

# LO SPORT È SALUTE

Convegno organizzato dal Panathlon Club Forlì presso il Salone Comunale

Il Convegno, organizzato con la preziosa collaborazione dell'Unione Nazionale Veterani dello Sport ed il Ministero dell'Istruzione con l'Ufficio Scolastico Provinciale di Forlì-Cesena, ha avuto come principale finalità quella di coinvolgere i ragazzi delle scuole superiori. Praticare regolarmente attività fisica fa bene ad ogni età, ma da giovani è innegabilmente fondamentale. Fare sport, ginnastica, ma anche solamente svolgere attività quotidiane come giocare, camminare, andare in bicicletta, aiuta a sentirsi meglio, riducendo lo stress, tonificando i muscoli, potenziando cuore e polmoni e aiutando il sonno notturno. Al Convegno sono intervenuti:

• Dott. Giacomo Santini, Presidente Panathlon International • Avv. Gian Paolo Bertoni, Presidente Unione Nazionale Veterani dello Sport • Dott.ssa Agostina Melucci, Dirigente Reggente Ufficio Scolastico Provinciale • Dott.ssa Sara Samorì, Assessore allo Sport Comune di Forlì • Dott. Franco Rusticali, medico cardiologo, Presidente Associazione Cardiologica Forlivese • Dott. Walter Pasini, medico cardiologo, specializzato in medicina dello sport • Mario De Giampietro, nonagenario vincitore dei Campionati Mondiali di Nuoto Master.

Il grande successo dell'evento è stato testimoniato dal Salone Comunale gremito per la presenza di quasi 200 studenti provenienti da sei scuole superiori di Forlì.

Il Convegno si è aperto - dopo le presentazioni ed i ringraziamenti di rito - con una sorpresa: la Presidente Marilena Rosetti con un "coup de théâtre" ha introdotto nel Salone il campione forlivese di Moto GP Andrea Dovizioso, ospite inatteso accolto dai ragazzi con una vera e propria "standing ovation". Andrea, appena rientrato dagli Stati Uniti, ha parlato della sua esperienza di sportivo (**"dall'età di sei anni ho fatto tutti gli sport, mi piaceva cambiare perché lo sport mi faceva e mi fa star bene, fisicamente ed anche mentalmente"**) ed ha poi risposto con grande disponibilità alle domande dei ragazzi. È intervenuta poi l'Assessore allo Sport del Comune di Forlì Sara Samorì che ha ricordato che Forlì ha dato i natali al medico Girolamo Mercuriale (Forlì, 30 settembre 1530, 8 novembre 1606), che nel suo libro "De Arte Gymnastica" (1569) per primo ha trattato scientificamente il rapporto tra educazione fisica e salute.

Ha preso quindi la parola l'Avv. Gian Paolo Bertoni, Presidente nazionale dell'Unione Veterani dello Sport (U.N.V.S.), che ha evidenziato un dato statistico veramente preoccupante: l'Italia ha una percentuale del 15% di bambini obesi nella fascia d'età dagli otto ai dodici anni.

Abbiamo avuto l'onore ed il piacere di avere - per la prima volta a Forlì - Giacomo Santini, Presidente del Panathlon International, il quale ha ricordato ai ragazzi quella che è la "mission" del Panathlon, che non è quella di organizzare manifestazioni sportive o celebrare i campioni, ma piuttosto quella di promuovere l'attività sportiva come valore morale ed etico per tutti. Questi principi sono riassunti nelle Carte Istituzionali del Panathlon: "La carta del Panathleta", "La Carta del Fair Play", "La Carta dei doveri del genitore nello Sport".

Il Convegno è entrato nella parte più "specialistica", con gli interventi di due prestigiosi medici, cardiologi ed esperti di medicina dello sport: il Dott. Franco Rusticali ed il Dott. Walter Pasini, autori del libro "Cuore & Sport" (con il patrocinio del CONI che quest'anno festeggia i cento anni dalla sua fondazione), che è stato distribuito a tutti i partecipanti del Convegno.

**Ne parliamo in maniera approfondita a pag. 20 e 21.**

Nel corso del Convegno abbiamo conosciuto un personaggio veramente straordinario: Mario De Giampietro, un signore che all'età di novantuno anni ha avuto la forza e la voglia di salire su un aereo, volare a Montreal e vincere il Campionato Mondiale di Nuoto Master nei 200 rana. De Giampietro si è rivolto direttamente ai ragazzi con un entusiasmo ed una carica incredibili: **"Siete giovani, avete tanta energia da spendere! Potete fare tanto, non dovete mai mollare!"**

Terminati gli interventi dei relatori, si è aperto il dibattito, con molte domande proposte dai ragazzi e dai loro insegnanti.

Il resoconto completo del Convegno sul sito Panathlon Club Forlì: <http://www.panathlonforli.it/>

