

## VareseNews

### “Cittadini del mondo Varesina”: 15 anni sul campo con un decalogo sempre ben in testa

Pubblicato: Mercoledì 16 Ottobre 2024



L'importante è partecipare? No, **l'importante è mettere a fuoco degli obiettivi** personali e di squadra, e raggiungerli. Ha le idee chiare *Cittadini del Mondo Varesina*, **squadra di calcio di salute mentale della Provincia di Varese** che, dal 2009 a oggi, partecipando a campionati regionali e nazionali, ha costruito un decalogo per la pratica sportiva che può servire a tutti, dentro e fuori dal campo.

Il **primo obiettivo è avere chiari gli obiettivi** da raggiungere; il **secondo** riguarda la capacità di **mettere se stessi** a beneficio del gruppo. **Terzo:** non importa vincere, ma avere una **mentalità vincente**, ovvero motivazione, autostima, disponibilità, gestione delle emozioni, fedeltà a un progetto, coinvolgimento, rispetto e costanza. Gli altri punti riguardano la propensione alla **collaborazione**, la metodica **all'impegno**, la capacità di fare **sacrifici**, il raggiungimento del **benessere**, la valorizzazione del **gruppo**, il mettere a fuoco il **percorso** che porta al risultato. Fino alla massima: **sbagliando magari non si vince, ma sicuramente si impara.**

I Cittadini del Mondo Varesina, seguendo questo decalogo, stanno andando lontano. Il primo traguardo raggiunto è la durata: sono **15 anni che l'attività va avanti** con la presenza di un **team multidisciplinare di operatori** (educatori e infermieri), di cui tre presenti fin dal primo giorno (Mirco, Maurizio ed Emanuele Martignoni, referente dell'attività con Uisp per i Servizi di salute mentale e mental coach della squadra).

La squadra si chiama Cittadini del Mondo, a cui è stato aggiunto “Varesina” per onorare la **partnership con la Varesina Calcio di Venegono Superiore** che gioca in serie D e che ha accolto “i Cittadini” nel **2016** condividendo con loro il campo e le attrezzature del **Varesina Sports Center di Castiglione Olona**.

Quest’anno sono stati **tesserati 24 giocatori** che si stanno allenando due giorni alla settimana per arrivare preparati al campionato di novembre, con l’obiettivo di **partecipare al torneo nazionale “Matti per il Calcio” nel 2025**. Farcela è possibile, a patto di metterci la testa. Cosa che è importante per tutti, ancor di più per chi afferisce ai reparti di salute mentale.

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

di A cura di Uisp Varese