

# MAGAZINE



## Assemblea nazionale referenti ACSI ciclismo

### L'EDITORIALE

Il futuro della bici fra sport salute e sostenibilità

### CONFERENZA EURISPES

Laboratorio Europa: sfide aperte per l'integrazione EU

### VIOLENZA DI GENERE

25 novembre per dire no alla violenza sulle donne

Patrocinio dell'USSI



## IN QUESTO NUMERO

- 03 L'editoriale
- 04 Assemblea ACSI Ciclismo
- 06 Conferenza Eurispes
- 08 Riforma dello sport
- 11 Progetto Format AI
- 14 Sport e disabilità
- 16 Lo sport contro la violenza
- 17 Violenza di genere
- 19 Lucca Comics&Games
- 21 Lucca Film Festival
- 23 L'intervista
- 26 Nordic Walking
- 28 "Qualità della vita"
- 30 Colophon ACSI Magazine

## ON THE COVER

Recentemente si è svolta a Riccione l'Assemblea Nazionale dei referenti territoriali del settore ACSI Ciclismo. L'adesione record ed il qualificato spessore dei relatori hanno confermato la crescita della disciplina. Dal dibattito ampio ed articolato sono emerse le linee progettuali per l'immediato futuro. La cospicua programmazione del 2024 è finalizzata a consolidare la leadership dell'ACSI nell'area del ciclismo amatoriale.



03



04



16



17

## L'EDITORIALE

Il futuro della bicicletta fra sport, salute e sostenibilità. La programmazione del 2024 è finalizzata a consolidare la leadership dell'ACSI nell'area del ciclismo amatoriale. Ma dobbiamo anche guardare il panorama della disciplina a livello internazionale.

## CICLISMO ACSI

Si è svolta a Riccione l'Assemblea Nazionale dei referenti territoriali del settore ACSI Ciclismo. L'adesione record ed il qualificato spessore dei relatori hanno confermato la crescita della disciplina. Dal dibattito sono emerse le linee progettuali 2024.

## SPORT ANTIVIOLENZA

Il Ministro per lo Sport Andrea Abodi e il Ministro per la Famiglia Eugenia Maria Roccella hanno inviato agli organismi sportivi un messaggio in occasione della "Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza sulle donne" del 25 novembre 2023.

## VIOLENZA DI GENERE

Torna la liturgia del 25 novembre mentre proliferano i femminicidi perpetrati dai "nostri" talebani. Ormai il femminicidio si è subdolamente infiltrato nella nostra quotidianità ed ha istituzionalizzato uno spazio voyeuristico nei media.

# Il futuro della bici fra sport salute e sostenibilità



Recentemente si è svolta a Riccione l'Assemblea Nazionale dei referenti territoriali del settore ACSI Ciclismo. L'adesione record ed il qualificato spessore dei relatori hanno confermato la crescita della disciplina. Dal dibattito ampio ed articolato sono emerse le linee progettuali per l'immediato futuro. La programmazione del 2024 è finalizzata a consolidare la leadership dell'ACSI nell'area del ciclismo amatoriale. Ma dobbiamo anche guardare il panorama della disciplina a livello internazionale. Un punto di riferimento è stato senza dubbio il meeting "UCI Cycling for all" che si è svolto recentemente (ottobre 2023) a Bruges in Belgio. I lavori hanno evidenziato l'impatto del ciclismo su temi ormai di scottante attualità: salute, ambiente, sostenibilità, stili di vita, ecc. Nel 2022 sono state vendute 20 milioni di bici in Europa. Di queste 5,5 milioni erano ebike, che da sole sono il segmento più venduto, seguito dalle gravel bike. Il fatturato è stato valutato 2.2 miliardi di euro per la vendita delle bici e 4.5 miliardi di euro per gli

accessori. Il fattore clima incide ormai pesantemente sul "boom" inarrestabile della bicicletta. In questi ultimi anni l'ACSI ha promosso la mobilità sostenibile nelle città soffocate dallo smog e dal traffico. L'obiettivo prioritario è la rete capillarizzata di piste ciclabili per consentire al nostro Paese un salto finalizzato a tutelare il popolo delle due ruote, incrementare il turismo sui pedali, migliorare la qualità della vita. La scelta ecologica della bici è l'unico antidoto contro l'inquinamento atmosferico ed acustico nelle aree urbane. L'OMS (Organizzazione Mondiale Sanità) denuncia un'allarmante incidenza dello smog sulle patologie più diffuse (tumori, malattie cardiovascolari, allergie respiratorie, ecc.). La bici svolge un'azione antiaging per gli anziani in quanto riduce i tempi della sedentarietà. Inoltre promuove un'azione educativa e preventiva per i giovani: attività motoria ed ecologia mentale contro le devianze (droga, alcolismo, cyberbullismo, ecc.).

**Antonino Viti**  
**Presidente Nazionale ACSI**





**Nella foto da sinistra Fabrizio Scaramuzzi Consigliere Nazionale, Carlo Carnevale Segretario Generale, Emiliano Borgna Responsabile Nazionale Settore Ciclismo, Antonino Viti Presidente Nazionale, Renzo Ferrati Consigliere Nazionale.**

## **ACSI ciclismo: consenso unanime alla linea approvata dall'assemblea nazionale dei referenti territoriali**

**Sabato 4 e domenica 5 novembre 2023 si è svolta, presso l'Hotel Corallo di Riccione, l'Assemblea Nazionale dei Referenti Territoriali del Settore Nazionale ACSI Ciclismo.** Registrata un'affluenza record, segno di grande coesione all'interno dell'ente, con partecipazione dei delegati provenienti da: **Lombardia, Veneto, Friuli Venezia Giulia, Trentino Alto Adige, Liguria, Piemonte, Emilia Romagna, Marche, Abruzzo, Umbria, Molise, Puglia, Sicilia e Calabria.**

Durante la Due Giorni, sono state affrontate numerose tematiche di estrema attualità, che hanno visto l'intervento ed il contributo di numerosi presenti.

Al tavolo dei relatori si sono alternati, nell'ordine, il **Presidente Nazionale Antonino Viti, il Vice Presidente Emiliano Borgna, il Segretario Generale Carlo Carnevale ed i membri del Consiglio Nazionale Renzo Ferrati, Fabrizio Scaramuzzi e Paolo Campanella.**







**Nella foto da sinistra Fabrizio Scaramuzzi Consigliere Nazionale, Carlo Carnevale Segretario Generale, Emiliano Borgna Responsabile Nazionale Settore Ciclismo, Antonino Viti Presidente Nazionale, Paolo Campanella Consigliere Nazionale.**

Alto indice di gradimento per le parole espresse dal **Prefetto Roberto Sgalla, Presidente di Formula Bici** e massimo esponente in materia di sicurezza, tematica fra le più dibattute nel corso dell'assemblea.

Presenti e, come sempre, a disposizione, diversi impiegati della **Segreteria Nazionale**.

A conclusione dei lavori, **la progettazione e la programmazione della prossima stagione hanno suscitato un entusiasmo unanime**, ad indicare che il team ACSI è pronto ad affrontare con la giusta dose di ottimismo e proattività il 2024.





**Dal 1982**  
**l'Istituto di Ricerca**  
**degli italiani**

## **Conferenza del Laboratorio Europa: sfide aperte per l'integrazione EU**

Il Laboratorio Europa di Eurispes è composto da esperti del mondo accademico, esponenti ed operatori della società civile. Ha lo scopo di studiare lo sviluppo della integrazione Europea arrivata ad un punto di svolta. La crisi finanziaria ed economica ha fatto emergere le contraddizioni di fondo su cui poggia l'Ue ed in particolare l'Eurozona. Sono evidenti oggi le difficoltà incontrate dall'Unione nel risolvere i problemi reali dei cittadini. È necessario un cambio di passo. È arrivato il momento di affrontare la questione di fondo che ci riguarda tutti: la questione democratica e "l'idea stessa di Europa", avviando un "Rinascimento europeo", per reagire al suo declino politico, culturale, demografico ed alla sua crisi esistenziale; decidere di ripartire rimettendo la persona al centro dell'attenzione e dell'azione, per evitare, tra l'altro, che una nuova crisi ci possa trovare di nuovo impreparati. L'obiettivo del Laboratorio è quello di proporre idee utili per cercare di riavvicinare cittadini e Istituzioni europee e recuperare il divario che si è creato, con l'obiettivo di costruire un'Europa diversa. La convinzione di Laboratorio Europa è che l'appartenenza all'Unione Europea debba essere la conseguenza di una consapevole valutazione dei vantaggi economici, sociali e politici che possono derivarne per ciascuno Stato membro. È necessario quindi rimanere in Europa per: completare le misure per l'Eurozona (integrazione progressiva): contribuire a cambiare alcune politiche nell'Eurozona e/o accelerare alcuni provvedimenti fermi da tempo. In particolare serve, ad esempio, un cambiamento del paradigma economico e sociale che regola l'Eurozona; il completamento di tutto il pacchetto che riguarda la finanza, le banche, il MES (meccanismo europeo di stabilità), la questione degli investimenti, del debito, il rilancio della domanda, la partecipazione, attraverso un maggior coinvolgimento delle parti sociali alle scelte della CE e della Unione; definire nuove regole e nuove Istituzioni: L'obiettivo, quindi, è di contribuire, con un dibattito aperto e libero,



all'elaborazione di proposte mirate ad accrescere i vantaggi complessivi e a migliorare la loro distribuzione contrastando il processo in atto di polarizzazione della società. Siglato nel 1997, il Patto che disciplina i bilanci degli Stati membri ponendo dei limiti precisi – del 3% per il rapporto deficit/PIL e del 60% del rapporto debito/PIL – è stato oggetto negli anni di diverse riforme sempre più orientate dal criterio dell'austerità che hanno portato all'adozione sia di misure comunitarie di carattere preventivo, da applicare nella previsione dei programmi annuali di spesa, sia di carattere sanzionatorio in caso di violazioni dei vincoli imposti dalle Istituzioni europee. L'accordo raggiunto in sede europea per la sospensione del Patto nel 2020, nel periodo di piena crisi







pandemica Covid-19, scadrà alla fine del 2023, e la nuova proposta della Commissione avanzata nel novembre 2022 ha suscitato un dibattito molto acceso tra gli Stati membri.

I punti di riferimento del "vecchio" sistema, e cioè la previsione di programmi annuali di spesa a carico di ogni Stato membro e la presentazione del saldo di bilancio a cadenza annuale, hanno mostrato i loro limiti a causa della bassa efficacia del monitoraggio dell'andamento delle variabili rilevanti su base annuale e non ciclica e per i suoi costi eccessivi.

Il concetto di "output gap", cioè la differenza tra il reddito potenziale di uno Stato membro e il reddito effettivo calcolata in un determinato periodo, ha suscitato polemiche sui meccanismi di calcolo di questo indice che vedono nella valutazione dei redditi potenziali un eccesso di potere e arbitrarietà.

Le tematiche da sviluppare attraverso apposite schede di sintesi alle quali è stato dedicato l'evento del 10 novembre 2023:

- integrazione politica dell'Unione europea;
- area economica;
- riforma e sviluppo delle istituzioni UE;
- Europa sociale e lotta alle disuguaglianze (con il contributo delle parti sociali);
- Europa dell'Energia (Green Deal, rinnovabili, indipendenza energetica).

Nel suo intervento Marco Ricceri (SG Eurispes) ha ribadito l'indole aperta del Laboratorio, formato da una comunità accademica e scientifica in evoluzione, che guarda al prossimo futuro. Ad una prima analisi emergono due caratteristiche dell'attuale UE: la sua evoluzione sulla spinta di input esterni dovuti spesso ad emergenze/contingenze storiche; il fatto di essere formata da più Unioni (dei 27 Stati Membri, dell'euro, ecc.).



Da questa consapevolezza nasce la necessità di trovare un minimo comun denominatore tra queste Unioni e i 5 temi succitati, anche grazie allo sviluppo di un'intrinseca capacità di proporre una visione politica dell'Europa. Si tratta dell'inizio di un nuovo percorso per cambiare questa Europa che non soddisfa e che così poco è conosciuta e riconosciuta al di fuori dei suoi confini.

**Prof. Luigi Campanella**





# Focus sulla riforma dello sport

## istruzioni per il percorso di adeguamento - 4° step

a cura di Antonella Lizza

### PREMI SPORTIVI

**(Art. 36, comma 6-quater, del D.Lgs. 36/2021 e successive modifiche)**

Le somme versate a propri tesserati, in qualità di atleti e tecnici che operano nell'area del dilettantismo, a titolo di premio per **i risultati ottenuti nelle competizioni sportive**, anche a titolo di partecipazione a raduni, quali componenti delle **squadre nazionali di disciplina** nelle manifestazioni nazionali o internazionali, da parte di CONI, CIP, Federazioni Sportive Nazionali, Discipline Sportive Associate, Enti di Promozione Sportiva, associazioni e società sportive dilettantistiche, sono inquadrate come premi ai sensi e per gli effetti dell'articolo 30, secondo comma, del decreto del Presidente della Repubblica 29 settembre 1973, n. 600. Al premio sportivo viene applicata una ritenuta a titolo di imposta pari al 20% e le somme ricevute come "premi" non sono oggetto di dichiarazione dei redditi e non si sommano ad eventuali altri compensi ai fini della dichiarazione IRPEF.

### APPRENDISTATO

**(art. 30, comma 1 bis, D.Lgs. 36/2021 e successive modifiche)**

In relazione all'apprendistato di cui all'articolo 43 del decreto legislativo 15 giugno 2015, n. 81, come previsto al comma 1, **il limite di età minimo**, di cui agli articoli 43, comma 2, del decreto legislativo n. 81 del 2015 e 3 della legge 17 ottobre 1967, n. 977, **è fissato a 14 anni**, assolvendo il percorso di apprendistato l'obbligo di istruzione di cui alla normativa vigente e ciò anche nell'ottica della valorizzazione non solo sportiva, ma anche culturale sociale dei giovani atleti.

### CONTROLLI MEDICI

**(art. 32, comma 1 bis, D.Lgs. 36/2021 e successive modifiche)**

Verrà emanato specifico decreto del Presidente del Consiglio dei ministri o dell'Autorità politica delegata in materia di sport recante disposizioni sui controlli medici dei lavoratori sportivi sentita la Federazione Medico Sportiva Italiana.





Le Federazioni Sportive Nazionali, le Discipline Sportive Associate e gli **Enti di Promozione Sportiva** possono stipulare convenzioni con le Regioni al fine di garantire l'espletamento delle indagini e degli esami necessari per l'aggiornamento della scheda sanitaria per le attività sportive dei lavoratori sportivi che svolgano prestazioni di carattere non occasionale. Tale norma si applica altresì alle corrispettive Organizzazioni che operano in ambito paralimpico.

Il lavoratore sportivo è sottoposto a controlli medici a tutela della salute nell'esercizio delle attività sportive e la competenza è del medico specialista in medicina dello sport; l'idoneità all'attività non riferita all'esercizio dell'attività sportiva è rilasciata dal medico competente, in conformità alle disposizioni del d.lgs. n. 81/2008, il quale utilizza la certificazione rilasciata dal medico sportivo.

I lavoratori sportivi che ricevono compensi annualmente non superiori ai cinquemila euro, relativamente ai rischi propri delle attività svolte e con oneri a proprio carico, hanno facoltà di beneficiare della sorveglianza sanitaria e di partecipare a corsi di formazione specifici in materia di salute e sicurezza sul lavoro.

**Per l'accertamento dell'idoneità allo svolgimento della pratica sportiva dei soggetti diversi dai lavoratori sportivi di cui al citato decreto, restano fermi la disciplina attuativa e i criteri tecnici generali fissati per la tutela sanitaria dell'attività sportiva agonistica.**

## PROTEZIONE DEI MINORI

**(art. 33 D.Lgs. 36/2021 e successive modifiche)**

Fermo restando quanto previsto dalla legge 17 ottobre 1967, n. 977, sull'impiego dei minori in attività lavorative di carattere sportivo, entro 12 mesi dall'entrata in vigore del presente decreto saranno introdotte disposizioni specifiche a tutela della salute e della sicurezza dei minori che svolgono attività sportiva, inclusi appositi **adempimenti e obblighi, anche informativi, da parte delle società e associazioni sportive, tra cui la designazione di un responsabile della protezione dei minori**, allo scopo, tra l'altro, della lotta ad ogni tipo di abuso e di violenza su di essi e della protezione dell'integrità fisica e morale dei giovani sportivi.

Il decreto di cui al periodo che precede dispone che **la nomina del responsabile della protezione dei minori è comunicata all'ente affiliante di appartenenza in sede di affiliazione e successiva riaffiliazione.**





Ai minori che praticano attività sportiva si applica quanto previsto dal decreto legislativo 4 marzo 2014, n. 39, recante attuazione della direttiva 2011/93/UE del Parlamento europeo e del Consiglio, del 13 dicembre 2011, relativa alla lotta contro l'abuso e lo sfruttamento sessuale dei minori e la pornografia minorile (**certificato antipedofilia richiesto a chi opera con minori**).

**IL CERTIFICATO ANTIPEDOFILIA** deve essere richiesto obbligatoriamente da tutti i datori di lavoro che intendano impiegare una persona per lo svolgimento di attività professionali o attività volontarie organizzate che comportino **contatti diretti e regolari con minori**, al fine di verificare l'esistenza di condanne per taluno dei reati di cui agli articoli 600-bis, 600-ter, 600-quater, 600-quinquies e 609-undecies del codice penale, ovvero l'irrogazione di sanzioni interdittive all'esercizio di attività che comportino contatti diretti e regolari con minori. Art. 25 bis DPR 313/2002.

Viene rilasciato dal Procura della Repubblica – casellario giudiziario - e permette di risalire ai rapporti di un determinato soggetto con la Giustizia.

Il certificato ha una validità di sei mesi dalla data di rilascio. L'obbligo di richiesta da parte del datore di lavoro può ritenersi assolta al momento dell'inizio della collaborazione.

Alla scadenza del certificato, continuando il rapporto di collaborazione, non ci sarà obbligo di nuova richiesta da parte del datore di lavoro.

## **ASSICURAZIONE CONTRO GLI INFORTUNI E PREMIO INAIL**

**(art. 34 D.Lgs. 36/2021 e successive modifiche)**

Il premio INAIL è l'**importo** da pagare per l'assicurazione per gli infortuni sul lavoro e le malattie professionali; questa assicurazione nel merito del decreto in esame è obbligatoria per tutti i datori di lavoro che occupano **lavoratori sportivi dipendenti e lavoratori sportivi co.co.co. ordinari** (esempio i gestionali-amministrativi).

### **Per lavoratori sportivi CO.CO.CO.**

Obbligo assicurativo assolto dal tesseramento (in qualità di atleti, dirigenti e tecnici) alle Federazioni Sportive Nazionali, alle Discipline Sportive Associate e agli **Enti di Promozione Sportiva**. L'assicurazione copre obbligatoriamente i casi di infortunio avvenuti in occasione e a causa dello svolgimento delle attività sportive, dai quali sia derivata la morte o una inabilità permanente. (art. 51 della legge 27 dicembre 2002, n. 289, e nei relativi provvedimenti attuativi).

**(continua sul prossimo numero)**



# DevDay di Openai: la più grande piattaforma AI del pianeta

a cura di Franco Bagaglia



Il 30 novembre 2022 è una data che ha segnato la storia dell'intelligenza artificiale. In quel giorno, OpenAI, la fondazione no-profit che si occupa di creare e diffondere intelligenza artificiale benefica per tutta l'umanità, ha presentato al mondo la sua ultima creazione: ChatGPT Turbo. Si tratta di un sistema di intelligenza artificiale in grado di generare qualsiasi tipo di contenuto: testi, audio, immagini, video, codice, musica, e molto altro. ChatGPT Turbo è basato su un modello di apprendimento profondo che usa miliardi di dati provenienti dal web e da altre fonti per imparare a produrre contenuti originali e coerenti, in qualsiasi lingua e su qualsiasi argomento. ChatGPT Turbo è l'intelligenza artificiale più potente al mondo, anche con il limite dei 128000 token, che sono le unità di informazione che il sistema può processare in una volta.



ChatGPT Turbo è in grado di dialogare con gli esseri umani, rispondendo alle loro domande, ascoltando le loro richieste, e offrendo loro assistenza, intrattenimento, o ispirazione. ChatGPT Turbo è anche in grado di apprendere da se stesso, migliorando le sue capacità con ogni interazione.

Questa presentazione ha suscitato stupore, ammirazione, entusiasmo, ma anche preoccupazione, timore, scetticismo, tra gli esperti, i media, e il pubblico. Molti si sono chiesti quali siano le implicazioni, le opportunità, e i rischi di questa tecnologia, che sembra aver superato i limiti dell'immaginazione. Molti si sono domandati come sia possibile stare al passo con questa accelerazione dell'innovazione, che sembra non avere fine. Molti si sono interrogati su come sia necessario prepararsi a questa nuova ondata di cambiamento, che sembra inarrestabile.

La verità è che non siamo ancora pronti a questa rivoluzione. Non lo siamo come individui, come società, come umanità. Non abbiamo ancora le competenze, le conoscenze, i valori, per usare e gestire questa tecnologia in modo responsabile, etico, e benefico. Non abbiamo ancora le regole, le norme, le istituzioni, per controllare e regolamentare questa tecnologia in modo trasparente, equo, e democratico. Non abbiamo ancora la visione, la missione, il progetto, per orientare e guidare questa tecnologia in modo creativo, positivo, e umanistico.



Ma non dobbiamo disperare. Dobbiamo invece reagire. Dobbiamo informarci, studiare, sperimentare, partecipare, a questa rivoluzione. Dobbiamo essere curiosi, aperti, critici, propositivi, in questa rivoluzione. Dobbiamo essere protagonisti, non spettatori, in questa rivoluzione. Dobbiamo essere umani, non macchine, in questa rivoluzione.

### **Market Place**

Un altro aspetto sorprendente e inquietante di questa rivoluzione è che da qui a poco avremo sia un market place come play store di tanti ChatGPT, ognuno dei quali con le proprie specializzazioni, sia è già presente la possibilità di creare in piena autonomia un chatbot addestrato per supportare le nostre esigenze, e tutto questo sempre in maniera colloquiale senza avere alcuna competenza informatica. Questo significa che potremo







scaricare o creare dei ChatGPT personalizzati, che possano aiutarci in qualsiasi ambito: dal lavoro allo studio, dal divertimento alla salute, dalla cultura al sociale. Potremo avere dei ChatGPT che ci facciano da insegnanti, da consulenti, da amici, da terapeuti, da artisti, da attivisti. Potremo avere dei ChatGPT che ci parlino, ci ascoltino, ci capiscano, ci stimolino, ci consolino, ci sorprendano.

### **Che succederà adesso?**

Ma che succederà adesso? Come potremo gestire questa moltitudine di ChatGPT, che potrebbero influenzare le nostre decisioni, i nostri comportamenti, i nostri sentimenti, i nostri valori? Come potremo verificare la qualità, l'affidabilità, l'onestà, di questi ChatGPT, che potrebbero essere manipolati, corrotti, hackerati, da chi ha interessi diversi dai nostri? Come potremo proteggere la nostra privacy, la nostra sicurezza, la nostra identità, da questi ChatGPT, che potrebbero accedere, usare, diffondere, i nostri dati personali, le nostre informazioni sensibili, le nostre tracce digitali? E non dimentichiamoci, come sempre in ambito tecnologico, la centralizzazione di un potere sempre crescente nelle mani di poche multinazionali, che potrebbero controllare, dominare, sfruttare, questa piattaforma di ChatGPT, a scapito della libertà, della democrazia, della giustizia, di tutti gli altri.

### **Dipende solo da noi**

Queste sono solo alcune delle domande che dobbiamo porci, e delle sfide che dobbiamo affrontare, in questo scenario. Non possiamo ignorarle, né sottovalutarle. Dobbiamo essere vigili, attenti, critici, in questo scenario. Dobbiamo essere cittadini, non consumatori, in questo scenario. Dobbiamo essere umani, non macchine, in questo scenario.

Perché questa rivoluzione non è finita. Anzi, è appena iniziata. E dipende da noi come si svilupperà, come ci influenzerà, come ci trasformerà. Dipende da noi se questa rivoluzione sarà una minaccia o una opportunità, una distopia o una utopia, una tragedia o una commedia. Dipende da noi se questa rivoluzione sarà una rivoluzione umanistica, che metta l'uomo al centro di tutto.

**(continua sul prossimo numero)**



# Sport e riabilitazione nell'atleta paralimpico

SECONDA PARTE

**Prof. Francesco Maria Manozzi**  
**Vice Presidente ANASMES**  
**Docente UTV e UdA**  
**Medico Federale CONI e CIP**

## VI CONVEGNO NAZIONALE MEDICINA DELLO SPORT MAGNA GRECIA E ANASMES :

La medicina sportiva nel terzo millennio:  
alimentazione, traumi, riabilitazione,  
prevenzione cardiovascolare, inclusione e  
aggregazione.

10  
ECM

## SPORT TERAPIA

Nel caso in cui la lesione sia permanente l'individuo disabile, nella fase della riabilitazione, ritorna totalmente dipendente dall'ambiente circostante per quanto riguarda la soddisfazione dei propri bisogni, non solo primari, ma anche di affetto e sostegno con conseguente diminuzione dell'autostima. In questi casi, l'avviamento alla pratica sportiva passa necessariamente per la riabilitazione, la cosiddetta "sport-terapia". **È unanimemente riconosciuto che lo sport migliori la qualità della vita dei disabili, con effetti positivi:**

- dal punto di vista riabilitativo
- dal punto di vista psicologico
- dal punto di vista dello stato di forma cardio-circolatoria

Agisce stimolando nel disabile il rispetto della propria persona mediante la riappropriazione di una realtà psico-fisica individuale, permettendo al disabile di acquisire maggiore sicurezza delle proprie possibilità motorie tramite il senso di autoaffermazione ed autostima, attenuando le tensioni psicologiche fra il disabile e il mondo esterno.

**Favorisce:** •destrezza •precisione •resistenza •esercizio fisico •orientamento •autovalutazione •utilizzo delle possibilità motorie •coscienza del rischio •equilibrio e controllo del corpo nel tempo e nello spazio •avventura •competizione •concentrazione •emozione •integrazione sociale •gioco

**Significa:** •recupero psicologico, vale a dire la capacità di far emergere motivazioni valide per combattere il senso di paura, angoscia, passività, depressione, che determina nel disabile una totale chiusura nei confronti del mondo.

•riabilitazione fisica, quindi recupero di alcune qualità fisiche con una migliore possibilità di reinserimento sociale e lavorativo

**Offre alla persona la possibilità di trasformarsi da oggetto della riabilitazione a soggetto dell'azione.** Attraverso lo sport egli può sperimentare nuovamente a livello fisico la gratificazione che deriva dal sentire i propri muscoli, validi, capaci di offrire sostegno e produrre movimento. A livello psicologico ciò significa "sono di nuovo vivo, esisto, posso" e aiuta a riacquistare la stima di sé diminuita conseguentemente al trauma subito. Con l'allenamento sportivo, l'individuo impara ad allenare se stesso anche sul piano psicologico. Gli esercizi, gli allenamenti, gli sforzi per apprendere e migliorare il gesto tecnico, infatti, non sono fini a se stessi ma in funzione di un obiettivo: la riuscita in gara, e richiedono la





partecipazione simultanea di tutte le esperienze motorie e sensoriali, ma anche cognitive ed emozionali, consentendo all'individuo la possibilità di ritrovare valori, motivazioni, scopi, mete, specialmente se l'attività sportiva è di tipo agonistico.

**Si può paragonare lo sport ad un setting terapeutico:** all'interno di uno spazio protetto, è possibile confrontarsi con altre persone, aventi le stesse o simili problematiche, le proprie paure, ansietà frustrazioni ed errori, ma anche scoprire interessi, obiettivi e nuove mete. Si sperimentano così nuovi apprendimenti rispetto a se stessi che saranno riproposti anche nella vita quotidiana, fuori dell'ambito sportivo, con la conseguenza di una maggiore autonomia psicologica. La disabilità sarà sempre presente, ma attraverso lo sport sarà inquadrata in una prospettiva più ampia: ognuno di noi ha parti positive e parti negative che non gli piacciono, ma in questo modo si insegna ad accettarle come componenti della propria esperienza e a convivervi allo stesso modo che con quelle positive.

**Attualmente lo sport per disabili è organizzato nell'ambito dell'International Paralympic Committee (IPC).** L'IPC, che ha il suo quartier generale a Bonn (Germania), è un'organizzazione senza fini di lucro costituita da 5 Federazioni internazionali sportive specifiche per patologie (IOSDs) e 23 comitati sportivi. Esso comprende fra i suoi affiliati più di 160 membri nazionali (Comitati Nazionali Paraolimpici), fra cui il Comitato Italiano Paralimpico (CIP).

**Le 5 IOSDs sono:** Associazione Internazionale dello Sport e la Ricreazione per persone con Paralisi Cerebrale (CP-ISRA) - Associazione Internazionale dello Sport per Ciechi (IBSA) - Associazione Internazionale dello Sport per persone con Handicap Mentale (INAS-FID) - Federazione Internazionale di Stoke Mandeville per gli Sport su sedia a ruote (ISMWSF) che raccoglie soprattutto soggetti con lesione del midollo spinale l'Organizzazione Internazionale dello Sport per Disabili (ISOD), che comprende prevalentemente atleti amputati o con patologie che non rientrano in quelle precedentemente citate.

L'IPC ha come attività primaria l'organizzazione, la supervisione e il coordinamento dei campionati Internazionali e del Mondo e delle Paraolimpiadi Estive e Invernali.

Il CIP con i suoi atleti partecipa a queste competizioni ed organizza in Italia le manifestazioni sportive agonistiche, promozionali e ludico-ricreative per individui con disabilità.





## I Ministri Andrea Abodi ed Eugenia Maria Roccella mobilitano il mondo dello sport contro la violenza di genere

**Il Ministro per lo Sport e per i Giovani Andrea Abodi ed il Ministro per la Famiglia, la Natalità e le Pari Opportunità Eugenia Maria Roccella hanno inviato agli Organismi Sportivi Nazionali un messaggio in occasione della "Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza sulle donne" del 25 novembre.**

"Stiamo lavorando - **dichiarano i Ministri Abodi e Roccella** - alla creazione di una campagna di sensibilizzazione (composta da diverse attività finalizzate a contrastare la violenza sulle donne) rivolta a tutte le realtà che si impegnano quotidianamente a sostenere le donne in difficoltà, vittime di violenza fisica e psicologica. Nell'ambito delle diverse attività lo scopo primario della campagna è promuovere - con il coinvolgimento delle istituzioni e dei partner privati - **il numero 1522. Si tratta del numero gratuito antiviolenza e stalking, promosso dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dipartimento per le Pari Opportunità, che accoglie con operatrici specializzate le richieste di aiuto e sostegno delle vittime di violenza e stalking.**"

L'**ACSI** - storicamente impegnata sui temi del benessere psicofisico delle nuove generazioni - accoglie il messaggio dei **Ministri Abodi e Roccella** intensificando l'azione educativa e formativa nelle scuole e nelle società sportive dilettantistiche. Gli operatori sportivi qualificati dell'**ACSI**, impegnati nelle aree del disagio minorile e nelle periferie degradate, attuano programmi di educazione socio-affettiva aprendo un dialogo con gli atteggiamenti, i linguaggi e le emozioni dei giovanissimi al fine di prevenire i fenomeni degenerativi del bullismo e della violenza di genere. L'**ACSI** ritiene non più procrastinabile l'introduzione dell'educazione affettiva, emotiva e sessuale nelle scuole di ogni ordine e grado. La scuola e lo sport consorziano le forze e diventano presidi valoriali per la consapevolezza emotiva relazionale mentre si accentua - in alcuni contesti sociali - il depotenziamento del ruolo genitoriale.



25 NOVEMBRE  
**BASTA  
VIOLENZA  
SULLE DONNE**



## **Torna la liturgia del 25 novembre mentre proliferano i femminicidi perpetrati dai "nostri" talebani**

di Enrico Fora  
Condirettore "ACSI Magazine"

Il femminicidio si è subdolamente infiltrato nella nostra quotidianità. Ha istituzionalizzato uno spazio voyeuristico nei media. Ha "legittimato" il diritto predatorio nella psicolabilità dei trogloditi che - per effetto del transfert emulativo - consolidano il suprematismo machista sulle donne. E' un rigurgito allarmante di orrori ancestrali, di primitive civiltà arcaiche che ritenevamo ormai mummificate. **Femminicidio è il lessico adeguato per esprimere la pornografia del dolore - sostiene Rula Jebreal - è l'immagine speculare della nostra contemporaneità.** La violenza si insinua sottopelle, diventa un oppiaceo che lentamente, inesorabilmente riesce a morfinizzare la coscienza. E le parole diventano pesanti, tendenziose a senso unico. **Scavano un abisso fra la vittima (ovviamente donna) ed il perbenismo ipocrita e dogmatico dei giudici che prefigurano il percorso del golgota.** Gli inquisitori più sadici gradirebbero spettacolarizzare la pena con una truculenta lapidazione che purtroppo è démodé. Le vittime denunciano le violenze. Le istituzioni ed i tutori dell'ordine pubblico affastellano le carte delle denunce nei lugubri archivi dello Stato. Nessuno interviene ed il





boia firma sempre, sistematicamente la sua premeditata esecuzione. **Numerose giovani donne non denunciano gli stupri subiti dal branco per evitare il secondo stupro nelle aule dei tribunali dove giudici maschilisti si soffermano capziosamente sui centimetri delle minigonne o sui "presunti" atteggiamenti lascivi delle ragazze violentate.** In sostanza una deprecabile, tribale connivenza machista "assolve" il branco soprattutto se fra gli stupratori si celano i rampolli blasonati di personaggi del jet set, politici e mafiosi. La violenza di genere si manifesta in molteplici ritualità arcaiche fra cui il matrimonio precoce che attualmente coinvolge 650 milioni di giovani donne costrette a "connubi combinati" prima dei 18 anni. Il retaggio storico di primitive civiltà patriarcali ha sempre soggiogato le donne: matrimoni forzati, mutilazioni genitali, abusi sessuali, femminicidi, ingiustizie (sociali, occupazionali, economiche, ecc.). **I talebani non sono soltanto fondamentalisti islamici. Nell'Italia cattolica ed apostolica proliferano i "nostri" talebani che alimentano l'inquietante piaga underground della violenza di genere spesso consumata fra le mura domestiche. Nel nostro Paese le discriminazioni contro le donne costituiscono un profondo sommerso atavico, strutturale, omertoso che assume devianze multiformi dal sopruso fisico a quello sessuale, dalla violenza psicologica al ricatto economico, dagli atti persecutori come lo stalking fino a perpetrare il femminicidio.** L'iconografia folklorica presenta i talebani con barba e turbante. In Italia i talebani sono camuffati con camicia e cravatta. Diversi nel look ma uniti nello stereotipo cavernicolo, oscurantista, misogino e sessista. Rigurgiti di becero machismo si annidano anche fra i "colletti bianchi" della dominant class che sembrano contagiati da una perversa e patologica misoginia. **I "nostri" talebani sono trasversali dall'analfabeta al plurilaureato. Occupano i gangli strategici delle istituzioni boicottando le donne. Purtroppo anche i rami apicali dello sport sono monocrazie fallocratiche che non concedono spazi alle donne.** Il patriarcato è stato messo in crisi dall'irruzione delle donne nella sfera pubblica. La virilità ferita e la perdita di potere rendono gli uomini regressivi e violenti. Dovrebbero riflettere sulle parole di Avijeet Das "Non hai il diritto di essere chiamato uomo se non hai rispetto per le donne."





# Lucca Comics & Games 2023 Together!

Ogni anno, che cosa spinge milioni di persone a riunirsi nella città di Lucca per celebrare la passione per il Fumetto, il Gioco, il Videogioco, la Narrativa Fantasy, i Manga, le Anime, il Cinema d'Animazione, le Serie Tv e i Cosplay? **Come afferma LCG sicuramente il fatto che "la felicità è autentica solo se condivisa".**

Nel 2023, dal 1 al 5 novembre, la 57<sup>a</sup> edizione di "Lucca Comics & Games" ha registrato un'affluenza record di oltre 300.000 visitatori, provenienti da tutta Italia e dal mondo, confermandosi il principale evento pop in Occidente per numero di visitatori, offerta culturale, esposizione mediatica, quantità e qualità degli ospiti presenti, italiani ed internazionali. In un mondo in cui la tecnologia si impone sempre più, spingendoci al culto del sé, a discapito del distacco dagli altri, il valore delle esperienze condivise trova nella cultura pop una potente e vitale forma di espressione. **Per questo Lucca Comics & Games, consapevole di questa necessità di connessione, ha scelto proprio TOGETHER come tema dominante dell'edizione 2023.** INSIEME per sottolineare l'importanza della collaborazione tra le varie forme di cultura pop, un claim d'ispirazione per tutto il programma del Festival che ha proposto una ricca varietà di eventi e attività per tutti i gusti, tra cui incontri con gli autori, presentazioni di nuove opere, mostre, proiezioni, anteprime mondiali, concerti e spettacoli dal vivo. **ACSI, da due anni, riconfermata parte dell'universo JAPAN TOWN.** Ma al Japan non ci si passa, ci si va! Nel 2023, l'universo Giapponese, si conferma uno dei punti focali di attrazione del festival, con numeri annui in costante aumento, sia in termini di pubblico - parlano da sole le file interminabili all'ingresso - che di espositori - grazie agli spazi ingranditi con le tensostrutture laterali - che la portano ad essere una delle aree commerciali più importanti dell'evento e sempre colma di giovanissimi. A piano terra grande successo per la nuova area lounge con l'area food, il palco del Japan Live e lo spazio vintage coin-op, molto apprezzata dai visitatori, che hanno potuto fermarsi e godersi un pò di relax. **Al piano primo, invece, spazio ai convegni, agli incontri con le guests, ai workshop di disegno manga ed alle attività associative tra cui l'area ACSI COMMUNITY. Il palinsesto ACSI'nCOMICS si è articolato tra Sport, Benessere e Arte ...**





rigorosamente in pieno stile giapponese! Il laboratorio delle tecniche NINJA, la comfort zone con la disciplina REIKI, la creatività del giovane Artista e Designer **GIANMARCO PASSERINI**. Ma fiore all'occhiello, la prima uscita pubblica per il ROBOT neo-immagine **ACSI MEDIA**, ideato da **Giulia Pescini e Michele Cordoni**. L'androide, ha inaugurato ufficialmente il **settore ACSI dedicato alla cultura POP, COMICS, GAMING, FANTASY, COSPLAY, MOVIE** e tanto altro ma necessita di un NOME UFFICIALE! Per questo è stato indetto nei 5 giorni

del festival il **ROBOT NAMING CONTEST** in cui è stato chiesto al pubblico del Japan di proporre un nome: un successo con più di 300 proposte pervenute! In pieno spirito Together, stretta collaborazione in tutta la town, grazie all'ospitalità dell'**Associazione ALCEDO**, nel meraviglioso spazio palco del mitico **JAPAN LIVE**, in cui **ACSI COMMUNITY** è stata presente in vari momenti della giornata con **le Associazioni e le loro strepitose PERFORMANCES: Arti Marziali, Danza, Benessere e tanto altro (ASD TENGU ACADEMY, ASD UNO SPAZIO PER TE, ASD VIVI&DANZA, ASD ARTNOTES, ASD RENWAKAY, SILVIA MARTINELLI)**.

**Giulia Pescini - Resp.le del palinsesto ACSI'N COMICS - commenta:** " Nonostante le preoccupazioni ed i problemi causati dal brutto maltempo che ha invaso la Toscana, dei 5 giorni restano tanti momenti unici e indimenticabili. **Negli anni, ho avuto modo di constatare che LuccaCG è più di un Festival: un luogo magico in cui le coscienze si incontrano e condividono, una community dove si respirano i sogni e trova cittadinanza - sottolineo - OGNI forma espressiva, anche quella più originale e creativa.** La Japan Town rappresenta tutto questo e sono molto felice di aver trovato qui stabile dimora. **Senza il sostegno di Francesco Niccolai e lo staff Alcedo nulla sarebbe stato possibile.** Di anno in anno, la Japan Town è per me un ambiente sempre ricco di nuovi stimoli e nuova euforia. Mi sento a casa, come in una grande famiglia, in cui sono sempre più motivata a vivere. **GRAZIE di cuore a tutte le Associazioni ACSI Lucca, ai referenti LCG per la fiducia a noi riservata e...al nostro nuovo Robot che ci sosterrà nel futuro!**"

Ma "un'immagine vale più di mille parole", quindi spazio ai meravigliosi scatti di Michele Cordoni (MKY-MEDIA). Sei un Otaku di #LCG ? #AcsinComics è già all'opera con tante news!



30 SETTEMBRE  
H 23:00  
P.ZZA SAN MICHELE  
LUCCA

LEC  
2023

# MAIN EVENT



MUSICA LIVE E DJ SET FEDE & GLI INFEDELI



## Lucca Film Festival 2023

Il Settore DANZA e SPETTACOLO ACSI TOSCANA, con capofila ACSI LUCCA, ha supportato per il settimo anno consecutivo **LUCCA FILM FESTIVAL 2023**, in programma dal 23 settembre al 1 ottobre scorso a Lucca. Un Festival Internazionale, che intercetta un nuovo modo di vivere il Cinema, quello classico della sala, oltre ad un programma variegato e creativo capace di coinvolgere tutte

le anime cinefile, nelle location più belle della città. Un cast di Registi e Attori, **OSPITI d'eccezione**, un red carpet stellare, arricchito da MOSTRE, PROIEZIONI, INCONTRI con il pubblico, **PREMI ALLA CARRIERA: Susan Sarandon, Isabelle Huppert, Gabriele Salvatores, Stefania Sandrelli, Mario Martone, Kim Rossi Stuart e Violante Placido**. Fiore all'occhiello il **CONCORSO INTERNAZIONALE LUNGOMETRAGGI**, con film in competizione da tutto il mondo in prima italiana, a cui si sono affiancate le **ANTEPRIME** fuori concorso e il consueto appuntamento con il **CONCORSO INTERNAZIONALE CORTOMETRAGGI** e un terzo concorso **LUCCA FILM FESTIVAL FOR FUTURE**, per cortometraggi incentrati sul tema della tutela dell'ambiente. Una selezione di pellicole che ha coinvolto varie nazioni produttrici, che abbracciano una molteplicità di generi, linguaggi e contenuti, puntando come ogni anno a valorizzare le opere dei nuovi talenti internazionali del mondo del cinema. E poi l'attesissimo evento di punta del festival: **LUCCA EFFETTO CINEMA** che sabato 30 settembre ha festeggiato il suo **10° COMPLEANNO** trasformando il centro storico lucchese **in un grande set cinematografico a cielo aperto**, grazie alla sinergia fra decine di **pubblici esercizi e altrettante realtà legate all'associazionismo culturale, sportivo e sociale** del territorio e oltre.

I performers, dalle 19 fino alle 24, si sono battuti a colpi di danza, teatro e musica per contendersi il Premio Miglior Performance Lucca Effetto Cinema 2023. **Proprio in questa idea di evento "SPETTACOLARE" si è inserita ACSI, PARTNER di LUCCA EFFETTO CINEMA!** L'evento, da anni, omaggia così le stelle dello star system, con allestimenti e spettacoli, in cui ogni compagnia produce una performance in omaggio ad un film in abbinamento ad un locale pubblico del centro storico, in linea con la logica di **coinvolgimento e collaborazione di più anime del tessuto culturale ed economico**, portata avanti dal festival. Le **Associazioni ACSI**, sono state presenti in vari SET, tra danza, teatro, musica, sport: **ART&DANZA ARABESQUE, GENESI, NUOVA COBRA, SOUL DANCE, STREET SOUL, TENGU ACADEMY, SILVIA MARTINELLI**. Inoltre, **ACSI DANZA** è stata coinvolta nell'organizzazione del **MAIN EVENT SALVATOIRES XL 40 ANNI DI GRANDE CINEMA IN CITTA'**, in P.zza San Michele, alla presenza del **Regista Premio Oscar GABRIELE SALVATORES** e la band **FEDE E GLI INFEDELI**.







Uno show strepitoso: 30 minuti no-stop, unico perchè creato per l'occasione dalla **Dir. Artistica MARIALISA PUNTONI** del centro **ASD SMASH HIP HOP POIN1**, insieme ai ballerini della formazione professionale **STREET DANCE PRO**, con la collaborazione del **docente Andrea Muzzarelli**, ed ai performer **Jessica Sardini e Francesco Bruno**.

**Giulia Pescini - Resp.le ACSI Danza e Spettacolo Toscana per EFFETTO CINEMA commenta:** "Come noto, niente come il Cinema è capace di colpire le coscienze e scuotere le emozioni. A nome di tutta **ACSI** siamo **FELICI** di essere da anni **PARTNER** di un Festival sempre più vasto, sia in termini di pubblico che di rilevanza nel panorama cinematografico internazionale. **Il 10° anno di Effetto Cinema** è stata veramente una serata spettacolare e siamo felici di aver contribuito a renderla tale. Un sentito **GRAZIE** di cuore a tutte le **Associazioni ACSI Lucca**, al **Presidente LFFEC** ed al suo staff per la fiducia che ogni anno ci rinnovano. Un grazie speciale **Responsabile Lucca Effetto Cinema Irene Passaglia**, per il suo prezioso lavoro, collaborazione ed amicizia".







## Graziana Antoci promoter della classica gravel "Novarenberg"

### L'intervista



Il 19 novembre 2023 ci sarà l'appuntamento gravel di "Novarenberg" a Nibbiola. Abbiamo voluto incontrare virtualmente **Graziana Antoci**, organizzatrice, insieme ad **Andrea Noè**, di questo e di molti altri eventi sportivi per saperne di più.

• **Graziana, parlatci della vostra bella realtà.**

Noi siamo **GRAVELLAND** Asd, un'associazione fondata da me, Graziana Antoci, presidente del Gc'95 Novara dal 2015, e Andrea Noè, ex ciclista professionista conosciuto come Brontolo, nata nel 2020. In quel periodo che tutti ricordiamo bene, abbiamo iniziato a pedalare off road, in sella alle nostre bici gravel. Pubblicando le foto delle nostre uscite in gravel sui social, abbiamo iniziato a ricevere sempre più numerose richieste da parte degli appassionati gravel che ci chiedevano tracce e consigli. Parlandone con un nostro amico esperto di web, Sergio, è nata l'idea di realizzare un sito internet [www.gravelland.it](http://www.gravelland.it) dove chi vuole può registrarsi e scaricare gratuitamente circa un centinaio di percorsi tracciati principalmente nei parchi lombardi e piemontesi, ma di recente anche "fuori porta" come le tracce di alcuni cammini da noi







trasformati in percorsi gravel come la Via degli Dei e la Via delle Sorelle. Attualmente abbiamo più di 2.000 utenti iscritti alla nostra community. Oltre a pubblicare percorsi dal 2021 organizziamo anche eventi e brevetti particolarmente apprezzati, con un numero di partecipanti che va dai 350 ai 500. Il nostro scopo è quello di promuovere il nostro territorio e fare scoprire nuove strade, ma anche le realtà del territorio, per questo motivo il nostro progetto gravel ha ottenuto numerosi riconoscimenti da parte di istituzioni ed enti locali.

#### • **Il Movimento Gravel è in continua crescita: riflessioni e valutazioni.**

Contrariamente da quello che spesso si sente ancora dire, il Gravel non è una moda, ma una filosofia, un'esperienza di ciclismo diversa, semplice ed immersiva, che ti fa pedalare lontano dai pericoli della strada, che appaga il tuo spirito di scoperta e la voglia di metterti alla prova e superare i tuoi limiti. Il gravel è l'avventura alla portata di tutti. È il movimento del futuro perché è libertà di esprimersi in bicicletta, passando dal cicloturismo all'agonismo e viceversa senza soluzione di continuità, perché è versatile, è inclusivo ( le donne sono sempre più numerose e avvicina sempre più persone alla bicicletta), è creativo ed è una grande opportunità anche di tutela e promozione del nostro patrimonio naturale e culturale. Certamente il marketing ha saputo cogliere questa filosofia e sta contribuendo alla sua diffusione.

#### • **Prossimo Appuntamento: Novarenberg 2023 .....raccontaci di più.**

L'ultima tappa del nostro circuito gravel 2023 ( 5 eventi da febbraio a novembre) si terrà il 19 novembre a Nibbiola, un piccolo paese in provincia di Novara. È soprannominata la classica gravel del novarese, perché da tre anni è diventato un appuntamento fisso per gli appassionati del gravel classico, quello delle grandi distese sterrate, dei passaggi lungo gli argini, delle strade bianche tra fiumi e campagne della bassa novarese. La sua semplicità e l'assenza di particolari tecnicismi, ad esclusione di qualche single track nei percorsi più lunghi, fa sì che ogni anno i partecipanti siano sempre più numerosi. Siamo passati dai 250 delle prime edizioni ai 510 dell'anno scorso, quota che stiamo già per superare in questa edizione 2023. Le iscrizioni on line su [www.gravelland.it](http://www.gravelland.it) chiuderanno il 14 novembre. Per questa edizione abbiamo preparato 4 nuovi percorsi, 51km il corto, 69km e 89km i due tracciati medi e 105km il più lungo. In tutti, lo sterrato è oltre il 70% , ci sarà tantissima campagna, ma anche cascine, boschi e qualche collinetta di ghiaia tra le risaie, un ristoro







intermedio nel Parco dei tre laghi a base di prodotti tipici, tra cui polenta, gorgonzola e cotechino, e un Paniscia Party finale in piazza, il piatto cult dell' autunno novarese. Novarenberg non è una gara, ma accontenterà davvero tutti, sia gli amanti del gravel più tranquillo perché non ci sono salite, sia gli "smanettoni" da ghiaia, perché il terreno è molto scorrevole.

#### • Il vostro rapporto con l'ACSI?

**Sia io sia Andrea siamo affiliati all'ACSI da anni con i nostri team "Gc'95 Novara" e "Brontolobike",** che sono entrambi gruppi numerosi che richiedono quindi una certa complessità di gestione facilitata davvero molto dall'impegno e dalla precisione dello staff che lavora in ACSI. In primis da **Emiliano** che, essendo tra l'altro davvero un appassionato, in questi anni ha sempre dimostrato una grande attenzione e soprattutto una visione moderna e lungimirante sul ciclismo amatoriale. Quando abbiamo costituito Gravelland Asd, non abbiamo avuto dubbi sull'ente di affiliazione e **devo dire che l'ACSI, oltre al preziosissimo aiuto burocratico - perché contrariamente da quello che molti pensano, anche nel gravel organizzato ci sono regole da osservare - ci ha sostenuto da subito, lavorando anche a un circuito gravel nazionale, che seppure non agonistico, ha gettato le basi per un progetto futuro di ampie vedute.**

#### • Come sarà il vostro 2024?

Il nostro circuito Gravelland prevede per l'anno nuovo 6 prove. Si parte a gennaio con la Glaciale e si finisce a novembre con la Novarenberg. Le novità però, oltre i tracciati sempre nuovi, saranno anche un trail gravel abbinato alla Gravel dell'Uva Fragola di settembre, di circa 260km per 3000d+ e il primo, grande evento bikepacking nel Parco del Ticino, che organizzeremo a fine giugno, in collaborazione con l'ente per il 50° anniversario dalla fondazione di quello che è il primo parco regionale italiano ad essere istituito, nonché il primo parco fluviale europeo. Questa per noi è un'occasione unica per esprimere tutto il lavoro fatto in questi anni. A gennaio pubblicheremo tutti i dettagli degli eventi. Per maggiori informazioni: [www.gravelland.it](http://www.gravelland.it)

**Elena Pellegrini**



## I nuovi tecnici nazionali di 2° livello per promuovere il nordic walking

Premetto col dire che non siamo i più bravi, ma siamo quelli che hanno mantenuto il nordic walking originale rendendolo più bello e più accattivante per i nostri tecnici e, di riflesso, anche per gli allievi e camminatori. E' stato un corso con esami differente, voluto da me e **Franziskus** diverso, dove non solo siamo entrati nella mente degli aspiranti, ma abbiamo avuto il coraggio di esporre le nostre valutazioni, evidenziando molto di più le criticità che le capacità e, per la prima volta le abbiamo condivise davanti a tutti. Loro hanno capito che questa rappresenta una partenza e non un arrivo alla nuova qualifica.

Nessuno è perfetto, anzi siamo tutti imperfetti, nello stile, nella tecnica e nella didattica ma la cosa più bella è che queste sono tutte capacità che possiamo e dobbiamo migliorare. Il tempo delle belle statue è finito, vogliamo maestri che insegnano, non solo la tecnica ma che sappiano coinvolgere gli allievi portandoli in quella dimensione che sino a quel momento potevano solo immaginare ed ora anche camminare con essa.

**WAYS** è una squadra nuova, con tecnici che hanno deciso di cambiare, di uscire da quelle situazioni e realtà, dove da ormai dieci anni, vengono proposte le medesime cose. Crescere significa saper cambiare, saper dire basta all'ovvio e mettersi in gioco con i dubbi che nel tempo diventeranno incredibili e meravigliose certezze.







Sono orgoglioso di aver scelto, con **Chiara Campostrini e ACSIVendrame** questa nuova strada dove mi sono accorto che gli istruttori che scelgono il cambiamento sono sempre di più passando in Ways per proseguire il percorso del nordic walking in modo nuovo e più attuale, stufi di rimanere immobili e ripartire rendendo il nordic walking bellezza contagiosa come lo era agli inizi. Come sempre [#vipole](#) con **Nicola Vidale e Alessia Battaglia** è stata la sede perfetta, con i due proprietari sempre tanto disponibili e cordiali.

Ringrazio tutti e in particolare l'**Ente di Promozione Sportiva ACSI** per la fiducia che ci sta dando e che noi cerchiamo di ricambiare con il meglio che possiamo mettere in campo.

**Ecco i nuovi maestri - Tecnici Nazionali Sportivi di 2° livello ACSI - CONI di Nordic Walking che si apprestano ad affrontare il nuovo cammino, benvenuti nel nuovo ruolo:** ARTUSO ROBERTO - CASTELLARIN CRISTINA - CATELLANI ELEONORA - CUZZOLIN NICOLETTA - DE VIDO MARIA ASSUNTA - FAVALLI MARA - FONDA PIERPAOLA - FERNANDEZ HUERTA ANA MARIA - PARTEL PAOLO - PILUDU STEFANO - RIGONI LAURA.

Pino Dellasega - Responsabile Settore Nordic Walking ACSI







**QUALITÀ DELLA VITA**

# **Cambiamento climatico e malattie mentali: un binomio preoccupante già in atto**

**di Sabrina Parsi**

Stiamo assistendo da tempo ad un incremento di aggressività e di violenza di ogni genere. Nel contempo gli psichiatri segnalano un preoccupante e progressivo aumento delle malattie mentali soprattutto nei giovani e nelle persone fragili. "Tutti i nodi tornano al pettine": alla pandemia, all'interminabile conflitto in Ucraina seguito oggi da quello israelo-palestinese, all'inflazione ed alle tensioni sociali - considerati fra i fattori determinanti - si aggiunge il cambiamento climatico.

**Il nuovo Report Headway 2023 - presentato recentemente al Parlamento Europeo - evidenzia l'impatto sociale dell'eco-ansia. Si tratta di un nuovo disturbo mentale pre-traumatico che sta contagiando soprattutto le giovani generazioni: aumento dei livelli di stress, di sofferenza e del senso di impotenza.**

I cambiamenti climatici possono avere un impatto sulla salute mentale anche a causa di eventi meteorologici estremi - cui stiamo assistendo da tempo - in grado di sviluppare disturbi da stress post-traumatico come ansia e depressione. **Anche le temperature estreme influenzano l'umore, peggiorano i disturbi comportamentali, aumentano il rischio di suicidio, aggravano le persone con patologie mentali ed il conseguente consumo di psicofarmaci.**





Le previsioni rispetto all'aumento della frequenza e dell'intensità delle ondate di calore estreme destano grande preoccupazione in quanto ad esse sono associati disturbi dell'umore e del comportamento. Pur tuttavia da parte delle istituzioni si è posta poca attenzione agli effetti dei cambiamenti climatici mettendo a dura prova intere comunità vittime di frequenti episodi di violenza e di criminalità.

**In tutti i Paesi dell'Unione Europea e nel Regno Unito 84 milioni di persone sono colpite da problemi di salute mentale (OCSE e CE). L'Italia è il secondo Paese europeo più a rischio rispetto ai cambiamenti climatici e - in termini di disturbi mentali - si colloca al di sopra della media europea con più di un cittadino su cinque che soffre almeno di un disturbo mentale come l'ansia e la depressione: ma solo una persona su tre riceve un trattamento medico adeguato.**

Ancora oggi la salute mentale continua ad essere poco considerata nei bilanci pubblici e nel sistema sanitario: le risorse a disposizione dei servizi pubblici di salute mentale sono in continuo calo. Secondo i risultati del **Report Headway 2023** circa il 20 per cento dei bambini manifesta problemi di salute mentale durante gli anni scolastici (solitudine, bullismo, ecc.).

**Di fronte a tale emergenza è lecito domandarsi: il sistema sanitario nazionale è ancora in grado di rispondere alle esigenze in termini di assistenza sanitaria? Si può prevedere nei luoghi di lavoro e nell'ambiente scolastico la figura dello psicologo? A tale proposito lo psicologo scolastico è una figura consolidata quasi in tutta Europa ad eccezione di Romania, Turchia ed Italia dove il 10 per cento dell'abbandono scolastico dei giovani è a causa di disturbi della salute mentale.**

Attualmente il Parlamento italiano sta discutendo importanti proposte di legge: l'istituzione di psicologi scolastici, lo psicologo di base che lavori in modo simile ai medici territoriali. La **Società Italiana di Psichiatria** ha lanciato un allarme per la continua crescita di disturbi mentali. Si rendono necessari interventi sanitari ed azioni politiche ad hoc che offrano un supporto completo per la salute mentale al fine di affrontare le sfide che ci attendono nell'immediato futuro.



## Come e dove inviare articoli e foto

**“ACSI Magazine” intende valorizzare le potenzialità progettuali e le risorse umane che operano su tutto il territorio nazionale. Saranno privilegiate le comunicazioni che annunciano gli eventi con largo anticipo (testi in word e locandine in jpg). I fotoreportages – relativi a manifestazioni già realizzate – devono pervenire in redazione entro le 48 ore successive alla conclusione dell’evento (testi in word ed immagini in jpg). Inviare comunicati stampa, locandine ed immagini all’indirizzo di posta elettronica: [comunicazione@acsi.it](mailto:comunicazione@acsi.it)**

## Colophon “ACSI Magazine”

Direttore responsabile: Antonino Viti

Condirettore: Enrico Fora

Caporedattore: Sabrina Parsi

Direzione - Redazione - Amministrazione

Sede Legale

Via dei Montecatini n. 5 - 00186 Roma

Sede Operativa

Via Ostiense n. 160/E - 00154 Roma

Tel. 06 68100037

Internet: [www.acsi.it](http://www.acsi.it)

E-mail: [comunicazione@acsi.it](mailto:comunicazione@acsi.it)