



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

28 APRILE 2023

IN PRIMO PIANO:

- Bicincittà Uisp: [Radio Senise Centrale](#) , [AostaOggi](#) , [Giornalemio](#)
- Vivicittà all'Istituto minorile di Caltanissetta [su La Sicilia](#)
- [Giocagin a Rosignano Solvey attesi oltre 250 atleti](#)
- [Progetto "MiGioAct-Mi muovo, gioco, sono attivo" Uisp, al via sabato a San marco in Lamis \(FG\)](#)
- [Subacquea Uisp, a Montignoso \(Ms\) il convegno "Un mare di donne"](#)

ALTRE NOTIZIE:

- Tennis, Swiatek: "Parità nei montepremi tra uomini e donne" [su Tuttosport](#)
- Contro il rischio cardiovascolare mezz'ora di attività fisica al giorno [su Adnkronos](#)

NOTIZIE DAL TERRITORIO:

- [Uisp Forlì-Cesena e Anpi presentano la terza edizione de "La Resistente Cicloturistica della memoria sui luoghi delle stragi nazifasciste nel cesenate"](#)
- [Uisp Latina, lunedì 1 maggio la seconda edizione del "Trail dell'Abbazia di Fossanova"](#)
- e altre notizie...

#### VIDEO DAL TERRITORIO:

- [Ginnastiche Uisp nazionale, un video che racconta i tre giorni dei Campionati di acrobatica](#)
- [Uisp Taranto, il 21 maggio seconda passeggiata di solidarietà](#)
- Formazione Vela Uisp, prosegue il Giro d'Italia a bordo di Flow. [Il collegamento con l'equipaggio in rotta per la Sicilia. Superato lo stretto, direzione Brindisi](#)



# ***Uisp Potenza presenta la “La marcia rosa” e Bicincittà a Melfi***

27/04/2023

*Un weekend ricco di impegni per il Comitato Territoriale Uisp di Potenza (con sede in Melfi) che nelle giornate del 6 e 7 maggio proporrà un doppio appuntamento all’insegna del divertimento e dell’inclusione, elementi che caratterizzano da sempre l’attività Uisp.*

*Si parte sabato 6 maggio con “La marcia rosa”, in programma a Melfi. A partire dalle ore 9.30, in via G. D’Annunzio, avrà inizio una camminata non competitiva di circa 4 chilometri per le vie della città federiciana. La partecipazione è gratuita e si invitano tutte e tutti ad indossare un capo rosa.*

*L’evento è organizzato in collaborazione con l’assessorato alle Pari Opportunità del Comune di Melfi, con la collaborazione di Aide, Anpi, AsdBrameaVultur Runners, Cif Comunale Melfi e Sportello Sociale gestito dalla Ccop. Filocontinuo e rientra nelle attività proposte dal Comune in occasione del Giro D’Italia 2023 che farà tappa lunedì 8 maggio anche nel territorio del Vulture.*

*Sempre a Melfi, domenica 7 maggio alle 9.30, torna l’appuntamento con la nuova edizione del “Bicincittà”. Il percorso dell’edizione 2023 prevede una ciclo-passeggiata di 7 chilometri per muoversi insieme, in famiglia e all’aria aperta, valorizzando uno stile di vita attivo mediante l’uso della bicicletta in città.*

*La tradizionale pedalata ecologista targata Uisp prevede il ritrovo dalle ore 8.30 in piazza A. Mancini, con partenza alle 9.30. La partecipazione è libera e non prevede alcun costo di iscrizione.*

*«Siamo pronti ad affrontare un lungo weekend ricco di iniziative, a partire dalla tavola rotonda a cui parteciperemo giovedì 8 maggio alle ore 16.30 in sala consiliare, istituita in seguito all’adozione della “carta europea dei diritti delle donne nello sport” da parte dell’amministrazione comunale di Melfi con delibera di Giunta del 13 Aprile. Sarà allestita anche una piccola mostra con le immagini del documento rivisitato in carta-fumetto. Sabato e domenica, invece, saremo impegnati in una camminata non*

competitiva e nella nostra tradizionale ciclo-pedalata, manifestazioni aperte a tutte e tutti e senza alcuna quota di partecipazione. Speriamo di far vivere alla cittadinanza il gran clima di festa a cui si sta preparando la nostra città in attesa del Giro d'Italia», ha dichiarato la presidente Uisp Potenza, Lucia Destino.

# Giornalemio.it

Un blog collaborativo. Il giornale fatto da te!

## Domenica 7 maggio a Matera c'è "Bicincittà 2023"

Di **Vito Bubbico** 27 Aprile 2023

*Il Comitato Territoriale Uisp di Matera con una nota presenta la nuova edizione del "Bicincittà", in programma domenica 7 Maggio. "Il percorso dell'edizione 2023 -si specifica nel comunicato- si basa su una ciclo-passeggiata di 6,5 chilometri per muoversi insieme, in famiglia e all'aria aperta, valorizzando uno stile di vita attivo attraverso l'utilizzo della bicicletta in città.*

*La tradizionale pedalata ecologista targata Uisp prevede il **ritrovo dalle ore 10 in piazza Vittorio Veneto**, con partenza alle 10.30. **Sarà possibile iscriversi raggiungendo la sede Uisp in via Ettore Maiorana 82, dal lunedì al venerdì,***

**dalle ore 10.30 alle ore 13 e dalle ore 16.30 alle ore 19 oppure direttamente domenica 7 maggio in piazza a partire dalle ore 9.**

*La quota di iscrizione è di euro 6 per le pre-iscrizioni, mentre di euro 9 per coloro che si iscriveranno in piazza e prevede una sacca zaino, ticket per l'estrazione dei premi e la copertura assicurativa."*

*«Bicincittà è mobilità alternativa, cultura urbana ed educazione ambientale. La nostra missione è quella di offrire alla comunità materana la possibilità di vivere una giornata all'insegna dello sport, del vivere sano e della mobilità sostenibile – dichiara la presidentessa Uisp Matera, Claudia Coronella -. Vogliamo rimettere l'uomo in equilibrio con l'ambiente urbano in cui spesso vive, per avviare un processo di cambiamento dei nostri centri urbani e realizzare una città a misura d'uomo. L'invito è chiaramente rivolto all'intero nucleo familiare, dai più piccoli ai più grandi, per avere l'opportunità di riappropriarsi degli spazi urbani quotidianamente invasi dalle automobili e, di conseguenza, vivere una mattinata diversa. Ringraziamo il Comune di Matera e le aziende locali per l'importante supporto in questa giornata».*



**Aostaoggi.it**  
Il tuo notiziario on line della Valle d'Aosta

## ***Aosta, modifiche alla circolazione per Bicincittà***

*La manifestazione ciclistica si svolgerà domenica 7 maggio 2023*

*Domenica 7 maggio ad Aosta torna "Bicincittà". Anche per questa edizione 2023 la manifestazione renderà il centro del capoluogo a misura di bicicletta.*

*L'amministrazione comunale di Aosta ha provveduto a pubblicare l'ordinanza che dispone la chiusura temporanea alle automobili delle strade lungo il percorso di Bicincittà. I ciclisti partiranno da piazza piazza Chanoux e, passando da avenue du Conseil des Commis, percorreranno via Festaz, piazza della Repubblica, via Monte Solarolo, corso Saint Martin de Corléans, via Monte Vodice, corso Battaglione Aosta, via G. Elter, via Monte Grivola, via Chambéry, viale Partigiani, via Carducci, via Carrel, via Garibaldi, piazza Arco d'Augusto e viale Federico Chabod. Infine i partecipanti torneranno in piazza Chanoux transitando da corso Padre Lorenzo e via Xavier De Maistre.*

## Caltanissetta

# mpre a rischio ssa in sicurezza

**CALTANISSETTA.** Dopo il recente  
te avvenuto in via Due Fon-  
ve è morto Kevin Dhorbul,  
anche il capogruppo della  
consiglio comunale sollecita  
nti per rendere più sicura la  
che collega Caltanissetta a  
aldo. Un'arteria in cui pochi  
mori anche Luigi Fonti, 19

o ha presentato una mozione  
siglio da discutere giovedì  
ggio. Aiello dice «In via Due  
e non sono presenti accorgi-  
idonei a prevenire gli inci-  
e aumentare la percezione di  
zza stradale. Anzi, l'attuale  
rimazione strutturale induce  
ti a transitare ben oltre i limi-  
locità imposti dal Codice del-

## Villa Amedeo che in estate

srì per 24.700 euro oltre l'Iva,  
rogetto presentato dal Lions  
ancio partecipativo 2018. Ma  
re ancora effettuati.

o la pulizia di 7 busti coperti  
di vario tipo e genere che si  
che hanno reso irriconosci-  
figurati perché hanno il volto  
e prima era di un bianco can-  
Gioacchino Rossini, Vincen-  
Giuseppe Mazzini, Giuseppe  
uele II e Giuseppe Garibaldi.  
n potrà essere riaperta nean-  
ne estiva.

LUIGI SCIVOLI

la strada. Stessa cosa avviene nelle  
vie Xiboli, Salvo D'Acquisto, Roche-  
ster, Costa, G. B. De Cosmi, Ferdin-  
ando I».

Secondo il consigliere comunale il  
problema principale «è la velocità  
delle macchine e delle moto di pas-  
saggio in alcuni tratti stradali. Dopo  
quanto accaduto non possiamo ri-  
manere indifferenti dinanzi alla ri-  
levanza sociale di queste tragedie,  
che hanno coinvolto e continuano a  
coinvolgere soprattutto giovanissi-  
mi. Anche in questi casi è a noi poli-  
tici che spetta il dovere di indivi-  
duare delle soluzioni e dare risposte  
a chi chiede maggiore sicurezza  
stradale».

Aiello ha invitato il consiglio co-  
munale «a manifestare piena soli-  
darietà alle famiglie e alle vittime  
della strada; ad esprimere la pro-  
pria adesione ad ogni azione che sa-  
rà attivata sul territorio comunale  
per prevenire, educare e sensibiliz-  
zare l'opinione pubblica sul tema  
della sicurezza stradale; a impegna-  
re sindaco e Giunta ad adottare, nel  
più breve tempo possibile, ogni  
provvedimento utile a rendere via  
Due Fontane più sicura, con la fina-  
lità principale di prevenire altri in-  
cidenti stradali».

Tra le soluzioni proposte da Aiello  
ci sono: «La collocazione, nei tratti  
più pericolosi, di autovelox fissi ed  
attivi h24, che in quel modo funge-  
rebbero principalmente da deter-  
rente così come avviene in tante al-  
tre città italiane; il potenziamento  
della rete dei controlli ad una mag-  
giore incisività delle campagne di  
informazione ed educazione stra-  
dale».

## «Vivicittà» approda all'Istituto minorile con corsa a ostacoli e animazione di Uisp

**CALTANISSETTA.** Il Vivicittà, la  
corsa dei diritti, anche all'Istituto  
penale per minorenni. Nel cortile  
è stata organizzata una corsa sul-  
la distanza a ostacoli, alla quale  
hanno partecipato tutti gli otto  
detenuti. Dopo la corsa organiz-  
zati anche giochi e animazioni. «Il  
Vivicittà all'interno dell'Istituto  
penale - afferma il direttore Gi-  
rolamo Monaco - è stata una gara  
di atletica, un momento di svago,  
di divertimento, ma soprattutto  
un momento di socializzazione,  
di aggregazione, di condivisione,  
di gruppo. I nostri sono minori  
che stanno vivendo un momento  
difficile della loro vita. Ringrazio  
l'Uisp, il presidente provinciale  
Vincenzo Sapienza, per avere orga-  
nizzato l'evento. Con l'Uisp ab-  
biamo in cantiere tante iniziative  
e la prossima dovrebbe essere il  
progetto di calcio nel futuro».

L'evento sarà ripetuto venerdì  
28 aprile anche a Gela, con l'ora-  
torio salesiano, per il progetto  
«Oltre lo sport». «Il Vivicittà co-  
me tante altre attività - Vincenzo  
Sapienza - è un'attività a livello  
nazionale, all'interno delle carce-  
ri e anche per i minori e gli sva-  
naggiati. Noi di Uisp con queste  
attività abbiniamo lo sport al pas-  
satempo, promuovendo gli stili  
di vita sani, lo sport, l'inclusione,  
la disciplina, il rispetto delle re-  
gole. Questi ragazzi hanno sba-  
gliato, ma hanno il diritto di ri-  
scattarsi e la società civile deve  
impegnarsi ad occuparsi di lo-  
ro».

GANDOLFO MARIA PEPE

## **Giocagin 2023: attesi oltre 250 atleti sabato 29 aprile alla manifestazione Uisp dedicata al divertimento in movimento**

27 Aprile 2023 / Di [Redazione](#) / [Lascia un commento](#)

"Il gioco prende forma", è questo lo slogan che accompagna la 35° edizione di Giocagin, la manifestazione nazionale della Uisp dedicata al divertimento in movimento. **Attività da praticare in maniera ludica a tutte le età, condividendo lo stesso spazio tra generazioni e discipline diverse.** Il Comitato Uisp Terre Etrusco-Labroniche riporta a Rosignano Solvay l'evento che mancava da due anni sul territorio **sabato 29 aprile alla palestra comunale Picchi** dove alle 15 prenderà il via l'edizione 2023 di Giocagin.

"È importante che ritorni questa manifestazione su un territorio come quello di Rosignano, che abbraccia poi tutta la costa - afferma Daniele Bartolozzi, presidente Comitato Uisp Terre Etrusco-Labroniche -. L'ultima edizione precedente risale al 2020, giusto pochi giorni prima dello scoppio della pandemia, il cui pensiero renderà particolarmente toccante questa edizione, con la possibilità di ritrovare tanto gli atleti e le atlete, quanto il pubblico sugli spalti. Il Giocagin è un evento importante per la sua capacità di coinvolgere molti sport indoor e tutte le generazioni. Ripartire con questa manifestazione a Rosignano è un chiaro sintomo della voglia di fare attività e di risposte importanti che arrivano dai nostri tesserati e non solo. Quindi invitiamo tutti a partecipare all'appuntamento di sabato 29 aprile e non vediamo l'ora di goderci insieme questa giornata".

Sono circa 250 gli sportivi attesi alla palestra Picchi, dove andranno in scena esibizioni in varie discipline, tra cui **ginnastica ritmica, danza, pre-pugilistica, Afa** (Attività fisica adattata) e anche il **balletto coreografico** che sarà messo in scena da atleti

*diversamente abili di Efesto. Il via alla manifestazione è fissato per le 15 e si andrà avanti per tutto il pomeriggio, fino alle 19.*

*L'ingresso per il pubblico è pari a 6 euro il giorno stesso dell'evento, mentre in prevendita il costo è di 5 euro (per info scrivere a [livorno.etruscolabroniche@uisp.it](mailto:livorno.etruscolabroniche@uisp.it)). L'ingresso è gratuito per i bambini sotto i 12 anni di età.*

*"Come ogni anno, – si legge nella nota stampa – Giocagin mette al centro la promozione dei valori dello sport, del divertimento, dei sani stili di vita e dell'inclusione dal nord al sud dell'Italia".*



## *San Marco in Lamis, al via il progetto **“MiGioAct – Mi muovo, gioco, sono attivo”***

*28 Aprile 2023 COMUNICATO STAMPA servizi sociali*

***Contro la sedentarietà a favore degli over 60 e diversamente abili***

*L'Assessorato ai Servizi sociali e allo Sport informa la cittadinanza che **SABATO 29 APRILE** alle ore **17,00** presso il **Centro Polivalente Anziani** di via Togliatti (alle spalle dell'edificio "Balilla") prenderà il via il progetto **“MiGioAct – Mi muovo, gioco, sono attivo”** promosso dalla UISP in collaborazione con l'Amministrazione comunale e con "Gold center" che fornirà le istruttrici.*

*Il progetto è finanziato da "Sport e Salute", Società dello Stato che promuove lo sport e i corretti stili di vita su tutto il territorio nazionale.*

*Il progetto ha come target **uomini e donne over 60 e diversamente abili.***

*Gli obiettivi del progetto sono:*

- 1. ritornare alla normale socializzazione, dopo il devastante periodo del Covid-19, far percepire all'utenza coinvolta i valori del movimento fisico evidenziando il benessere che si riceve mantenendo costante l'attività motoria;*
- 2. promuovere occasioni costanti di pratica dell'attività fisica in un'ottica di qualità della vita e di invecchiamento "in salute" per le persone over 60 e diversamente abili e svolgere attività di socializzazione in merito ai diversamente abili;*
- 3. sperimentare iniziative di promozione dell'accesso all'attività fisica nei confronti degli over 60 e diversamente abili in un'ottica di salute, misurabilità e sostenibilità.*

*Le attività inizieranno già da **martedì 2 maggio**, pertanto è possibile consegnare il modulo di iscrizione (in allegato) direttamente sabato all'iniziativa, oppure alla prima seduta di martedì 2 maggio o inviandola al protocollo del comune **protocollo@pec.comune.sanmarcoinlamis.fg.it** scrivendo nell'oggetto "ISCRIZIONE PROGETTO CONTRO SEDENTARIETA", allegando il certificato medico per attività non agonistica.*

*Il corso è gratuito, soltanto bisognerà versare una quota una tantum di 20 € per l'iscrizione e l'assicurazione.*

*All'iniziativa di sabato parteciperanno i membri dell'Amministrazione comunale, l'assessore **Paolo Soccio**, i consiglieri, nonché dirigenti scolastici, **Antonio Tosco** ed **Elisa Catta** e il Presidente del Comitato territoriale UISP Foggia-Manfredonia ASP, dott. **Orazio Falcone**.*

*"Quando ci hanno proposto questo progetto – ha commentato l'Assessore **Paolo Soccio** – abbiamo subito voluto aderire con la Delibera di giunta 28 del 28-03-2023 perché crediamo nello sport e nell'attività motoria, specie se questa è rivolta a chi ne ha più bisogno, in particolare gli anziani e i diversamente abili. Esigenza ancor più sentita dopo la lunga fase di pandemia che oltre a impedire l'attività fisica ha anche creato molta paura sociale, dobbiamo invece ritrovare tutti la voglia di stare insieme agli altri e avere così una vita sociale gratificante. Io dico sempre che **gli anziani sono il futuro della società**, sembra un paradosso ma al giorno d'oggi è così,*

*specie in Italia. Avere tanti over 60 ancora nel pieno delle energie e con tanta voglia di fare non può che essere una ricchezza soprattutto dal punto di vista sociale.*

*Invitiamo tutti a partecipare e a mettersi in gioco, ricordando che lo Sport è innanzitutto Salute”.*

*Per ulteriori informazioni sul tipo di attività che si svolgeranno è possibile contattare l'istruttrice Eleonora al numero: 3273681278*



**IL 29 APRILE**

**6**

*Condivisioni*

## ***“Un mare di donne”: il convegno di Uisp Subacquea a Villa Schiff Giorgini***

**di Redazione** - 27 Aprile 2023 - 16:10

*MONTIGNOSO – Il settore di attività subacquee Uisp aps ha desiderato affrontare il tema di una possibile discriminazione delle donne nello sport dello snorkeling, apnea e dell'immersione sott'acqua con bombole e lo ha fatto ideando Il progetto denominato “Un Mare di Donne”. Il 29 aprile 2023 a Montignoso si svolgerà il convegno che porterà all'illustrazione dei dati raccolti dalla libera compilazione del questionario con la lettura da parte delle referenti del gruppo tecnico-scientifico Olimpia De Vita e Teresa Daniela Anzelini con l'introduzione della referente nazionale del progetto Cristina Boniatti.*

*Hanno potuto partecipare alla lettura dei dati 496 questionari che come da programma sono pervenuti entro la data del 30 marzo 2023.*

*Il convegno avrà inizio alle ore 14,30 presso la storica Villa Schiff Giorgini a Montignoso con il patrocinio del Comune stesso. In programma i saluti delle autorità e dei dirigenti nazionali Uisp associazione promozione sociale: responsabile nazionale Uisps Subacquea Leonardo Palli e responsabile nazionale politiche associative (per conoscenza includono le politiche di genere, diritti ambientali) Manuela Claysset. Il 30 aprile 2023 sulla spiaggia di Cinquale: Green beach alle ore 10,00 si potrà liberamente sperimentare laboratori di bioenergetica denominati: “Fluire nel mare del nostro sapere” condotti da Martina Cinicola e Laura Pastelli Lamera.*

*Uisp aps Subacquea in collaborazione con i Circoli Orcaloca Sub Massa-Carrara – Gruppo Subacqueo Rosignano – Circolo Subacqueo Ravennate e BlueSub Trento, Giulia, Chiara, Luisella e Liana offriranno: laboratori dedicati ai bimbi per respirare e scrivere in acqua ed esperienze in apnea e subacquea per tutte. Il progetto è stato accolto dalle donne subacquee associate ai Circoli Uisp aps Subacquea in molte regioni, dal Trentino-Alto Adige alla Sicilia. Il “questionario” è stato lo strumento pensato e utilizzato dal progetto, per raccogliere pensieri e vissuti di donne che: amano, non amano, vorrebbero amare ma non possono, l’elemento acqua. Alcuni eventi sono stati organizzati sui territori, ne ricordo alcuni come: 09 ottobre a Trento “incontro tra donne che amano il ben-essere e lo fanno confrontandosi con l’elemento acqua”; tema riportato anche nell’incontro dell’11 febbraio 2023 a Montignoso; Genova 25 febbraio 23° Premio Duilio Marcante l’incontro con Aglaia Vanzetto Operatore Tecnico Subacqueo e ora in attesa di un bebè; Pordenone 3 marzo 2023 e 26 marzo Riva di Solto (BG) con esperienze innovative come la bioenergetica collegata all’elemento acqua.*

## ***Tennis, Swiatek: "Parità nei montepremi tra uomini e donne"***

***La tennista n.1 del mondo alza la voce riguardo l'uguaglianza dei premi nei tornei Atp e Wta: "In fondo facciamo lo stesso lavoro"***

27.04.2023 10:50

*Negli Slam uomini e donne hanno parità di trattamento in termini di montepremi ma dovrebbe essere così in tutti i tornei del circuito. È il pensiero di Iga Swiatek, numero 1 della classifica femminile, a detta della quale "il tennis è messo meglio rispetto a molti altri sport ma c'è ancora molto su cui lavorare, come fissare dei montepremi uguali in alcuni tornei Wta dello stesso livello di quelli Atp. In fondo facciamo lo stesso lavoro". La Swiatek, grazie al successo nel Wta 500 di Stoccarda, ha messo in tasca un assegno da 100 mila euro, lontano però dai 475 mila euro vinti da Carlos Alcaraz grazie al successo nell'Atp 500 di Barcellona.*

## **Contro il rischio cardiovascolare mezz'ora di attività fisica al giorno**

27 aprile 2023 | 13.07

**Redazione Adnkronos**

**Sedentario oltre il 30% degli italiani. Le indicazioni della Società italiana per la prevenzione cardiovascolare**

**Basta una camminata quotidiana o una pedalata di mezz'ora per mantenere in salute arterie e cuore. Sono queste, in sintesi, le indicazioni della Società italiana per la prevenzione cardiovascolare (Siprec) in preparazione alla terza Giornata Italiana per la prevenzione cardiovascolare, in calendario il prossimo 12 maggio, promossa dalla stessa società scientifica.**

**Oltre il 30% della popolazione italiana si considera sedentario - sottolinea la Siprec in una nota - e la prevalenza dell'inattività fisica cresce con l'avanzare dell'età, causando inevitabilmente patologie significative e, in generale, un peggioramento della salute. In particolare, la sedentarietà è causa del 9% delle malattie cardiovascolari, secondo i dati elaborati dal sistema di sorveglianza italiano Passi (Progressi delle aziende sanitarie per la salute in Italia) nel biennio 2020-2021. "Numerosi studi scientifici da anni hanno inserito l'inattività fisica tra i principali fattori di rischio cardiovascolare e addirittura come quarta causa di mortalità nel mondo - afferma Alessandro Biffi, specialista in Cardiologia**

*e Medicina dello sport e membro del Consiglio direttivo di Siprec, oltre che della Commissione scientifica della Federazione medico-sportiva del Coni e della Med-Ex, società medical partner della Scuderia Ferrari - Di contro, è evidente che l'attività fisica, magari svolta secondo gli standard minimi indicati dalle Linee guida della Società di cardiologia europea, svolga un ruolo cruciale nella prevenzione dei fattori di rischio. Le indicazioni sono semplici e possono essere seguite da tutti: bastano 150 minuti a settimana di attività semplice come una corsa leggera, una camminata o una pedalata".*

*La Giornata della la prevenzione cardiovascolare ha dunque l'obiettivo di portare all'attenzione l'importanza dell'attività fisica come uno dei più importanti fattori che determinano la salute pubblica, sia nella cosiddetta prevenzione primaria - precisa la Siprec - sia nella prevenzione secondaria, ovvero avviata dopo l'evento della malattia. "Il movimento fisico dopo l'insorgenza di una patologia cardiovascolare con complicanze importanti - evidenzia Biffi - è ormai inserito nei piani di riabilitazione, alla stregua del trattamento farmacologico. Non va trascurata, inoltre, una motivazione importante a favore dell'attività fisica costante: il rafforzamento del sistema immunitario, la nostra barriera naturale contro ogni tipo di evento avverso. Molti studi recenti hanno dimostrato, per esempio, che chi era abituato a fare attività fisica costante e quotidiana non ha contratto il Covid o ne ha gestito meglio il decorso, senza complicazioni respiratorie".*

*Muoversi e abbandonare la sedentarietà non fa bene solo al sistema cardiovascolare - rimarca la Siprec - ma si rivela anche una buona arma contro l'insorgere di patologie neoplastiche o artrosiche, oltre che procurare benessere psicologico. La buona salute collettiva significa anche risparmio per il servizio sanitario e risorse che si liberano, per essere impiegate in modo più efficace e mirato.*

*Dai dati del rapporto 'Stet Up', pubblicato congiuntamente dall'Ufficio europeo dell'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) e dall'Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico (Ocse), risulta che l'aumento dell'attività fisica, oltre a prevenire migliaia di morti premature, fa risparmiare miliardi di euro di spesa sanitaria annuale. A fare da cassa di risonanza al report di Oms e Ocse è il rapporto del Forum The European House-Ambrosetti, riferito al nostro Paese, dal quale si evince che se la pratica sportiva fosse nella media Ocse, l'Italia potrebbe risparmiare circa 32 miliardi*

*fino al 2050. In particolare, l'aumento della pratica sportiva ai livelli minimi raccomandati eviterebbe oltre 11 milioni di nuovi casi di malattie non trasmissibili entro il 2050, inclusi 3,8 milioni di casi di malattie cardiovascolari. Nel panorama generale europeo, l'Italia figura al secondo posto per spesa pubblica sanitaria dovuta alla sedentarietà, con un costo annuo pari a circa 3,8 miliardi di euro, inteso come somma di costi diretti e indiretti, e un'incidenza sul totale della spesa sanitaria pubblica e privata pari all'1,7% del Pil. Si potrebbe stimare che ogni persona sedentaria in meno in Italia libererebbe circa 170 euro di risorse economiche oltre alle migliaia di decessi precoci in meno dovuti proprio alle conseguenze dell'inattività fisica.*

*"Occorre invertire la rotta - esorta Biffi - investendo proprio sulla prevenzione e sull'educazione. Superfluo dirlo, ma vale sempre la pena ribadirlo: bisogna partire dalle scuole, dai luoghi di aggregazione giovanili e dagli ambulatori dei medici di famiglia. Spetterà alle istituzioni, poi, organizzare campagne nazionali di comunicazione e informazione per far arrivare in modo capillare il messaggio secondo cui fare attività fisica è vero atto di difesa della salute pubblica".*

**CESENATODAY**

***Torna "La Resistente": la cicloturistica sui luoghi teatro della storia antifascista dedicata a Furio Kobau***

*Anpi Sezione di Cesena, Anpi Comitato provinciale Forlì-Cesena e Uisp Forlì-Cesena presentano la terza edizione de "La Resistente:*

***Cicloturistica della memoria sui luoghi delle stragi nazifasciste nel cesenate”, che si svolgerà domenica 30 aprile a Cesena e che sarà dedicata a Furio Kobau, presidente Anpi scomparso un anno fa. Questa manifestazione cicloturistica si prefigge di ricordare i luoghi teatro della storia antifascista, collegandoli attraverso il più resistente dei mezzi di trasporto: la bicicletta. Il programma prevede due modalità di esplorazione: una escursione guidata e la cicloturistica UISP.***

***Con l’escursione guidata un gruppo di cicloresistenti partirà dal centro di Cesena lungo un percorso pianeggiante di 30 km in parte asfaltato in parte su strade bianche. Lungo il tragitto si farà sosta presso i cippi commemorativi per ripercorrere le vicende storiche legate all’oppressione del regime fascista, alla violenza dell’occupazione nazifascista e alla Liberazione di Cesena. L’escursione prevede un ristoro presso il Circolo ARCI Bagnile ed un servizio di assistenza tecnica lungo il percorso. Tutti i partecipanti riceveranno la t-shirt in edizione limitata La Resistente 2023. L’andatura del gruppo sarà moderata e l’escursione avrà una durata di circa 3 ore e mezza. Luogo ed orario di partenza saranno comunicati ai partecipanti attraverso i recapiti indicati in fase di iscrizione. E’ previsto un contributo di 25 euro che comprende l’assicurazione, guide MTB UISP, un punto di ristoro e la t-shirt dell’evento. Per esigenze organizzative il numero di posti disponibili è limitato. E’ possibile effettuare l’iscrizione scrivendo a [info@laresistente.it](mailto:info@laresistente.it)***

***La cicloturistica UISP prevede invece l’apertura delle iscrizioni a partire dalle 7:30 di domenica 30 aprile da Bagnile, frazione di Cesena, presso il Circolo ARCI in Via Rovescio 2101. I partecipanti, dopo essersi iscritti con un contributo di 7 euro, partiranno liberamente (alla francese) seguendo la segnaletica temporanea potendo scegliere tra due diversi percorsi. Il percorso lungo incontra nove luoghi di memoria percorrendo un totale di 65 km di lunghezza per 640 metri di dislivello e prevede un ristoro presso il borgo bandiera arancione di Monteleone e il pasta party finale presso il Circolo ARCI Bagnile. Per chi non volesse affrontare il dislivello del percorso lungo la cicloturistica UISP prevede***

*un percorso breve adatto a tutti, di 30 km di lunghezza, che attraversa sei luoghi di memoria e si conclude con il pasta party a Bagnile.*

*La cicloturistica è valida come 1a prova della “Medio Fondo d’la Caveja” ed è soggetta al regolamento UISP. Il percorso breve sarà aperto a tutti, mentre il percorso lungo sarà concesso esclusivamente a tesserati UISP, FCI ed enti riconosciuti dal CONI che abbiano sottoscritto la convenzione con FCI; in alternativa sarà richiesta la presentazione di certificato medico agonistico. Le strade saranno aperte al traffico, pertanto sarà richiesto di rispettare il codice della strada e di indossare il casco di protezione.*

*I veri protagonisti della manifestazione saranno i luoghi di memoria, appositamente segnalati da cartelli illustrativi: il monumento alla Resistenza nei Giardini Savelli, il cippo di Martorano, il cippo di Bagnile, le lapidi della Casa del popolo di San Giorgio, il cippo di Gattolino, il cippo di Ponte Ruffio. I partecipanti che si cimenteranno con il percorso lungo aggiungeranno a questi anche: i cippi di San Tomaso, Carpineta e Monteleone.*

*A quasi 80 anni dalla Liberazione dal fascismo, il dramma e il lutto che hanno invaso anime e territori sembrano essersi sbiaditi. Fortunatamente la generazione che subì le conseguenze più estreme della crudele dittatura pensò bene di lasciare monumenti in memoria degli eventi. La bicicletta emblema della Resistenza, usata da staffette e partigiani per muoversi e portare armi e comunicazioni, oggi diventa mezzo per recuperare quella stessa memoria.*

# **“Trail dell’Abbazia di Fossanova”, una gara immersa nel fascino del sito medievale**

*Lunedì nuova tappa del Grande Slam Uisp organizzata dalla Podistica Avis Priverno nel ricordo di Andrea Zuccaro*

**LATINA – Dopo le emozioni del “Vivicittà” a Latina e della “Pasqualonga” a Pontemaggiore, il Grande Slam Uisp “Natalino Nocera” torna con un nuovo, imperdibile appuntamento: lunedì 1 maggio alle 9,30 andrà in scena infatti la seconda edizione del “Trail dell’Abbazia di Fossanova”, gara podistica sulla distanza di 13 chilometri. L’organizzazione è a cura della Podistica Avis Priverno con il supporto logistico del Comitato Territoriale Uisp. La finalità principale consiste nel promuovere il concetto di sostenibilità tra ambiente, biodiversità e ambiente sportivo, apprezzando naturalmente il fascino del sito medievale. Il tracciato si articola su un fondo formato da sterrato con alcune variazioni altimetriche: si parte dal borgo medievale passando per il bosco di San Martino ed il Castello, percorrendo poi un tratto di via Francigena lungo l’argine del fiume Amaseno e arrivando all’interno del Vivaio Aumenta per raggiungere il traguardo nei pressi dell’Abbazia. Prevista anche una suggestiva passeggiata della lunghezza di 8 chilometri. Il ritrovo è fissato alle 8 di lunedì presso il Centro Diurno di Fossanova, in via Marittima II. Lo start scatterà alle**

**9:30 nel Vivaio Aumenta, all'interno dell'Abbazia. Lo scorso anno si imposero Diego Papoccia e Maria Casciotti e per questa edizione si annunciano numerosi big ai nastri di partenza. Saranno premiati i primi cinque e le prime cinque della classifica generale, oltre ai primi cinque di tutte le categorie e alle prime cinque società. Un momento particolarmente toccante della cerimonia riguarderà il "Memorial Andrea Zuccaro", con la consegna di targhe e premi che avrà per protagonista la famiglia di Andrea, indimenticato appassionato di corsa e di sport sempre legato alla Podistica Avis Priverno. Per iscrizioni e informazioni consultare il sito [uisplatina.it](http://uisplatina.it) o inviare un messaggio whatsapp al 328.1193101. Sarà possibile aderire anche il giorno stesso, fino a 30 minuti prima della partenza. Una "gustosa" curiosità: nei 400 pacchi gara disponibili sarà inserita anche una prelibata "Falia" di Priverno.**

**REGGIO**TODAY

*Ciclismo, tutto pronto per il ritorno della "classicissima" di primavera*

***Domenica 30 aprile si disputerà la 42esima edizione della "Reggio-Bova", sfida aperta per conoscere il successore di Antonio Chirico nell'albo dei vincitori***

***Ritorna la "classicissima" di primavera del ciclismo amatoriale calabrese. Domenica 30 aprile, infatti, si disputerà la 42esima edizione della "Reggio-Bova", secondo memorial Anna Palumbo. La gara ciclistica, organizzata dalla Cicli Jiriti di Reggio Calabria, è inserita nel calendario delle prove regionali del campionato Uisp di ciclismo amatoriale.***

***I partecipanti si sfideranno su tradizionale percorso di gara che, dopo la partenza della carovana da Reggio Calabria, prenderà il via alle porte di Saline Joniche e, dopo aver portato i ciclisti partenti alla volta di Bova Marina, prevede il ritorno verso il capoluogo di provincia e lo striscione d'arrivo posto a Gallina.***

***Imprevedibile come sempre la "classicissima" di primavera, di certo, vedrà nell'erta finale verso la linea d'arrivo uno dei punti decisivi, insieme all'ascesa del capo d'Armi, dell'intera competizione agonistica.***

***Sotto la pioggia battente della 41esima edizione a tagliare per primo il traguardo è stato l'atleta lametino Antonio Chirico della Pianopoli Bike team che, al termine di una gara molto combattuta, ebbe la meglio su Salvatore Chiodo: il giovane atleta reggino in grado di conquistare ripetutamente negli ultimi anni il trofeo della "Reggio-Bova".***

***Nella scorsa edizione, corsa sempre sotto le insegne della Uisp ciclismo Calabria, guidata dal reggino Diego Quattrone, è stata proprio la salita finale a salutare l'arrivo in solitaria del vincitore dopo che tutti i tentativi di fuga erano stati rintuzzati dal gruppo.***

***L'appuntamento con la 42esima edizione della "Reggio-Bova" è fissato alle ore nove di domenica mattina presso il negozio Cicli Jiriti di Reggio Calabria, da qui la carovana si muoverà in direzione della Strada statale 106 per coprire il primo tratto ad andatura turistica sino al centro abitato di Saline Joniche da dove, poi, i giudici di gara daranno il via ufficiale alla competizione agonistica.***

# ***Un video endoscopio in dono alla terapia intensiva pediatrica grazie alla UISP***

*La donazione al reparto diretto dal dottor Ambrosoli grazie alla collaborazione tra l'Unione Italiana Sport per Tutti di Varese e Il Ponte del Sorriso*

*Grazie alla generosità di UISP, Unione Italiana Sport per Tutti di Varese, Il Ponte del Sorriso ha potuto donare un video endoscopio alla Terapia Intensiva Pediatrica, un piccolo gioiello di tecnologia, dal valore di 15mila euro, che consente di intubare con maggior sicurezza e minore invasività i bambini, anche molto piccoli, che devono essere sottoposti a interventi chirurgici delicati.*

*«E' uno strumento dedicato, questo è l'aggettivo che fa la differenza – ha sottolineato il dott. Andrea Ambrosoli, Direttore della Terapia Intensiva Pediatrica – Significa pensato per i bambini, quelli più piccoli nello specifico. Questo video endoscopio infatti può essere utilizzato per intubazioni, anche difficili, su lattanti da tre mesi a un anno di età, ed è particolarmente utile per eseguire gli interventi di chirurgia toracica, dal momento che consente una ventilazione mono polmonare. Insomma, uno strumento davvero prezioso per l'attività della TIP e anche per quella di Anestesia al servizio della Chirurgia pediatrica».*

***A questo proposito, sono circa cento i lattanti operati ogni anno dalla chirurgia pediatrica diretta dal Dott. Valerio Gentilino, almeno 15 dei quali sono affetti da una patologia rara e ad altissima complessità chirurgica quali le malformazioni polmonari congenite, per le quali lo strumento si rivela decisivo. Interventi di tale complessità che possono avvenire solo all'interno di una squadra di grandi professionisti quale è quella del Dipartimento materno-infantile, diretto dal prof. Massimo Agosti.***

***A consentire questa donazione, la collaborazione tra UISP e Il Ponte del Sorriso. «Sport, ambiente, solidarietà sono i valori fondanti dell'UISP, Unione Italiana Sport per tutti, nessuno escluso – hanno dichiarato Rita di Toro e Ileana Maccari, rispettivamente Presidente e Vicepresidente del Comitato territoriale UISP Varese – Oggi siamo qui per testimoniare in modo concreto, con un segno tangibile, che lo sport è anche solidarietà. La nostra piccola donazione per l'acquisto di questo macchinario apre grandi speranze di futuro per i bambini che con lo stesso saranno trattati. Immensa è per noi la gioia di sapere di contribuire al loro benessere e alla loro serenità».***

***«Un grazie di cuore a UISP che con il suo contributo ci ha permesso di rispondere a un'esigenza fondamentale per i bambini, quella di poter contare sulle migliori strumentazioni che curano, ma che rendano le pratiche mediche il meno dolorose e invasive possibili, con una positiva ricaduta sulla serenità dei bambini e dei loro genitori – sono le parole di Emanuela Crivellaro, Presidente de Il Ponte del Sorriso – Oggi l'innovazione porta in questo senso e noi non possiamo che favorire l'introduzione, nei reparti pediatrici, di apparecchiature che aiutino a gestire la paura e la sofferenza dei bambini».***

***«Come sempre, la Fondazione Il Ponte del Sorriso riesce a catalizzare grandi energie intorno al nostro ospedale Del Ponte – tiene a sottolineare il commissario straordinario di ASST Sette Laghi, Giuseppe Micale, alle cui parole si sono uniti il direttore sanitario, Lorenzo Maffioli e la il direttore medico, Anna Iadini – Questa volta è la UISP ad aver generosamente colto l'occasione di***

*diventare parte della grande squadra dei nostri benefattori. Grazie di cuore per questo dono così prezioso per chi lavora al servizio dei bimbi più fragili!».*

**Redazione VareseNews**

# MarsicaLive

## *La Fucino Half Marathon pronta per l'assegnazione dei titoli nazionali Uisp di mezza maratona*

di **Alessandra Ciciotti** 27 Aprile 2023

*Avezzano. Ad Avezzano, la Fucino Half Marathon si avvicina sempre di più alla sua prima edizione. Il comitato organizzatore della UISP provinciale di L'Aquila sta lavorando alacremente per garantire il massimo risultato alla manifestazione, nonché impegnato a mettere a punto il programma di domenica 30 aprile con lo svolgimento della mezza maratona sulla distanza di 21,097 chilometri dal centro di Avezzano fino a borgo Ottomila e ritorno nella città marsicana su un tracciato chiuso al traffico veicolare.*

*La manifestazione rientra nel progetto Finish Line, promosso dalla Cooperativa Sociale Leonardo che aspira a creare una mezza-maratona multinazionale in ogni Paese partecipante (Atene, Budapest, Avezzano, Bruxelles), con lo scopo di promuovere lo sport inclusivo capace di un linguaggio universale. Prima, durante e dopo la mezza maratona, ogni organizzazione ospiterà discorsi, workshop e altre azioni di sensibilizzazione per promuovere l'importanza dello sport per il benessere e la salute.*

*Così l'avvocato Liberato Taglieri responsabile del comitato organizzatore come presidente provinciale UISP L'Aquila: "Per l'occasione saranno assegnati sia i titoli individuali nelle 22 categorie previste dal regolamento nazionale che quello per società. Per la prima volta", aggiunge, "ad organizzare un evento sportivo così importante sarà il*

*comitato provinciale e non una singola associazione sportiva. L'obiettivo comune di tutte le società marsicane e limitrofe è quello di realizzare un grande evento che possa essere da vetrina per il nostro territorio mediante l'apporto di tutti gli operatori del settore. Un ringraziamento per il sostegno all'amministrazione comunale di Avezzano, in particolare del Sindaco Gianni Di Pangrazio, anch'esso appassionato della corsa, dell'assessore allo sport Pierluigi di Stefano e del consigliere Carmine Silvagni. Il loro aiuto ci ha consentito di procedere spediti verso la fase finale del progetto. Di particolare rilievo il ruolo svolto dal settore regionale e nazionale UISP dell'atletica leggera per l'assegnazione del campionato nazionale, dalla Fondazione Carispaq con il consigliere Pierluigi Panunzi che ha sposato sin da subito il progetto riconoscendo l'importanza sia nell'ambito sportivo che per la promozione del territorio, unitamente alla Cooperativa Sociale Leonardo presieduta da Karin Sorgi".*

*Il pettorale potrà essere ritirato in loco ad Avezzano presso il box iscrizioni in Piazza della Repubblica (zona antistante il Comune) dalle 17 alle 19 di sabato 29 e dalle 8 alle 9 di domenica 30 con la partenza prevista alle 10.*

# **newsrimini**

## *Giornata Internazionale della Danza. A Rimini un flash mob e un incontro*

*Il 29 aprile si festeggia in tutti i paesi del mondo la Giornata Internazionale della Danza, promossa dall'International Dance Council dell'UNESCO. In questa data si celebra la nascita di Jean-Georges Noverre (1727-1810), il più grande coreografo della sua epoca, il creatore del balletto moderno. In occasione di questa giornata, all'interno del progetto Genderful – Corpi/Identità, le Associazioni Movimento Centrale Teatro/Danza, Cambia-Menti APS e DireUomo-Spazio Ascolto uomini maltrattanti in collaborazione con UISP territoriale Rimini APS, con il sostegno della Regione Emilia-Romagna e il patrocinio di UPI Emilia-Romagna e del Comune di Rimini propongono due appuntamenti nelle giornate di sabato 29 e domenica 30 aprile: un flash mob e un incontro.*

***Il programma trasmesso dai promotori:***

***Sabato 29 aprile – alle 18.30 in piazza Cavour – per celebrare il Dance Day vogliamo parlare il linguaggio universale di tutti i corpi, gli uni accanto agli altri per comporre una danza di umanità. Come ha detto Rudolf Nureyev: Tutti dovrebbero danzare, per tutta la vita. Non essere ballerini, ma danzare.***

***Non conta l'età anagrafica, l'etnia, il sesso, l'abilità o il virtuosismo. La danza, vettore di libertà, è racchiusa dentro ciascuno di noi, alcuni scelgono di condividerla con il pubblico, altri preferiscono ballare per sé. Per la Giornata Internazionale della Danza proponiamo una negoziazione delle due scelte per condividere la propria danza, la propria unicità, con tutte le persone che saranno presenti nella piazza. Non si tratta di fare una esibizione ma un gesto di umiltà: lasciarsi guardare. Il flash mob del 29 aprile, come ogni anno, sarà un'azione performativa, che vuole essere essenzialmente una scrittura creativa, una forma di poesia.***

***Quest'anno il filo rosso che guiderà il flash mob è rappresentato dalla parola Unicità per ribadire, se ce ne fosse bisogno, la natura speciale di ciascuno. Non esistono due elementi uguali o simili tra loro. Non si tratta di essere superiori o inferiori agli altri, ma coscienti e consapevoli di chi siamo, di come siamo e di tutte le nostre potenzialità meravigliose. Nessun paragone, perché ciascuno di noi è unico, ciascuno è la più grande opera d'arte di tutti i tempi. Allora facciamo la nostra parte danzando!***

***La danza — lo ribadiamo — è un linguaggio artistico universale accessibile a tutti, basta decidere di esplorare la propria natura unica per mezzo delle infinite possibilità del movimento. Tutti sono danzatori, bambine e bambini, giovani e adulti, donne e uomini; danzare è la naturale e gioiosa espressione del nostro essere unici. Un gesto di saggia follia per dire: unicità.***

***Domenica 30 aprile, alle ore 18.30 nella sala Giulietta del Cinema Fulgor, è in programma un incontro dal titolo CONVERS/AZIONI per riflettere sul significato profondo della danza nella nostra cultura occidentale. Intervengono: Marco Baldazzi, coreografo e direttore artistico di Off-Art e del progetto Sosteniamo il Talento, Claudio Gasparotto, coreografo e responsabile artistico di Movimento Centrale Danza & Teatro e del progetto La danza come arte aperta a tutti, Donato Piegari, psicologo e referente dell'Associazione DireUomo. La conversazione sarà preceduta dalla visione del video Corpi a Rischio di Mattia Fornaciari, una creazione che sintetizza il lavoro di 15 danzatrici argentine che hanno partecipato al progetto interdisciplinare guidato da Claudio Gasparotto e***

**sostenuto dall'Istituto Italiano di Cultura di Cordoba in collaborazione con l'Area Danza Contemporanea del Teatro del Libertador di Cordoba.**

**Ad accogliere il pubblico saranno i performer del Collettivo Movimento Centrale e i saluti istituzionali di Emma Petitti, Presidente dell'Assemblea Legislativa della Regione Emilia-Romagna e di Chiara Bellini, Vicesindaca del Comune di Rimini. Ingresso gratuito fino a esaurimento posti.**