

SOMMARIO

Giochi paralimpici **3**
a Rio 2016

Olimpiadi 2016 **5**
di Pippo Degrandi

Pari opportunità **6**
nello sport

Comunicare **8**
lo sport

La Libertas scopre **11**
talenti sportivi

Dossier G. Onesti **12**
di Augusto Frasca

Sport & filatelia **14**
di A. Di Tucci

Sport in sicurezza **18**
di F. De Matteis

Politiche UE **19**
Michele Di Cesare

Fair play déjà-vu **21**
con Bartali e Coppi

International **25**
Karate Libertas

Super Libertas **26**
Team Novara

Vitersport per **27**
le diverse abilità

Formazione **28**
di military training

Formazione per **29**
tecnici di volley

Onorificenze **30**
al maestro Dotta

Il judo promuove **31**
l'inclusione sociale

Viparita-Karani **32**
di Guy de' Sima

Qualità della vita **34**
di Sabrina Parsi

Sport & fisco **36**
Cristiana Massarenti

Convegno sulla statura etica e politica di Alcide De Gasperi



Il Presidente Nazionale della Libertas Luigi Musacchia ha partecipato recentemente al convegno sulla statura etica e politica di Alcide De Gasperi. L'evento - organizzato dal Centro Provinciale Libertas di Brescia - si è svolto nello storico Salone Vanvittelliano di Palazzo Loggia. Nel corso del suo intervento Musacchia ha evidenziato tre momenti fondamentali del percorso politico di Alcide De Gasperi: fondatore nel 1945 del Centro Nazionale Sportivo Libertas, Presidente del Consiglio dei Ministri dal 1945 al 1953 e protagonista della ricostruzione italiana postbellica, promotore dell'Unione Europea.

Sì definitivo al Senato: approvata la legge sullo "ius soli" sportivo

L'Italia ha avviato un percorso di inclusione sociale approvando la legge sullo "ius soli" sportivo che costituisce un apripista di civiltà e di pari opportunità. E' un primo passo che consente ai minori stranieri - residenti in Italia da almeno l'età di 10 anni - di tesserarsi, allenarsi e gareggiare per le società sportive come i minori italiani (con le stesse procedure di accesso e di partecipazione). Non potranno indossare la maglia azzurra. Per entrare in una Nazionale di disciplina occorre la cittadinanza italiana. Pertanto lo "ius soli" sportivo prelude all'iter legislativo preannunciato dal Governo al fine di completare il percorso di una sostanziale integrazione sociale.

EDITORIALE

Gli azzurri verso Rio

di Luigi Musacchia

Un traguardo importante è stato conseguito dalla FederScherma e dalla Fondazione Terzo Pilastro - Italia e Mediterraneo che hanno consorziato le forze per conferire una grande spinta organizzativa e progettuale al mondo paralimpico. La sede del CIP (Comitato Italiano Paralimpico) ha tenuto a battesimo questa intesa che vede nei Giochi Paralimpici di Rio 2016 un primo test per dare visibilità a tutto il movimento.

2

Campagna della Libertas: prevenzione ergonomica nella scuola per tutelare il benessere degli alunni.

16

10

Editoriale

Accordo FederScherma e Fondazione Terzo Pilastro sotto l'egida del CIP per consolidare lo sport paralimpico

di **Luigi Musacchia**
Presidente Nazionale
CNS Libertas

Un traguardo importante è stato conseguito dalla FederScherma e dalla Fondazione Terzo Pilastro - Italia e Mediterraneo che hanno consorziato le forze per conferire una grande spinta organizzativa e progettuale al mondo paralimpico. La sede del CIP (Comitato Italiano Paralimpico) ha tenuto a battesimo questa intesa che vede nei Giochi Paralimpici di Rio 2016 un primo test per dare visibilità a tutto il movimento dei diversamente abili.

Ma Rio sarà soltanto il punto di partenza di un'azione a tutto campo nell'area dello sport paralimpico. Alla base di una grande campagna di sensibilizzazione e di promozione ci saranno importanti spinte motivazionali. Sulla piattaforma della solidarietà si dovranno costruire percorsi culturali e sociali, sinergie istituzionali, momenti di confronto per determinare nel nostro Paese un percorso evolutivo di civiltà. La diversità si vince con le grandi centrali educative della scuola e della famiglia. Un processo, dunque, educativo e formativo che nasce dal basso al fine di realizzare nell'immaginario collettivo nuove politiche di promozione umana e di inclusione sociale.

Quando parliamo di azione a tutto campo ci riferiamo alle difficoltà quotidiane che incontrano i diversamente abili nelle nostre città. Barriere architettoniche impediscono la mobilità e l'accesso ai servizi sociali che dovrebbero essere fruibili dagli uffici pubblici alle strutture sportive. Le cronache dei quotidiani denunciano spesso i ritardi delle istituzioni, l'incuria delle amministrazioni locali, una diffusa disinformazione sui diritti negati.

Ritengo che momenti di svolta come quelli realizzati dal CONI, dal CIP, dalla FederScherma e dalla Fondazione Terzo Pilastro - Italia e Mediterraneo spostino in avanti il fronte della qualità della vita. Sarà certamente un grande obiettivo il medagliere a Rio 2016. Ma sarà fondamentale il ruolo trainante che svolgerà questo consorzio di intenti e di forze per abbattere muri di indifferenza, lentocrazie strutturali, miopie politiche. E' il momento di attribuire piena cittadinanza e paritetiche opportunità per i diversamente abili nello sport e nella società.

La Libertas - da sempre sensibile ai temi della diversità e dell'inclusione - plaude a questa nobile iniziativa che lancia un messaggio di speranza civile nell'area della disabilità. La condivisione di valori ci vede in prima linea nella promozione sportiva di base interpretata come una mission educativa per trasmettere alle future generazioni i principi della convivenza democratica fondati sulla solidarietà, sulla tolleranza, sul rispetto delle minoranze e delle diversità. Il ruolo dello sport sociale è anche quello di orientare i giovani verso la cultura della pluralità costruita ogni giorno con un senso alto di consapevolezza e di responsabilità.



A Roma nella sede del CIP (Comitato Italiano Paralimpico)

Presentato ai media il progetto "Verso i Giochi Paralimpici Rio 2016"

E' stato presentato recentemente a Roma il progetto "Verso i Giochi Paralimpici Rio2016", che vede la Fondazione Terzo Pilastro – Italia e Mediterraneo, affiancare, sostenere e supportare la Federazione Italiana Scherma nell'importante fase di qualificazione e preparazione alle Paralimpiadi brasiliane. A "tenere a battesimo" il progetto è stato il Comitato Paralimpico Italiano, che non solo ha accolto la conferenza stampa di presentazione, ma che per bocca del Presidente del CIP, **Luca Pancalli**, ha sottolineato la bontà dell'intesa siglata tra FederScherma e Fondazione Terzo Pilastro – Italia e Mediterraneo. *"L'accordo tra la Federscherma e la Fondazione Terzo Pilastro lancia un messaggio importante - ha detto il vertice del Comitato Paralimpico - Vogliamo vincere tante medaglie ai Giochi Paralimpici di Rio de Janeiro e allo stesso tempo vogliamo continuare a raccogliere tanti sorrisi. Ho apprezzato quanto fatto dalla FederScherma in questi anni nel processo di completa integrazione della paralimpica come "quarta arma" e l'accordo di oggi, con un partner particolarmente sensibile e con il quale anche il Comitato Paralimpico ha stretto una importante sinergia, attesta la grande maturità dalla scherma italiana"*. Al Presidente del Comitato Italiano Paralimpico ha fatto eco il Segretario Generale del CONI **Roberto Fabbricini**. *"Sarà un gran giorno per lo sport italiano - ha sostenuto Fabbricini - quello in cui tutte le Federazioni avranno compiuto i passi della FederScherma. Se tutto il Paese prendesse spunto da queste iniziative non avremmo problemi. A nome dello sport italiano voglio ringraziare il Professore Emmanuele Emanuele ed il Presidente, Giorgio Scarso, sia per questo accordo che per quanto già fatto, con serietà ed intensità, nel sostenere l'attività sportiva di questi atleti"*. Si tratta di una iniziativa mirata alla qualificazione di quanti più atleti possibili al fine di poter partecipare alle gare di scherma paralimpica dei Giochi Paralimpici di Rio de Janeiro 2016, puntando parallelamente alla promozione dell'attività paralimpica su tutto il territorio italiano, comprendendo non solo la scherma in carrozzina ma anche quella riservata ai non vedenti. *"Lo sport mi ha sempre accompagnato nel corso della vita, e sono convinto che abbia condizionato positivamente la mia esistenza sia umana che professionale - ha affermato il Presidente della Fondazione Terzo Pilastro - Italia e Mediterraneo, Prof. Avv. **Emmanuele F.M. Emanuele** - . Lo sport è disciplina, forma il carattere ed è portatore di valori sani. Ancora più significativo è lo sport praticato dagli atleti diversamente abili (non utilizzo la parola "disabili", perché a mio avviso questi ragazzi sono persino più abili dei loro colleghi), poiché - oltre a conseguire risultati agonistici davvero significativi - ha contribuito in maniera fondamentale ad avvicinare la società civile al mondo paralimpico, influenzandola in positivo con la sua vocazione solidaristica. Ricordo che - ha aggiunto -, negli anni Novanta, come Presidente del "Club Scherma Roma", fui il primo a realizzare una sezione sportiva dedicata agli atleti diversamente abili. Ecco perché l'accordo che celebriamo oggi non si limiterà, per ciò che mi riguarda, alle qualificazioni per Rio2016: infatti, quando si incontrano*

due realtà importanti che hanno la stessa sensibilità e che operano in completa sintonia, diventa naturale lavorare insieme a favore della diffusione del valore fondamentale della solidarietà, per dimostrare, tra l'altro, la grande importanza del mondo paralimpico nella nostra società attuale".



Da sinistra Luca Pancalli, Emmanuele F.M. Emanuele, Giorgio Scarso, Roberto Fabbricini.

(continua a pag. 4)

A Roma nella sede del CIP (Comitato Italiano Paralimpico)

Presentato ai media il progetto "Verso i Giochi Paralimpici Rio 2016"

(segue da pagina 3) A plaudire all'accordo sono stati anche i principali destinatari del progetto, i Commissari tecnici, **Francesco Martinelli** e **Simone Vanni**, e gli azzurri della Nazionale paralimpica italiana, tra cui la Campionessa del Mondo di fioretto femminile, categoria B, **Beatrice "Bebe" Vio**.

"Stiamo lavorando sodo per conquistare la qualificazione ai Giochi Paralimpici - ha detto l'azzurra -. Personalmente ho già ottenuto il pass ma l'obiettivo adesso è quello di giocarci le possibilità nella gara a squadre. Devo dire che da quando sono arrivata, tante cose sono cambiate in meglio e a nome di tutti ringrazio il Comitato Paralimpico, la Federazione Scherma ed adesso la Fondazione Terzo Pilastro per il supporto che ci danno".

Il percorso di qualificazione ai Giochi Paralimpici di Rio2016 passerà anche dall'Italia, dove dal 17 al 22 maggio si svolgeranno i Campionati Europei di scherma paralimpica. *"Sarà Casale Monferrato ad ospitare la rassegna continentale - ha detto **Alessandro Poggio**, Presidente del Comitato organizzatore dell'evento - perché abbiamo trovato ampia disponibilità sia sul piano logistico che ricettivo. Sarà un grande evento i cui protagonisti saranno gli atleti che, a nostro avviso, sono dei "super-eroi". E' per questo che il nome dell'evento sarà "Heropeans" Championships".*

L'evento sarà seguito da RaiSport *"che - come ha affermato il Direttore **Carlo Paris**, presente alla conferenza stampa - ha stretto un accordo con il Comitato Paralimpico affinché possa farsi diffusore dei veri valori dello sport. C'è tanto ancora da fare e siamo in prima linea. I Giochi Paralimpici avranno una proiezione televisiva che permetterà all'Italia di apprezzare le straordinarie gesta di questi atleti e di inorgogliersi per i loro risultati".*

Parole di gratitudine e di grande apprezzamento per la sensibilità dimostrata, sono state espresse dal Presidente della Federazione Italiana Scherma, **Giorgio Scarso**, il quale ha sottolineato come quella appena avviata sia una fase assai intensa per la scherma paralimpica azzurra, che nel suo percorso verso Rio2016 vedrà anche l'Italia ospitare i Campionati Europei il prossimo mese di maggio a Casale Monferrato.

"L'accordo raggiunto con la Fondazione Terzo Pilastro è un salto culturale - ha detto il vertice federale - frutto dell'impegno della Federazione negli ultimi cinque anni. Abbiamo da subito considerato la scherma paralimpica come la quarta arma assieme a spada, fioretto e sciabola. Gli atleti paralimpici hanno gli stessi diritti e gli stessi doveri degli atleti olimpici. Non c'è e non ci sarà nessun pietismo, nessun occhio di riguardo, ma una pari opportunità che noi vogliamo garantire".

"Tutto questo sarà possibile anche grazie all'accordo con la Fondazione Terzo Pilastro - Italia e Mediterraneo, per il quale ringrazio il Presidente, Prof. Emmanuele Emanuele, che non manca di attestare la sua vicinanza alla scherma e soprattutto allo sport inteso come attività sociale e non "da salotto". Se l'Italia potrà ospitare i Campionati Europei Paralimpici e soprattutto potrà essere messa nelle condizioni di presentarsi ai Giochi Paralimpici con la migliore squadra di scherma paralimpica possibile, il merito è da ascrivere a chi, come la Fondazione Terzo Pilastro - Italia e Mediterraneo, crede in noi e ci dà fiducia. Sono certo sapremo ricambiare".



Da sinistra Emmanuele F.M. Emanuele, Giorgio Scarso, Roberto Fabbricini

Rio de Janeiro 5 - 21 agosto 2016

2 Countdown Olimpiadi 2016: la scelta del vessillifero azzurro

di **Pippo Degrandi**
giornalista

Non è una medaglia olimpica, ma sul piano dell'immagine e del prestigio può valere anche di più, soprattutto in un'epoca politico-sportiva come quella attuale. Sarà per questo che attorno al nome del portabandiera italiano per la cerimonia d'apertura di Rio 2016, la cui scelta è attesa in primavera, si è creato già da qualche mese un forte interesse. Facile individuare i "segni particolari" dell'identikit perfetto: risultati, valori umani e visibilità mediatica sono gli ingredienti-base che non possono mancare. Più complicato stabilire chi e perché, in un contesto così nobile, debba alla fine prevalere. Da un primo "setaccio" popolare (e non solo), la rosa dei candidati più autorevoli si sarebbe ridotta a 5 unità, scese a 4 dopo il ritiro (definitivo?) della Pennetta che, vinti a sorpresa gli Us Open, ha deciso di appendere la racchetta al chiodo e sembra ora decisa a resistere alle pressioni che da più parti provengono per convincerla a rinviare di un anno l'abbandono del tennis.

In pole position risulta la Pellegrini, la regina del nuoto, che sembra racchiudere in sé pregi e (inevitabili) difetti della primadonna. Oro a Pechino 2008 e prossima alla sua quarta Olimpiade, personaggio-leader non solo per il suo palmares in piscina, Federica ha probabilmente già raggiunto l'apice della sua carriera ma resta un pezzo da novanta in prospettiva olimpica. A suo sfavore potrebbe giocare il Grande Rifiuto di 4 anni fa quando, all'inizio della stagione che avrebbe condotto ai Giochi di Londra, di fatto si autoescluse (tra le polemiche) dalla corsa per il ruolo di portabandiera, adducendo motivazioni tecniche che stavolta non si ripropongono. Ma rimane la più "sponsorizzata". E la rivale principale è una sua compagna di tante trasferte: la Cagnotto, alla sua quinta Olimpiade, oro all'ultimo Mondiale davanti alle "marziane" cinesi (ma nel trampolino da un metro, gara che a Rio non ci sarà). Figlia d'arte, allenata da papà Giorgio, Tania ha nella costanza il suo biglietto da visita. E' meno personaggio della Pellegrini, ma non per questo sfugge la ribalta o nasconde la sua femminilità: nel 2013 Playboy le dedicò una copertina.

Nel derby in piscina, hanno ottime chances di inserirsi 2 azzurri abituati a terreni di conquista decisamente diversi. Il ring per Clemente Russo, per la quarta volta ai Giochi, argento nelle ultime 2 edizioni, pugile che finora ha visto il passaggio al professionismo come un salto nel vuoto, ormai noto anche come attore e personaggio televisivo, uomo impegnato nel sociale e capace a volte di scelte anche difficili, portabandiera nel 2008 ma "solo" alla cerimonia di chiusura. Le piazzole del tiro a volo per Giovanni Pellielo, 46 anni, medaglie individuali in 3 edizioni diverse dei Giochi, che viaggia verso la sua settima Olimpiade consecutiva, solo una

in meno del record dei fratelli D'Inzeo nell'equitazione (1948-76). Un premio, se non alla sua carriera, all'albo d'oro d'uno sport che nella sua storia olimpica ci ha regalato ben 25 medaglie. Insomma, un autentico poker d'assi: comunque scegli, non rischi la banalità. E al 75%, sarebbe anche una scelta storica: dei 4 sport "favoriti", solo i tuffi infatti hanno già annoverato fra le loro file un portabandiera, l'indimenticabile Klaus Dibiasi nel 1976.

Rio 2016




Promuovere le pari opportunità nello sport**Le intimidazioni al calcio femminile di Locri: 'ndrangheta o becera apartheid di genere?**

La cronaca kafkiana si inserisce emblematicamente nel fenomeno delle discriminazioni nello sport. Numerose federazioni sportive escludono le donne dall'area del professionismo ignorando la risoluzione 5 giugno 2003 del Parlamento Europeo che chiedeva agli Stati membri di garantire agli uomini ed alle donne paritetiche condizioni di accesso alla pratica sportiva.

di **Enrico Fora**
direttore
responsabile
"Libertas Sprint"

I media hanno enfatizzato le inquietanti intimidazioni pervenute ai dirigenti dello Sporting Locri (Reggio Calabria), compagine femminile di calcio a 5 che milita nella Serie A. Esprimiamo sentimenti di profonda esecrazione con l'auspicio che gli inquirenti riescano ad individuare i mandanti di questo **proditorio attentato allo sport femminile**. Il ventaglio delle ipotesi spazia dalla 'ndrangheta al mitomane, dal machismo radicale all'anacronistico patriarcato.

A prescindere dal movente è comunque un attacco ai valori fondanti dell'associazionismo, della libertà, della partecipazione. E' l'ennesima violenza culturale, psicologica, ideologica nei confronti dell'emancipazione femminile. **La cronaca kafkiana di Locri si inserisce emblematicamente nel fenomeno degenerativo delle discriminazioni di genere nel mondo dello sport.**

Viepiù sorprende quando atteggiamenti sessuofobi giungono dai presunti esegeti del verbo aulico e curiale dello sport. Gli aneddoti folklorici e sessisti di sedicenti dirigenti sportivi - affetti da ruvido machismo - enfatizzano un'avvilente discriminazione e ribadiscono una **radicata, patologica "apartheid di genere"**.

Purtroppo nel nostro Paese i superstiti di arcaiche civiltà fallocratiche costituiscono un'enclave di basso profilo che frena i processi evolutivi delle pari opportunità nello sport. A questi dirigenti - icone diseducative per le nuove generazioni - consigliamo una lettura illuminante: **John Stuart Mill scriveva nel 1869 "La schiavitù delle**

donne", saggio-cult basico che ha determinato una rivoluzione copernicana sul fronte dell'emancipazione femminile.

La lunga marcia per l'eguaglianza tra i sessi nel nostro Paese è stata frenata da un oscurantismo subdolo e maschilista che ha occupato le stanze del potere. E' una lobby occulta e trasversale - come il K.K.K. (Ku Klux Klan) - che domina i gangli strategici delle istituzioni e che impone nella cultura, nel sociale e conseguentemente nell'immaginario collettivo una retriva visione omocentrica. (continua a pagina 7)



Promuovere le pari opportunità nello sport**Le intimidazioni al calcio femminile di Locri:
'ndrangheta o becera apartheid di genere?**

Il dilettantismo imposto "obtorto collo" alle atlete azzurre impedisce la fruibilità della legge 91/81 che regola i rapporti con le società, la previdenza sociale, l'assistenza sanitaria, il trattamento pensionistico, ecc. E' una battaglia di civiltà per legittimare nello sport una paritetica democrazia partecipativa.

(segue da pagina 6) Le tappe più significative della lunga marcia: nel 1874 le donne sono state finalmente ammesse all'istruzione universitaria, nel 1919 hanno potuto esercitare tutte le professioni e ricoprire impieghi pubblici, nel 1946 hanno votato per la prima volta, nel 1963 sono state ammesse nella magistratura. In Italia anche lo sport è inquinato dall' apartheid di genere.

Numerose Federazioni Sportive escludono le donne dall'area del professionismo ignorando la risoluzione 5 giugno 2003 del Parlamento Europeo che chiedeva agli Stati membri di garantire agli uomini ed alle donne pari condizioni di accesso alla pratica sportiva. **Il dilettantismo imposto "obtorto collo" alle atlete azzurre impedisce la fruibilità della legge 91/81 che regola i rapporti con le società, la previdenza sociale, l'assistenza sanitaria, il trattamento pensionistico, ecc. E' una battaglia di civiltà per legittimare nello sport una paritetica democrazia partecipativa.**

Nel 2008 si svolgevano le Olimpiadi in Cina. I farisei nostrani della politica e dello sport denunciavano - ovviamente a bassa voce per non turbare le relazioni diplomatiche - la barbarie di Pechino nell'area dei diritti civili. **Pietro Mennea, invece, manteneva integra una linea di coerenza e di continuità, caratterizzata da molteplici campagne di denuncia contro i fenomeni degenerativi dello sport.** Pertanto testimoniava (vox clamantis in deserto) le gravi violazioni dei diritti civili con il libro-reportage "Le Olimpiadi di Pechino: i Giochi che non avete visto".

"Il CIO ha sbagliato nell'assegnare i Giochi Olimpici 2008 a Pechino ed alla Cina - dichiarava Pietro Mennea - poichè tutto il mondo sapeva che in quel Paese sono poco tutelati i diritti umani, civili, la libertà di culto, di espressione e i principi di giustizia e di democrazia. Si sarebbero dovute assegnare le Olimpiadi a quel Paese solo dopo che a tutti fossero state concesse libertà e diritti".

Governo e CONI hanno annunciato la candidatura di Roma alle Olimpiadi del 2024. E' una ribalta planetaria per riscattare ritardi biblici sul percorso della partecipazione paritetica nello sport. Operiamo final-

mente in Italia un salto quantico di civiltà affinché venga chiusa definitivamente la pagina avvilente dell'apartheid di genere che non qualifica le donne nello sport come professioniste, quindi lavoratrici full time, penalizzandole in quanto "dilettanti" ed escludendole dalle tutele previdenziali e sanitarie. Occorre un'impennata di orgoglio affinché Roma non venga giudicata dai media mondiali la "Pechino dei diritti negati alle donne dello sport azzurro".

Enrico Fora



La Libertas partecipa ai tre eventi formativi

**Il valore dello sport nella comunicazione.
Il valore della comunicazione nello sport.**



presentano

**COMUNICARE
lo SPORT**



Con il patrocinio di



Il valore dello SPORT nella COMUNICAZIONE

Il valore della COMUNICAZIONE nello SPORT

Quanto è importante la comunicazione nello sport?

Quanto è importante lo sport come strumento di comunicazione?

Quali sono gli errori da evitare nella comunicazione dello sport?

Quanto può essere utile il Mental Coaching nello Sport?

FYM FORMazione in AZIONE, IRIDEVENTI e CNIFP, Comitato Nazionale Italiano per il Fair Play del CONI, presentano tre eventi formativi gratuiti che si rivolgono a sportivi, atleti, allenatori, presidenti di società e associazioni sportive, giornalisti sportivi, coach e chiunque si occupi di comunicazione in ambito sportivo.

COME

Partecipazione GRATUITA con OBBLIGO di REGISTRAZIONE online per ogni evento.

DOVE

AUDITORIUM del Palazzo delle Federazioni CONI – V.le Tiziano, 74 – 00196 ROMA

QUANDO

LO SPORT COMUNICA

Giovedì 21 gennaio 2016 dalle ore 15:00 alle 18:00

MENTAL COACHING PER LO SPORT

Giovedì 28 gennaio 2016 dalle ore 15:00 alle 18:00

COMUNICARE LO SPORT

Giovedì 4 febbraio 2016 dalle ore 15:00 alle 18:00

RELATORI

– Daniela Molina, Presidente Irideventi, giornalista, direttore responsabile di Donna in Affari, membro

- del Consiglio Nazionale dell'Ordine dei Giornalisti – gruppo di lavoro Giornalismo Sportivo;
- Ruggero Alcanterini, giornalista, Presidente CNIFP – CONI, membro esecutivo EFPM e ISCA;
- Cecilia Maria Ferraro, giornalista, antropologa e Coach Strategico;
- Piercarlo Romeo, CEO di FYM Formazione in Azione e Mental Coach Sportivo.

(continua a pagina 9)

La Libertas partecipa ai tre eventi formativi

Il valore dello sport nella comunicazione. Il valore della comunicazione nello sport.

(segue da pagina 8)

LO SPORT COMUNICA

Obiettivi formativi della sessione

Lo sport, volontariamente e non, veicola messaggi e valori. In questa sessione di formazione molto pratica, scopriremo insieme i meta-messaggi dello sport, che sono in grado di influenzare direttamente la società, i suoi individui e il loro benessere. Scopriremo come rendere lo sport uno strumento utile a diffondere messaggi positivi per tutti, sportivi e non, appassionati e non.

Argomenti tecnico-didattici

- Il valore della comunicazione
- Comunicare valore e valori
- Comunicazione volontaria
- Comunicazione involontaria
- I metamessaggi dello sport
- Errori da evitare

IL MENTAL COACHING PER LO SPORT

Obiettivi formativi della sessione

In questa sessione scopriremo insieme il Mental Coaching Sportivo, nelle sue caratteristiche, nel suo valore e nei falsi miti che avvolgono questa innovativa disciplina che nasce dal mondo sportivo e che sempre di più si sta diffondendo nel mondo dello sport professionistico e non. Scopriremo che oltre alla performance fisica, individuale e di squadra, esistono altre due performance: quella mentale e quella emotiva. E insieme scopriremo quanto la Comunicazione influenza le performance sportive.

Argomenti tecnico-didattici

- Cosa è il Mental Coaching
- Errori nel Mental Coaching Sportivo
- Performance fisica, mentale ed emotiva
- Mental Coaching e performance individuale
- Mental Coaching e performance di squadra
- Il Mental Coaching non è motivazione



Il valore dello SPORT nella COMUNICAZIONE Il valore della COMUNICAZIONE nello SPORT

Quanto è importante la comunicazione nello sport?
Quanto è importante lo sport come strumento di comunicazione?
Quali sono gli errori da evitare nella comunicazione dello sport?
Quanto può essere utile il Mental Coaching nello Sport?

IRIDEVENTI, FYM FORMazione in AZIONE, partner della Business School del Sole 24 Ore, e CNIFP, Comitato Nazionale Italiano per il Fair Play del CONI, presentano tre **eventi formativi gratuiti** che si rivolgono a sportivi, atleti, allenatori, presidenti di società e associazioni sportive, giornalisti sportivi, coach e chiunque si occupi di comunicazione in ambito sportivo.

COME

Partecipazione GRATUITA con OBBLIGO di REGISTRAZIONE online per ogni evento (pulsanti blu in basso)

DOVE

AUDITORIUM del Palazzo delle Federazioni CONI - V.le Tiziano, 74 - 00196 ROMA



QUANDO e DOVE

- LO SPORT COMUNICA - giovedì 21 gennaio 2016 dalle ore 15:00 alle 18:00
- MENTAL COACHING PER LO SPORT - giovedì 28 gennaio 2016 dalle ore 15:00 alle 18:00
- COMUNICARE LO SPORT - giovedì 4 febbraio 2016 dalle ore 15:00 alle 18:00

» Registrati

» Registrati

» Registrati

RELATORI:

- Daniela Molina, Presidente Irideventi, giornalista, direttore responsabile di Donna in Affari, membro del Consiglio Nazionale dell'Ordine dei Giornalisti - gruppo di lavoro Giornalismo Sportivo;
- Ruggero Alcanterini, giornalista, Presidente CNIFP - CONI, membro esecutivo EFPM e ISCA;
- Cecilia Maria Ferraro, giornalista, antropologa e Coach Strategico;
- Piercarlo Romeo, formatore della Business School del SOLE 24 ORE e Mental Coach sportivo.

COMUNICARE LO SPORT

Obiettivi formativi della sessione

Quali sono gli errori più diffusi nel comunicare lo sport? Quali di questi sono errori strategici e quali sono errori stilistici? Questa sessione si rivolge principalmente ai Giornalisti, e agli addetti degli Uffici Stampa. Verranno approfonditi i meta-messaggi contenuti nelle comunicazioni sportive, il rispetto della deontologia professionale nel veicolare le informazioni sportive e l'importanza della comunicazione nel Fair Play sportivo e del Fair Play nella comunicazione sportiva.

Argomenti tecnico-didattici

- Errori di Comunicazione dello Sport
- Errori Strategici
- Errori Non Verbali
- I Meta-Messaggi dello Sport
- La comunicazione dello sport - deontologia
- Comunicazione, Sport e Fair Play

Sì definitivo al Senato con 215 voti favorevoli e 6 contrari

Approvata la legge sullo “ius soli” sportivo: minori stranieri tesserati come gli italiani

Devono risiedere in Italia dall'età di almeno dieci anni.

Non potranno essere convocati nelle nazionali azzurre.

di Enrico Fora “Ius soli” (in latino «diritto del suolo») è un'espressione giuridica che indica l'acquisizione della cittadinanza di un Paese come conseguenza del fatto giuridico di essere nati sul suo territorio indipendentemente dalla cittadinanza dei genitori. Si contrappone allo “ius sanguinis” («diritto del sangue») che indica invece la trasmissione alla prole della cittadinanza del genitore. Quasi tutti i paesi del continente americano applicano lo “ius soli” in modo automatico e senza condizioni. Tra questi gli Stati Uniti, il Canada e quasi tutta l'America meridionale. Alcuni Paesi europei concedono la cittadinanza per “ius soli” (per esempio Grecia, Francia, Portogallo, Irlanda, Regno Unito e Finlandia) sebbene condizionata.

Ora anche l'Italia ha avviato un percorso di inclusione sociale approvando la legge sullo “ius soli” sportivo che costituisce un apripista di civiltà e di pari opportunità. È un primo passo che consente ai minori stranieri - residenti in Italia da almeno l'età di 10 anni - di tesserarsi, allenarsi e gareggiare per le società sportive appartenenti alle Federazioni Nazionali, agli **Enti di Promozione Sportiva**, alle Discipline Associate come i minori italiani (con le stesse procedure di accesso e di partecipazione). Non potranno indossare la maglia azzurra. Per entrare finalmente in una Nazionale di disciplina occorre la cittadinanza italiana. Pertanto lo “ius soli” sportivo prelude all'iter legislativo preannunciato dal Governo al fine di completare il percorso di una sostanziale integrazione sociale con il riconoscimento della cittadinanza italiana. **La Libertas**

plaude all'approvazione della legge sullo “ius soli” sportivo che consentirà ai giovanissimi italiani e stranieri di crescere insieme e di abbattere le barriere razziali, etniche e confessionali. Lo sport è senza dubbio un potente vettore di valori che aggrega popoli e culture. Le differenze idiomatiche vengono superate dall'esperanto di una condivisione sportiva. Nel DNA della Libertas è da sempre attiva la percezione congenita dell'accoglienza e dell'integrazione. **Emblematica a pagina 11 una testimonianza di promozione umana e di inclusione sociale.**



Libertas Consolini Enna: promozione umana ed inclusione sociale

La Libertas accoglie migranti e scopre talenti sportivi integrandoli nella compagine multi-etnica del basket

emblematica l'odissea del nigeriano Emmanuel Esele giunto a Lampedusa su un barcone ed accolto nella famiglia della Libertas

Trovare un lavoro e rimanere nella squadra di basket che considera la sua seconda famiglia: è il sogno di Emmanuel Esele nigeriano di 24 anni integrato nella Libertas Consolini Enna che milita nel campionato di Prima Divisione. Emmanuel è uno delle migliaia di disperati che hanno attraversato con i barconi il canale di Sicilia in cerca di fortuna in Europa. Un viaggio avventuroso iniziato nello scorso mese di maggio dalla capitale nigeriana Abuja. Emmanuel ha attraversato Niger e Ciad sino in Libia dove si è imbarcato giungendo a Lampedusa. Successivamente è stato trasferito al centro di accoglienza di Pergusa. *"Ma io senza far niente non ci so stare. Volevo fare qualcosa ed in particolare giocare a basket - racconta grazie alla traduzione dall'inglese all'italiano di Paulo Maglinao uno dei due filippini (l'altro è Edward Atenciana ed entrambi ad Enna dal 2011) che giocano sempre nella squadra ennese - mi sono informato al centro di accoglienza se ad Enna c'erano squadre di basket. Ma mi avevano indirizzato sulla pallamano".* Così Emmanuel arriva al palazzetto dello sport e si presenta ai dirigenti della squadra di pallamano. *"Ma in quel momento sono entrato io al palazzetto con i palloni per gli allenamenti - racconta il coach della Consolini Francesco Milano - ed Emmanuel, appena ha visto i palloni di basket, ha fatto cenno che il suo sport era proprio questo".* E così da quel momento è iniziato il percorso sportivo di Emmanuel nella Libertas Consolini di Enna. Oltre



Al centro della foto il nigeriano Emmanuel Esele ormai integrato nella grande famiglia della Libertas e nel cuore degli aficionados

un mese e mezzo per espletare tutte le istruttorie burocratiche per il tesseramento. Poi finalmente Emmanuel ha esordito in campionato con la maglia della Libertas Consolini a Caltanissetta. *"E' un atleta che ha ottime potenzialità, ma ancor prima dell'aspetto sportivo - dichiara il coach Milano - vogliamo puntare sull'integrazione. Abbiamo in squadra anche due ottimi giocatori filippini, Edward Atenciana e Paulo Maglinao, anche loro perfettamente integrati nella famiglia Libertas".* Emmanuel Esele insegna anche il basket ai giovanissimi dialogando in lingua inglese. *"Io ad Enna mi trovo molto bene e vorrei rimanere qui. I ragazzi della squadra mi hanno accolto con stima, amicizia e simpatia":* queste parole di Emmanuel esaltano il ruolo sportivo e sociale della Libertas che abbatte tutte le barriere della diversità.

DOSSIER "L'epopea di Giulio Onesti" - 20

Il progetto di Onesti per un'assemblea costituente dello sport italiano

di **Augusto Frasca**
scrittore e
giornalista

Autore del libro
"Giulio Onesti:
lo sport italiano"

(segue dal numero precedente) Fu una riunione mista, con esponenti del nord e del sud: del primo, Adriano Rodoni, ciclismo, Giovanni Mauro, calcio, Aldo Tolusso, tennis; del secondo, Bruno Zauli, atletica, Ranieri di Campello, sport equestri, Cesare Sindici, cronometraggio. I mesi successivi risultarono decisivi per la ricomposizione del quadro nazionale e per il reperimento delle prime fonti di finanziamento. Su richiesta di Onesti, a firma del Sottosegretario Giuseppe Spataro, il 4 gennaio 1946 il Ministero degli Interni autorizzava il CONI a gestire i concorsi pronostici e le scommesse sulle manifestazioni sportive. Oltre che a tutti i Prefetti, la circolare n. 10/15671/13500 F fu indirizzata al Questore di Roma, con la disposizione di autorizzare il CONI ad organizzare il totalizzatore e concorsi pronostici sul campionato di calcio. Il 19 gennaio, il CONI affidò l'organizzazione e la gestione del servizio alla **SISAL**, Sport Italia società a responsabilità limitata, società costituita per iniziativa del giornalista Massimo Della Pergola, di Geo Molo e Fabio Jegher, ripresa su esperienze analoghe da tempo realizzate in Svizzera, Svezia, Inghilterra e Belgio. **Il 5 maggio 1946 venne giocata la**

prima schedina del campionato di calcio.

Fu un primo passo importante, anticipatore della svolta radicale realizzata il 7 luglio 1948, quando il CONI assunse la gestione diretta del concorso pronostici **Totocalcio** creando il "Servizio autonomo gestione concorso pronostici" ed una boccata d'ossigeno per un ente definito nel mese precedente, dal suo commissario straordinario, in una intervista a *Italia Sport*, "sulla soglia della disgregazione e del fallimento". Tre giorni prima, in una Scala ricostruita, erano iniziate le prove del "concerto della rinascita" celebrato l'11 maggio, diretto da Arturo (continua a pag. 13)

TAGLIANDO 1 Concorso del 26 Aprile 1946			TAGLIANDO 2 Concorso del 3 Maggio 1946			TAGLIANDO 3 Concorso del 5 Maggio 1946					
SQUADRA I	SQUADRA II	PRONOSTICO	SPORT ITALIA 1	SPORT ITALIA 1	SPORT ITALIA 1	SPORT ITALIA 1	SPORT ITALIA 1	SPORT ITALIA 1			
1 Internazionale	Juventus	X	1 X	1 X	1 X	1 X	1 X	1 X			
2 Torino	Milan	2	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2	2 2			
3 Bari	Napoli	1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1			
4 Pro Livorno	Roma	X	4 X	4 X	4 X	4 X	4 X	4 X			
5 Padova	Vigevano	1	5 1	5 1	5 1	5 1	5 1	5 1			
6 Cremonese	Alessandria	1	6 1	6 1	6 1	6 1	6 1	6 1			
7 Como	Genoa	X	7 X	7 X	7 X	7 X	7 X	7 X			
8 Sampierdarena	Sestrese	1	8 1	8 1	8 1	8 1	8 1	8 1			
9 Legnano	Novara	2	9 2	9 2	9 2	9 2	9 2	9 2			
10 Bologna	Piacenza	1	10 1	10 1	10 1	10 1	10 1	10 1			
11 Cesena	Modana	X	11 X	11 X	11 X	11 X	11 X	11 X			
12 Venezia	Mantova	1	12 1	12 1	12 1	12 1	12 1	12 1			
PARTITE DI RISERVA			PARTITE DI RISERVA			PARTITE DI RISERVA			PARTITE DI RISERVA		
1 Trento	Verona	1	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1	1 1	
2 Seragnò	Biellesse	1	2 1	2 1	2 1	2 1	2 1	2 1	2 1	2 1	

La prima schedina SISAL (5 maggio 1946) diventata Totocalcio nel 1948. La schedina del concorso numero 1 aveva una sola colonna con dodici partite più due di riserva (la giocata costava 30 lire). Il primo montepremi fu di 463.846 lire: unico vincitore Emilio Biasetti - dipendente di un'azienda farmaceutica milanese - che intuì la combinazione vincente 1 1 X X X X X 2 1 1 1.

DOSSIER "L'epopea di Giulio Onesti" - 20**Il progetto di Onesti per un'assemblea costituente dello sport italiano**

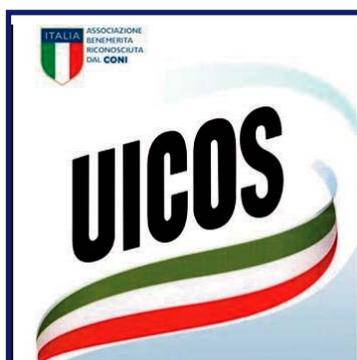
L'11 maggio 1948 Arturo Toscanini dirige a Milano - nel superbo scenario del Teatro alla Scala ricostruito dopo i bombardamenti - il "concerto della rinascita" con il debutto di una giovane promessa della lirica: la "voce d'angelo" Renata Tebaldi.

(segue da pagina 12) Toscanini ed illuminato dalle voci di Renata Tebaldi e di Tancredi Pasero. In precedenza, il 28 febbraio, Onesti aveva deciso la convocazione a Roma, il 19 maggio, poi rinviata al 19 giugno, dei presidenti o reggenti elettivi delle Federazioni sportive **per un'assemblea costituente dello sport italiano**. Chiari gli intenti del dirigente: ritenuto esaurito il mandato di commissario insieme con la volontà di rassegnare entro un mese dalla costituente sportiva le proprie dimissioni, rinviare la designazione del Presidente del CONI a regolare votazione, riunendo definitivamente il CONI e ricostituendo tutti gli organi dell'ente. Tutto, con l'approvazione di un nuovo decreto legge da inoltrare ai competenti organi di Governo in sostituzione della legge 426 del 16 febbraio 1942 promulgata da Vittorio Emanuele III, sottoscritta da Mussolini capo del Governo, da Paolo Thaon di Revel Ministro delle Finanze, da Aldo Vidussoni segretario del Partito fascista e controfirmata dal Guardasigilli Dino Grandi. L'iniziativa era in sostanza volta a porre il Governo dinanzi al fatto compiuto - in epoche in cui perduravano dubbi sulla destinazione futura del nucleo asserragliato a via

S. Eufemia - garantendo all'Italia un corretto inserimento nella famiglia del Comitato Olimpico Internazionale dopo aver impostato un minimo di programma tecnico-organizzativo in prospettiva dei Giochi olimpici del 1948. La riunione romana del 19 giugno fu preceduta, tra il 27 maggio ed il 1° giugno, da un vivace scambio epistolare tra Onesti e Frigerio. Il primo sottolineò il suo rincrescimento nell'aver preso atto, da una lettera del 21 maggio, dell'iniziativa intrapresa dall'avvocato milanese di inviare ai Comitati provinciali dell'Alta Italia il documento riservato con cui si ipotizzava il nuovo ordinamento del CONI, rimproverando atteggiamenti separatisti e vagheggiamenti sulla "intenzione di ricostituire la linea gotica". L'1 giugno, su carta intestata Comitato Olimpico Nazionale Italiano, da via Passione n. 9, Frigerio rispondeva: "Ho ricevuto il tuo ansioso espresso, e mi preme assicurarti che è lontano da me, almeno quanto la luna dalla terra, ogni pensiero relativo ad una supposta linea gotica dello sport. Non so di quali forme demagogiche intendi parlare. Proprio perchè "tutti" dobbiamo sforzarci di portare le discussioni su di un piano serio e concreto, cercando di collaborare con mutui consigli, che ho ritenuto opportuno di divulgare il progetto-guida presentato dal CONI".

(continua sul prossimo numero)

**sport
&
filatelia**



In collaborazione con l'UICOS (Unione Italiana Collezionisti Olimpici Sportivi) ass. benemerita riconosciuta dal CONI

“Philasport” osservatorio sulle emissioni sportive

di **Alessandro Di Tucci**
consigliere dell'UICOS
redattore di “Philasport”

Fondata nel 1992 come UIFOS (Unione Italiana Filatelisti Olimpici e Sportivi), in quanto allora rivolta solo ai filatelisti, qualche anno dopo ha cambiato la sua denominazione con lo scopo di riunire in un solo organismo tutti coloro che si interessano al collezionismo sport-olimpico in generale. Oggi l'UICOS, Unione Italiana Collezionisti Olimpici e Sportivi, raccoglie i collezionisti italiani – ma è aperta anche a quelli stranieri – di filatelia, numismatica e memorabilia sportolimpica.

L'UICOS è stata riconosciuta dal Comitato Olimpico Nazionale Italiano come Associazione Benemerita di interesse sportivo, è membro del Comitato Consultivo della Fondazione Giulio Onesti. L'UICOS si rivolge ai principianti che hanno bisogno di notizie e chiarimenti riguardanti il collezionismo sport-olimpico ed ai collezionisti

già avanzati che sono alla ricerca di “pezzi” che non trovano e di informazioni specializzate che possono migliorare il livello delle loro collezioni ed aumentare le loro conoscenze.

L'UICOS si rivolge anche agli appassionati di collezionismo sportivo che vogliono seguire quello che accade nel mondo instaurando così un legame diretto con il collezionismo sportivo internazionale per mezzo della rivista sociale trimestrale “Phila-Sport” nel quale hanno la possibilità di trovare notizie che li possano interessare.

(continua a pagina 15)



Focus "Sport & filatelia"

"Philasport" osservatorio sulle emissioni sportive

(segue da pagina 14) L'UICOS offre la sua collaborazione al CIO, al CONI, alle Federazioni Sportive Internazionali e Nazionali ed agli altri enti sportivi, principalmente nel settore culturale delle manifestazioni sportive che vengono organizzate in Italia ed all'estero con esposizioni sul tema sport-olimpico e pertanto i soci UICOS, se vorranno, potranno partecipare da protagonisti a questi avvenimenti o addirittura essere scelti a rappresentare l'Italia nelle grandi esposizioni sportive internazionali. L'UICOS edita ogni anno delle pubblicazioni inerenti il collezionismo sport-olimpico distribuite gratuitamente ai soci.

L'UICOS produce anche, con la collaborazione di affermati artisti italiani, ed anche queste distribuite gratuitamente ai soci, una serie di cartoline legate agli avvenimenti nei quali è presente ufficialmente.

Grazie al nuovissimo sito internet www.uicos.org l'associazione offre a tutti i soci e non importanti novità sulle emissioni filateliche, approfondimenti tematici, e eventi di carattere nazionale. Di fondamentale importanza tre sezioni del sito: "Collezioni

online" ove è possibile apprezzare integralmente le collezioni realizzate dai soci; "Philasport" nella quale ogni singolo visitatore può visionare gratuitamente e per intero i numeri della rivista sociale; "forum" dove è possibile scambiare opinioni e pareri con tutti gli altri appassionati di filatelia e memorabilia. Attivo anche il canale twitter @UICOSPORT attraverso cui è possibile seguire l'associazione in tempo reale!

ORGANI DIRETTIVI UICOS

Presidente Onorario: Maurizio TECARDI

Presidente: Pierangelo BRIVIO

Vice Presidente: Gianni GALEOTTI

Consiglieri:

Massimiliano BRUNO

Luciano CALENDÀ

Alessandro DI TUCCI

Stefano MECO

Pasquale POLO (Segretario)

SEGRETERIA UICOS

c/o CONI Servizi

Piazza Lauro de Bosis, 15

FORO ITALICO

00135 ROMA

Tel.: +39 06 32723241

e-mail: segreteria@uicos.org



15° step

Libertas: tutelare l'integrità psico-fisica dei giovanissimi

Campagna di prevenzione ergonomica nelle scuole e nelle famiglie

a cura di **Enrico Fora**

Coordinamento
Scientifico:
Sergio Iavicoli
Marta Petyx

Autori:
Adriano Papale
Marta Petyx
Grazia Fortuna
Sergio Iavicoli

Collaborazione:
Alessandra Luciani

Pubblichiamo la ricerca "Ergonomia a scuola - A scuola di ergonomia" effettuata dall'INAIL (Dipartimento Medicina del Lavoro: Direttore dott. Sergio Iavicoli). L'indagine è stata realizzata nell'ambito dell'attività del Piano di Ricerca triennale 2009/2011 dell'ISPESL le cui funzioni - con legge 30/7/2010 n. 122 di conversione con modificazioni del D.L. 78/2010 - sono state attribuite all'INAIL.

IL BANCO DI SCUOLA

INFORMATIVA PER IL PERSONALE EDUCATIVO

Le principali novità contenute nelle **norme tecniche europee sugli arredi scolastici elaborate dal CEN, e che l'UNI ha pubblicato in Italia come norme UNI EN 1729, riguardano banchi e sedie più sicuri e stabili, regolabili in altezza mediante semplici meccanismi, progettati secondo i più recenti dati antropometrici della popolazione scolastica dei paesi europei in modo da favorire l'adozione di una corretta postura anche in caso di utilizzo di computer:** - UNI EN 1729-1 "Mobili - Sedie e tavoli per istituzioni scolastiche (Parte 1: Dimensioni funzionali)"; - UNI EN 1729-2 "Mobili - Sedie e tavoli per istituzioni scolastiche (Parte 2: Requisiti di sicurezza e metodi)". Le norme tecniche, che rendono banchi e sedie più sicuri e stabili, fissano anche le dimensioni dello spazio di seduta, degli schienali e dell'altezza minima del banco da terra per garantire spazio sufficiente per le gambe.

Più in generale, gli arredi scolastici a norma favoriscono il mantenimento della schiena in posizione eretta, una corretta distribuzione del peso del corpo su entrambe le anche e il posizionamento corretto delle ginocchia che devono essere alla stessa altezza delle anche.

(continua a pagina 17)



Una posizione scorretta è
spesso fonte di **problemi**
ortopedici e visivi

Libertas: tutelare l'integrità psico-fisica dei giovanissimi

Campagna di prevenzione ergonomica nelle scuole e nelle famiglie

Prevenzione ergonomica e yoga

Fra i giovanissimi che frequentano la scuola primaria è allarmante la percentuale di patologie posturali (mal di schiena, scoliosi, iperlordosi lombare, ecc.) causate da banchi non ergonomici. Zainetti scolastici eccessivamente pesanti alterano le curve fisiologiche della colonna vertebrale (cifosi dorsale e lordosi lombare). I conseguenti e dispendiosi interventi correttivi delle famiglie incidono in modo esorbitante sul piano sanitario nazionale. L'ergonomia può essere sussidiata dallo yoga: un humus millenario per prevenire nella scuola le patologie posturali, per gestire le emozioni con le pratiche del pranayama, per agevolare relazioni empatiche interpersonali (antidoto contro i fenomeni degenerativi di emarginazione e di bullismo).

(segue da pagina 16) Ad esempio, per una corretta postura, la norma prescrive che lo schienale debba avere un'inclinazione compresa tra i 95° e i 110°, questo indipendentemente dalla statura dello studente. Le norme tecniche, oltre a fissare nuove dimensioni per i banchi e le sedie in linea con le attuali tendenze che registrano un innalzamento dell'altezza media ed un incremento di bambini dalla conformazione fisica robusta, stabiliscono i requisiti di sicurezza ed i metodi di prova per riconoscere

gli arredi scolastici come a norma, dunque sicuri. In relazione all'altezza dello studente (si parte da un minimo di 80 cm per i bambini fino ad arrivare ai ragazzi delle scuole superiori che possono superare i due metri di altezza), le norme assegnano agli arredi scolastici delle vere e proprie "taglie", otto in tutto, ad ognuna delle quali è stato abbinato uno specifico colore. **In questo modo, le norme intendono favorire l'adozione di una corretta postura contribuendo allo sviluppo psicofisico di bambini e ragazzi che ormai trascorrono gran parte della loro giornata a scuola. Le norme fissano le dimensioni del "banco europeo" anche in relazione alla crescente diffusione dell'utilizzo di PC nella didattica. Gli arredi scolastici a norma sono progettati in modo che gli studenti possano appoggiare le braccia mantenendo le spalle rilassate sia che si trovino dinanzi ad un monitor sia che siano alle prese con i più tradizionali quaderni a righe o quadretti.** (continua sul prossimo numero)

Scrivanie e sedie ergonomiche garantiscono posizioni corrette e contribuiscono alla **buona salute** dei bambini



6° step

Promuovere lo sport in sicurezza: le norme delle attrezzature sportive

*a cura dell'ing.
**Francesco
De Matteis**
esperto
sicurezza
nei luoghi
di lavoro*

Alpinismo, scalata, arrampicata

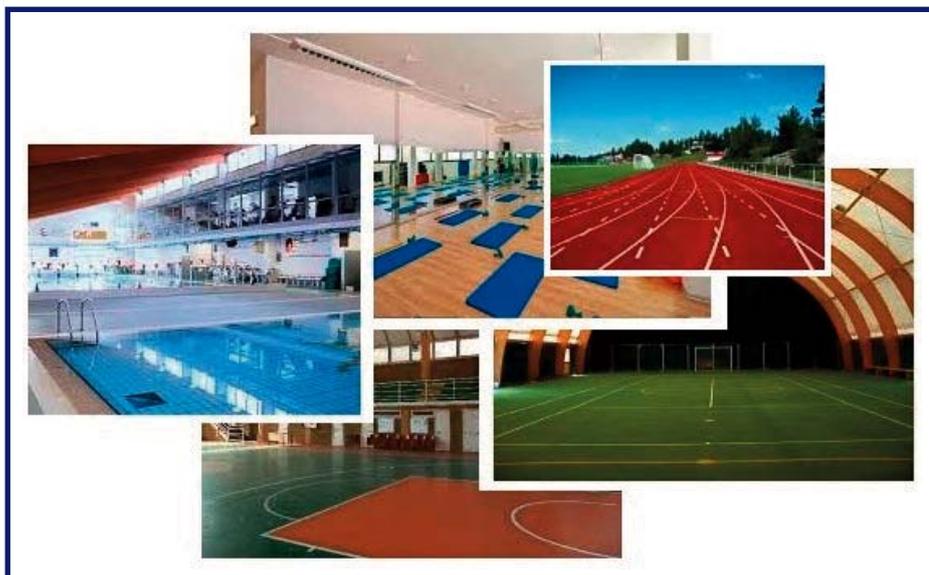
- UNI EN 564 Attrezzatura per alpinismo - Cordino
- UNI EN 565 Attrezzatura per alpinismo - Fettuccia
- UNI EN 566 Attrezzatura per alpinismo - Anelli
- UNI EN 567 Attrezzatura per alpinismo - Bloccanti
- UNI EN 568 Attrezzatura per alpinismo - Ancoraggi da ghiaccio
- UNI EN 569 Attrezzatura per alpinismo - Chiodi
- UNI EN 892 Attrezzatura per alpinismo - Corde dinamiche per alpinismo
- UNI EN 893 Attrezzatura per alpinismo - Ramponi
- UNI EN 926-1 Attrezzatura per parapendio - Parapendio - Parte 1
- UNI EN 926-2 Attrezzatura per parapendio - Parapendio - Parte 2
- UNI EN 958 Attrezzatura per alpinismo - Dissipatori di energia nelle ascensioni per via ferrata
- UNI EN 959 Attrezzatura per alpinismo - Chiodi da roccia
- UNI EN 1077 Caschi per la pratica dello sci alpino e per lo snowboard
- UNI EN 12275 Attrezzatura per alpinismo - Connettori
- UNI EN 12277 Attrezzatura per alpinismo - Imbracature
- UNI EN 12278 Attrezzatura per alpinismo - Pulegge
- UNI EN 12492 Attrezzature per alpinismo - Caschi per alpinisti
- EC 1-2010 UNI EN 12492 Attrezzature per alpinismo - Caschi per alpinisti
- UNI EN 12275 Attrezzatura per alpinismo - Connettori
- UNI EN 12277 Attrezzatura per alpinismo - Imbracature
- UNI EN 12278 Attrezzatura per alpinismo - Pulegge
- UNI EN 12492 Attrezzature per alpinismo - Caschi per alpinisti
- EC 1-2010 UNI EN 12492 Attrezzature per alpinismo - Caschi per alpinisti
- UNI EN 12572-1 Strutture artificiali per scalate - Parte 1: Requisiti di sicurezza e metodi di prova per strutture artificiali per scalate (ACS) con punti di assicurazione
- UNI EN 12572-2 Strutture artificiali per scalate - Parte 2: Requisiti di sicurezza e metodi di

prova per pareti boulder
UNI EN 12572-3 Strutture artificiali per scalate - Parte 3: Requisiti di sicurezza e metodi di prova per le prese per scalata

- UNI EN 13089 Attrezzatura per alpinismo - Utensili da ghiaccio
- UNI EN 15151-1 Attrezzatura per alpinismo - Dispositivi di frenatura - Parte 2: Dispositivi di frenatura manuale, requisiti di sicurezza e metodi di prova
- UNI EN 15151-2 Attrezzatura per alpinismo - Dispositivi di frenatura - Parte 2: Dispositivi di frenatura manuale, requisiti di sicurezza e metodi di prova

Sport aerei

- UNI EN 966 Caschi per sport aerei



**sport
&
politiche
europee**

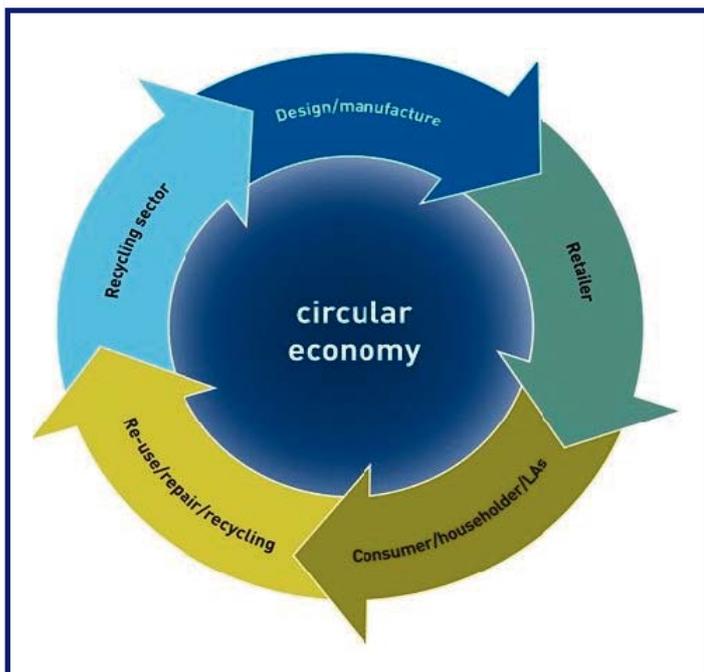
FOCUS

Economia circolare nell'UE: la nuova frontiera economica ed occupazionale

di Michele Di Cesare
avvocato e docente di "Politiche Europee" presso la Megatrend University di Belgrado

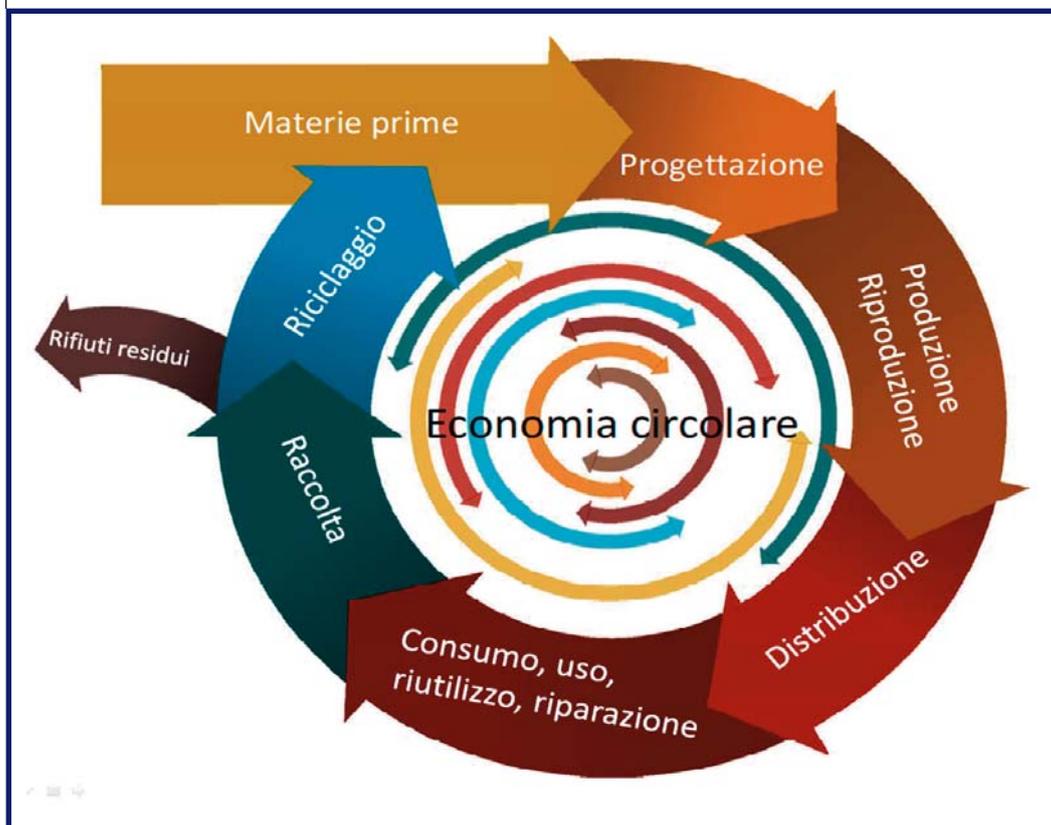
La Commissione europea ha adottato il 2 dicembre 2015 un nuovo, ambizioso pacchetto di misure sull'economia circolare per promuovere la transizione dell'Europa verso un'economia circolare che aumenterà la competitività globale, sosterrà la crescita economica e genererà nuova occupazione. Per garantire una crescita sostenibile nell'UE occorre usare le risorse a disposizione in un modo più intelligente e sostenibile. Il modello lineare di crescita economica seguito nel passato non è più adatto alle esigenze delle società moderne in un mondo globalizzato. Non è più possibile costruire il futuro su un modello "usa-e-getta". In un'economia circolare il valore dei prodotti e dei materiali si mantiene il più a lungo possibile; i rifiuti e l'uso delle risorse sono minimizzati e le risorse mantenute nell'economia quando un prodotto ha raggiunto la fine del suo ciclo vitale, al fine di riutilizzarlo più volte e creare ulteriore valore. Questo modello può creare posti di lavoro sicuri in Europa, promuovere innovazioni che conferiscano un vantaggio competitivo e un livello di protezione per le persone e l'ambiente di cui l'Europa sia fiera, offrendo nel contempo ai consumatori prodotti più durevoli e innovativi in grado di generare risparmi e migliorare la qualità della vita. La prevenzione dei rifiuti, la progettazione ecocompatibile, il riutilizzo e misure analoghe, afferma la Commissione europea, possono generare risparmi netti per le imprese europee pari a 600 miliardi di euro, ossia l'8% del fatturato annuo, riducendo nel contempo l'emissione di gas a effetto serra del 2-4%. Nei settori del riutilizzo, della rigenerazione e della riparazione, a titolo di esempio, il costo per rigenerare

i telefoni cellulari potrebbe essere dimezzato se fosse più facile smontarli. Se il 95% dei telefoni cellulari fosse raccolto si potrebbero generare risparmi sui costi dei materiali di fabbricazione pari a oltre 1 miliardo di euro. *(continua a pagina 20)*



FOCUS "sport & politiche europee"

Economia circolare nell'UE: la nuova frontiera economica ed occupazionale



(segue da pagina 19)

Il passaggio dal riciclaggio alla rimessa a nuovo dei veicoli commerciali leggeri, i cui i tassi di raccolta sono già elevati, potrebbe far risparmiare materiali per oltre 6,4 miliardi di euro l'anno (circa il 15% del bilancio per i materiali) e 140 milioni in costi energetici, riducendo inoltre le emissioni di gas a effetto serra di 6,3 milioni di tonnellate. L'economia circolare ha bisogno di più ricerca e innovazione per espandere la competitività dell'industria europea. A questo fine saranno necessari investimenti pubblici e

privati. Horizon 2020, COSME, i fondi strutturali e di investimento, il fondo per gli investimenti strategici (FEIS) e altri programmi dell'UE costituiscono importanti strumenti di sostegno finanziario da parte dell'UE. Le PMI, comprese le imprese sociali, sono particolarmente attive in settori quali il riciclaggio, la riparazione e l'innovazione e svolgeranno un ruolo importante nello sviluppo di un'economia più circolare e possono beneficiare dei suddetti finanziamenti. L'economia circolare creerà opportunità commerciali in grado di attirare il finanziamento privato. E' stato già sperimentato, per esempio, come l'etichettatura abbia creato la domanda di prodotti più efficienti sotto il profilo energetico. Sensibilizzare maggiormente l'opinione

pubblica in merito alle sfide da affrontare consentirà di orientare le scelte verso prodotti ottenuti in modo responsabile secondo quanto stabilito, appunto, dal Pacchetto UE sull'economia circolare.

Avv. Michele Di Cesare
Esperto a Bruxelles del CESE
(Comitato Economico
Sociale Europeo)



Al campionato italiano di ciclocross un gesto nobile che supera la barriera della rivalità sportiva

Solidarietà e fair play fra due ciclisti della Libertas: il déjà-vu della borraccia condivisa Bartali - Coppi



Vito Liverani, decano dei fotografi professionisti, è il custode della verità relativa alla storica immagine di Bartali e Coppi al Tour de France nel 1952. Liverani afferma che la foto fu scattata da Carlo Martini della "Gazzetta dello Sport", ma non svela il dubbio amletico sull'autore del nobile gesto (il passaggio della borraccia che - per dovere di cronaca - era invece una bottiglia di acqua minerale francese Perrier). Il "giallo" della borraccia si fermerà sulle pagine consunte di un archivio, mentre la pulsione emotiva di quella straordinaria condivisione sulla dura ascesa del passo Galibier verso la mitica Alpe d'Huez resterà per sempre una superba memoria di etica umana e sportiva nell'immaginario collettivo.

Quando nel bilancio di un campionato italiano di ciclocross non ci sono solo le medaglie. In un mondo che trasborda di bad news vale la pena di sottolineare anche qualche bella storia, soprattutto se i protagonisti sono due giovani coetanei.

E' domenica 10 gennaio e si corre il campionato italiano ciclocross categoria under 23. Luca e Moreno anche se compagni di squadra stanno correndo ognuno inseguendo il proprio obiettivo: Luca ha da poco ripreso a fare ciclismo ed avendo una preparazione praticamente inesistente, ha come unica ambizione agonistica quella di poter arrivare entro i primi 15. Moreno invece si è allenato moltissimo e può puntare quindi ad un posto sul podio ma dopo neanche un giro, mentre era in seconda posizione, rompe il cambio.

I box sono lontanissimi e chiunque con le ambizioni da podio si sarebbe ritirato ma Moreno no: bici in spalla raggiunge il box e riparte nettamente in ultima posizione e con un distacco abissale dai primi. Ciononostante comincia la sua rimonta impegnandosi al 110% benchè non avesse nessuna chance di poter raggiungere le posizioni a lui consone, ma il cross è anche questo: una sfida, se vuoi irrazionale, contro se stessi. Gli ottimi tempi sui giri diranno che il podio era assolutamente alla sua portata.

Nel frattempo Luca invece sta coronando il suo sogno di giornata e con una splendida gara su di un percorso bello ma estremo, riesce grazie al suo talento, a raggiungere la decima posizione proprio all'ultimo giro in prossimità del traguardo.

Proprio in quel frangente, a poche centinaia di metri dall'arrivo, succede che Moreno raggiunge Luca. I due potrebbero giocarsi il decimo posto in volata ma Luca decide di non farla perché - come dichiara nel dopo gara - "era un atto dovuto, in quanto Moreno con la sua sfortuna e la sua incredibile rimonta se lo meritava di più". *(continua a pagina 22)*

Al campionato italiano di ciclocross un gesto nobile che supera la barriera della rivalità sportiva

Solidarietà e fair play fra due ciclisti della Libertas: il déjà-vu della borraccia condivisa Bartali - Coppi

(segue da pagina 21) Con il loro comportamento, entrambi hanno saputo regalare ai propri tifosi un qualcosa che va ben oltre il risultato sportivo: Moreno con la sua generosità ha dimostrato che non si deve mai mollare, rialzarsi sempre e trovare sempre nuovi obiettivi senza fermarsi a piangersi addosso.

Luca, dopo un'ora di grande sacrificio ad inseguire un risultato è riuscito senza tanto pensarci, a mettere da parte il proprio io e a far prevalere quei valori di altruismo e solidarietà che in questi tempi sono sempre più rari, soprattutto, o almeno così sembra, nelle nuove generazioni.

Grazie Luca e grazie Moreno, questo vostro genuino e spontaneo regalo che ci avete fatto vale tanto, quanto una medaglia, anzi nella corsa della vita, vale anche di più.

Michele Mogno (Libertas Scorzè)



Il team del Presidente Mario Pollon ed Iginò Michieletto può contare su 44 atleti suddivisi nelle categorie giovanissimi, esordienti, allievi che gareggiano su strada, pista e fuoristrada. Trentasette anni di passione per il ciclismo: questo è il "motore" che spinge la storica e blasonata società Libertas Scorzè.

Reportage sulla roadmap umanitaria

Globetrotter su due ruote porta nel mondo il welfare sportivo ed i colori della Libertas

di **Enrico Fora**

“Libertas Sprint” ha avviato sull’edizione del 15 novembre 2015 un reportage permanente sulla roadmap del giovane Enrico Gremmo che da cinque anni porta nel mondo una testimonianza di welfare sportivo. E’ un “James Cook” che intende circumnavigare su due ruote le aree sottosviluppate del pianeta attuando azioni umanitarie per i giovanissimi. **Fra i progetti realizzati - attraverso il microcredito solidale - l’Operazione Mato Grosso in Perù, Ecuador, Bolivia e Brasile.** L’associazione “E.I.T.W. - Enrico into the World” Onlus è affiliata al Centro Provinciale Libertas di Biella e sostenuta dal Centro Regionale Libertas del Piemonte e dal Centro Libertas Torino Provincia.

Enrico Gremmo ha pianificato un itinerario che inizierà da Vancouver (Canada) nell’aprile

2016. Gli obiettivi sono tre: 1) Cape Barrow in Alaska (distanza stimata 2.500 chilometri); 2) New York negli Stati Uniti (distanza stimata 7.000/8.000 chilometri). Tempi e percorsi saranno definiti quando giungeranno i visti per entrare in Canada e negli Stati Uniti; 3) trasferimento in aereo da New York a Lyon o Zurigo e successivamente attraversare le Alpi su due ruote per tornare a Biella entro la prima metà di novembre.

Enrico sottolinea che gli ultimi 1.000 chilometri in Alaska (da Fairbanks a Cape Barrow) saranno percorsi su un impegnativo sterzato privato aperto alle biciclette senza specifiche autorizzazioni.

“Sicuramente in Alaska, come anche in Canada - dichiara il cycle traveler Enrico Gremmo - la presenza di grandi predatori (orsi, lupi, puma) è abbondante. Considerato che viaggerò in bicicletta e campeggerò in tenda, quindi che sarò esposto 24 ore al giorno per molti mesi consecutivi, è inevitabile che dovrò adottare alcuni accorgimenti durante il percorso.”

(continua a pagina 24)



Reportage sulla roadmap umanitaria

Globetrotter su due ruote porta nel mondo il welfare sportivo ed i colori della Libertas

(segue da pagina 23) *“Penso di munirmi almeno di uno spray anti-aggressione a lunga gettata, sperando sempre nella buona stella del viaggiatore. Altro punto da considerare è la presenza massiccia di zanzare durante il periodo tra giugno-luglio. Voglio sicuramente evitarlo in quanto ho provato sulla mia pelle in altre parti del mondo questo tipo di esperienza altamente stressante”.*

Enrico ha consolidato esperienze e competenze nel corso dei suoi viaggi in tutto il mondo con la sua inseparabile bicicletta. Pertanto è consapevole delle difficoltà da affrontare: *“Considerate le latitudini in cui viaggerò, anche oltre il circolo polare artico, sarò soggetto a temperature basse ed abbondanti precipitazioni (anche nevose). Le distanze tra un centro abitato e l'altro saranno molto grandi e quindi dovrò caricare scorte di viveri per diversi giorni”.* *“L'acqua non sarà un problema trovarla - sottolinea Enrico - vista la presenza di innumerevoli laghi e fiumi; in alcuni casi dovrò purificarla con alcune apposite pastiglie. Dovrò anche caricare alcuni pezzi di ricambio della mia bicicletta in caso di problemi tecnici lungo il percorso. Come al solito viaggerò all'insegna della “vecchia scuola” con bussola e cartina senza l'appoggio di GPS. Non vedo l'ora di partire, il Grande Nord mi attende!”*

Enrico Gremmo attua - con i colori della Libertas - azioni umanitarie per i giovanissimi in tutto il mondo attraverso il microcredito solidale (piattaforma Kiva). In Italia realizza, con l'Associazione EITW Onlus, il progetto “ColtiViviamo” per recuperare terreni pubblici e privati incolti. Fra gli obiettivi del progetto la tutela della natura e del paesaggio, la diffusione

dell'agricoltura biologica e dell'alimentazione sostenibile, il sostegno alla disoccupazione ed alla inoccupazione.

Di rilevante interesse il “Tavolo Mobilità Sostenibile del Comune di Biella” nelle aree della salute e dell'ambiente. Il progetto intende incentivare l'impiego dei mezzi di locomozione non a motore per contenere le emissioni inquinanti di CO₂. Inoltre la EITW Libertas è attiva - in collaborazione con le strutture istituzionali - nell'assistenza scolastica ai richiedenti asilo ed ai rifugiati politici. I traguardi sono la conoscenza della lingua italiana e l'integrazione sociale nel nostro Paese.



Attività internazionale

Otto nazioni partecipano al prestigioso International Karate Tournament Libertas

di **Luca Di Gregorio**
ufficio stampa
Libertas Nazionale

In questo numero:
Friuli V. Giulia
Veneto
Piemonte
Lazio
Emilia Romagna
Sicilia
Umbria
Toscana

Il 16 ed il 17 gennaio, presso il Palasport GETURV.le Centrale Lignano Sabbiadoro (UD), si è tenuto l'atteso **5° International Karate Tournament**: evento organizzato dal **Centro Nazionale Sportivo Libertas**. La manifestazione ha visto scendere sui tatami **544 atleti** da ben 71 società, in rappresentanza di **8 nazioni** (Sri Lanka, Russia, Romania, Moldavia, Inghilterra, Belgio, Bielorussia e Algeria) e **6 regioni** italiane (Lombardia, Emilia Romagna, Friuli Venezia Giulia, Trentino Alto Adige, Piemonte e Veneto). Schierati su sei tatami, dagli Esordienti ai Masters, i karateka delle più forti scuole italiane ed estere hanno dato vita ad uno spettacolo straordinario che ha visto susseguirsi una serie di incontri avvincenti deputati alla conquista di un podio. Presenti alla manifestazione il Responsabile Nazionale del Dipartimento Karate il **M° Zacchè Giampaolo** e la responsabile della formazione la **Prof. Pietrobon Raffaella**. Sotto la solita attenta regia della Libertas, l'evento, che ha riscosso un indiscutibile successo, si conferma un polo nevralgico del karate, anche al di là dei confini nazionali.



La Libertas sul territorio: Novara

Successi della Libertas Team Novara alla Coppa Rio Winter Edition

Se il 2015 era terminato con 8 podi e 2 nuovi record sociali per i nuotatori della **Libertas Team Novara** nella **"Coppa Sprint"** di Torino, ed un primo e secondo posto nel **Gran Prix** di Saint Vincent, il 2016 si apre sulla stessa, vincente falsa riga. La bacheca società gaudenziana, infatti, si arricchisce di nuovi successi. Il 16 ed il 17 gennaio si è tenuta la terza tappa della **Coppa "Rio" Winter Edition** presso il Palazzo del Nuoto di Torino e la Piscina "Rivetti" di Biella, manifestazione che ha visto nuovamente brillare l'atleta novarese **Matteo Miglio** con due piazzamenti in top ten. Il 22enne, quinto tra i Seniores nei 200 farfalla e decimo nei 50 farfalla, ha confermato l'ottimo momento dei novaresi.

Per la Libertas hanno gareggiato in questa gara anche Giulia Corvi, Alessia D'Arienzo, Victoria Mareschi, Gabriele Abruscato, Marco Centra, Alessandro Martinello, Mario Raffaele nella categoria Ragazzi; Roberta Moothia e Matteo Piscitelli tra gli Juniores; Andrea Centra tra i Cadetti. La Libertas Team Novara si conferma società leader nella disciplina per una sapiente miscelazione di fattori che sono in sinergia perfetta fra

di loro: una gestione oculata e lungimirante della dirigenza, una conduzione tecnica di alto profilo che ha prodotto risultati prestigiosi, un parco atleti talentuosi che annovera splendide speranze per la Libertas e, più ambiziosamente, per lo sport azzurro. Infine dobbiamo considerare anche il fattore entourage costituito da genitori, accompagnatori, simpatizzanti: una cornice di spinta emotiva che produce effetti motivazionali sul singolo e sul collettivo. La Libertas Team Novara ha, pertanto, tutte le carte in regola per restare sulla cresta dell'onda. E' senza dubbio un fiore all'occhiello del CNS Libertas.



La Libertas sul territorio: Viterbo

Vitersport: un glorioso palmarès nell'area delle diverse abilità

Vitersport spegne 40 candeline. Correva l'anno **1976** quando l'associazione sportiva dilettantistica di volontariato che opera nel Viterbese muoveva i primi passi. Con il 2016 viene tagliato un prestigioso traguardo che rende orgoglioso l'intero mondo Libertas, oltre a rappresentare uno stimolo e una fonte di speranza per tutti.

Motivazioni, queste, che hanno contraddistinto da sempre il percorso di questa Asd della Tuscia, da quando, quarant'anni fa, fu tra le prime in Italia ad occuparsi di sport per disabili, fisici, mentali e sensoriali. Ad oggi Vitersport può vantare oltre **100 soci**, di cui **60 atleti** divisi tra handbike, nuoto e hockey in carrozzina. Il numero è in costante crescita, così come le soddisfazioni.

Dai "Giochi dell'avvenire" del '76 fino al Torneo di Calcio Balilla integrato "Aptiviamoci!" di gennaio 2016, la Vitersport ha collezionato molte imprese in diversi ambiti sportivi come atletica, basket, tiro con l'arco, tiro a segno, tennistavolo, tennis e addirittura sci. Quarant'anni di valori, quarant'anni di sport, quarant'anni di coraggio e determinazione. Auguri a tutti gli amici di Vitersport.



La Libertas sul territorio: Roma

Corso di formazione per istruttore di military training Libertas

Roma ha ospitato recentemente il **corso di Istruttore di Military Training Libertas**, un cammino formativo che ha riscosso una grande partecipazione, nonché una viva soddisfazione di tutti i presenti.

Il corso di questa disciplina personale ha visto la luce da un progetto pilota tra le due **scuole di Formazione Sportiva Veneto e Lazio**. Ed è grazie a questa fertile sinergia che i molti giovani, militari e non, hanno potuto dedicare due weekend a questo percorso il cui programma si basa sul binomio tra la "Metodologia di allenamento Funzionale" e la "Metodologia di allenamento utilizzata dalle Forza Armate" (in particolar modo dai Marines). I numerosi presenti si sono cimentati in diverse discipline. Dalle materie di carattere teorico – tramite le insegnamenti online (FAD) e le classiche lezioni frontali, a quelle decisamente più pratiche, con dei veri e propri Workout. E' stato possibile, dunque, conoscere nuove tecniche di apprendimento ed approfondire argomenti come anatomia, fisiologia, psicologia, etc.

Per poter conseguire l'attestato di Istruttore, hanno dovuto superare diverse prove scritte, orali ed un confronto finale deputato all'analisi delle loro capacità. L'ottima riuscita del corso di certo non sazia la "fame" di formazione della Libertas che, sull'onda di questo successo, rilancia con altri due appuntamenti, il primo fissato a febbraio e l'altro a primavera. Cornice della prima data sarà ancora Roma, mentre la seconda potrebbe tenersi in Veneto. Non solo Military Training. Infatti sono diverse le iniziative della neo-nata Scuola di Formazione Veneta tra cui Istruttore di Stride Fitness Programm, Istruttore di Yoga in Gravidanza, Promotore Sportivo in Danze Ca-

raibiche, diversi appuntamenti con il Pilates e il Fitness Funzionale e per finire la novità in acqua, con un corso per Istruttori di Acqua Boxe. La Scuola è aperta a qualsiasi forma di collaborazione sia nella sua stessa Regione che con Regioni esterne. Per un 2016 sempre più all'insegna della formazione Libertas. "Perché Formare significa Crescere."



La Libertas sul territorio: Martignacco (Udine)

Corso di formazione volley per tecnici e docenti di educazione fisica

Non poteva iniziare meglio il primo corso del 2016 targato Libertas per tecnici, docenti e studenti. L'appuntamento, organizzato dal **Centro Regionale Sportivo Libertas del Friuli Venezia Giulia**, ha potuto contare su una grande partecipazione. Un palasport Atleti Azzurri d'Italia di Martignacco gremito ha visto in cattedra il 9 gennaio la **dottorssa Manuela Benelli**, considerata tra le tre migliori palleggiatrici al mondo, premiata ai mondiali 1990, oltre che vincitrice di 11 scudetti di fila con l'Olimpia Teodora, 5 coppe Italia, 2 coppe Campioni e un Mundialito per Club, la quale ha sviluppato il tema delle tecniche del palleggio.

Il primo appuntamento del corso, che in apertura ha riscosso l'apprezzamento dell'Assessore allo sport **Catia Pagnutti** che ha portato il saluto del Comune di Martignacco, ha visto sugli spalti oltre ottanta persone tra allenatori di ogni livello, insegnanti di educazione fisica e iscritti al corso di laurea di Scienze Motorie dell'Università di Udine.

*"La Libertas - ha ricordato il presidente Centro Regionale, **Bernardino Ceccarelli** - ha tra le sue missioni prioritarie la formazione dei tecnici ed a conferma di ciò il Centro regionale ha organizzato due sabati mattina di allenamento pratico con tre docenti di assoluto prestigio".*

L'iniziativa, tuttavia, non finisce qui. L'intenso rullino di marcia vedrà le lezioni pratiche del **professor Renato Barbon**, per dodici anni allenatore della Sisley Treviso maschile e per 9 anni selezionatore del Veneto per i settori giovanili, dove ha vinto 3 titoli nazionali, andando inoltre sempre a podio; e del **professor Alberto**

Andreoli, preparatore fisico del Centro di Qualificazione Nazionale del Coni, preparatore fisico del Volley Treviso e docente della Fipav del Veneto.

Il duplice appuntamento di sabato 23 gennaio, sempre nel Palazzetto Atleti Azzurri d'Italia di via S. Biagio a Martignacco, sarà aperto dalla lezione sulle tecniche del bagher svolta del professor Barbon, in programma dalle ore 9 alle ore 11; a seguire, dalle ore 11 alle 13, il Prof. Andreoli proporrà gli esercizi necessari per preparare fisicamente un atleta di pallavolo.



La Libertas sul territorio: Portogruaro (Venezia)

Onorificenze del CONI al maestro Marco Dotta del Judo Kiai Libertas Atena



Il 2015 è stato un anno d'oro per il maestro del **Judo Kiai Libertas Atena di Portogruaro, Marco Dotta**, culminato nel conferimento della stella d'argento al merito sportivo e della medaglia di bronzo al valore atletico da parte del Coni. Non solo, il presidente federale **Domenico Falcone** lo ha premiato con la cintura biancorossa 6° dan.

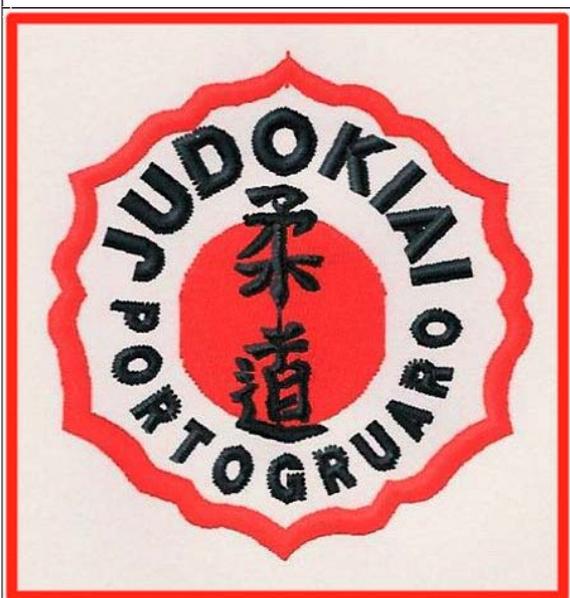
Dotta è molto noto nel Friuli Occidentale, avendo militato dal 1981 all'88 nella società Sekai Budo di Pordenone, mentre oggi fa coppia fissa con il sanvitese **Marco Durigon**, partecipando alle gare nazionali e internazionali di kata (indossano stabilmente la maglia Azzurra) dove hanno raccolto svariati allori.

Nella lettera di motivazione si legge 'per la pluridecennale e meritoria opera svolta per il judo italiano e per tutte le particolari benemeritenze e risultati acquisiti attraverso il costante impegno dimostrato

per lo sviluppo tecnico e la diffusione della disciplina'.

Un percorso formativo, quello di Marco Dotta, iniziato all'età di 11 anni nella società portogruarese Judo Kiai, proseguito con una parentesi di otto anni al Sekai Budo di Pordenone. Atleta dal 1977, insegnante tecnico dal 1984, dirigente di società dal 1988, maestro nel 2004 e atleta azzurro dal 2008.

All'odierna età di 53 anni, Marco Dotta è uno tra i più giovani maestri italiani a indossare la cintura biancorossa, che in Giappone rappresenta la padronanza interiore del judo. In qualità di maestro della Kiai Atena di Portogruaro ha formato una squadra agonistica che ha dominato i tornei veneti e militato nel campionato nazionale di serie A. Inoltre ha introdotto lezioni specifiche per disabili e organizzato corsi di autodifesa per i cittadini e le scuole.



La Libertas sul territorio: Pordenone

Il judo esalta percorsi di inclusione sociale per i diversamente abili



Un appuntamento all'insegna della uguaglianza e dell'impegno nel sociale per la **polisportiva Villanova Libertas di Pordenone**.

In questa giornata speciale è stata infatti consegnata la cintura nera (1° dan) a **Riccardo Marinato**, ragazzo disabile visivo che ha affrontato con passione, coraggio e determinazione il percorso formazione sportiva, superando tutte le difficoltà incontrate.

Riccardo, infatti, è agonisticamente nato e cresciuto nella polisportiva Villanova, sotto l'attenta e premurosa guida del maestro **Edoardo Muzzin**, per poi approdare tra le fila della Sport Team Judo di Udine, alle direttive del Maestro **Luigi Girardi**.



Il judo non è l'unico traguardo raggiunto da Riccardo, anzi, il ragazzo ha brillato anche negli studi, laureandosi in informatica e accingendosi ora a conseguire una specializzazione. Avere la dignità di cadere, la forza di rialzarsi ed il coraggio di superare i propri limiti. Lo sport è anche questo. Grazie Riccardo per avercelo ricordato.

focus "qualità della vita"

Viparīta-Karaṇi Mudrā

Un antico segreto dello yoga. Colui che lo conosce "diviene simile a un siddha".

**quarta
parte**

di **Guy de' Sima**

Anche la *Gheranda-samhita* (cap. III, 33-34-35-36) descrive la *mudra viparita-karani*.
33 "Alla radice dell'ombelico dimora il sole, mentre la luna risiede alla base del palato. Il sole, divorando tutta l'ambrosia, sottopone l'uomo all'azione della morte".

34 "Occorre far salire il sole verso l'alto e portare la luna verso il basso. Questa *mudra*, che provoca l'inversione delle due energie, è insegnata segretamente dai *tantra*".

35 "Disporre fermamente la testa al suolo, insieme alle mani, sollevare le gambe in alto e rimanere a lungo immobili. La tradizione riconosce questa *mudra*, dall'azione inversa, con il nome *viparita-karani*".

36 "Colui che ogni giorno pratica questa *mudra* vince la vecchiaia e la morte. Egli è considerato un *siddha* che non perisce neanche nel giorno della distruzione dell'universo".

La *Siva-samhita* (cap. IV, 45-46-47) descrive la *mudra viparita-karani* con queste parole:

45 "Disporre la testa a contatto con la superficie del suolo, portando i piedi in alto. Questa *mudra* esplica un'azione inversa, ed è insegnata segretamente dai *tantra*".

46 "Colui che pratica questo esercizio ogni giorno per tre ore, vince la morte e non perisce neanche nel giorno della distruzione dell'universo (*pralaya*)".

47 "Colui che beve questa ambrosia d'immortalità diviene simile ad un *siddha* ed è degno di essere servito da tutti gli esseri".

Anche la *Goraksa-sataka* (55-56-57-58-59) conferma sostanzialmente i tre testi sopra citati.

55 "Il sole attira ed assorbe l'ambrosia dell'immortalità che la luna versa continuamente. Per recuperare l'ambrosia divorata dal sole si deve praticare *viparita-karani*".

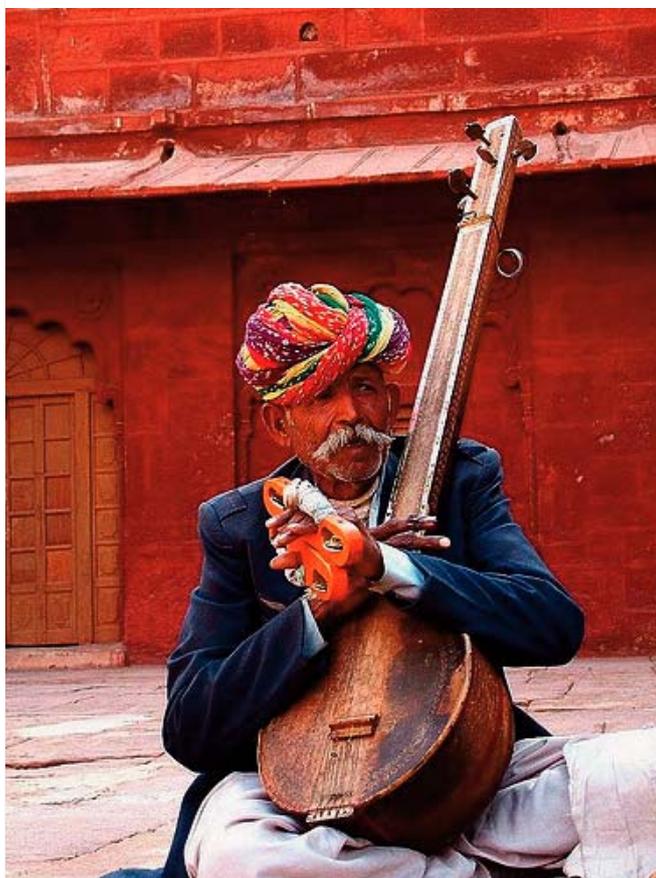
56 "La dea (ambrosia dell'immortalità) che viene dall'orbita della luna (radice del palato) è felice con due uomini (*ajna-cakra* e *visuddha-cakra*). Anche colui (lo *yogin*) che segue i primi due uomini è felice con essa, e (con *viparita-karani*) mai invecchia e mai muore".

57 "Nella regione dell'ombelico dimora un sole vorace (fuoco gastrico), mentre alla radice del palato risiede la luna (energia vitale) che spande continuamente l'ambrosia dell'immortalità".

58 "Quando la faccia della luna giace in basso e la faccia del sole in alto, la bocca della luna divora l'ambrosia".

59 "Quando l'ombelico è disposto in alto ed il palato in basso, allora il sole si trova in alto e la luna in basso. Questo espediente, chiamato *viparita-karani*, deve essere appreso direttamente dalla bocca di un maestro".

(continua a pagina 33)



focus "qualità della vita"

Viparita-Karani Mudrā

Un antico segreto dello yoga. Colui che lo conosce "diviene simile a un siddha".

**quarta
parte**

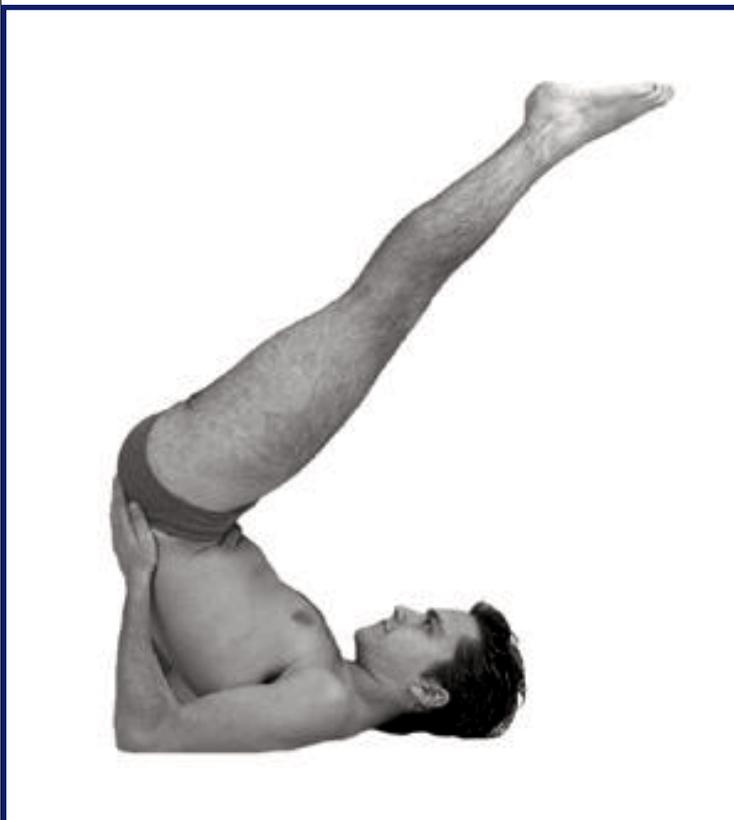
(segue da pagina 32) La luna simboleggia l'energia vitale che vivifica in continuazione il corpo; mentre il sole rappresenta l'energia dell'attività digestiva che brucia continuamente il corpo, come un fuoco sacrificale.

LA TECNICA

Per eseguire *viparita-karani* occorre disporsi in *savasana*, la posizione del morto, in cui il corpo - totalmente rilassato - giace sul dorso. Si inizia a modificare lentamente *savasana* avvicinando le braccia al tronco e portando le palme delle mani a contatto con la superficie del suolo. La testa è disposta lungo l'asse che prosegue la linea della spina dorsale. Si uniscono le gambe ed i piedi tra di loro. Inoltre, si muove il capo avvicinando il mento alla fossetta giugulare. In conseguenza di questo accorgimento la regione della nuca e delle vertebre cervicali aderirà ancor meglio alla superficie del suolo. Quando è stata eseguita la parte preparatoria, durante un'espirazione, premendo le mani e le braccia sul pavimento, si sollevano le gambe - che rimangono sempre unite e diritte - fino a 30 gradi. Si arresta l'ascensione delle gambe per fare alcune respirazioni lente, profonde, ritmiche (da cinque a dieci). Quindi, sempre durante un'espirazione, si sollevano ulteriormente le gambe fino a 60 gradi.

Si arresta di nuovo l'ascensione per eseguire un altro ciclo di respirazioni. Poi, come nelle fasi precedenti, si sollevano ancora le gambe, fino a 90 gradi rispetto al piano del pavimento (ovvero al tronco). Dopo aver eseguito il ciclo delle respirazioni previste, durante un'espirazione, premendo le braccia e le mani al suolo, si sollevano ancora di più le gambe. A questo punto della fase ascensionale i glutei e la parte inferiore della spina dorsale (tratto sacro-lombare) si sollevano dal suolo. Al termine della fase ascensionale le palme delle mani vengono disposte sui glutei, all'altezza dell'osso sacro, in modo simmetrico, a sostegno del corpo il cui peso è distribuito in modo uniforme sui gomiti, la parte posteriore delle braccia, le spalle, il collo e la nuca. Le gambe devono essere mantenute sempre diritte, unite e ad angolo retto rispetto al tronco, mentre quest'ultimo è disposto a 45 gradi rispetto al piano di sostegno.

(continua sul prossimo numero)



Il benessere attraverso l'alimentazione

**focus
qualità
della vita**

di **Sabrina Parsi**
giornalista
esperta
in filosofie
orientali e
psicologia
del benessere

Migliaia di persone si ammalano senza capire che le loro patologie derivano dal cibo. Gli studiosi ritengono che in Italia una percentuale considerevole di uomini e di donne sia in sovrappeso. Nel nostro Paese - come negli altri paesi industrializzati - si è moltiplicato il consumo di zuccheri, di carni rosse e di grassi.

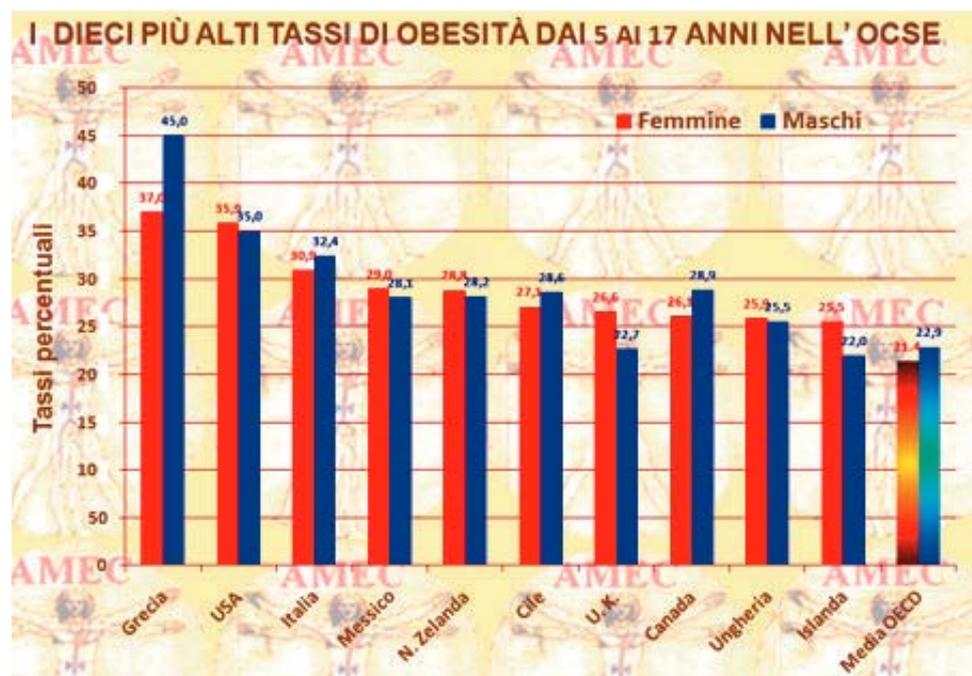
Mai come oggi, nei paesi occidentali, le persone stressate dal ritmo frenetico della vita moderna ricorrono allo yoga, allo zen, alla meditazione per ritrovare il proprio equilibrio interiore. Tuttavia - oltre a praticare queste validissime nonché efficaci discipline millenarie - occorre imparare a nutrirsi.

Migliaia di persone si ammalano senza capire che i loro mali derivano dal modo di alimentarsi. In Italia gli studiosi ritengono che una percentuale considerevole di uomini e di donne sia in sovrappeso. Con la disponibilità di cibo sempre

crescente, che caratterizza i paesi industrializzati, questa tendenza è ulteriormente aumentata ed, anzi, si sta rafforzando anche tra i bambini.

Negli ultimi 50 anni anche le abitudini alimentari - in Italia così come negli altri paesi industrializzati - sono cambiate radicalmente: il consumo di zuccheri, di carne e di grassi si è moltiplicato. Al tempo stesso, mai come oggi, la composizione di quello che c'è nel piatto è stata messa sotto accusa come principale responsabile delle malattie più diffuse da quelle cardiocircolatorie al diabete, al tumore. Se un tempo la maggior parte delle calorie derivavano dai cereali integrali, oggi il fabbisogno energetico è garantito da zucchero, cereali raffinati e grassi che forniscono all'organismo "calorie vuote" (prive cioè di tutte quelle sostanze nutritive naturalmente presenti). Ad esempio gran parte del pane è fatto con farina 00 (ottenuta dalla raffinazione del frumento). Dobbiamo purtroppo concludere che la quantità di alimenti vitali è del tutto insufficiente. Come, per esempio, calcio, ferro, cromo, magnesio ed alcune sostanze chiamate antiossidanti la cui funzione precisa è quella di difesa dalle sostanze cancerogene. Infatti, a lungo andare, la carenza di vitamine e minerali priva l'organismo delle risorse necessarie per contrastare le aggressioni cui è costantemente esposto. Anche l'aumento del consumo di cibi precucinati è preoccupante per la salute dell'uomo ulteriormente

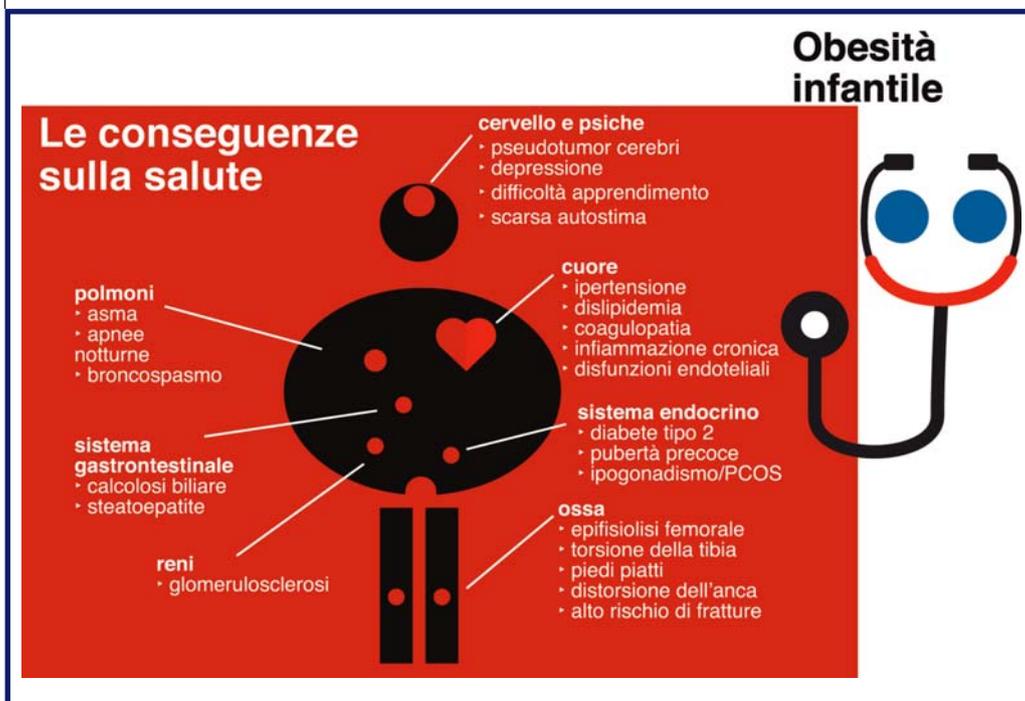
(segue a pag. 35)



Un'allarmante rilevazione dell'OCSE (Organisation for Economic Cooperation and Development). L'Italia è al terzo posto fra i dieci paesi con i tassi più alti di obesità infantile e giovanile dai 5 ai 17 anni.

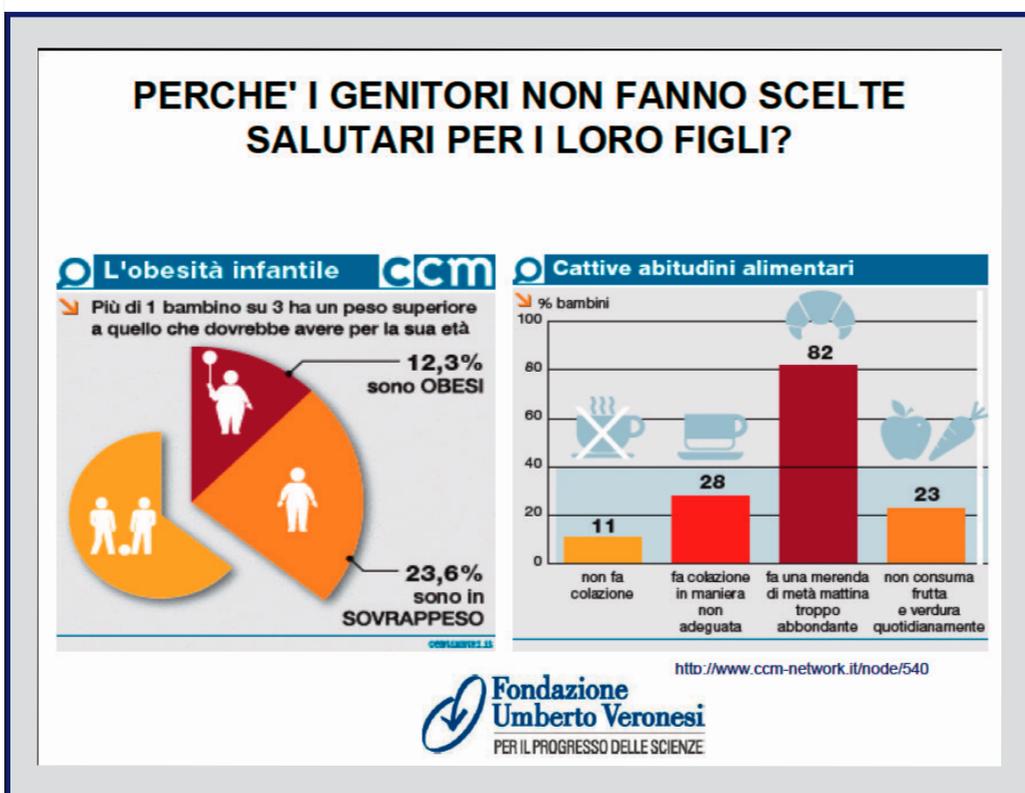
FOCUS "la qualità della vita"

Il benessere attraverso l'alimentazione



(segue da pagina 34) compromessa dall'aggiunta – nella composizione dell'alimento – di conservanti e di esaltatori della sapidità. L'alimentazione ideale si ottiene quando gli ingredienti utilizzati sono vitali: privi di pesticidi, quindi coltivati secondo i metodi dell'agricoltura biologica; integrali, non sottoposti cioè a raffinazione ed a forzature che snaturino la composizione; consumati autenticamente freschi (i prodotti cosiddetti freschi vengono consumati a volte mesi dopo essere stati raccolti e per ogni giorno di conservazione vi è una diminuzione del contenuto in vitamine). Inoltre il cibo non può essere considerato semplicemente come la somma degli elementi che lo costituiscono: proteine, zuccheri, vitamine e grassi. Infatti le analisi di laboratorio considerano ciascun componente singolarmente ripetendo l'errore che viene fatto dalla medicina classica che scompone l'uomo in compartimenti perdendo così la visione olistica dell'organismo. Pertanto il cibo è anche il risultato di un processo di interazioni che avvengono tra le diverse sostanze presenti.

Sabrina Parsi



**sport
&
fisco**

Limite alla circolazione del contante: novità nella Legge di Stabilità 2016

di **Cristiana
Massarenti**
dottoressa
commercialista

Dal 1° gennaio 2016, per effetto della Legge di Stabilità 2016 (Legge 28 dicembre 2015, n. 208), pubblicata sulla Gazzetta Ufficiale del 30 dicembre 2015, il limite alla circolazione del denaro contante è incrementato. La Legge di Stabilità ha previsto l'innalzamento della soglia utile per l'utilizzo del denaro contante che passa da € 999,99 ad € 2.999,99. La nuova norma è stata introdotta allo scopo di allineare il limite di utilizzo del denaro contante rispetto alla media europea, ma soprattutto per dare un impulso ai consumi, agevolando gli scambi. In particolare, dal 1° gennaio 2016, è vietato trasferire denaro in contante o libretti di deposito postali o bancari al portatore o ancora titoli al portatore, in qualsiasi valuta ed a qualsiasi titolo, tra soggetti diversi, qualora il valore oggetto del trasferimento sia complessivamente pari o superiore ad € 3.000,00; superata questa soglia, si rende necessaria la fruizione di strumenti di pagamento tracciabili, come ad esempio bonifici bancari o postali, le carte di debito o di credito e gli assegni non trasferibili.

A segnalare il mancato rispetto di tale normativa sono chiamati i destinatari della normativa antiriciclaggio, di cui al D. Lgs. N. 231/2007 (ad esempio istituti bancari e professionisti) che, in caso di anomalia nei pagamenti, sono tenuti ad effettuare apposita segnalazione alla Ragioneria Generale dello Stato competente. Altra novità che riguarda i soggetti che effettuano attività di vendita di prodotti e prestazione di servizi, compresi i professionisti, consiste nell'accettazione, da parte di suddetti soggetti, dei pagamenti non solo attraverso carte di debito, ma anche con carte di credito.

Altre variazioni riguardano l'eliminazione:

- dell'obbligo di pagare i canoni di locazione di unità abitative in forme e modalità che escludano l'uso del contante e ne assicurino la tracciabilità; pertanto, i pagamenti dei canoni di locazione abitativa potranno essere nuovamente effettuati con utilizzo del denaro contante rispettando la soglia di € 2.999,99;
- dell'obbligo per i soggetti della filiera dei trasporti di effettuare i pagamenti dei corrispettivi relativi ai contratti di trasporto su strada, di cui al D.Lgs. n. 286/2005, utilizzando mezzi elettronici di pagamento o il canale bancario o postale o altri strumenti comunque tracciabili, indipendentemente dall'ammontare dell'importo dovuto. Anche in questo caso è prevista la possibilità di pagare in contanti fino ad € 2.999,99.

Le eccezioni

Il nuovo limite, tuttavia, non riguarda le somme corrisposte dalla Pubblica Amministrazione, come indicato nell'art. 1 comma 904 della Legge di stabilità: *"resta fermo per le pubbliche amministrazioni l'obbligo di procedere alle operazioni di pagamento degli emolumenti a qualsiasi titolo erogati di importo superiore a mille euro, esclusivamente mediante l'utilizzo di strumenti telematici, ai sensi dell'art. 2, comma 4-ter, del decreto-legge 13 agosto 2011, n. 138, convertito, con modificazioni, dalla Legge 14 settembre 2011, n. 148"*. Questo è il caso dei pensionati che dovranno continuare a ricevere la pensione, se superiore ad € 1.000,00 attraverso strumenti di pagamento tracciabili.

(continua a pagina 37)

Limite alla circolazione del contante: novità nella Legge di Stabilità 2016

(segue da pagina 36) La Legge di Stabilità 2016 mantiene, inoltre, la soglia di € 999,99 istituita per il servizio di rimessa di denaro effettuata dai c.d. **"money transfer"**, di cui all'articolo 1, comma 1, lettera b) n. 6 del D. Lgs. N. 11/2010. Rimane altresì privo di modifiche l'articolo 49, comma 5 del D. Lgs. 231/2007, riferito ad **assegni bancari e postali**: *"gli assegni bancari e postali emessi per importi pari o superiori ad € 1.000,00 devono recare l'indicazione del nome o della ragione sociale del beneficiario e la clausola di non trasferibilità"*. Anche per i libretti bancari e postali al portatore la soglia massima resta ferma ad € 999,99. Nessuna variazione anche per quanto concerne le modalità di versamento dei **modelli F24**: come nel 2015, per i modelli i cui importi sono superiori ad € 1.000,00 è prevista la presentazione degli stessi esclusivamente per via telematica, mediante i servizi telematici messi a disposizione dall'Agenzia delle Entrate, oppure mediante i servizi di internet banking.

Cosa cambia per le associazioni e le società sportive dilettantistiche?

La Legge di Stabilità ha previsto dei cambiamenti anche per gli **enti associativi**. Sebbene il nuovo limite per la circolazione del denaro contante sia aumentato anche per loro in virtù delle nuove disposizioni normative, **rimane ferma la soglia di € 1.000,00 prevista dalla disciplina fiscale**. Il superamento della soglia, in questo caso, non comporta alcuna sanzione prevista dalla disciplina antiriciclaggio, ma fa scattare le penalizzazioni della Legge n. 133/99, modificate dal D.Lgs. 158/2015 di riforma delle sanzioni tributarie. In pratica, il superamento del limite di euro 1.000,00 per gli enti associativi, dal 1 gennaio 2016:

- comporterà l'applicazione di sanzioni amministrative da euro 250,00 ad euro 2.000,00;
- non comporterà più la decadenza dalle agevolazioni di cui alla Legge 398/91;
- non comporterà l'applicazione delle sanzioni previste dalla disciplina antiriciclaggio, se l'importo della transazione non è pari o superiore ad € 3.000,00.



Direttore editoriale: Luigi Musacchia
Direttore responsabile: Enrico Fora

Focus e firme

Testimonial Libertas Sprint:	Manuela Olivieri Mennea avvocato
Dossier "Giulio Onesti":	Augusto Frasca scrittore e giornalista
Indagine storica:	Renato Russo editore e giornalista
Countdown Olimpiadi:	Giuseppe Degrandi giornalista
Eventi sul territorio:	Luca Di Gregorio giornalista
Sport & fair play:	Ruggero Alcanterini giornalista
Sport & media:	Paolo Cecinelli giornalista
Sport & politiche europee:	Michele Di Cesare docente universitario
Sport & società complessa:	Marco Emanuele docente universitario
Sport & medicina:	Carlo Tranquilli medico sportivo
Sport & turismo:	Gianpaolo Lapesa consulente tour operator
Sport & fisco:	Cristiana Massarenti dottore commercialista
Sport & cult movie:	Jennifer Sutherland giornalista
Sport & qualità della vita:	Sabrina Parsi giornalista
Sport & ambiente:	Ennio La Malfa giornalista
Sport & diverse abilità:	Fabrizio Torella giornalista
Sport & filatelia:	Alessandro Di Tucci redattore "Philasport"