

Ciechi Sportivi Varesini: il divertimento non si vede, si vive

Pubblicato: Mercoledì 9 Luglio 2025



Lo scorso sabato una gita è saltata per via del maltempo. Ma niente paura, il 26 luglio è in programma una nuova gita in sup e canoa a Mergozzo. Ad organizzarla sono i **Ciechi e Ipovedenti Sportivi Varesini**, un'associazione affiliata alla **Uisp** (Unione Italiana Sport Per tutti). La Uisp, da sempre impegnata nella **promozione dello sport come strumento di inclusione e benessere sociale**, sostiene attivamente iniziative che permettono a persone con disabilità visiva di partecipare a diverse discipline sportive, promuovendo progetti volti all'integrazione e all'accessibilità in ogni ambito.

Solitamente, alle gite a Mergozzo o a Lesa organizzate dai Ciechi sportivi, partecipano tra le 10 e le 15 persone, ognuna con la possibilità di scegliere tra il sup, la canoa o semplicemente godersi una giornata di relax al lago. **L'esperienza si è rivelata un successo, con molti soci e volontari che l'hanno provata e apprezzata.** Il gruppo ha anche acquistato tre canoe a due posti e tre Sup.

Il Lago di Mergozzo, grazie alla sua tranquillità e all'assenza di imbarcazioni, offre un ambiente ideale per queste attività, garantendo sicurezza e serenità. Chiunque desideri partecipare può contattare il numero 3281575571; **l'esperienza è aperta sia ai soci che a chiunque altro voglia avvicinarsi a queste pratiche, con la speranza di accogliere anche nuovi volontari.** Queste uscite, infatti, sono possibili grazie ai volontari e gli amici che guidano il pulmino e consentono di raggiungere i posti dove non è possibile arrivare in treno. Ci sono anche super volontari, come Stefano che prima svolge le elezioni teoriche e poi esce in acqua sul Sup. E altri che ce la mettono tutta. Due per tutti: Moreno o Walter.

«È bello perché si passa una giornata insieme, ci si diverte» afferma **Giovanna Foti, volontaria e socia ipovedente del gruppo**, sottolineando l'importanza della condivisione e del divertimento. Non manca neanche un tuffo rinfrescante, e prima di rientrare, la giornata si conclude solitamente con una pizza in compagnia.

A settembre, il gruppo si sposterà nel Cilento, una novità dopo tre anni trascorsi in Abruzzo, dove l'accessibilità delle strutture direttamente sulla spiaggia era stata molto apprezzata. Quest'anno, però, la scelta è caduta su una nuova destinazione, raggiungibile in treno, per esplorare nuove esperienze, con in programma anche una gita alle valli del Pasubio.

Praticare sport, specialmente in contesti naturali, offre una vasta gamma di benefici per le persone non vedenti e ipovedenti, andando ben oltre il semplice esercizio fisico. L'attività sportiva regolare migliora significativamente la salute fisica e mentale, riducendo ansia e stress, migliorando l'umore e aumentando l'autostima. Contribuisce a una migliore coordinazione, equilibrio, controllo posturale e salute cardiovascolare generale.

di [A cura di Uisp](#)