

## Invecchiamento attivo: lo scambio culturale tra Varesotto e Portogallo

**Pubblicato:** Mercoledì 2 Ottobre 2024



**NOTIZIARIO UISP** del 2 ottobre 2024

### CSK BUSTO – Lo scambio culturale in Portogallo

Uno scambio culturale per condividere **strategie efficaci per l'invecchiamento attivo** della popolazione. Dopo un primo studio in estate al **Parco Alto Milanese**, dove si svolge la “palestra a cielo aperto”, è stata la volta del **Portogallo**: qui si è recata una rappresentanza italiana aderente al **progetto europeo “More and better years”**. Promosso nel programma *Erasmus plus* dalla **Municipalità di Vila Nova de Famalicao**, lo scambio ha avuto per partner l'associazione Stare bene insieme, il Consorzio Parco Alto Milanese e il Comune di Mornago.

Il progetto ha visto **tre momenti di scambio tra le componenti tecniche e i partecipanti** delle attività, con **due meeting in Italia** (dall'8 al 12 luglio e dal 9 al 13 settembre) e l'ultimo incontro da poco concluso. Nel Paese della regione iberica si sono recati **Flavio Castiglioni** (presidente del Consorzio Parco Alto Milanese-Pam), **Maurizio Bigarella** (vicesindaco di Mornago), **Paolo Busacca e Michela Bossi** (Centro Studi Karate, affiliato Uisp), **Stefano Bottelli, Damiano Petitti e Marco Brivio** (Stare bene insieme) e **Luciana Bissoli** (rappresentante dei partecipanti alla palestra a cielo aperto).

«Sono stati cinque giorni molto intensi e proficui – è il **commento di Paolo Busacca** -. Ci siamo confrontati con un **progetto di grande rilevanza**, che riesce a coinvolgere fino a **4500 anziani**, il cui

primo obiettivo è il **benessere e la riabilitazione**. Adesso la palla passa a noi, che dobbiamo proseguire su questa strada, portando anche qui quello che abbiamo visto e imparato».

### **BASKET – Ultima settimana di iscrizioni per gli under**

La **pallacanestro** è la tua passione? Sei convinto che, nello sport, non conta tanto vincere, quanto divertirsi? Sei un fan del quinto tempo? Sono **ancora aperte**, ma solo per questa settimana, le **iscrizioni al settore giovanile per i campionati Under** di Basket Uisp. La chiusura, prevista per lunedì 30 settembre, è stata **prorogata di una settimana**.

Per il campionato senior, invece, i giochi sono fatti: le **iscrizioni sono state 82**, ancora di più rispetto a quelle dello scorso anno che con 78 squadre era già stato un anno record.

E allora cosa aspetti ad essere dei nostri? **Visita il sito del tuo comitato UISP** di riferimento nella sezione specifica della pallacanestro per trovare tutte le informazioni e i riferimenti alla pagina di iscrizione. Ulteriori dettagli sul sito (**CLICcate QUI**).

### **INCLUSIONE – Matti per il calcio**

“Tutti vincitori, nessuno escluso – Terminate tutte le gare: i Triangolari dei Colori chiudono un’edizione all’insegna dello sport sociale e dell’inclusione”: è incisivo il titolo dell’articolo che campeggia sul **sito nazionale del Calcio Uisp** che in questi giorni ha garantito lo svolgimento delle circa 30 partite di questa **XVI edizione di Matti per il calcio**, andata in scena nello stadio Nicoletti di **Riccione** dal 26 al 28 settembre.

Da **Varese** quest’anno non ha partecipato **nessuno** perché i nostri giocatori speciali sono stati impegnati **in altre manifestazioni**, ma non è mancato il nostro tifo.

Non eravamo presenti fisicamente, ma c’eravamo con il cuore, perché tali eventi vanno sostenuti, nella consapevolezza che lo **sport sia una riabilitazione**. Ricordiamo che Matti per il calcio Uisp aderisce alla **Settimana europea dello sport #BeActive**, l’evento annuale che mette al centro l’importanza dell’attività fisica e dello sport per il benessere individuale e collettivo, promosso in Italia dal Dipartimento per lo sport.

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

di A cura di Uisp Varese