Sarà una struttura sul modello della palestra della scuola media Margherita Hack, ma più grande, moderna e funzionale – prosegue l'assessore –. Una palestra polivalente, per una superficie del campo da gioco di 1.200 mq suddivisibile in due campi da 600 mq attraverso una divisoria mobile che permetterà lo svolgimento anche di due eventi sportivi o allenamenti contemporaneamente. Ci saranno tribune per 600 posti a sedere, per assistere ad una molteplicità di sport come pallavolo, ginnastica artistica, ginnastica ritmica, pallacanestro,

pallamano, calcio a 5, ma anche pattinaggio. Da anni chiedevamo uno spazio così e ora finalmente si parte". La nuova struttura (che sarà utilizzabile anche per 'eventi di tipo musicale, spettacoli teatrali, convegni, congressi e quant'altro a scopi sociali', come si legge nella determina) costerà 3,7 milioni di euro: 1,2 del Comune e 2,5 del Dipartimento dello Sport della Presidenza del Consiglio nell'ambito degli obiettivi del Pnrr. "Stiamo facendo incontri con i rappresentanti delle varie discipline sportive del territorio – spiega Artioli –. Vogliamo realizzare una palestra che possa essere utilizzata per qualsiasi attività. Il bando del Pnrr pone come vincolo la realizzazione entro il 2026". "A voi cosa serve?" è la domanda che l'Amministrazione ha posto alle varie associazioni sportive in vista della realizzazione della nuova palestra – continua Nilo Diacci, presidente della Consulta Sport –. Oltre le singole esigenze tecniche, abbiamo sottolineato la necessità di un confronto con i tecnici del Coni per autorizzare la conformità al fine delle gare. Sono due le palestre non più agibili su Carpi, in vista dei lavori da eseguire: la Gallesi, quella delle Focherini, cui si aggiunge quella delle Fassi i cui lavori saranno però a breve terminati. Una nuova struttura, prettamente sportiva, è essenziale, anche se, vista la collocazione, ribadiamo la necessità di una modifica della viabilità della zona, che deve essere adeguata, se si vuole evitare la congestione del traffico con via Peruzzi".

Soddisfazione è espressa da Uisp e Csi: "Siamo assolutamente favorevoli alla nuova palestra – spiega Patrizia Reggiani, presidente Csi Carpi – che costituisce un ulteriore servizio a largo spettro a favore dei cittadini".

Maria Silvia Cabri



## Nel 2023 ad Alessandria la Consulta per la Mobilità Sostenibile. Soddisfatte le associazioni: “Svolta epocale”

Redazione Venerdì, 14 Ottobre 2022 - 5:23

ALESSANDRIA – Il sì bipartisan di tutti i consiglieri della **Commissione Affari Istituzionali e Partecipazione** rappresenta, di sicuro, una garanzia. Tra qualche mese, l'auspicio è all'inizio del 2023, **Alessandria potrà contare su una Consulta Cittadina per la Mobilità Sostenibile**. Soddisfatte le associazioni che, dopo aver inviato all'amministrazione e ai consiglieri comunali **una lettera aperta**, martedì hanno partecipato ai lavori della Commissione, rimarcando l'importanza di questo organo. Presente, a nome dell'amministrazione, l'assessore ai

Trasporti e Mobilità **Michelangelo Serra**. Il primo passo sarà la redazione di un **regolamento**: per accelerare i tempi l'intenzione è prendere spunto da quelli delle città dove questo tipo di Consulta è già in vigore, come **Torino, Milano, Bologna, Rimini o Cagliari**.

*“Una Consulta Cittadina per la Mobilità Attiva sarebbe uno strumento efficace per il Comune in materia di mobilità urbana e superamento delle barriere architettoniche, per il suo carattere istituzionale, per le competenze e le esperienze delle associazioni e degli enti che sarebbero chiamati a farne parte” si legge nella lettera “l’attivazione di una Consulta sarebbe utile e necessaria visti gli obiettivi di sostenibilità, vivibilità, benessere ed efficienza che il Comune di Alessandria dovrebbe avere tra le sue priorità, considerate anche le esigenze e le trasformazioni sociali ed economiche in atto”* hanno rimarcato gli esponenti di **Sine Limes, Fiab Gli Amici delle Bici, la Comunità di S. Benedetto al Porto, Lab 121, Riprenditi Alessandria, GreenPeace, Fai, Acli, Uisp e le cooperative La Ruota e Coompany &**.

*“L’obiettivo è stilare il regolamento entro l’inizio del 2023. Dovrà essere votato in consiglio comunale”* ha sottolineato a Radio Gold il presidente della Commissione Affari Istituzionali e Partecipazione **Diego Malagrino** *“la partecipazione dei cittadini è fondamentale, di sicuro questa Consulta avvicinerà la politica alla cittadinanza. Lavoreremo per redigere il regolamento il prima possibile. Valuteremo anche altri settori dove poter coinvolgere gli alessandrini attraverso lo strumento della Consulta”*.

*“Non è solo una promozione della bicicletta”* ha sottolineato **Davide Gho**, dell’associazione Sine Limes *“la Consulta lavorerebbe per supportare l’amministrazione a diversi livelli, con l’obiettivo di migliorare la situazione cittadina. Potremmo mettere a disposizione in modo organico e sinergico la nostra esperienza. Durante la Commissione abbiamo percepito la massima disponibilità da parte di tutti”*.

*“La creazione di una Consulta rappresenterebbe una svolta epocale”* ha detto **Mara Verzetti**, di Fiab *“siamo molto soddisfatti e pronti a dare spunti rispetto a progetti e provvedimenti. In questi giorni si è parlato, ad esempio, dell’assenza dello scuolabus a Valmadonna, un tema che proprio la futura consulta potrebbe trattare, così come le*

*chiusure temporanee delle vie davanti alle scuole nei momenti di entrata e uscita degli alunni”.*