



## Comitato Territoriale UISP Ciriè Settimo Chivasso

### BILANCIO ANNUALE DELL'ATTIVITÀ DEL COMITATO NELL'ANNO 2013 – Intervista al Presidente

Abbiamo intervistato Roberto Rinaldi, Presidente del Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso

Intervista di Valeria Birindelli

**B.** A quasi un anno dall'inizio del suo terzo mandato, qual è il suo bilancio sul lavoro svolto?

**R.** Sono sicuramente soddisfatto: dopo il calo di tesseramenti che si è verificato negli scorsi due anni, soprattutto a causa della crisi che ha limitato la capacità di spesa delle famiglie con conseguente impatto anche sullo sport, da quest'anno stiamo vedendo i primi segnali di ripresa e con il trend attuale prevediamo una chiusura dell'anno sportivo con 16000 tesserati e 140 Associazioni Sportive affiliate. Queste sono il nocciolo duro della UISP. Si pensi che la River Borgaro da sola offre proposte sportive ad oltre 5.200 cittadini, giovani e adulti, rappresentando quasi un terzo del Comitato. Sono confidente che il nostro Comitato si confermerà quale più grande Comitato UISP del Piemonte, dopo quello di Torino.



**B.** Credo che però il vostro obiettivo non si limiti al numero di tesserati, ma includa anche progetti sullo sport sociale.

**R.** Esattamente. Il ruolo dello sport come elemento di aggregazione sociale e di strumento di salvaguardia della salute dei cittadini è un'altra delle nostre priorità. Lo sport ed il movimento dovrebbero essere oggetto di politiche pubbliche. Purtroppo però spesso le istituzioni lasciano sole le associazioni nell'affrontare questo problema e le associazioni come la UISP e le sue associazioni affiliate lo fanno senza un sostegno adeguato. In tal modo lo sport di base, cioè la possibilità per tutti i cittadini di fare movimento a costi contenuti, rischia purtroppo di scomparire.

**B.** In concreto che cosa fate in questo ambito?

**R.** Ci muoviamo lungo tre direttrici diverse: la prima è quella della scuola dell'infanzia e primaria, dove proponiamo interventi per il miglioramento degli stili di vita attraverso il movimento e la sana alimentazione, con il coinvolgimento annuale di circa 1.000 bambini in vari comuni del territorio. La seconda riguarda gli anziani con problemi di ipomobilità: abbiamo una proposta per le persone che si possono muovere poco a causa del mal di schiena e ad altre algie. A queste persone proponiamo, in collaborazione con l'ASL TO4, corsi di ginnastica molto dolce, chiamata Attività Fisica Adattata (AFA). I corsi si tengono in nove comuni del territorio, compreso Borgaro, dove operiamo presso la Casa di Riposo Casa mia. Attualmente abbiamo più di 300 iscritti ai corsi AFA; vista la validità dell'iniziativa, stiamo continuamente aprendo nuovi corsi, e la prossima apertura sarà a Chivasso. La terza direttrice riguarda lo sport sociale svolto attraverso progetti finanziati dall'Unione Europea. Dal 2007 realizziamo progetti internazionali, che vedono lo sport come strumento di integrazione e di inclusione sociale (contro la violenza, contro il razzismo, contro il doping), con associazioni partner in Francia, Austria, Romania, Bulgaria, Danimarca, Ungheria, Lettonia e Turchia. In questi progetti abbiamo coinvolto più di 1.000 giovani in età fra i 13 e i 17 anni.

**B.** Tornando alle discipline sportive, su quali si è puntato maggiormente?

**R.** Abbiamo investito molto sul calcio a 5 giovanile: siamo partiti da zero 5 anni fa ed ora gestiamo un campionato che conta oltre 50 squadre di varie categorie, dai primi calci agli under 20.

**B.** E oltre al calcio?

**R.** Fra le discipline sportive gestite direttamente abbiamo rafforzato molto anche la pallavolo giovanile e continuiamo a far crescere la scuola di danza Dancemania, proprio qui a Borgaro. Un discorso a parte merita poi il Nordic Walking, che consiste nel camminare con dei bastoni appositamente sviluppati per questo sport. Offre un modo facile, naturale e molto efficace per migliorare la propria condizione fisica e per tonificare la muscolatura del corpo indipendentemente dall'età, dal sesso o dalla preparazione fisica. In più, è divertente, rilassante e poco costoso. Nel Nordic Walking si utilizza, quando si applica la tecnica corretta, circa 90% della muscolatura del corpo, senza sollecitare in modo eccessivo le articolazioni, con tutti i benefici che un allenamento così completo comporta. Nei vari livelli di Nordic Walking - semplice, fitness e sport - ognuno trova il livello di pratica e gli esercizi adatti alla propria condizione fisica. Dalla camminata tranquilla e terapeutica a un buon allenamento aerobico, fino agli esercizi specifici per gli atleti. Il Comitato, in collaborazione con la ASL TO 4, propone da quest'anno corsi di Nordic Walking a nel Ciriace e nel Settimese, e fra qualche mese contiamo di aprire un corso anche a Borgaro.

