

## Buona estate da Uisp Varese: settembre porterà tante novità

**Pubblicato:** Mercoledì 13 Luglio 2022



Questo che state leggendo è **l'ultimo numero della rubrica Uisp prima della pausa estiva**. Lo speciale di VareseNews – a cui siete affezionati, lo sappiamo – **tornerà a settembre** con tanti nuovi servizi e interviste, continuando come ha fatto in questi mesi invernali a dare voce a chi considera lo sport “di tutti e per tutti”.

Adesso, cari lettori, ci si addentra nel cuore dell'estate, la stagione dove la scuola si ferma e i ritmi si fanno meno frenetici. «**Vi auguro di riuscire a stare il più possibile all'aria aperta, di nuotare, di camminare e di mangiare in modo sano**, prediligendo frutta e verdura, perché una buona alimentazione è fondamentale per adottare uno stile di vita corretto – è il **saluto di Rita Di Toro, presidente di Uisp Varese** – Vi auguro delle buone vacanze e di riuscire a rilassarvi e a muovervi il giusto, coniugando lo sport al meritato riposo».

Il mese di **settembre si preannuncia ricco di sorprese in casa Uisp**. Riprenderanno i corsi più richiesti e popolari, come la ginnastica a rotazione, con esercizi di postura e di mantenimento, e la ginnastica dolce per i nonni, che è una delle attività più gettonate insieme a g.a.g e pilates con Sara. Ma ci saranno **anche tante novità: una fra tutte, la psicomotricità**.

Queste settimane di fermo serviranno per ricaricare le batterie e ripartire più forti ed energici di prima, «sempre nella **speranza di riuscire a convivere serenamente con la pandemia**, che a un certo punto credevamo sconfitta, ma che invece c'è ancora e di cui bisogna tener conto» **conclude Di Toro**, riferendosi alle tante persone che purtroppo sono ancora positive e alle prese con i sintomi del Covid.

Bene quindi la spensieratezza, ma con qualche attenzione in più rispetto al passato, e con la consapevolezza che mantenersi attivi e in salute è la prima cosa da fare per alzare le difese immunitarie del corpo, e quindi per stare bene.

### **TERZO SETTORE – Un webinar con gli esperti per le novità sulle normative**

La gestione dei volontari negli enti del terzo settore, **alla luce della riforma**, prevede una serie di **novità rispetto alle precedenti normative di riferimento** (in particolare la legge 266 del 1991). Per capirne di più, il **18 luglio, dalle 17.30** alle 19, ci sarà il secondo webinar sul tema, dal titolo: “Dal registro all’assicurazione: gli adempimenti per la gestione dei volontari”. Interverranno **Elena D’Alessandro di CSVnet** su “Rimborsi spese ed eventuale regolamento in autocertificazione: modalità di approvazione e contenuti”; **Francesca Colecchia** di Arsea srl su “Registro volontari cartaceo e telematico e gestione dei volontari occasionali”; **Mario Moiso** presidente dell’organo controllo di Anpas nazionale su “L’assicurazione dei volontari: come attivarla e quali rischi copre”.

L’incontro si svolgerà on line, **su Zoom e in diretta sul canale facebook** di “cantiere terzo settore”, e verrà rilanciato su CSVnet e Forum nazionale terzo settore. Si invita ad inviare i propri quesiti a: [info@cantiereterzosettore.it](mailto:info@cantiereterzosettore.it).

### **SOCIAL NETWORK – Uisp Varese è anche su Instagram**

(A. M.) Uisp Varese da qualche settimana ha aperto un profilo Instagram, “la prima delle 100 migliori app per iPhone di tutti i tempi”, “uno dei social network più influenti al mondo”, nonché “una delle 50 migliori applicazioni Android per il 2013”.

Uisp Varese ha pensato a una **pagina in cui dare risalto alle attività dell’associazione** e soprattutto alle **società sportive affiliate** a Uisp che possono utilizzare il nuovo canale per inoltrare foto e notizie da divulgare. A marzo 2022, l’uomo più seguito sul social network era il calciatore **Cristiano Ronaldo con 416 milioni** di follower, mentre la donna più seguita era l’imprenditrice **Kylie Jenner, con 320 milioni** di follower. Uisp Varese non ambisce a questi numeri, ma invita tutti a seguire il nuovo canale. A dare impulso alla pagina è stata la **social media manager Chiara Frangi**, anima anche di questa rubrica. Uisp Varese, parallelamente, ha intensificato la **presenza su Facebook**, sempre con l’obiettivo di esservi sempre più vicino, a portata di click.

**SPECIALE UISP** – Tutti gli articoli su VareseNews

di A cura di Uisp Varese