

Ambiente e Benessere

Le emozioni dello sport

Sportissima Divertimento, incontro e svago: il prossimo 9 settembre l'edizione 2012 apre il sipario su 150 società sportive – Intervista con il Consigliere di Stato Manuele Bertoli

Davide Bogiani

La prima manifestazione è stata proposta nel 2005 dal Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS), in occasione dell'Anno internazionale dello sport e dell'educazione fisica decretato dall'ONU. Ci stiamo riferendo a Sportissima, che ha avuto una crescita sotto tutti i punti di vista. È aumentato il numero delle località che ospitano la manifestazione, che ora sono sette; ed è stata pure incrementata l'offerta delle discipline presentate, che hanno raccolto nel 2011 quasi 10'000 partecipanti. Il prossimo 9 settembre, per l'ottava edizione, nelle sette località (Bellinzona, Biasca, Capriasca, Chiasso, Ligornetto, Lugano e Tenero-Contra) saranno quasi 150 le società e associazioni sportive che si presenteranno al pubblico, offrendo una vastissima gamma di attività che vanno, per citarne alcune, dall'acquagym alla zumba, dalle arti marziali al beach volley, dal pattinaggio su ghiaccio alla scherma, dal nordic walking al tennis. Lo scopo, oggi come nel 2005, rimane quello di sensibilizzare la popolazione ticinese sull'importanza dello sport e del movimento. Ma Sportissima ha davvero contribuito a smuovere le abitudini sedentarie nei ticinesi? Per rispondere a questa e ad altre domande, abbiamo incontrato il Consigliere di Stato Manuele Bertoli.

Onorevole Bertoli, un incremento del numero dei partecipanti a Sportissima significa di riflesso meno sedentarietà durante tutto l'anno? Considerando l'incremento del numero dei partecipanti, si potrebbe dire di sì, ma non disponiamo di dati oggettivi che possano confermare questa tesi. Dallo studio «Sport Svizzera 2008», e dal rapporto «Sport nel Cantone Ticino» in particolare, emerge che la popolazione ticinese è meno attiva rispetto a quella della Svizzera tedesca e francese; nel 2013 sarà



Michelle Uffer

realizzata una nuova ricerca, che darà sicuramente utili indicazioni sull'evoluzione del comportamento degli svizzeri, e in particolare dei ticinesi, nei confronti dello sport, e permetterà un confronto puntuale con i dati raccolti nel 2008.

Quali altri interventi potrebbe proporre lo Stato per incentivare lo svolgimento dell'attività fisica?

Negli scorsi anni il DECS ha proposto diverse misure per promuovere tra la popolazione la pratica dell'attività fisica. Penso in particolare all'aggiornamento dei contributi annuali alle federazioni sportive cantonali (da 1,3 a quasi 2 milioni di franchi), alla formalizzazione degli aiuti a sostegno dei Centri di formazione regionali per giovani talenti sportivi e al rinnovo dei sus-



Alcuni momenti dell'edizione 2011 di Sportissima. (Michelle Uffer)

sidi per l'acquisto di veicoli di trasporto per atleti e giocatori in età giovanile. Da segnalare anche l'introduzione del programma «Gioventù+Sport Kids», il cui obiettivo è quello di creare una cultura del movimento nelle famiglie, attraverso il coinvolgimento di bambini tra i 5 e i 10 anni in attività fisiche a carattere polisportivo durante il tempo libero. Da non dimenticare infine il mantenimento delle 3 ore di educazione fisica scolastica e gli importanti investimenti per le infrastrutture sportive scolastiche cantonali (80 palestre e 7 piscine), quotidianamente utilizzate anche da numerosissime associazioni sportive. A medio-lungo termine si tratterà di valutare l'efficacia delle azioni proposte in vista di un loro possibile rinnovo o riorientamento.

È risaputo che 30 minuti al giorno di attività fisica diminuiscono il rischio

di molte malattie, tra cui il cancro al seno e il diabete. Eppure sono poche le persone che si muovono. Perché secondo lei?

Secondo il rapporto «Sport nel Cantone Ticino», il motivo principale per cui le persone non praticano sport è dato dalla «mancanza di tempo» (40%); questa risposta generica sembra però più una scusa; la cultura latina e le abitudini dei ticinesi (tendenzialmente più pigri rispetto a svizzeri francesi e, soprattutto, svizzeri tedeschi) sono certamente fattori da tenere in considerazione. In Ticino l'offerta di attività e i luoghi dove svolgere dello sport e del movimento – impianti pubblici, infrastrutture private, ecc. – non mancano e, infatti, le persone intervistate nell'ambito della ricerca citata non segnalano lacune in questo senso. La sfida è e rimane quella di escogitare un me-

todo per «smuovere» quella fascia di popolazione che non fa abbastanza movimento.

Fino ad ora si è insistito forse troppo sul messaggio «fai sport perché fa bene alla tua salute», che è una verità assoluta, ma che non motiva chi sta bene a praticare dello sport. La maggior parte delle persone ne è consapevole, ma questo non è purtroppo sufficiente per smuoverle dal divano o staccarle dalla televisione o dal computer e portarle a svolgere del movimento. Può darsi che per cambiare questa mentalità basti trasmettere il messaggio in modo diverso, ossia collegando lo sport ad altri fattori positivi, come le emozioni, il divertimento o il piacere di stare con gli altri.

Cosa ne pensa delle pause sul mezzogiorno per una nuotata o una corsa durante la giornata lavorativa? Docce sui posti di lavoro?

Oggi giorno nel mondo del lavoro si tengono sempre più in considerazione i vantaggi della pratica di un esercizio fisico regolare, che determina un miglioramento del benessere psico-fisico, contribuisce a prevenire problemi di salute portando, di conseguenza, a ripercussioni positive sull'efficienza lavorativa e a una diminuzione delle assenze dovute a malattia. Anche l'ente pubblico è sensibile al tema e s'impegna, attraverso la messa a disposizione delle infrastrutture sportive cantonali e comunali e la creazione di spogliatoi con docce, al fine di facilitare la pratica di un'attività sportiva durante la pausa del mezzogiorno. Si pensi ad esempio alla Città di Lugano che permette alla popolazione l'accesso gratuito alla pista di atletica dello stadio Cornaredo (con relativi spogliatoi e docce) e offre agevolazioni per chi desidera andare a nuotare durante la pausa pranzo.

Sono previsti degli incentivi per i Comuni che creano progetti per promuovere lo sport nella popolazione? Se sì, in che misura?

Sì, il cantiere è aperto: diversi sono infatti i progetti promossi a favore dei Comuni. Oltre agli importanti sussidi Sport-toto per la costruzione di nuove infrastrutture sportive e per la ristrutturazione o il miglioramento degli impianti sportivi esistenti (3,5 milioni di franchi all'anno), segnalo in particolare la «Campagna parchi giochi e campi da gioco» (4 milioni per il periodo 2009-2014, oltre 100 i progetti finora realizzati) e la «Campagna Piani di mobilità scolastica», che prevede incentivi finanziari a sostegno di studi che favoriscano la mobilità lenta sul percorso casa-scuola (oltre mezzo milione di franchi per il periodo 2011-2015); i Comuni possono inoltre beneficiare del credito quadro stanziato per il progetto «Sport per gli adulti», il cui obiettivo è quello di favorire l'organizzazione di corsi o manifestazioni polisportive che stimolino le fasce meno attive della popolazione adulta a praticare un'attività fisica moderata.

Sportissima Lugano: «Sei dei nostri?»

È con questo motto che quest'anno la Città di Lugano si presenta a Sportissima. Una Lugano che ha saputo organizzare ben 50 diverse discipline sportive.

«Il tradizionale appuntamento Sportissima Lugano, con le sue novità, vuole essere ogni anno uno spunto per migliorare, nel corso dell'anno, il servizio offerto dal nostro Dicastero Sport». Ad affermarlo è il Municipale della Città di Lugano Angelo Jelmini, il quale aggiunge: «Da oltre tre decenni Lugano è strutturato con un Dicastero poiché convinto che lo sport sia una base importante per la vita sociale. Per questo motivo abbiamo migliorato alcune strutture esistenti, quali ad esempio il lido oppure lo skaterpark. Sportissima, con le sue novità, si inserisce molto bene in un discorso di crescita e promozione globale dello sport ed è inoltre un'importante occasione per mostrare i nostri

spazi e le possibilità di pratica sportiva ai bambini».

Sport per i bambini, ma non solo. «La pratica sportiva o semplicemente l'attività fisica – continua Jelmini – è utile alla crescita complessiva del cittadino ed è una componente per ritrovare il giusto equilibrio personale in una società che si muove ad alta velocità e spesso in modo stressato».

Dalla teoria, alla pratica. «In effetti – continua il nostro interlocutore – il nostro Dicastero si occupa del sostegno nella realizzazione di eventi sportivi, quali ad esempio Lugano Cavalli oppure la Traversata del Lago, che quest'anno – ricordiamo – ha festeggiato gli 80 anni». Il contributo a favore dello sport non è solo a livello organizzativo, ma anche finanziario. E questo sia per la realizzazione di eventi sia per gli interventi sulle strutture sportive. A questo proposito, il processo di aggregazione prevede il rinnovo di alcune strutture esistenti, quali ad esem-

pio lo Stadiolino a Villa Luganese e la piscina a Carona. «Il grande progetto della Città di Lugano – aggiunge Jelmini – sarà il nuovo stadio con un palazzetto dello sport grazie al quale sarà possibile dare uno spazio anche a quelle attività che fino ad ora non hanno ancora una struttura stabile. Sarà quindi l'occasione per riunire sotto un unico tetto varie discipline sportive».

Una politica fatta di piccoli passi e di molta concretezza. Questo il percorso che sta seguendo Lugano, con interventi su grande e piccola scala. Dal progetto del palazzetto dello sport, alla riduzione dei costi di entrata al Lido durante la pausa pranzo e dalle 16.00 in avanti, al prolungamento dell'apertura dello stesso, il lunedì fino alle 20.30 e apertura anticipata il mercoledì alle 7.00. Misure concrete, per avvicinare in modo pragmatico la popolazione alla pratica sportiva, tutto l'anno. Per maggiori informazioni si consulti www.ti.ch/sportissima