

nuovi percorsi

Periodico di informazione
sociale - culturale - sportiva

n°
1
Dicembre 2012

VERSO LA NUOVA PRESIDENZA DEL CONI

Temi e candidati

5 X MILLE STRUMENTO DEL NUOVO WELFARE

Danilo Festa spiega
a chi va e chi è che dona

INTERVISTA ESCLUSIVA

A CAROLINA KOSTNER:

«Quest'anno batto
anche me stessa»

ANCOS ACCENDE LUCI NEL SOCIALE

SUL NOSTRO LAVORO
TUTTI VOGLIONO
METTERE BOCCA!

Dentisti a Torino
dal 1956...

Aperti ad Agosto!



VACUPAN ITALIA

CENTRI MEDICI ODONTOIATRICI

Torino - Milano - Roma



Sconti ed agevolazioni
su tutte le prestazioni
odontoiatriche per iscritti
e familiari!

Prima visita con preventivo
ed ortopantomica
Gratuiti!

Sede di Torino:

Via Galvani, 18 - 10144
(Piazza Statuto)

PARCHEGGIO GRATUITO

Tel. 011/47.38.111

Dir. Sanitario Dott. Renato Cuda

**Numero Verde
Gratuito:**

800 - 86.11.04

E' possibile prenotarsi direttamente dal sito:

www.vacupan-italia.it

Le nostre promozioni:

Protesi mobile:

Entro il 30/09/2012 tutti gli iscritti e familiari
potranno usufruire di questa offerta:

- Protesi superiore o inferiore euro 750,00
anzichè 1.155,00
- Protesi superiore e inferiore euro 1.500,00
anzichè 2.205,00
- Possibilità di finanziamento
- 1 ribasatura gratuita (senza scadenza)
- 2 anni di garanzia sul lavoro effettuato

Protesi su impianti:

- Protesi su impianti (con 2 impianti)
euro 1.600,00 (per arcata)

Impianti:

- Impianto + corona oro ceramica
euro 800,00

Esclusivo per gli iscritti e familiari:

Ad accettazione preventivo, pulizia dei denti e
lucidatura in omaggio!



PROPRIETARIO ED EDITORE
ANCoS - Associazione Nazionale
Comunità Sociali e Sportive di
Confartigianato
ancos@confartigianato.it
In attesa di registrazione presso
il Tribunale di Torino

UFFICI DI REDAZIONE
MAB.q S.r.l. - www.mabq.com

DIRETTORE EDITORIALE
Fabio Menicacci
fabio.menicacci@confartigianato.it

DIRETTORE RESPONSABILE
Egidio Maggioni
egidio.maggioni@mabq.com

REDAZIONE
Benedetta Consonni, Alice Melloni,
Daniele Piccini

PROGETTO GRAFICO
MAB.q S.r.l.

IMPAGINAZIONE
Elena Colombi

CREDITI FOTOGRAFICI
iStock, Mancini Group (Ufficio stampa
di Carolina Kostner)

HANNO COLLABORATO
Bernardetta Cannas, Giulia Cavaliere,
Ada Guglielmino, Emanuele Rimini,
Renato Rolla, Maria Servetti

STAMPA
Presservice Ottanta S.r.l.

CONCESSIONARIA DI PUBBLICITÀ
MAB.q S.r.l.

Poste Italiane S.p.A. sped. abb. postale:
-70% CB-NO n° 1 Anno 1°

NELL'INSERTO DA STACCARE E CONSERVARE:

- Ricerca Isfol
- La somministrazione di bevande e alimenti nei Circoli

NELLE PAGINE CENTRALI,
LOCANDINA DA APPENDERE

Cari amici,
un caro, affettuoso augurio di Buon Natale.
Mai come quest'anno abbiamo bisogno di una pausa di serenità, stretti attorno alle nostre famiglie, lasciando alle spalle le preoccupazioni che ci hanno accompagnato per tanti mesi. Ma l'augurio più bello che posso fare è che il prossimo anno sia migliore di quello che sta per terminare.

Come Associazione cercheremo, nel limite delle nostre possibilità, di offrire un contributo concreto ai bisogni della collettività, in armonia con quel concetto di solidarietà al quale si ispira da sempre la nostra azione.

Doneremo, in particolare, dei mezzi per il trasporto dei disabili in molte province italiane per far sì che, con la collaborazione e l'impegno concreti di associazioni e cooperative locali, molte persone in difficoltà (anziane o con seri problemi di salute e mobilità) possano nuovamente spostarsi, accedere ai servizi, partecipare alla vita sociale e migliorare la propria quotidianità. Non è molto, ma è pur sempre un "segno" della presenza dell'ANCoS nel sociale!

Aldo Zappaterra
Presidente ANCoS

02. L'ultima volata verso la nuova presidenza Coni
04. La crisi economica frena lo sport
06. Laureati in scienze motorie, 50mila risorse per le associazioni sportive
08. Carolina Kostner, la regina del ghiaccio
10. Sognando Pattini d'argento
12. Le tante vie del Servizio Civile
14. Watamu: la magia dell'Africa
15. Ricerca Isfol
19. Informazioni e Normative
20. Con il 5x1000 ANCoS ogni anziano è TrasportAbile
22. Sport e giochi tradizionali alla ribalta
23. Appuntamenti territoriali
24. Sport e freddo: come affrontare l'inverno
26. Approfondimenti: prevenzione a Parma - artigianato a Palermo - bocce a Terni
28. Alzheimer: una malattia da conoscere attraverso film e fumetti
29. L'esperto risponde: la Media Conciliazione alla luce della recente sentenza della Corte Costituzionale
30. Arte e fotografia nelle grandi mostre del 2013
31. Il turismo sociale: un'iniziativa da sostenere
32. Proposte di lettura



Il 19 febbraio si vota per la massima carica del Comitato. Ci saranno colpi di scena o è tutto già scritto?



L'ULTIMA VOLATA VERSO LA NUOVA PRESIDENZA CONI

► Petrucci, l'uomo rigoroso e motivato che dal 1999 guida il Coni, è giunto a fine mandato dopo ben sedici anni di "onorato servizio". Termine obbligato perché, compatibilmente con la normativa, non è più rieleggibile in seguito ai quattro mandati consecutivi che ha portato a conclusione. Sono tante le vittorie e i contributi che il Presidente in carica ha all'attivo nel suo palmares: prima di tutto ha portato lo sport italiano in cima ai medaglieri internazionali, poi ha coordinato con movimenti mirati tutte le componenti coinvolte nei vari progetti del mondo sportivo, ha fatto di tutto per candidare Roma ai Giochi 2020, ha bacchettato le Federazioni nel momento in cui era necessario farlo e le ha incoraggiate e premiate nei momenti in cui il loro lavoro ha portato buoni frutti. Certo, negli ultimi tempi, gestire le risorse, scarsissime a causa del difficile momento di crisi, non è stato facile, ma Petrucci ha contato su buoni contatti e investimenti oculati. Ora però è tempo di cambiamenti e, all'indomani delle Olimpiadi di Londra 2012, sono partiti i giochi di alleanze e potere che decideranno il prossimo quadriennio del Comitato (2013-2016).

Le candidature non sono ancora ufficiali - il termine di scadenza per la presentazione delle candidature è previsto per il 30 gennaio - ma, a meno di sorprese finali, in lizza per le prossime elezioni fissate per il 19 febbraio ci sono tre aspiranti, con filosofie federali molto diverse tra loro. Personaggi che dovranno essere scelti dalle 47 Federazioni - che sono state appena rinnovate o sono in procinto di esserlo - dai tre Presidenti provinciali del Coni, da quelli regionali, dai Presidenti delle discipline associate e da quello delle associazioni benemerite, a maggioranza assoluta, ovvero a maggioranza dei presenti se ci dovessero essere seconde o terze votazioni. Un gruppo di elettori importante e decisivo che stabilirà anche i membri della Giunta e del Consiglio.

Ma vediamo più da vicino chi sono gli attori di questa sfida. Il primo è Raffaele Pagnozzi, lungamente impegnato nella segreteria del Comitato. Un uomo tecnicamente espertissimo e Segretario del Coni dal '93. Il favorito, direttamente designato da Petrucci come successore, vola basso

e si immerge nelle sue mansioni federali per non pensare troppo al giorno del voto. Ha dichiarato: «Se mi candido è perché immagino di avere consensi per ora, fino all'ufficializzazione, cerco di non distogliermi dalle attività quotidiane». Poi c'è un personaggio, brillante ed eclettico, per niente da sottovalutare, Giovanni Malagò, dirigente romano di successo, appassionato da sempre di sport e ben appoggiato negli ambienti politici. «Negli ultimi vent'anni della mia vita - spiega Malagò - ho messo al servizio del mondo dello sport le mie esperienze professionali e manageriali con una serie di iniziative e impegni che ho portato avanti per passione». Ha idee chiare sul futuro del Coni. «Il mio scopo sarebbe quello di portare un po' di rinnovamento nel modello tradizionale. Riposizionandolo nel mondo attuale, considerate le nuove esigenze della società e della congiuntura

economica negativa che stiamo vivendo». Terzo e ultimo candidato, finora, è Simone Gambino, Presidente della Federazione Italiana Cricket. Ha già il merito di aver portato l'attenzione su alcuni temi fondamentali, costringendo a prendere posizione anche gli altri. «La questione fondamentale - spiega Gambino - è la necessità di trasparenza nel Coni. Bisogna fare chiarezza e pulizia e scardinare alcuni controsensi come il fatto che le Discipline Associate, che costituiscono con le FSN il 5% del movimento sportivo italiano, prendano solo l'1% dei fondi». E il Presidente della Fisi Flavio Roda cosa ne pensa? «Quello che auspico è che le Olimpiadi delle Federazioni invernali come la Fisi e la Fisg abbiano con la nuova presidenza maggiore attenzione e riscontro anche se vengono disputate in periodi meno favorevoli dell'anno». Insomma: che vinca il migliore!

CHI SONO I CANDIDATI ALLE PROSSIME ELEZIONI PRESIDENZIALI DEL CONI

RAFFAELE PAGNOZZI

Avellinese di nascita mafrascatano di residenza, Raffaele, detto Lello, 64 anni, è dal '93 Segretario Generale del Coni anche se la sua carriera all'interno del Comitato inizia già nel '73. L'estate scorsa ha guidato la delegazione italiana ai Giochi di Londra, curata con molta efficacia ed entusiasmo. Ha un passato da giornalista e sportivo praticante nell'ambito del rugby e della vela.



Ha ricoperto la carica di Capo missione ai Giochi Olimpici nel '94, '98, '96 e a Sydney 2000. È stato membro del Comitato dei Giochi Olimpici Invernali di Torino 2006.

GIOVANNI MALAGÒ

Nato a Roma nel 1959, è imprenditore a tutto tondo, diviso tra vari campi, con particolare passione per il mondo dello sport. Da sedici anni è Presidente del prestigioso Circolo romano Canottieri Aniene, dal 2000 è membro della Giunta Esecutiva del Coni (rieletto nel 2009), nel 2005 è stato eletto Presidente del Comitato Promotore e Organizzatore dei "Campionati del Mondo di Nuoto - Roma 2009". Professionalmente è al momento AD e socio del Gruppo Sa.Mo.Car S.p.A., Presidente e socio di Samofin S.p.A. e della Mo.Ma Italia srl oltre che membro di vari consigli e comitati.



SIMONE GAMBINO

Cinquantatreenne, residente a Ponte di Piave in provincia di Treviso, ma romano di nascita, è giornalista particolarmente esperto di ciclismo e collaboratore di Tutto Sport e altre testate. La sua principale mansione è quella di Presidente della Federazione Italiana cricket, che ha praticamente "inventato" negli anni '80. Gambino infatti ha diffuso, insieme a Francis Alphonsus Jayarajah primo capitano della Nazionale, questo sport in Italia. È stato anche ricercatore e scrittore, ma dedica ancora oggi la maggior parte del suo tempo e delle sue energie alla Presidenza della Federcricket.



L'ultimo censimento degli impianti sportivi in Italia è un po' datato: 2003. Ma la tendenza non è delle più rosee. Diminuiscono gli impianti nuovi, aumentano quelli abbandonati

LA CRISI ECONOMICA FRENA LO SPORT

» Non è facile fare un stima degli impianti sportivi in Italia. Il primo censimento nazionale è stato pubblicato con il titolo "Statistica degli impianti sportivi". Fu realizzato dall'Istat nel 1956 e aggiornato nel 1959. Sono un bel po' di anni, ormai. Comunque, per consuetudine si fa riferimento ai dati della rilevazione del 1959, data in cui si può dire che nel nostro Paese ci fossero 34.936 impianti elementari (spazi di attività sportiva). Nel 1978 il Coni realizzò un proprio Censimento, pubblicato nel 1980, dal quale risultavano 45.494 impianti elementari. Il censimento nazionale più recente è quello del 1989, realizzato dal Coni, Istat e Istituto per il Credito Sportivo, con l'aggiornamento del 1996, sempre realizzato dal Coni, Istat, Istituto per il Credito Sportivo con la collaborazione del Coordinamento degli Assessori Regionali allo Sport e del Centro Interregionale per il Sistema Statistico. I criteri utilizzati per le indagini dell'89 e del '96 sono stati diversi da quelli delle precedenti rilevazioni, pertanto, la confrontabilità dei dati non è del tutto sovrapponibile. Nel 2003, il Consiglio nazionale dell'economia e del lavoro (Cnel) in collaborazione con il Ministero Beni e Attività Culturali ed il Coni, ha condotto un aggiornamento del censimento con proiezioni dei dati al 2003. È questo dunque il rapporto di riferimento per chi voglia tenere il polso dei progressi o degli arretramenti dell'impiantistica sportiva in Italia. Certo, la datazione della relazione "La situazione degli impianti sportivi in Italia 2003", non tiene conto dell'ultimo decennio. Dieci anni caratterizzati dalla peggiore crisi economica globale, che di certo non influisce positivamente sullo sviluppo dell'impiantistica sportiva. A fronte di questa situazione difficile, grazie a campagne con finalità sanitarie di promozione dello sport, o forse all'imporsi del modello culturale del bel "look", è cresciuto il numero e l'interesse degli sportivi italiani, che anche durante la crisi economica, non hanno mai rinunciato allo sport. Attività che rappresenta per l'Italia una delle industrie più fiorenti. Il documento Cnel 2003 fotografava una

situazione fiorente per ciò che riguarda gli investimenti nelle infrastrutture sportive. E oggi? In assenza di un censimento aggiornato e guardando ai dati ufficiali, non possiamo che basarci su tendenze. La distribuzione di impianti sportivi non è sufficiente a coprire l'intera domanda, anche se c'è stato un incremento dell'offerta. Negli anni tra il 1989 e il 1996 l'incremento annuo era dell'1,1%, mentre nei successivi sette anni (periodo 1997-2003) l'incremento annuo passa allo 0,5%. Anche le percentuali della "costruzione dei nuovi impianti", si impenna fino al 29% nel decennio 1981-1990, per invertire decisamente la rotta negli anni 1991-1996 (5%) e 1996-2003 (3%). Ma sono soprattutto i comuni a segnare un dato positivo nel 2003. Su un campione di 3.838 comuni (il 31% del totale) appare che l'81% di essi ha manifestato un forte interesse sul mantenimento delle strutture sportive, che negli ultimi 5 anni ha portato come beneficio anche la riqualificazione del 41% degli impianti gestiti dalle

amministrazioni comunali. Un fenomeno positivo che dimostra la sensibilità delle istituzioni verso il tema della sicurezza, della manutenzione, del miglioramento dei servizi sportivi e di prima necessità. Purtroppo cresce però anche l'indice relativo agli "impianti non attivi". Le variabili sono molte, dall'assenza d'interesse da parte del tessuto cittadino all'inadeguatezza operativa degli impianti. Quest'indice è senz'altro il più interessante, quello a cui il Coni dovrebbe guardare con particolare attenzione. Anche perché dietro a questi numeri ci sono realtà locali molto piccole (come le associazioni sportive dilettantistiche), prive di ogni sovvenzionamento o supporto da parte degli enti locali, che offrono un servizio concreto alla comunità e che, nello stesso tempo, subiscono passivamente le nuove regolamentazioni, spesso concludendo, anticipatamente e forzatamente, la propria attività sportiva no-profit.

L'ICS, la banca dello sport

Dietro ogni impianto sportivo (o quasi) c'è l'Istituto di Credito Sportivo (Ics). «In quasi sessant'anni di onorata attività - spiega il commissario straordinario, Paolo D'Alessio - l'Istituto ha concesso oltre 22.000 mutui del valore di più di 7 miliardi di euro contribuendo alla realizzazione di oltre 400 stadi, 1.600 piscine, 8 mila campi di calcio e migliaia di campi di basket, pallavolo, rugby e centinaia di polisportive».

In linea con la sua natura pubblica, l'Ics sostiene la diffusione della pratica sportiva di base nei territori, ma interviene anche a sostegno dello sport professionistico, finanziando le grandi strutture, come ad esempio gli stadi. Emblematico in tal senso è il caso della Juventus che nel 2009 ha sottoscritto con l'Istituto contratti di finanziamento per 60 milioni di euro, interamente destinati ai lavori di costruzione del nuovo stadio. Mentre le convenzioni stipulate con le Federazioni Sportive ad oggi ammontano ad un totale di circa 400 milioni di euro.



Paolo D'Alessio, commissario dell'Ics



LAUREATI IN SCIENZE MOTORIE, 50MILA RISORSE PER LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE

► «Laurea in scienze motorie, chi era costei?». In realtà questo corso di laurea, che ha nei fatti sostituito l'Istituto Superiore di Educazione Fisica (I.S.E.F.), non è affatto il carneade dei percorsi accademici, è, al contrario, piuttosto amato dai giovani: in Italia ci sono circa 50mila laureati in scienze motorie. Una percentuale, modesta per dire la verità, lavora nella scuola e una ancor più esigua è impegnata nello sport di prestazione. La restante parte vive dell'arte dell'arrangiarsi e del tirare a campare. La Conferenza Episcopale Italiana ha provato a dare una scossa, a fine settembre 2012 con un convegno - promosso dall'Ufficio sport turismo e tempo libero, diretto da monsignor Mario Lusek, dall'Ufficio per i problemi sociali e il lavoro, guidato da monsignor Angelo Casile,

e dall'Ufficio per l'educazione, la scuola e l'università, di don Maurizio Viviani - durante il quale ci si è chiesti se i laureati in scienze motorie possano essere risorsa educativa per il Paese. Durante il convegno, cui hanno partecipato i rappresentanti di Compagnia delle opere sport, Cappellania dell'Università del "Foro Italico" e Fondazione Giovanni Paolo II per lo sport, due enti di promozione sportiva, Csi e Us Acli, hanno provato a proporre soluzioni e vie percorribili. Una potrebbe essere mettere in contatto laureati in scienze motorie e società sportive di base, per un motivo semplice e concreto. Oggi tutte le società sportive mandano i loro dirigenti ed allenatori a frequentare corsi di formazione. Resta però il problema irrisolvibile d'offrire

LA RICERCA DI UN LAVORO DURA TRE ANNI

Secondo i dati forniti dall'Istat nel giugno 2009, il panorama generale, con riferimento ai laureati italiani in scienze motorie, permette di affermare che il 73,2% di loro ha trovato un impiego entro tre anni dal conseguimento del titolo, tenuto conto sia dei laureati con laurea triennale che di quelli con laurea specialistica o a ciclo unico. I laureati con titolo specialistico hanno un livello maggiore di impiego di tipo continuativo, pari al 56,1% contro il 48,5% dei possessori di laurea triennale. Il 45,8% dei possessori di laurea specialistica o a ciclo unico (quadriennale vecchio ordinamento), risultano impiegati. Un valore ben al di sotto del 73,2% di media citato poc'anzi. Il dato tuttavia può trarre in inganno. Un tasso di occupazione così basso è giustificato dal fatto che, in realtà, buona parte di chi è iscritto presso la facoltà di scienze motorie, inizia a lavorare prima della conclusione del ciclo di studi. Tenuto conto anche di questa fetta, il tasso di occupazione sale al 77%, quindi ben al di sopra della media. A questo dato va aggiunta anche una piccola minoranza, pari allo 0,3% dei laureati, che svolgono attività formative retribuite. Poco differente è la situazione di chi possiede una laurea triennale. Il livello di occupazione totale è del 77,3%, di cui un 27,5% trova impiego prima della conclusione del ciclo di studi.

una formazione permanente che non si limiti alla frequentazione di un corso, ma che accompagni dirigenti e allenatori per tutto l'anno. D'altra parte ci sono laureati in scienze motorie che spesso accettano lavori saltuari nelle piscine o nelle palestre per riuscire a mettere insieme un modesto stipendio. Si tratta spesso di lavori "anonimi", senz'anima (basti pensare all'assistente bagnante...), che non permettono di crescere professionalmente. L'idea insomma sarebbe di creare una nuova "professione". Una società sportiva sarebbe disposta a pagare 200 o 300 euro al mese per avere una persona qualificata che, almeno una volta alla settimana, incontri i propri allenatori per fare il punto su come procede il programma motorio dei ragazzi. Se ogni laureato in scienze motorie svolgesse questo servizio in cinque

società sportive (una presenza alla settimana in ciascuna) ne ricaverebbe uno stipendio dignitoso e un'esperienza umana ricca e significativa. Ovviamente questa proposta non sarebbe per tutti i laureati in scienze motorie, ma solo per quelli che hanno un alto tasso di sensibilità educativa e che condividono il progetto educativo di un determinato ente o di una società sportiva. Con un veloce calcolo si scopre subito l'impatto della proposta. Solo il Centro sportivo italiano, ad esempio, ha 13mila società sportive e, da solo, sarebbe in grado di offrire più di 2mila posti di lavoro. Questo però a patto di integrare i corsi universitari in Scienze motorie con qualche materia: "Lo sport per tutti", il "Management nelle società sportive di base", oggi assenti da ogni percorso di studio di scienze motorie. La seconda proposta mira ad aiutare gli studenti a sviluppare competenze e mentalità rivolte a percorsi di impresa sociale. In pratica è necessario aiutare i laureati di domani a "crearsi" il lavoro dentro il mondo dello sport.

«I piani di studio di Scienze Motorie - propone in conclusione Marco Galdiolo, presidente Nazionale Us Acli - dovrebbero prevedere pacchetti legati al fare impresa e impresa sociale con significative esperienze di tirocinio all'interno delle associazioni sportive, da valorizzare attraverso l'assegnazione di crediti formativi. Oggi nel mondo dello sport, come nel resto del mondo dei servizi, non solo quelli alla persona, si gioca una partita importantissima per il futuro del paese, perché sono presenti maggiori possibilità di sviluppo e di occupazione. Non è facile affrontare questa sfida, non è certo una partita semplice, ma penso si possa vincerla purché ciascuno faccia la sua parte».





CAROLINA KOSTNER, LA REGINA DEL GHIACCIO

► Carolina Kostner è nata a Bolzano nel 1987. Stella del pattinaggio artistico azzurro ed internazionale, inizia a pattinare all'età di quattro anni ed è attualmente la Campionessa del Mondo in carica. La sua carriera è costellata di successi. Solo per citarne alcuni: a marzo 2005 conquista la medaglia di bronzo ai Mondiali di Mosca, nel 2007 ottiene l'oro agli Europei di Varsavia. Nel 2008 bisca con la medaglia d'oro agli Europei di Zagabria e a marzo 2008 ottiene l'argento ai Mondiali di Goteborg. A gennaio 2009 sale sul podio europeo conquistando la medaglia d'argento a Helsinki e a gennaio 2010 vince la sua terza medaglia d'oro europea a Tallin. Ha concluso questa stagione agonistica nel migliore dei modi, compiendo tre imprese storiche per il pattinaggio italiano: ha conquistato la medaglia d'oro alle Finali di Grand Prix di Quebec City, per la quarta volta ha vinto la medaglia d'oro ai Campionati Europei di Sheffield e ha vinto i Campionati del Mondo di Nizza. Nessun italiano ha vinto quanto lei nel suo sport, 15 medaglie in sette anni tra Finali di Coppa del Mondo, Mondiali ed Europei.



PALMARES

Campionati del Mondo:

- Bronzo Mosca 2005
- Argento Goteborg 2008
- Bronzo Mosca 2011
- Oro Nizza 2012

Finali di Grand Prix (Coppa del mondo):

- Bronzo Torino 2007
- Bronzo Seul 2008
- Argento Pechino 2010
- Oro Quebec City 2011

Campionati Europei:

- Bronzo Lione 2006
- Oro Varsavia 2007
- Oro Zagabria 2008
- Argento Helsinki 2009
- Oro Tallin 2010
- Argento Berna 2011
- Oro Sheffield 2012

Com'è nata la sua passione per il pattinaggio? È stata coltivata e incoraggiata dalle persone che le erano accanto?

Mi è sempre piaciuto pattinare. Non ricordo di essere stata incoraggiata da nessuno, certo avere la mamma che pattina e il papà campione di hockey mi ha sicuramente aiutata.

A quanti anni ha iniziato a fare pattinaggio a tempo pieno? Avrebbe mai immaginato di diventare la stella che è diventata?

A 14 anni mi sono trasferita in un collegio in Germania per potermi allenare bene senza trascurare lo studio. Ma quando ho iniziato non mi sarei mai immaginata di arrivare a questi livelli.

Qual è stata la sua più grande soddisfazione sportiva?

A livello agonistico, la conquista del titolo di Campionessa del Mondo a marzo a Nizza, il coronamento di una stagione fantastica in cui ho vinto anche le Finali di Grand Prix e i Campionati Europei. A livello di spettacolo sul ghiaccio, un'esperienza unica l'ho vissuta quest'anno all'interno dell'Arena di Verona nello spettacolo più bello a cui abbia mai partecipato - "Opera on Ice" - dove, con i più grandi pattinatori abbiamo interpretato le arie più famose delle opere liriche accompagnati dal vivo dai cantanti, coro e orchestra dell'Arena di Verona (più di 200 elementi!). Se ci penso ho ancora i brividi...

A cosa ambisce nei prossimi campionati assoluti italiani, quali sono le concorrenti che maggiormente la preoccupano?

Per me è un rientro alle gare, quest'anno ho deciso di non partecipare ai Grand Prix per prepararmi al meglio e con più calma. La mia più grande concorrente sarà, come sempre, la mia testa!

Quanto è importante il ruolo dell'allenatore, sul campo sportivo e nella vita, per un atleta?

Il mio allenatore mi ha insegnato non solo a pattinare, è una persona molto disciplinata e puntuale. Sa quando bisogna lavorare e quando si può scherzare. Inoltre lavora per passione e queste cose, e tante altre, spero di averle imparate bene anch'io.

Il mondo del pattinaggio in vista delle prossime elezioni al Coni, cosa auspica, come vede la situazione? Il candidato (se c'è) che meglio vedrebbe alla conduzione del comitato?

In queste cose non mi intrometto. Spero e confido che le persone incaricate si impegnino a migliorare lo sport in Italia.

Come ritiene l'impiantistica sportiva italiana (nel suo campo quindi i palazzetti del ghiaccio)? È adeguata o andrebbe migliorata? Quali sono i centri sportivi che Lei ha trovato più efficienti e attrezzati? Dove sono le carenze, invece, se ci sono?

In Italia ci sono pochissimi palazzetti del ghiaccio. Trovo un peccato che la gran parte delle grandi città in Italia non abbiano un palazzetto del ghiaccio. L'ultima struttura che ho visitato in Italia e che mi ha notevolmente sorpreso per l'efficienza della scuola è l'Axel di Roma.

Cosa suggerisce di fare per la promozione del Suo sport in Italia?

La manifestazione che secondo me porta alla ribalta i valori del pattinaggio è sicuramente "Opera On Ice" a Verona. Inoltre quest'inverno ci saranno i mondiali Junior a Milano, iniziativa che trovo fantastica. Anche in tv pian piano vengono trasmesse più gare e spettacoli sul ghiaccio. Siamo già un passo avanti rispetto a qualche anno fa e spero si continui così.

Le prospettive nel mondo dello sport per i giovani di oggi?

Io posso solamente consigliare ai giovani di oggi di fare sport. Di impegnarsi in qualche cosa. È un modo per tenersi in buona salute, stare e divertirsi con gli amici. Raggiunto un certo livello, lo sport permette anche di viaggiare, in Italia e all'estero.

Verso le Olimpiadi di Sochi 2014, un'opinione...

Le Olimpiadi sono sempre un'emozione unica.



SOGNANDO PATTINI D'ARGENTO

Il pattinaggio di figura è il ramo artistico del pattinaggio su ghiaccio, nato secoli fa nella Svezia dei Vichinghi. Uno sport completo per il corpo e la mente. Tra le specialità: artistico singolo e in coppia, danza e sincronizzato.

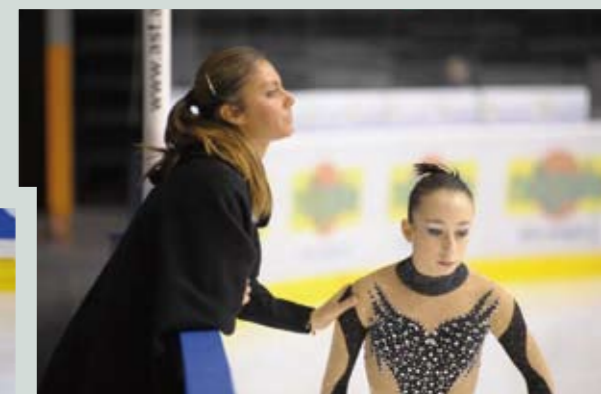
▶ Velocità, gioco di squadra ed eleganti volteggi. Ogni specialità del pattinaggio su ghiaccio ha la sua caratteristica. Hockey, speed skating, short track, danza, artistico, sincronizzato, curling e stock sport: sono le otto discipline del pattinaggio su ghiaccio, che oltre ad avere gare dedicate, sono anche sport olimpici. Per arrivare alle Olimpiadi il pattinaggio ha fatto una lunga strada, che inizia nel 50 a. C. con i Vichinghi della Svezia. Secondo la tradizione, questa popolazione avrebbe inventato i primi pattini: utensili di osso di bue o di renna, ma anche di legno, che venivano legati ai calzari. In questo modo riuscivano a muoversi con più disinvoltura sui terreni ghiacciati o sulle superfici di laghi congelati dalle temperature rigide, anche se era comunque necessario il supporto di un bastone per mantenere l'equilibrio e darsi la spinta. Furono gli olandesi poi a prendere il testimone di innovatori nel campo. Infatti i primi pattini in ferro furono inventati in Olanda attorno al 1300, dove il pattinaggio su ghiaccio divenne molto popolare, anche grazie ai corsi d'acqua che d'inverno diventavano delle perfette piste di pattinaggio. Successivamente anche in Inghilterra si diffuse il pattinaggio su ghiaccio, grazie a James, figlio di Re Carlo I, che fece conoscere questo sport alla nobiltà inglese. Fino al 1850 i pattini consistevano semplicemente in lame che venivano legate sotto le suole delle scarpe attraverso delle cinghie, poi diventarono

delle vere e proprie calzature e la lama di metallo venne integrata nella scarpa. Nel 1893 nacquero le prime federazioni, che si occuparono di istituire competizioni e regolamenti e nello stesso anno si tennero i primi campionati di corsa sui pattini, che furono ospitati dalla città di Amsterdam. A San Pietroburgo invece si tennero i primi campionati di pattinaggio artistico. Oggi il pattinaggio è uno sport molto amato, sia a livello professionistico sia a livello amatoriale, ideale per trascorrere una domenica invernale in famiglia diversa dal solito.

Il pattinaggio di figura è sicuramente il più piacevole da guardare per chi ama salti spettacolari e volteggi perfetti. Marilù Guarnieri, allenatrice dell'Agorà Skating Team e responsabile del settore preagonismo e agonismo, ha iniziato a pattinare quando aveva cinque anni e ci parla della sua esperienza di pattinatrice. «Quando ho iniziato praticavo sia pattinaggio artistico che danza, poi quando si è trattato di scegliere ho seguito l'artistico. Dopo essere arrivata per due volte terza ai Campionati Italiani Junior, ho smesso a 16 anni di gareggiare nell'artistico. Poi sono stata contattata da Barbara Fusar Poli e ho ricominciato con la danza. Ho partecipato al programma di Rai Uno "Notti sul ghiaccio" e dopo questa esperienza ho iniziato ad insegnare». Marilù, che oggi ha 28 anni, ci spiega com'è evoluto il mondo del pattinaggio di figura: «Nel 2002, dalle Olimpiadi di Salt Lake City, c'è stato un importante cambiamento e si è passati a una diversa valutazione del punteggio. Ogni elemento ha un valore base, a cui si aggiungono Goe (grado di esecuzione) da uno a tre per elementi

tecnic. Ora quindi l'assegnazione del punteggio è più matematica e ogni atleta fa di tutto per inserire elementi di valore alto». Quindi una competizione non solo in arte ed eleganza, ma fortemente caratterizzata da elementi tecnici ed evoluzioni complesse. Come in tutti gli sport, è meglio cominciare da bambini. «Non c'è un'età precisa indicata - spiega Marilù - c'è chi comincia a dieci anni come ha fatto Barbara Fusar Poli, che poi ha vinto un Mondiale. In generale prima si inizia e meglio è». Nel pattinaggio la motivazione è fondamentale per andare avanti e raggiungere risultati. Spiega la Guarnieri: «Occorre allenarsi tutti i giorni, con minimo due ore sul ghiaccio, poi c'è la preparazione atletica a terra, la danza classica e moderna, la ginnastica artistica e il pilates.

IL PATTINAGGIO È UNO SPORT
COMPLETO, SVILUPPA
IL CORPO E LA MENTE,
IL SENSO ARTISTICO E DELLA
MUSICA, OLTRE A FORGIARE
IL CARATTERE



Nella pagina accanto, Marilù Guarnieri. Nella foto sopra la Guarnieri con l'atleta Chiara Calderone; a sinistra Alessia Musi e Andrea Fabbri dell'Agorà Skating Team

Di solito gli atleti hanno un solo giorno di pausa alla settimana. La motivazione è sicuramente la cosa più importante e più cresci più diventa difficile gestire tutto, dovendo anche andare a scuola.

Il pattinaggio è uno sport completo, sviluppa il corpo e la mente, il senso artistico e della musica, oltre a forgiare il carattere. Il più grande terrore di tutti i pattinatori? Sicuramente la caduta». Lo scorso dicembre, dal 19 al 22, si sono tenuti a Milano presso lo stadio del ghiaccio Agorà i Campionati Italiani di Pattinaggio di Figura e lo stesso stadio del ghiaccio ospiterà dal 25 febbraio al 3 marzo 2013 i Campionati Mondiali Junior. «Un ottimo risultato per Milano, per lo stadio del ghiaccio Agorà e per il mondo del pattinaggio», conclude Marilù Guarnieri.

Le tante vie del Servizio Civile



Raffaele Michele De Cicco è coordinatore per l'ufficio del Servizio Civile Nazionale e autore del libro, presentato in aprile, "Le vie del Servizio Civile - Giovani e virtù civiche tra Europa Unita e processo di globalizzazione"

Parliamo dell'iter storico del Servizio Civile. Dall'obiettore di coscienza ad oggi, ci può spiegare quali sono state le tappe principali?

La storia del Servizio Civile in Italia affonda le proprie radici nella storia dell'obiettore di coscienza e nella legge 772 del 1972. Tale legge è nata dopo un ampio dibattito e con il contributo delle forze cattoliche, a partire dalla Costituente, come scelta alternativa al Servizio Militare. Dopo battaglie durate praticamente 30 anni c'è stata una riforma, con la legge 230 del 1998, con cui si è recepito per la prima volta il Servizio Civile come difesa della Nazione (naturalmente non armata). Con la legge del 2001 è stato istituito il Servizio Civile Nazionale. Servizio Civile obbligatorio e volontario hanno convissuto fino a quando è stato sospeso il Servizio di leva obbligatorio. Dal 2006 esiste solo Servizio Civile con stessi valori e stessa mission decisa dalla legge del 1998.

Come può cambiare la formazione di un ragazzo attraverso un'esperienza come questa? Come incide sull'educazione?

Prima di tutto, a mio parere, lo Stato ha il compito di offrire delle opportunità. Tra queste c'è anche quella del Servizio Civile. Una chance in più per il cittadino. Il Servizio Civile incide positivamente sul divenire dei ragazzi perché li porta a riflettere sul proprio futuro alla luce di conoscenze fatte di altri mondi e persone. È una ricerca e scoperta di se stessi e della propria soggettività. Oltre a questo fattore personale, ci sono le ripercussioni sul mercato del lavoro.

Nella nuova legge, il Servizio Civile è stato riconosciuto come "strumento di educazione informale SVE". La nostra idea è quella di rilasciare una certificazione che dimostri le competenze acquisite durante quell'anno di formazione di modo che l'opportunità vissuta diventi vero e proprio bagaglio spendibile.

Prendendo in considerazione le difficoltà economiche del Servizio Civile, qual è la situazione di fatto e quali sono le prospettive?

Dopo una fase di finanziamenti crescenti da parte dello Stato che si è protratta dal 2001 al 2007, il 2008 ha segnato una fase di "discesa" che negli ultimi due anni ha preso una piega pericolosa: nel 2012 il Servizio Civile è stato addirittura sospeso. Oggi, con il ministro Riccardi, sono stati recuperati 50 milioni che, sommati ai finanziamenti delle leggi di stabilità, ci permetteranno di sopravvivere per il prossimo biennio, impegnando 15.000/16.000 ragazzi. Se però non si interverrà urgentemente avremo negli anni successivi grossissimi problemi.

Quali sono i progetti di Servizio Civile di maggior successo?

Il Servizio Civile in Italia da sempre si caratterizza con la prevalenza del settore assistenziale (60% circa dei progetti). Stiamo parlando, per esempio, di assistenza ad anziani, portatori di handicap, bambini difficili, madri sole, persone che abusano di alcool e droga. Su questo settore sono presenti molti enti come Caritas, Misericordie, ecc.



Un ambito in crescita è poi quello dell'educazione e promozione culturale (ha raggiunto 24/25%). Poi, esistono i progetti

ambientali, quelli legati alla protezione civile e, naturalmente, l'estero, molto ambito ma molto costoso.

Il suo libro "Le vie del Servizio Civile - Giovani e virtù civiche tra Europa Unita e processo di globalizzazione", cosa racconta? Perché l'ha scritto?

Come Servizio Civile Nazionale avevamo vinto una call del Servizio Civile Europeo per il progetto "Amicus" che ci aveva permesso di fare una ricerca sul Servizio Civile in alcuni paesi europei: Francia, Spagna, Germania, Polonia, Cipro. Terminato il lavoro, e dopo le riflessioni che ne erano nate, abbiamo deciso di fare una significativa integrazione sull'Italia, e di pubblicare il volume. Sostanzialmente la pubblicazione tenta di riscrivere il paradigma del Servizio Civile nazionale tenendo presente, non solo della storia passata, ma della condizione odierna imposta dalla globalizzazione. Ipotizza un Servizio Civile Europeo su base volontaria con una mission precisa in questo momento storico: rafforzare l'idea dell'unità. E si pone una domanda: ha ancora senso oggi parlare di difesa della patria?

VOLONTARI AVVIATI AL SERVIZIO CIVILE NAZIONALE NEL PERIODO 2001 - 2012

ANNI	N. VOLONTARI
2001	178
2002	7.865
2003	22.390
2004	32.211
2005	45.175
2006	45.890
2007	43.416
2008	27.011
2009	30.377
2010	14.144
2011	15.939
2012	19.708*

* Dato non definitivo

WATAMU: LA MAGIA DELL'AFRICA

Magico Kenia

Qui natura e antiche culture si incontrano. Direttamente sulla spiaggia di finissima sabbia bianca, dove l'Oceano Indiano assume mille sfumature di turchese, il *Garuda Resort* è perfettamente inserito in una lussureggiante natura tropicale all'interno del *Parco Marino di Watamu*, a circa 28 km da Malindi. L'atmosfera unica, con il calore dell'ospitalità africana e la cura dei dettagli della gestione italiana, l'affascinante fenomeno delle maree che modifica in continuazione il paesaggio e gli emozionanti safari nei *Grandi Parchi*: tutto vi farà scoprire la magia dell'Africa in completo relax. A disposizione degli ospiti il ristorante a buffet con show cooking e ampia terrazza vista mare, bar presso la piscina e sala tv, ampia piscina con angolo jacuzzi, attrezzature e campi sportivi, programma di animazione soft.

La quota di partecipazione, valida per le partenze dal 16 marzo al 29 marzo e per un numero minimo di 20 partecipanti è di 950 euro per persona in camera doppia, con supplemento di 150 euro per sistemazione in camera doppia uso singola (la quota comprende volo A/R in classe Economica da Milano Malpensa, soggiorno 7 notti con pensione completa nel ristorante principale, bevande analcoliche durante i pasti e presso il bar o tramite dispenser fino a mezzanotte, snack dolci e crepes durante il tea time, utilizzo ombrelloni, lettini e teli mare fino ad esaurimento; assicurazione medico bagaglio; la quota non comprende oneri e tasse di trasporto 52 euro, Visto da pagare in loco 50 Usd, extra di carattere personale e tutto quanto non indicato ne "La quota comprende".



Sapersi muovere è un'arte

Percorrere strade note o tracciarne di nuove, esplorare la realtà da diverse prospettive, mettersi alla prova. Il viaggio è tutto questo e molto di più. Partenza e arrivo sono i punti fermi, in mezzo c'è l'energia del movimento. ArtQuick aiuta le persone a muoversi con piacere: un'arte e una passione, una combinazione perfetta di competenze e abilità, strategia e creatività. Per essere sempre accanto al viaggiatore, sia per spostarsi in luoghi diversi, sia per dare allo spostamento un senso e un valore diversi per vivere nuove esperienze. Per essere sempre aggiornati sulle proposte ArtQuick e trovare sempre nuovi spunti c'è la newsletter da richiedere sul sito www.artquick.it, cliccando su "Iscrizione".

Quale sarà la vostra prossima destinazione?

ARTQUICK
sapersi muovere è un'arte

Per informazioni sui Tour:

ArtQuick: Via Arsenale 27/E 10121 Torino
Tel. +39.011.5526062
Fax +39.011.5526060
www.artquick.it

3

RICERCA ISFOL

Promossa dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali

IL 5 X MILLE

COME STRUMENTO DI PARTECIPAZIONE NEL NUOVO MODELLO DI WELFARE

Un'indagine sui contribuenti e sulle associazioni di promozione sociale

Presentata a Roma presso la Sala Biblioteca del CNEL il 31 ottobre 2012.

Danilo Giovanni Festa:

«Per molte di queste associazioni il 5 x Mille è l'entrata principale»

La ricerca ISFOL (istituto per lo sviluppo della formazione professionale dei lavoratori), promossa dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, presenta un'interessante panoramica sui contribuenti e sulle associazioni di promozione sociale, legati dal 5 x Mille. Infatti, questo prezioso strumento offre la possibilità ai cittadini di dare il proprio contributo negli ambiti dove lo ritengono opportuno e uno di questi è il terzo settore. «Il terzo settore - spiega **Danilo Giovanni Festa, direttore generale per il Terzo Settore e le Formazioni Sociali presso il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali** - si chiama terzo perché non è né pubblico né privato, è una cosa a partell pubblico è il primo, il privato è il secondo. Il terzo settore riguarda quelle associazioni di promozione sociale, le organizzazioni di volontariato, le imprese sociali, le organizzazioni non governative e le cooperative sociali». Sono due i filoni della ricerca. Un'indagine è rivolta ai cittadini che hanno devoluto il 5 x Mille dell'Irpef ad organizzazioni del terzo settore, una seconda è rivolta alle associazioni di promozione sociale che sono beneficiarie del contributo devoluto.

«L'obiettivo della ricerca - continua Festa - è analizzare da un lato l'erogazione del contributo ai soggetti che ne hanno diritto e dall'altra tracciare un profilo socio demografico dei soggetti che devolvono il 5 x Mille. In sintesi la ricerca rivela che l'impatto per le associazioni è enorme perché per molte di queste associazioni

è l'entrata principale. Su 23.000 associazioni a cui sono stati devoluti i contributi delle dichiarazioni del 2011 (quindi su reddito 2010), per 20.000 il 5 x Mille costituisce l'entrata maggiore per sostenere le attività. Passando ai contribuenti, l'identikit medio del donatore ha richiesto un lungo lavoro. Non è solo la persona di istruzione medio alta che dona, ma la

quasi totalità delle categorie dei cittadini fa donazioni. La maggior parte dei contribuenti chiede anche di sapere come questi soldi vengono utilizzati. Questo metodo di donazione attraverso tasse esclude coloro che non producono la dichiarazione e quindi non possono contribuire. Una miglioria possibile sarebbe consentire anche a queste persone di contribuire, se vogliono, al 5 x Mille».

La sussidiarietà fiscale è un altro dei temi dell'indagine ISFOL, con al centro il metodo del 5 x Mille.

«Quest'anno abbiamo raccolto con il 5 x Mille 253 milioni di euro (dichiarazione del 2011) per il terzo settore, attualmente ne sono stati erogati 223. La sussidiarietà fiscale si esplica con questo metodo: lo stato rinuncia ad una quota della propria entrata e lo lascia

al cittadino perché possa aiutare le associazioni o chi ritengono di dover aiutare. Il cittadino - conclude Festa - è in condizioni migliori di sapere qual è il bisogno sul territorio e vede con i propri occhi l'attività dell'associazione a cui può decidere di devolvere il 5 x Mille».



PRIMA PARTE DELL'INDAGINE:

IDENTIKIT DEL DONATORE

- Lavoratore dipendente.
- Reddito medio (in genere non più di 30.000 euro annui) fascia popolare.
- Maggior propensione al dono senza distinzione di provenienza territoriale.
- Titolo di studio medio-alto.
- Selettivo (sa a chi donare, conosce l'associazione beneficiaria ed il suo contributo alle politiche di welfare territoriale - ne condivide la mission).
- La forte consapevolezza (a chi donare) deriva da due fattori: VICINANZA o CONOSCENZA.
- Ripongono la propria fiducia negli enti beneficiari, ma non in maniera cieca, bensì consapevole.

È importante in questo meccanismo, il ruolo dei CAAF (che non impongono, ma informano)

RIPARTIZIONE PREFERENZE PER SETTORE D'ATTIVITÀ

- **SANITARIO: 38,4%**
- **ASSISTENZA SOCIALE: 29,5%**
- **ISTRUZIONE E RICERCA: 19%**

Fondamentale, nel contesto analizzato, la sussidiarietà per una società civile organizzata, in grado di influire sul PIL.

SECONDA PARTE DELL'INDAGINE:

LE APS (ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE ISCRITTE AL REGISTRO NAZIONALE NEL 2012)

TOTALE: 154

- Per il 48% delle APS il 5 x Mille rappresenta un'importante fonte di sussistenza e finanziamento (col contributo non finanziano esclusivamente i propri progetti, ma anche parte delle spese vive dell'organizzazione).
- Riconoscono un rilievo notevole alle strategie di comunicazione (tramite mass media) per l'accesso al contributo, benché queste favoriscano le associazioni più grandi e strutturate, che dispongono di adeguate risorse proprie o di fonti di finanziamento e modalità di fund raising diversificate da destinare alla "pubblicità".
- L'89% ritiene utile la rendicontazione (accountability) delle risorse impiegate (quantomeno in termini di autovalutazione e di analisi di impatto sociale delle proprie attività), anche se il 65% non lo fa abitualmente e questo meccanismo economico fa sì che non si diffonda il Bilancio sociale.
- Rilevano la necessità di STABILIZZARE il 5 x Mille (anche se oramai si è ridotto ad un effettivo 3,8 per mille) e di CONSOLIDARLO come strumento di partecipazione e di sussidiarietà orizzontale, attraverso la certezza dell'erogazione, a prescindere da quanto stabilito dalla legge finanziaria di anno in anno.
- Considerano il contributo come un vero e proprio strumento di democrazia diretta, di partecipazione dal basso alle decisioni inerenti la destinazione della spesa pubblica (welfare di comunità).
- Sottolineano la necessità di razionalizzare la partecipazione ai registri dei soggetti beneficiari, di semplificare le formalità previste per la conferma periodica dei requisiti, di parificare l'accesso alla comunicazione (per rendere più equo l'accesso ai canali di finanziamento) e di differenziare la ripartizione del contributo "inoptato" (destinandolo magari solo alle associazioni più piccole) ed escludendo il meccanismo della proporzionalità (più è grande il numero di scelte avute dai contribuenti, maggiore è il contributo inoptato ricevuto).
- Promuovono la programmazione condivisa (co-progettazione) attraverso il rafforzamento delle reti di associazioni analoghe (network di progetto a livello territoriale).

Il cittadino, in questo quadro, è visto come "padrone" delle imposte, attraverso una sorta di taxation-rappresentation, che lo rende corresponsabile delle azioni di welfare, con le associazioni e con lo stato. In Europa esistono anche altre forme simili di partecipazione, che coinvolgono, oltre ai cittadini, le imprese (come accade ad esempio in Polonia ed Ungheria).

Il 5 x Mille, come strumento di partecipazione e welfare, potrebbe essere dunque migliorato ed adeguato alle esigenze della società attuale, sia mettendo in atto i suggerimenti che giungono dai cittadini e dagli enti coinvolti, sia volgendo lo sguardo verso le buone pratiche diffuse negli altri Paesi, verificandone efficacia e replicabilità.



« **L**a mia esperienza di Servizio Civile presso ANCoS del Comune di Lecce è iniziata a settembre 2012. L'attività che svolgo ha lo scopo di assistere il cittadino nel modo più confacente alla propria situazione. Vedere la Confartigianato, il sistema entro cui nasce l'ANCoS, attuare un lavoro di mediazione tra il cittadino e le Istituzioni mi ha fatto accorgere di quanto realmente sia importante l'azione di ANCoS poiché ogni cittadino ha bisogno di essere guidato, ascoltato e soprattutto informato circa i propri diritti, diritti che spesso si perdono per mancanza d'informazione».

Francesco (LE)



Servizio Civile

« **I**l primo trimestre di Servizio Civile è giunto al termine. Pensavo di avere molte più difficoltà nella compilazione dei questionari sull'Alzheimer, poiché inizialmente avevo letto il test ed avevo notato che - dato l'argomento trattato - c'erano delle domande delicate e personali, difficili da porre, alle quali pensavo che le persone intervistate non avrebbero dato la disponibilità a rispondere. Invece, devo ammettere che tutti sono stati disponibili e sinceri nel rispondere. Non è mancata qualche difficoltà, perché le persone più anziane erano molto più scettiche rispetto a quelle più giovani, anche se penso sia normale. Così, laddove ho incontrato poca disponibilità, ho preferito non insistere. Nell'insieme l'esperienza è stata per me positiva, un modo per crescere, imparare, confrontarmi con persone di età differenti e mettermi in gioco ogni giorno».

Lorenzo (TR)

Il tuo 5 per 1000
migliora la vita di chi non può
guidare, né usare mezzi pubblici

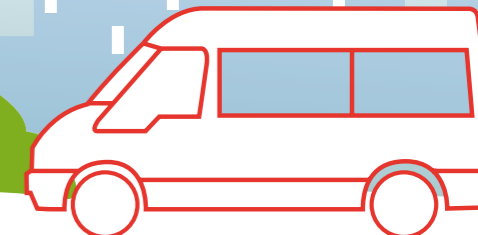
TrasportABILE

ANCoS
@
Confartigianato
persone

L'ANCoS distribuirà i fondi raccolti con il 5 per 1000 alle sedi locali, promuovendo l'acquisto di furgoni per il trasporto persone. Anziani o malati impossibilitati a muoversi potranno nuovamente spostarsi, accedere ai servizi, migliorare la propria vita

- ✓ Più mobilità
- ✓ Rompere l'isolamento
- ✓ Migliorare la vita

Il 5 per 1000 donato all'ANCoS si traduce nella possibilità, per tante persone disabili o non autosufficienti, di disporre di un trasporto efficiente



Con il tuo

5 per 1000
semplifichi la vita ...

fac simile

DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILA

per del volontario e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, n. 1, lett a), del D.Lgs. n. 460 del 1997

Nome: **Mario Rossi**

Codice fiscale del beneficiario (eventuale): **07166871009**

Finalità della ricerca scritta:

Firma: _____

Codice fiscale del beneficiario (eventuale): _____

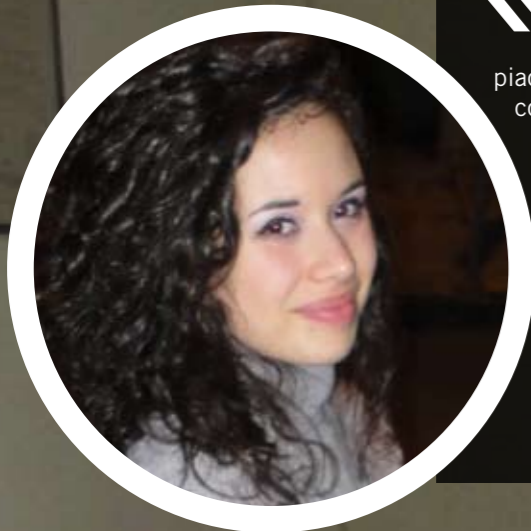
Seleziona alle associazioni sportive dilettantistiche riconosciute ai fini sportivi dal CONI o norme di legge

Firma: _____

Codice fiscale del beneficiario (eventuale): _____

Il contribuente è consapevole che quanto indicato nell'informativa sul trattamento dei dati del contribuente verranno utilizzati solo dall'AnCoS

Esprimere la scelta a favore di una delle associazioni sopra indicate con la propria firma nel riquadro corrispondente



« **M**i sono occupata attraverso il servizio civile della "Campagna di prevenzione dell'Alzheimer", attuata mediante la somministrazione di questionari per la prevenzione. Sono rimasta piacevolmente colpita dalla volontà e soprattutto dalla consapevolezza dei giovani di rendersi utili, anche compilando semplicemente un questionario, per aiutare chi purtroppo è affetto da Alzheimer. Questo dimostra che viviamo in una società in cui i giovani, pieni di speranze, hanno deciso di fare la differenza e di collaborare per giuste cause, al contrario di quanto solitamente si dice nei confronti di noi ragazzi. Credo che tutti i giovani debbano provare l'esperienza del servizio civile, che sicuramente insegna qualcosa, ma soprattutto plasma i futuri cittadini attivi del domani».

Angelica (ME)



Testimonianze



« **I** primi 3 mesi sono trascorsi così velocemente che non mi sono accorta del passare del tempo. Questo è un ambiente in cui tutti hanno un compito diverso, ma uno scopo comune. E ciò fa sì che si lavori in armonia con assoluta dedizione. Peccato che il servizio civile duri solo un anno...».

Giovanna (FG)

LE CIFRE DELLA RICERCA ISFOL

2006 è l'anno in cui nasce il 5 x Mille: viene scelto dal 60% dei contribuenti

I contribuenti come conoscono il 5 x Mille?

Il **26,5%** conosce un'associazione che gliene ha parlato.
L'**8,8%** sceglie su un consiglio di amici.
L'**1,2%** conosce grazie a banchetti informativi.
31,3% sceglie a seguito della sollecitazione di un professionista che si occupa di dichiarazione dei redditi.

65%

Le Onlus e il volontariato nel 2010 si sono aggiudicate il 65% delle scelte di più di 10 milioni di contribuenti.

94,3%

Il **94,3%** afferma di aver indicato un ente specifico, di cui: **38,4%** nel settore sanitario, **29,5%** nell'assistenza sociale e nel **19%** nell'istruzione e ricerca.

L'**88,2%** dichiara di aver firmato il 5 x Mille anche nella precedente dichiarazione dei redditi.

Quali sono i motivi di scelta?

Il **32,6%** indica tra i motivi la condivisione del pensiero che ispira l'organizzazione.
Il **24,3%** sceglie le associazioni che conosce direttamente.
Il **10%** dona a un'associazione in cui opera come volontario.
Il **24,5%** indica come motivazione il tipo di iniziative promosse.
Il **3,7%** dona a enti suggeriti da chi compila la dichiarazione dei redditi.

L'**83,5%** è già certo di destinarlo il prossimo anno.

La somministrazione di bevande e alimenti nei Circoli sportivi, ricreativi e culturali

Il Circolo sportivo, ricreativo o culturale, oltre alle attività svolte per il conseguimento dei suoi scopi istituzionali può offrire ai propri soci servizi come la somministrazione e la distribuzione di bevande, alimenti e generi vari che favoriscano una più confortevole partecipazione alle attività sociali. Per questo aspetto, si è spesso erroneamente indotti a identificare il Circolo con tale attività, talvolta come un vero e proprio locale aperto al pubblico, ma non è così.

Il Circolo non è un pubblico esercizio perché:

- svolge la propria attività esclusivamente in favore dei soci iscritti al registro soci del Circolo;
- non ha fini di lucro;
- è un ente non commerciale, di tipo associativo il cui oggetto esclusivo o principale non è l'esercizio di attività commerciali;
- nel caso in cui un socio fruisca di un servizio quale ad esempio il bar, anche versando del denaro per le consumazioni, questo rappresenta un finanziamento indiretto al Circolo per l'attuazione delle attività statutarie.

Per la somministrazione, oltre alla dichiarazione di appartenenza rilasciata dagli Enti Nazionali - come l'ANCoS - con finalità assistenziali riconosciute dal Ministero e attestante la regolare affiliazione, occorre avere le varie autorizzazioni sanitarie previste dai regolamenti comunali, che il più delle volte nella fattispecie non prevedono l'iscrizione al REC (Registro Esercenti Commerciali). Non è richiesta l'iscrizione al R.E.C., quando l'attività è condotta dallo stesso Presidente o da un socio suo incaricato in nome e per conto del Circolo.

Normativa: note aggiuntive

I locali in cui i Circoli e le associazioni effettuano somministrazioni di alimenti e bevande ai soli soci, devono essere conformi alle disposizioni urbanistiche, edilizie ed igienico sanitarie, nonché in possesso della documentazione relativa alla destinazione d'uso.

Ciò significa che i Circoli dovranno rivolgersi preventivamente agli Enti Locali competenti per territorio al fine di reperire le normative ed i regolamenti a cui dover far riferimento.

Si precisa inoltre che i luoghi adibiti alla somministrazione dovranno rispettare il requisito di sorvegliabilità, ossia: devono essere ubicati all'interno della struttura adibita a sede del Circolo e sull'ingresso o all'esterno della struttura che ospita la sede del Circolo non possono essere apposte insegne, targhe o altre indicazioni che pubblicizzino le attività di somministrazione esercitate all'interno o i prodotti che vi sono somministrati. Infine si ricorda come il listino prezzi e i documenti autorizzativi è bene che siano esposti sempre in luogo visibile da chiunque.

L'inosservanza di dette disposizioni comporta l'applicazione della sanzione amministrativa della revoca dell'atto autorizzativo.



Si ricorda che:

- il Circolo deve avere un minimo di 101 soci qualora sia prevista detta somministrazione;
- il Circolo, ove sia prevista la somministrazione, deve tenere la contabilità secondo le regole in vigore e può far accedere ai locali solo ed esclusivamente i soci;
- i Circoli che al proprio interno prevedono la somministrazione di bevande alcoliche, analcoliche e superalcoliche, alimenti confezionati precotti e similari, gestione mense, giochi leciti ed apparecchiature elettroniche e postazioni internet, sono tenuti a richiedere presso l'Agenzia delle Entrate anche la partita IVA;
- per la somministrazione di alcolici è attualmente obbligatoria la comunicazione al questore come da legge 131/2012 all'art 2-bis;
- l'esercizio di tale attività è subordinato alla presentazione, da parte del Legale Rappresentante, di una comunicazione di volontà, ovvero la Segnalazione certificata di inizio attività (SCIA) presso il Comune di appartenenza (vedere Guida Amministrativa dei Circoli "Percorsi che si incontrano" n. 1).

Informazioni e scadenze

Il Modello EAS

Si ricorda che quando si fonda un Circolo o si costituisce un'Associazione no profit o in caso di variazioni (indirizzo, Consiglio direttivo ecc.) è obbligatorio compilare e trasmettere alla Agenzia delle Entrate il modello EAS con i dati rilevanti ai fini fiscali.

Per informazioni:

www.agenziaentrate.gov.it

ANCoS Torino - Tel. +39.011.6505760

Sicurezza del Lavoro

Per chi non l'abbia ancora fatto, è indispensabile provvedere con urgenza all'ottenimento degli attestati riconosciuti dal Ministero degli Interni in materia di Sicurezza del Lavoro. Chi non avesse ancora provveduto può rivolgersi al Comitato Provinciale ANCoS.

Somministrazione

Come già indicato, la Regione Piemonte ha approvato la direttiva sulla formazione prevista dalla Legge Regionale 38/2006 per i titolari di esercizi pubblici di somministrazione di alimenti e bevande. La Regione Piemonte ha precisato che è **facoltativo** (e non obbligatorio come indicato in precedenza) frequentare il corso di 16 ore. La sede ANCoS di Torino è a disposizione per chiarimenti nonché per fornire informazioni sugli Enti che erogano il corso, per chi fosse comunque interessato a parteciparvi.

Scelta del regime fiscale agevolato

La legge 398/1991 prevede per le associazioni una serie di semplificazioni in termini di adempimenti contabili. Le associazioni possono inoltre fare un calcolo forfettario del reddito - per le attività commerciali - fino a un tetto di 250 mila Euro annui, applicando un coefficiente di redditività del 3 per cento. Anche l'IVA è dovuta in misura ridotta.

Visita medica

Si ricorda che chi pratica attività sportiva, fisica o motoria **ha l'obbligo** di avere il certificato di idoneità sportiva non agonistica. Il Comitato Provinciale ANCoS Torino ha attivato una convenzione a condizioni e prezzi agevolati per i circoli affiliati.

Sede ANCoS Torino

Via Principe Tommaso 18 - Tel. +39.011.6505760

AFFILIARSI È OBBLIGATORIO:

ANCoS non è solo una tessera, significa assistenza continua dodici mesi l'anno con la consulenza di persone e professionalità esperte e competenti, pronte a fornire informazioni sugli adempimenti e gli obblighi dei Circoli affiliati.



Avvocato Renato Rolla, Presidente Provinciale ANCoS (TO)

VENDITA DI BEVANDE ALCOLICHE: la comunicazione al Questore

Un'ulteriore incombenza richiesta ai Circoli è quella prevista dalla Legge 07/08/12 n. 131 che, modificando l'art. 86 del T.U.L.P.S., ha disposto l'obbligo per gli enti collettivi o Circoli privati - di qualunque specie - che somministrano bevande alcoliche di effettuare la comunicazione al Questore. Tale adempimento, già reso noto nel numero precedente della nostra rivista, decorre dal 10/08/12, in quanto la legge menzionata è stata pubblicata sulla G.U. n. 185 del 09/08/12. Si invitano pertanto tutti i Circoli affiliati, che somministrano bevande alcoliche, a provvedere utilizzando la modulistica predisposta dalla Questura a disposizione presso le sedi ANCoS. Le sanzioni pecuniarie previste per l'omessa comunicazione vanno da 1.032,00 a 3.098,00 euro.

Con il 5 x Mille ANCoS ogni anziano è **TrasportABILE**

Le sedi provinciali ANCoS saranno dotate di furgoni per trasporto persone. Obiettivo: migliorare la mobilità di malati e non autosufficienti nelle città

In una società ricca di contraddizioni come quella attuale, sempre più "high tech" e "low cost", dove la globalizzazione riduce le distanze ai minimi termini e le nuove tecnologie sembrano abbattere ogni barriera, è straordinariamente facile, invece, incappare in fenomeni di esclusione sociale e isolamento. Si tratta di fenomeni in cui sono coinvolti soprattutto anziani non autosufficienti e disabili, in particolare nei grandi centri urbani, causati per lo più dalla carenza o dalla non adeguatezza dei servizi di mobilità e di assistenza a disposizione delle amministrazioni comunali.

Muoversi oggi equivale a sentirsi coinvolti nei meccanismi della società, significa accedere ai servizi a tutti i livelli, sentirsi parte integrante del mondo e quindi equivale a vivere, con la "v" maiuscola. Le città hanno capito questo problema e si moltiplicano le iniziative mirate a rendere più "smart" i centri urbani, contro ogni forma di esclusione sociale. Tuttavia, ampie fasce della popolazione, quelle più fragili e vulnerabili, spesso rimangono ai margini, escluse da questi meccanismi, che restano troppo veloci per chi ha difficoltà anche solo a superare la soglia di casa senza un supporto adeguato.

Partendo da questi presupposti e dalla constatazione di queste esigenze, rile-

Anche l'OMS chiede città "a misura di anziano"

Se le città non sono amiche degli anziani, nel futuro dovranno diventarlo. Entro il 2020 infatti il numero delle persone con più di 65 anni supererà nel mondo quello dei bambini con meno di cinque anni e nel 2040 in Italia il 43% della popolazione sarà over 65. Le città dovranno quindi essere sempre più capaci di ospitare una popolazione che invecchia, prevedendone le necessità e soddisfacendole. La situazione attuale non è delle migliori. Buche e avvallamenti nei marciapiedi, attraversamenti pedonali mal segnalati, scivoli per carrozzine mancanti o occupati da macchine in sosta selvaggia, mancanza o impraticabilità di bagni pubblici, sono il pane quotidiano. Non è solo un problema di ridotta capacità motoria. Con l'età, la fisiologica riduzione di capacità sensoriale di vista e dell'udito costituiscono ulteriori fattori di rischio che possono comportare gravi incidenti. L'Organizzazione Mondiale della Sanità di questo problema ne ha fatto un programma: "Age-friendly Cities", finalizzato a spingere le città ad attuare cambiamenti fisici e sociali nel contesto urbano che favoriscano la qualità di vita delle persone più anziane. La tecnologia, per esempio, può aiutare. Gli autobus di Manhattan sono dotati di ammortizzatori speciali che alla fermata si abbassano per non dover costringere chi ha difficoltà a camminare, a salire o a scendere il gradino. Ma ci sono anche i semafori intelligenti e amici degli anziani, che riconoscono chi sta attraversando la strada allungando la durata del verde per il pedone anziano. Senza dimenticare la manutenzione ordinaria dei marciapiedi o la tutela degli attraversamenti pedonali.

Dare la possibilità di uscire senza pericolo alle persone anziane disabili o non autosufficienti vuol dire incrementare la loro possibilità di socializzazione e migliorare la loro vita.

vate sempre più frequentemente su gran parte del territorio in cui opera, l'ANCoS, con il progetto "TrasportAbile", ha deciso di destinare il contributo 5 x 1000 Irpef, raccolto grazie all'apporto delle proprie sedi locali, all'acquisto ed alla fornitura di furgoni attrezzati, da distribuire ed impiegare per il trasporto e per l'ausilio alla mobilità delle persone in difficoltà. Grazie alla collaborazione in loco di associazioni e cooperative dedicate, si potrà evitare a tanti anziani malati e soli il rischio di isolamento a causa delle condizioni psico-fisiche ed economiche, soprattutto laddove i servizi a disposizione della popolazione non risultino quantitativamente o qualitativamente adeguati. Il contributo verrà assegnato ai Comitati provinciali in proporzione alle adesioni raccolte, ma anche sulla base dell'interesse mostrato nei confronti dell'ANCoS e delle sue iniziative, attraverso l'adesione attiva ad eventi promossi a livello nazionale, la promozione di campagne di affiliazione in loco e la realizzazione di progetti territoriali in risposta ad esigenze e bisogni concreti rilevati nello svolgimento delle proprie attività.

Il progetto - che avrà carattere pluriennale - consentirà all'Associazione di consolidare la propria presenza a livello nazionale e locale, di ampliare le proprie reti di collaborazione nei numerosi ambiti di azione in cui opera e di creare nuove opportunità di incontro, di inclusione sociale, di confronto, di cooperazione e di solidarietà fra istituzioni pubbliche e private, per una società mirata a garantire ad ogni cittadino standard di vita e di partecipazione attiva adeguati, dignitosi ed equi.

«Con questa iniziativa - spiega Fabio Menicacci, segretario nazionale dell'ANCoS - l'Associazione va in aiuto alle famiglie, offrendo un contributo concreto sul territorio, facendo conoscere le sue strutture, i suoi

progetti, i suoi obiettivi, i suoi volontari; mettendo a disposizione i propri servizi socio-assistenziali, culturali e ludici proposti dal Sistema Confartigianato, all'interno del quale è nata e da cui è costantemente affiancata».

G.C.



SPORT E GIOCHI TRADIZIONALI ALLA RIBALTA

Se state passeggiando per le campagne marchigiane e una forma di formaggio vi rotola accanto, siete capitati nel bel mezzo di una gara di lancio del formaggio, antico gioco che risale al periodo degli Etruschi. Il bello degli sport e giochi tradizionali è proprio questo: si praticano per lo più per strada, sono alla portata di tutti e ci accompagnano a riscoprire le nostre radici. La Federazione Italiana Giochi e Sport Tradizionali (F.I.G.e.S.T.) ha sede a Perugia e da nove anni è riconosciuta dal Coni. «La missione della federazione - spiega Dino Berti, presidente della Figest - è riportare alla luce questi giochi tradizionali, facendoli praticare con entusiasmo. Abbiamo raggruppato questi sport in 18 discipline, dalla Valle D'Aosta alla Sicilia. In tutta Italia possiamo contare su circa 16.000 tesserati per un totale di 120.000 gare all'anno». Quali sono i giochi più diffusi? «Sicuramente

ECCO LE DISCIPLINE FIGEST:

Boccia su strada: sport attuato con sfere rigide.

Calcio storico fiorentino: praticato in costume a Firenze in quattro campi.

Fiolet: gioco di palla ovoidale e bastone.

Freccette: gioco di precisione su bersaglio.

Lancio della ruzzola: gioco con rotelle di legno.

Lancio del ruzzolone: gioco con disco di legno.

Lancio della forma di formaggio: gioco con cacio e fettucce.

Lippa: gioco di abilità con bastone.

Morra: gioco di abilità numerica fatto con le mani.

Palet/Piastrelle: gioco con dischi metallici e pallino.

Pettias/Cariccias: antesignano del baseball e softball.

Rebatta: gioco con pallina e bastone.

Rulletto: gioco individuale con disco di legno.

Tiro alla fune: gioco di forza con corda.

Tiro con la balestra: gioco di precisione con bersaglio.

Tiro con la fionda: gioco di abilità con fionda e bersaglio.

Trottola: gioco con trottola di legno e funicella.

Tsan: gioco di pallina e bastone.



Nella foto, Dino Berti - Presidente Figest

le freccette - risponde Berti -, che vengono praticate soprattutto tra i giovani tra i 15 e i 35 anni, nei bar e nei circoli. Un'altra disciplina importante praticata in tutta la zona del centro-nord, ma che ora si sta sviluppando anche al sud, è il ruzzolone: una ruzzola di circa 2,8 kg viene lanciata attraverso una fettuccia che viene legata al polso. Preferita dai giocatori anziani, viene praticata molto in Emilia, nell'alto Appennino modenese, bolognese e reggiano. Nelle Marche abbiamo la ruzzola, più piccola, derivazione del lancio del formaggio, che ha radici molto antiche. I pastori etruschi infatti giocavano al lancio della forma di formaggio, lo dimostrano tracce in alcune incisioni in tombe etrusche. Anche ora il lancio del formaggio sussiste in Umbria, Toscana, Marche, Abruzzo e in tutto il beneventano». Un patrimonio di creatività e ingegno tutto italiano, che anche oggi può insegnare a divertirsi con poco. «Non dobbiamo dimenticare la cultura che c'è dietro i giochi», precisa Berti. Da essa si scopre per esempio l'origine di tanti giochi moderni. «I giochi valdostani sono un po' i progenitori del baseball americano. Se andiamo infatti a vedere come viene giocato la rebatta oppure il fiolet hanno qualcosa di simile a giochi più moderni come il baseball».

Appuntamenti Torino

Sabato Pétanque

Per tutta la stagione invernale e primaverile, il sabato è dedicato alla Pétanque. Nata in Francia e ormai popolare anche in Italia, la Pétanque è divertente e si può giocare praticamente ovunque. In Francia non è insolito incontrare persone di tutte le età che sulle piazze, nei viali e nei parchi si cimentano con questo sport all'aria aperta. L'iniziativa si propone di far conoscere la Pétanque in attesa del calendario estivo di gare.

APPENA TERMINATI



Mercatino di Natale

Come è ormai tradizione, anche quest'anno ANCoS Torino ha organizzato a Trofarello, dall'8 al 23 dicembre 2012, il suggestivo mercatino di Natale, con artigiani provenienti da tutto il mondo che hanno mostrato la loro "arte del fare". Molti gli ospiti che hanno animato le vie della città con esibizioni musicali. Grande successo per il concerto di Cristina d'Avena che ha celebrato con uno spettacolo dal vivo i trent'anni di carriera.

BOCCE APPUNTAMENTI

Memorial Carnevali

Buona partecipazione alle prime gare del "Memorial Alessandro Carnevali". Eliminatorie in corso e fino alla metà di febbraio ci sarà tempo per qualificarsi per la poule finale con la partecipazione delle otto società qualificate del Settore Nord e del Settore Sud di Torino. Appuntamento il 23 e 24 febbraio a Lanzo Torinese sui campi della Società Lanzese. Cinquanta le società partecipanti in questa edizione 2012-2013.

Le signore delle bocce

Sono iniziate alla fine del 2012 le gare invernali femminili a poule a coppie e terne, senza vincolo di società, per i circoli e le società che hanno tra i loro iscritti atlete donne.

Campionati nazionali ANCoS

Il 3 marzo 2013 è ora di scendere in campo per le selezioni dei Campionati Nazionali ANCoS 2013.

Le fasi di qualificazione termineranno a giugno, prima della pausa estiva, in vista delle Finali Nazionali che a settembre vedranno le compagini qualificate dei settori Nord e Sud di Torino affrontarsi sui campi della Virtus di Brandizzo.

Campionati di società

Da aprile a giugno 2013 si svolgeranno le fasi preparatorie dei campionati di società ANCoS. Le quattro società qualificate si incontreranno con il sistema poule nelle fasi finali a settembre.



SPORT E FREDDO: COME AFFRONTARE L'INVERNO

Lo sport praticato all'aperto durante la stagione rigida ha come primo "nemico" il freddo, ma questo non deve essere una scusa per abbandonare l'attività fisica fino a primavera

Quando la temperatura esterna è sufficientemente bassa da indurre una diminuzione al di sotto dei 37° della temperatura interna, si verificano sia l'accelerazione del ritmo cardiaco che la vasocostrizione cutanea (riduzione della circolazione sanguigna sulla superficie cutanea e con diminuzione della dispersione di calore all'esterno).

Inoltre, in condizioni di freddo intenso, l'organismo aumenta anche la produzione di calore interno (termogenesi) con l'aumento del metabolismo e l'incremento dell'attività muscolare scheletrica (brividi involontari o attività fisica volontaria). Quindi, un adeguato apporto alimentare aiuta a soddisfare le aumentate richieste metaboliche dell'organismo, orientate ad una maggiore produzione di calore.

In altri termini, attraverso l'attivazione dei meccanismi di termoregolazione, si crea un equilibrio tra la quantità di calore prodotta all'interno dall'organismo e la quantità di calore assunta dall'ambiente o ceduta all'ambiente, che crea in tal modo una situazione di benessere (o comfort) termico.



CONSIGLI PER AFFRONTARE IL FREDDO

ALIMENTAZIONE

Assumere pasti e bevande caldi. Il consumo di adeguate quantità di liquidi e di cibi aiuta a soddisfare le aumentate richieste metaboliche, finalizzate alla produzione di maggiore calore interno. È importante che l'alimentazione sia equilibrata. Bere almeno due litri di liquidi al giorno, preferendo bevande calde come tè e tisane, o anche semplici spremute d'arancia.



Assumere pasti a base di frutta e verdura che contengono vitamine e sali minerali, molto utili per difendersi dalle insidie del freddo. In generale sono consigliati tutti gli alimenti contenenti beta carotene (precursore della vitamina A), in grado di stimolare le difese



immunitarie e anche gli alimenti contenenti vitamina E. I cibi che contengono carotenoidi sono: carote, zucca, patate, pomodori, spinaci, carciofi, barbabietole rosse, broccoli, cavolfiori e peperoni. Mentre quelli contenenti la vitamina E sono: mandorle, nocciole e olio extravergine d'oliva.

Altri alimenti consigliati sono: la pasta con i legumi o con le verdure, che forniscono energia e fibre; brodo caldo perché apporta liquidi e proteine digeribili e latte e miele che possono essere un ottimo rimedio contro il freddo, tranne nei casi di persone malate di diabete.



Ricordiamoci di mangiare carne e pesce, alimenti necessari per garantire il giusto apporto di proteine e indispensabili per l'organismo per il rifornimento di calore ed energia.



ABBIGLIAMENTO

- Deve essere specifico per lo sport, ma in generale:
- Mai tenere addosso capi bagnati di sudore.
 - Testa e orecchie sempre coperte (disperdono fino al 30% del calore corporeo).
 - Tronco e gambe con maglie e pantaloni termici.
 - Mani e piedi coperti con guanti leggeri e calze spesse e, se lo sport praticato lo permette, utilizzare creme idratanti.
 - Utilizzare calze lunghe che coprano i polpacci.

SUGGERIMENTI VARI

- È consigliabile mettere in pratica un riscaldamento pre-allenamento (o pre-partita) progressivo per permettere ai muscoli di abituarsi al cambio di temperatura.
- Il riscaldamento deve durare più tempo rispetto alla stagione estiva, perché il muscolo si irrori più lentamente.
- Non si deve effettuare stretching all'aperto dopo l'attività fisica, al massimo al ritorno a casa.
- Sono sconsigliate le attività che prevedono l'intervallarsi di sforzi intensi e blandi, per evitare il rischio che il corpo bagnato vada incontro ad abbassamento della temperatura con il rischio di contrarre malattie da raffreddamento.



ANCoS e centro fisioterapico Fisio G.M.

Sono giovani, preparati appassionati del proprio lavoro e all'avanguardia nel campo della medicina riabilitativa. Guido Benedetto, Barbara Benech e Giuseppe Castiglione sono i titolari dello Studio Fisio G.M., con cui ANCoS Torino ha avviato una convenzione per i propri associati. Nei luminosi locali di via Asti 19 C/D a Torino non esistono trattamenti codificati a priori: tutte le prestazioni sono studiate in base alle necessità di ogni paziente, che è innanzitutto una persona a cui prestare attenzione nella sua complessità, anche sotto il profilo emotivo e psicologico.

Fisio G.M. Fisioterapia & Riabilitazione

Via Asti 19 C/D - Torino
 Tel. +39.011.3724071
 Dott. Guido Benedetto
 guidobenedetto@libero.it - www.fisiogm.it

CONSIGLIO DIRETTIVO ANCoS

Il 19 novembre 2012 si è riunito il Consiglio Nazionale dell'ANCoS. In questa occasione è stato predisposto il bilancio preventivo per il 2013, si è discusso dell'andamento dell'associazione e si è parlato delle attività che intende promuovere a livello nazionale nel corso del 2013.

Tanti gli argomenti all'ordine del giorno: le proposte progettuali pervenute dal territorio, il nuovo portale ANCoS che andrà on-line

all'inizio del nuovo anno, la pubblicazione dell'attuale rivista ANCoS "Nuovi Percorsi", inviata a tutti i Comitati provinciali, contenente la Guida per l'amministrazione e la gestione dei circoli affiliati.

Nel corso della riunione il Consiglio Direttivo ha cooptato all'unanimità il socio Alessandro Pica. Pica, eletto come Responsabile per lo sviluppo delle attività sportive, si occuperà della gestione degli eventi sportivi realizzati su tutto il territorio nazionale.

L'ICTUS SI PUÒ PREVENIRE A PARMA

Il 20 ottobre è stato presentato a Parma, nella prestigiosa *Biblioteca Palatina*, il progetto di ANCoS promosso dal Comitato locale sulla prevenzione dell'ictus.

L'importanza del progetto per i cittadini parmensi è suggellata dal patrocinio con l'Azienda Ospedaliera, l'Università di Parma e il Comune e la Provincia di Parma. L'intervento di informazione e di educazione sanitaria sui fattori

parte di medici volontari e una relazione finale per ogni donatore con le necessarie indicazioni per la correzione dei fattori di rischio identificati. Inoltre sono previsti maggiori esami e valutazioni aggiuntive per tutti i casi ritenuti maggiormente a rischio.

Questa iniziativa si propone soprattutto di sensibilizzare la comunità con incontri educazionali riguardanti le problematiche delle

malattie cardio e cerebro-vascolari, con stima del rischio assoluto di eventi a dieci anni.

L'iniziativa, organizzata e finanziata da ANCoS, dura un anno ed ha avuto un successo tale che, in poco più di un mese, sono già stati presi 350 appuntamenti su un campione di 1000 soggetti del territorio parmense desiderosi di fissare la visita medica e sottoporsi al prelievo di sangue. (G.C.)



di rischio, sugli stili di vita e sui comportamenti utili da seguire in caso di ictus, è supportato da una concreta azione di screening sulla popolazione. Oltre alla visita medica preliminare - effettuata negli ambulatori messi a disposizione da Confartigianato con geriatri e neurologi per valutare il profilo di rischio di ogni paziente - l'azione di *screening* prevede il prelievo di sangue da

TORNEO DI BOCCE A COPPIE A TERNI

Domenica 25 novembre 2012 si è tenuta la prima edizione del "Torneo di bocce a Coppie" organizzato dal comitato provinciale ANCoS di Terni presso il *Bocciodromo A.S.P. della Bocciofila Prisciano* a Terni. L'evento sportivo che ha ricevuto il patrocinio dal Comune di Terni ha riscosso un grande successo. Numerose sono state le persone che hanno partecipato e che hanno assistito alla gara, articolata in due gironi, di categoria C e categoria D. Il torneo riservato ai soci di Confartigianato, ANAP ed ANCoS, prevedeva premi in prodotti gastronomici per i vincitori mentre il trofeo, gentilmente offerto dal Cav. Mario Persechini, è stato assegnato alla prima coppia classificata: Antonio Capitanucci e Remigio Raggi della Soc. Ternana. Al secondo posto la coppia Mario Persechini e



Alfredo Gallinella della A.S.D. Prisciano. Sui campi della *Bocciofila Prisciano* si sono incontrate 16 coppie provenienti da Società del territorio ternano, dando vita ad un torneo che ha avuto momenti di forte antagonismo sportivo. (G.C.)

ARTIGIANATO E SCUOLA SI INCONTRANO A PALERMO

Il Comitato ANCoS di Palermo ha ideato un progetto di artigianato e scuola, denominato "Nuovi orizzonti professionali alla riscoperta degli antichi mestieri". L'iniziativa vuole diffondere la cultura artigiana tra i giovani palermitani, attraverso un'azione di orientamento scolastico, ritenuta oggi non solo importante, ma necessaria per facilitare il ragazzo e la famiglia verso una scelta che condiziona sia l'individuo che la comunità. Il primo incontro si è tenuto il 13 novembre presso l'Istituto Amari-Roncalli di Palermo.

La proposta che finora ha coinvolto tre classi di scuola media, intende contribuire alla promozione della conoscenza degli sbocchi professionali e delle attività artigianali, scegliendo la formula dell'apprendimento osservato (come si usava fare una volta nelle vecchie botteghe artigiane dove gli apprendisti "rubavano con l'occhio"), attraverso lezioni frontali tenute da maestri artigiani, visite guidate nelle botteghe e realizzazione di prototipi artigianali da parte degli allievi sotto la guida dei maestri. Il progetto nasce dalla consapevolezza che il settore dell'artigianato rappresenta oggi un possibile canale produttivo e creativo, un messaggio recepito dagli stessi alunni delle classi coinvolte che sono rimasti positivamente colpiti dall'iniziativa, proprio come il personale docente. (G.C.)



ALZHEIMER: UNA MALATTIA DA CONOSCERE ATTRAVERSO FILM E FUMETTI

L'**Alzheimer** è una malattia molto diffusa e in continuo aumento. Nonostante ciò si è spesso impreparati ad affrontarla: sul suo riguardo vi sono molti dubbi, perplessità, domande e anche paure. Per questo motivo sono in aumento testi, film e canzoni che trattano l'argomento in maniera più o meno scientifica, fruibili da chiunque, giovani e non addetti al mestiere o, al contrario, medici e studiosi. L'ANCoS Confartigianato ha a cuore questo tema e, attraverso il **Comitato di Novara**, ha stilato una **bibliografia** e **filmografia** sul tema, che invita a conoscere la patologia e le sue sfaccettature, con strumenti piacevoli e divertenti. Tra le letture consigliate rientrano **romanzi**, **testimonianze**, **manuali**, **riviste**, **fumetti per ragazzi**, **scritti di prevenzione** e di

riabilitazione e **testi** invece dal linguaggio più **scientifico** e **medico**. Anche le pellicole, le serie televisive e i cortometraggi indicati nella filmografia, sono strumenti altrettanto validi per acquisire nozioni sulla malattia, sapere come relazionarsi con le persone che ne sono affette, avere spunti di riflessione e condividere testimonianze. Una sezione è dedicata anche alla **musica**, poiché sempre più spesso si scelgono le canzoni come mezzo di comunicazione. Nell'invito ad usufruire di questo sistema per informarsi e acquisire conoscenze utili in modo alternativo e simpatico, a seconda dall'età, della professione e della circostanza, pubblichiamo il primo prodotto preso in esame della raccolta: il **fumetto** di **Paco Roca** "Rughe".

NAZIONALE



"Rughe": tra scherzo e realtà

"Rughe" è il graphic novel più riuscito del vignettista spagnolo Paco Roca. Il volume parla di Emilio, un ex direttore di banca, ricoverato dal figlio in una clinica per anziani dopo vari episodi di demenza senile. "Rughe" ha ottenuto successi di critica e di pubblico in Francia, Spagna e Italia ed è vincitore di numerosi premi come "Miglior opera" e "Miglior sceneggiatura" al "Salone internazionale del fumetto" di Barcellona, e "Miglior fumetto spagnolo" per il "Diario de Avisos" di Tenerife. Paco Roca già a metà degli anni Novanta, si è fatto conoscere sul mercato spagnolo come artista eclettico, capace di raccontare e disegnare diversi tipi di storie con la stessa intensità. In questo caso il tema è molto serio ma viene trattato con una nota dolce e scherzosa. Roca pubblica regolarmente per la rivista spagnola "La Cúpula" e ha già realizzato diversi graphic novel: "Gog", "Il gioco lugubre", "Figli della Alhambra", "Il faro" e "Le strade di sabbia", alcuni dei quali sono stati tradotti anche in italiano e francese.

L'ESPERTO RISPONDE

LA MEDIA CONCILIAZIONE ALLA LUCE DELLA RECENTE SENTENZA DELLA CORTE COSTITUZIONALE

Nel precedente numero della nostra rivista, veniva dato ampio risalto all'istituto della **Media Conciliazione** quale strumento ausiliario e non alternativo alla giustizia. Successivamente alla pubblicazione di detto articolo, e la situazione sussiste tuttora, la Corte Costituzionale in data 24/10/2012 ha dichiarato l'illegittimità costituzionale, per eccesso di delega legislativa, del D.lgs. 04/03/2010 n. 28 nella parte in cui prevede il carattere obbligatorio della mediazione. In parole povere, il Governo quando adottò il Decreto Legislativo in oggetto, istitutivo, appunto della Media Conciliazione, ne avrebbe previsto il carattere della obbligatorietà, eccedendo, quindi, rispetto alla legge delega del Parlamento che non prevedeva tale carattere obbligatorio. Pertanto, in attesa del deposito da parte della Corte Costituzionale delle motivazioni della sentenza sovra menzionata, si può dire che, allo stato, esistono tre tipi di conciliazione:

- a) **volontaria**: le parti decidono di rivolgersi volontariamente ad un organismo di conciliazione per la definizione della propria controversia;
- b) **delegata**: il Giudice, ritenendolo necessario, invita le parti a intraprendere la strada della conciliazione presso un organismo abilitato;
- c) **contrattuale**: le parti, all'atto di sottoscrivere un contratto, prevedono espressamente quale sistema per definire eventuali controversie quello della conciliazione.

In ultimo, la legge di riforma del condominio, la cui entrata in vigore è prevista tra sei mesi, prevede la conciliazione obbligatoria per le liti tra condomini e tra condomino e condominio.

La situazione venutasi a creare dopo la pronuncia della Corte è sicuramente problematica per gli organismi accreditati essendovi in ballo un migliaio circa di organismi con 45.000 posti di lavoro ed investimenti per oltre 600.000 euro.

Al momento, il Ministro della Giustizia Avv. Severino si è pronunciata per un ripristino dell'istituto se pur con alcuni "paletti" e a condizioni meno onerose per gli utenti.

Avvocato Renato Rolla
Presidente Provinciale ANCoS (TO)

L'Avvocato Renato Rolla risponderà ad ogni richiesta di tipo legale che potrà essere sottoposta alla sua attenzione attraverso l'indirizzo di posta elettronica ancosto@libero.it.

ARTE E FOTOGRAFIA NELLE GRANDI MOSTRE DEL 2013

Roma

Il Palazzo delle Esposizioni propone due interessanti mostre: "Robert Doisneau Paris en liberté", fino al 3 febbraio con più di 200 fotografie originali, scattate nella Ville Lumière tra il 1934 e il 1991, per scoprire Parigi con gli occhi di un grande fotografo. "Sulla Via della Seta. Antichi sentieri tra Oriente e Occidente", organizzata in collaborazione con l'American Museum of Natural History di New York e promossa da Eni, ripercorre il lungo viaggio da Oriente verso Occidente nel periodo tra il VII e il XIV secolo d.C.

Per informazioni: www.palazzo.esposizioni.it

Fino al 2 giugno nelle sale del Palazzo del Bramante si possono ammirare le opere di Pieter Brueghel il Giovane, Hieronymus Bosch e altri nella mostra "Brueghel. Meraviglie dell'arte fiamminga". Oltre 150 anni di una dinastia di artisti di eccezionale talento, attivi tra il XVI e il XVII secolo.

Per informazioni: chiostrodelbramante.it

Torino

Fino al 27 gennaio la Palazzina della Società Promotrice delle Belle Arti ospita "Degas. Capolavori dal Musée d'Orsay" la più importante mostra che l'Italia abbia dedicato negli ultimi decenni al pittore francese tra i protagonisti della stagione artistica impressionista della seconda metà dell'Ottocento.

Ottanta capolavori, tra dipinti, disegni e sculture.

Tutte le informazioni e una visita virtuale su www.mostradegas.it

Fino al 24 febbraio "Riflessi d'Oriente. 2500 anni di specchi in Cina e dintorni": una mostra dedicata allo specchio cinese e alla sua diffusione dal VI secolo a.C. all'epoca moderna. Oggetti di uso pratico e rituale, gli specchi erano artisticamente decorati sul retro della faccia riflettente. Non solo oggetto da toeletta, ma vera opera d'arte con significati e implicazioni simboliche.

Al Mao Museo d'Arte Orientale.

Per informazioni: www.fondazionetorinomusei.it

Genova

Gli amanti della fotografia potranno ammirare, fino al 24 febbraio, la nuova mostra dedicata al fotografo Steve McCurry, che attraverso i suoi scatti percorre un "Viaggio intorno all'uomo" suddiviso in tre tappe: ritratti, foto di guerra, immagini della natura.

Tutte le informazioni sul sito ufficiale stevemccurrygenova.it



Doppio appuntamento a Palazzo Ducale. Fino al 7 aprile 2013 "Miró! Poesia e luce", una rassegna dell'opera di Joan Miró il grande artista catalano che lasciò un segno inconfondibile nell'ambito delle avanguardie europee. Ottanta lavori per la prima volta esposti in Italia: olii, terrecotte, bronzi e acquerelli.

Per informazioni: www.mostramiro.it



Benito Perli

Benito Perli, Presidente Nazionale della FITuS, è stato Responsabile Nazionale per il turismo della CISL, Presidente Nazionale FITel, Presidente del Comitato Europeo per il Turismo Sociale e consigliere del Cnel (Consiglio Nazionale dell'Economia e del Lavoro) in rappresentanza del Terzo Settore e dell'Enit. In varie occasioni, è stato consulente per il turismo del Comitato Economico e Sociale della Comunità Europea.

Attualmente Presidente della FITuS - Federazione Italiana di Turismo Sociale, che organizza e rappresenta i maggiori Enti e Associazioni nazionali del settore: Associazione Carta Giovani - Acsi - Agci - Aics - Aig - A.N.Co.S. - Cits - Ctacli- Ctg - Cts - Etsi- Cisl - Federcultura Turismo Sport di Confcooperative - Legacoop Turismo - Tci - Unpli, nonché Presidente dell'Associazione Buoni Vacanze Italia.

Il turismo sociale: un'iniziativa da sostenere

Che cosa si intende per turismo sociale? Quali sono gli obiettivi?

Turismo sociale è un termine generico che indica decine e decine di esperienze, le più diverse, che avvengono sia nel nostro paese che all'estero. In sintesi contiene tutte quelle offerte e proposte turistiche che non hanno come finalità il lucro, ma sono gestite da organizzazioni no-profit che rispondono alle esigenze dei propri associati (ad es. ANCoS). Non si discosta dal turismo tradizionale nel piacere di godere di natura e cultura, ma, si differenzia nelle finalità di chi lo offre. La nuova frontiera del turismo sociale non è solo quella di organizzare l'offerta che viene dal mercato, ma di impegnarsi nei territori per far crescere l'offerta dei territori stessi.

Quanti tipi di turismo sociale esistono?

C'è veramente di tutto nella gamma delle proposte: dal turismo per i giovani a quello delle famiglie, dal mare alla montagna, dal nazionale all'internazionale.

Quando e perché nasce la vostra associazione?

La nostra associazione nasce da varie esigenze: prima di tutto quella di farsi conoscere. Il turismo sociale infatti lavora ancora sottotraccia e per questo motivo è stato spesso ignorato. Unendoci

siamo diventati più visibili. Poi c'è un'altra questione: quella della qualità e dei costi. Riunirsi ha significato essere maggiormente competitivi sul mercato. Oggi la FITuS rappresenta le 15 maggiori associazioni di turismo sociale italiano.

Vuole parlare di alcuni progetti di turismo sociale in particolare?

Sì, in generale siamo molto orgogliosi di aver attivato nel nostro Paese i Buoni Vacanze, trasferendo in Italia l'esperienza di Francia, Svizzera e altri paesi europei. Si tratta di favorire l'accesso alle vacanze dal punto di vista economico, unendo i risparmi dei lavoratori dipendenti o dei pensionati con il contributo delle aziende e quello dello Stato che defiscalizza il controvalore dei buoni acquistati e quindi rende più significativo il risparmio dei lavoratori.

In questo momento purtroppo è stata congelata la cifra dedicata a questo progetto e quindi i buoni sono sospesi, ma ci auguriamo che la proposta di legge sia approvata e riprenda presto l'esperienza in atto.

Rispetto alla dichiarazione di Montreal del 1996 cos'è cambiato?

È ancora la Magna Carta del Turismo Sociale a livello internazionale!



Sergio Costalli,
In viaggio verso Itaca.
Pratiche e riflessioni di un
cooperatore tra futuro e realtà

Mind Edizioni
Pagine 140
€ 14,00

In viaggio verso Itaca. Pratiche e riflessioni di un cooperatore tra futuro e realtà

Di Sergio Costalli

Quali sono le ragioni dell'esistenza di una cooperativa di consumatori in una stagione segnata da una crisi economica e sociale così profonda? Come la sua esistenza e il suo sviluppo possono contribuire a dare una risposta positiva alla crisi, vista la fiducia che gode tra i cittadini e il suo radicamento territoriale e sociale? Può la cooperazione, e quella di consumo in particolare, evolversi e svilupparsi nel tempo, accrescendo peso e dimensioni, affrontare le nuove sfide del mondo globalizzato, facendo forza sulla sua identità di impresa di proprietà collettiva a scopo mutualistico e con una direzione manageriale elettiva? Attorno a queste domande si snodano le riflessioni di Sergio Costalli, vicepresidente di una delle nove grandi cooperative di consumatori, Unicoop Tirreno. Se valori e principi non divengono la bussola per l'agire imprenditoriale, non può bastare richiamarsi retoricamente alla "diversità". Un agire che deve misurarsi con una realtà fortemente mutata e che sollecita a guardare oltre gli orizzonti tradizionali. Ecco allora il possibile delinarsi di una sorta di "città cooperativa", il protagonismo dei soci e dei consumatori visti come cittadini, l'importanza di una cooperativa "comunicante", il ruolo fondamentale della cultura e della memoria storica senza le quali non si diventa protagonisti. Il libro è introdotto da una prefazione di Stefano Zamagni, docente di Economia politica all'Università di Bologna.



Roberto Renga,
Una storia nazionale.
Quattro stelle, qualche flop.
Un secolo d'Italia in azzurro

Absolutly Free editore
Pagine 232
€ 15,00

Una storia nazionale. Quattro stelle, qualche flop. Un secolo d'Italia in azzurro

Di Roberto Renga

Niente come il calcio riesce a unire e dividere gli italiani. Quando gioca l'Italia tutti guardano la partita, anche chi non è appassionato di calcio, perché la nostra nazionale è parte integrante della storia del nostro paese. Il libro del giornalista Roberto Renga, "Una storia nazionale. Quattro Stelle, qualche flop. Un secolo d'Italia in azzurro" ripercorre la storia della squadra di calcio italiana, dei suoi protagonisti, con luci e ombre. Il filo conduttore della nazionale porta con sé le mille storie dei calciatori che ne hanno fatto parte, dei dirigenti, dei tecnici, dei giornalisti, degli avversari, di "quelli al seguito", dei tifosi e degli appassionati. Insieme a loro, c'è la storia del nostro paese, come documenta Roberto Renga.

La storia della nazionale quasi sempre spiega la storia dell'Italia.

Nel libro, in esclusiva, c'è l'intervista a Marcello Lippi, che per la prima volta ha deciso di raccontare lo sfortunato mondiale del Sudafrica, in cui l'Italia non è riuscita a superare il primo girone.

L'autore Roberto Renga è stato giornalista sportivo per il Messaggero e il Paese Sera. Il libro "Una storia nazionale" sarà disponibile nelle librerie da febbraio 2013.

FILIPPO GARIGLIO

FINANCE & INSURANCE



Da sempre gli assicuratori al fianco di ANCoS

Oggi riservano ai Presidenti ed ai componenti dei consigli direttivi delle Associazioni affiliate la possibilità di integrare, a condizioni di particolare favore a voi riservate, le garanzie base già prestate con le polizze di tutela legale di ANCoS. Chiedeteci come fare o informatevi al momento dell'affiliazione.

GARIGLIO FILIPPO srl
Intermediazione Assicurativa

Agenzie di Piazza Principe Eugenio, 5 Via Fratelli Piol, 63/B 10098 Rivoli TO Tel. 011/958.64.69 Fax 011/958.69.37 agenzia@realerivoli.it
Agenzia di Via Mazzini, 68/A 10091 Alpignano TO Tel. 011/967.32.82 Fax 011/967.46.70
Iscrizione R.U.I. (Isvap) N. A000118176



AGENTE
IN ESCLUSIVA TERRITORIALE PER
REALE MUTUA ASSICURAZIONI

SERVIZI INTEGRATI
ASSICURATIVI E FINANZIARI CON
PROMOTORE IN SEDE

AGENZIA ASSOCIATA U.E.A. (www.uea.it)
Premiata Ethic And Insurance Award 2005



**banca popolare
di spoleto spa**

dal 1895 la Tua Banca

A Torino siamo in:

**CORSO DUCA DEGLI ABRUZZI, N° 3
Tel: 011.5621649**



Sede legale in Spoleto, Piazza Pinciani

Iscritta all'Albo delle Banche con il n. 5134.2 - Capitale sociale €84.487.861,48
Iscritta al Registro delle Imprese di Perugia al n. 2346, codice fiscale e P.I.01959720549