

## Sport, scuola e benessere mentale: duecento studenti a confronto con atleti e medici dell'Asst Valle Olona

**Pubblicato:** Martedì 7 Ottobre 2025



Si è svolto questa mattina, al Nuovo Cinema Prealpi di Saronno, l'incontro fortemente voluto da **ASST Valle Olona** (organizzato dal Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze diretto dalla Dr.ssa Lara Ferrari) e pensato per gli **studenti delle scuole superiori della città**.

Oltre 200 i giovani provenienti dall'Istituto Prealpi, dal Liceo Classico L.M. Legnani e dallo IAL Saronno che oggi hanno affollato la sala per ascoltare i relatori: **da Nicolò Martinenghi** ("presente", a sorpresa, con un bellissimo video messaggio) a **Martina Rabbolini, da Giuseppe Saronni e Marco Parolo a Carlotta Zanotto**.

Hanno aperto i lavori il Direttore Generale di ASST Valle Olona – Daniela Bianchi, il Direttore Generale di ATS Insubria – Salvatore Gioia, il Sindaco di Saronno – Ilaria Pagani, e la signora Katia Cattaneo dell'Ufficio Scolastico Territoriale della Provincia di Varese.

«Sono davvero lieta di aprire questa giornata dedicata a voi ragazzi – queste le parole del Direttore Generale Daniela Bianchi – Lo sport reca con sé valori intrinseci molto importanti e con l'incontro di oggi desideriamo sottolineare come esso abbia non solo una funzione benefica per la mente e per il corpo, ma anche uno scopo educativo. Tengo a ringraziare i grandi campioni sportivi presenti qui oggi, e i nostri clinici, che hanno organizzato l'incontro con impegno, passione e sensibilità».



«Nei prossimi tempi proseguiamo a promuovere iniziative che uniscano tre pilastri fondamentali della crescita individuale e collettiva: **lo sport, la scuola e il benessere mentale**. “La mente... in splendida forma” è il titolo dell’evento e nel contempo l’invito, per tutti noi, a riconoscere quanto la salute mentale sia parte integrante del nostro benessere globale. Lo sport, in questo contesto, si rivela un prezioso strumento educativo, capace di insegnarci l’equilibrio, la resilienza e la fiducia in noi stessi» questo il commento di **Salvatore Gioia Direttore Generale di ATS Insubria**, «Il mio plauso va agli organizzatori, ai ragazzi e ai campioni che hanno trasformato la loro disciplina in una vera e propria scuola di vita: il loro contributo è un vero e proprio regalo di valore inestimabile. Un ringraziamento speciale va ad ASST Valle Olona e anche ai docenti, che con dedizione e sensibilità hanno reso possibile questo momento di incontro e confronto. La vostra capacità di costruire ponti tra sapere e vita vissuta è ciò che rende la scuola un luogo autentico di crescita».

L’incontro è proseguito con lo spazio “La mente... in splendida forma”, con le testimonianze rese da Nicolò Martinenghi – Campione Olimpico di nuoto, attraverso un video messaggio per i ragazzi, Martina Rabbolini – Campionessa Paralimpica di nuoto, Marco Parolo – ex calciatore, Giuseppe Saronni – Campione italiano di ciclismo, e dalla Prof.ssa Carlotta Zanotto – Docente dell’Istituto Prealpi di Saronno e Campionessa di Pallavolo.



Presenti in sala anche la Dr.ssa Simona Nicolini Direttrice della Struttura Complessa di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza e il Dr. Michele Mitarittono, Direttore del Pronto Soccorso di Saronno.

Redazione VareseNews  
[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)