

Disabili e sport «Venite a vedere cosa facciamo»

Phb. Le attività dell'associazione saranno presentate domani nell'open day al Centro sportivo Italcementi. Occasione per conoscere un'esperienza di volontariato

CHIARA RONCELLI

Phb è un'associazione che promuove, sviluppa e incentiva la pratica dello sport per persone disabili: attraverso progetti sportivi, divisi in differenti discipline, l'associazione consente a molte persone affette da diverse forme di disabilità di praticare sport a vari livelli, dall'amatoriale all'agonistico. Nuoto, scherma, sci nordico, tennis tavolo, tiro con l'arco, vela, ginnastica sono le discipline che oggi praticano gli atleti della Phb, e chissà che in futuro possano aumentare grazie all'arrivo di nuovi atleti e nuovi volontari.

La presentazione

Discipline che verranno presentate domani dalle 9 alle 17 presso il Centro sportivo Italcementi di Bergamo durante l'open day dell'associazione: un'intera giornata di sport e volontariato, pensata per presentare a tutti i cittadini di Bergamo e provincia le attività che caratterizzano la vita dell'associazione durante tutto il corso dell'anno. Durante l'intera giornata la palestra e le piscine del Centro sportivo Italcementi si trasformeranno in un palcoscenico dove si alterneranno le esibizioni dei diversi settori sportivi che fanno parte dell'associazione. La palestra del Centro sarà teatro

delle esibizioni dei settori tennis tavolo, la cui squadra gareggia nel torneo provinciale Csi contro atleti normodotati, e tiro con l'arco, durante la quale scenderanno in pista anche alcuni atleti paralimpici.

L'atrio ospiterà, invece, l'esibizione del settore scherma, che ha organizzato un mini torneo e un'esibizione dei migliori schermatori della squadra. Nella piscina si terrà una dimostrazione del corso di acquaticità (nuoto libero), segui-

■ Si cercano volontari, soprattutto per le attività del nuoto, con 60 persone

ta dall'ormai consueta «8 ore di nuoto», una gara a staffetta durante la quale si alterneranno in vasca le migliori squadre della Lombardia e una selezione degli atleti agonisti delle squadre di nuoto della Phb.

Un'occasione unica per vedere all'opera tutti gli atleti delle squadre della polisportiva bergamasca, ma anche per mettersi alla prova e sperimentare direttamente alcune delle discipline nelle quali gli atleti con disabilità sono impegnati:

sarà possibile sfidare la squadra di ping-pong, provare il tiro con l'arco guidati dagli istruttori, conoscere gli schermatori. Ad accogliere i visitatori ci saranno i volontari dell'associazione, che presenteranno tutte le altre attività, dalla vela allo sci nordico, e le possibilità di entrare a farne parte.

«La giornata non è solo aperta alle persone disabili che volessero vedere chi siamo con i loro occhi e provare qualche disciplina, ma anche a chi desidera provare un'esperienza di volontariato», spiegano i volontari dell'associazione, sempre alla ricerca di nuove energie per poter consentire a tutte le attività di non fermarsi.

Bisogno di aiuto

Ricerca di volontari che si rivolge in particolare al settore del nuoto per il corso di acquaticità: «Il corso è sicuramente l'attività che, all'interno della Phb, richiama costantemente il maggior numero di persone. Circa 60 utenti con diverse disabilità si ritrovano ogni sabato dalle 14,30 alle 15,30 presso il Centro sportivo Italcementi per trascorrere un piacevole pomeriggio in acqua fra giochi, animazione e pratica del nuoto. L'appuntamento è sempre molto affollato, quindi abbiamo costantemente biso-



Atleti di scherma della Phb. COPYRIGHT MATTEO ZANARDI



Raffaello Bresciani con alcuni volontari della Phb

gno di aiuto; e possiamo assicurare che è un'attività piacevole e divertente anche per chi aiuta gli atleti», spiegano i volontari.

Diritto di tutti

Un aiuto che risulta fondamentale per trasmettere le finalità dell'associazione: dimostrare che lo sport è un diritto di tutti.

Per conoscere nei dettagli il programma dell'open-day è possibile visitare il sito internet www.phb.it, scrivere a comunicazione@phb.it o contattare direttamente il vice presidente dell'associazione Mauro Olivieri al numero 335.6697630.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Progetto Gymnica per i ragazzi dell'Isola



Atleti di tiro con l'arco della Phb

Corso al via

L'idea nata da genitori di giovani disabili di Carvico per avviare i figli alla pratica sportiva

È partito ufficialmente a novembre, ma c'è ancora tempo per aderire, un nuovo progetto targato Phb: è «Progetto Gymnica», un corso di ginnastica e di avviamento allo sport per i ragazzi disabili dell'Isola. L'idea è nata lo scorso luglio da alcuni genitori di ragazzi disabili di Carvico che desideravano avviare alla pratica sportiva ragazzi disabili delle scuole elementari e medie: hanno chiesto aiuto a Phb che ha accolto volentieri la richiesta, e fin da subito l'Istituto scolastico Villa Peschiera di Villa d'Adda e le scuole medie di Carvico hanno messo a disposizione le proprie palestre per rendere possibile l'attività. Un'opportunità interessante, perché nell'Isola non esistono per ora altre offerte di attività sportiva per disabili. I promotori hanno quindi pensato di ampliare la proposta, rivolgendola anche ai ragazzi delle scuole superiori e proponendo due momenti distinti: per i ragazzi dai 9 ai 14 anni il giovedì dalle 17 alle 18 presso l'Istituto Sacro Cuore Villa Peschiera di Villa d'Adda (via Peschiera, 4), mentre per i ragazzi dai 14 ai 20 anni il mercoledì dalle 18,30 alle 19,30, presso le scuole medie di Carvico (via Villa, 1). Il tutto reso possibile grazie al supporto di alcuni esperti presenti sul territorio (un medico fisiatra e un istruttore di ginnastica) e dei volontari della Phb.

Il corso propone un lavoro trasversale su differenti discipline sportive: ci sono momenti di gioco di squadra, percorsi attrezzati ed esercizi a corpo libero, il tutto condotto da uno spirito ludico-ricreativo che facilita la socialità e l'aggregazione dei ragazzi coinvolti. Al corso possono partecipare non solo i ragazzi di Carvico, Villa d'Adda e Sotto il Monte, ma anche tutti i ragazzi degli altri paesi dell'Isola: nei mesi di gennaio e febbraio è ancora possibile partecipare ad una lezione di prova contattando Mauro Olivieri, vice presidente Phb, al numero 335.6697630. Maggiori informazioni sul sito www.phb.it.

In sedia a rotelle Ma da 19 anni grande nuotatore

Lastoria

Raffaello Bresciani, 21 anni, ogni sabato si allena al Centro sportivo Italcementi con l'associazione Phb

Raffaello Bresciani è un ragazzo di Zanica, ha 21 anni, frequenta il secondo anno alla facoltà di Scienze dell'educazione dell'Università degli Studi di Bergamo e vive la sua vita su una

sedia a rotelle. Ogni sabato da 19 anni Raffaello si allena al Centro sportivo Italcementi con l'associazione Phb e i suoi volontari. «Ho conosciuto l'associazione - racconta - quando ero molto piccolo, intorno ai due anni, grazie ad alcuni amici. Hanno presentato a me e alla mia famiglia la Phb, spiegandoci che nonostante la mia disabilità avrei potuto praticare uno sport. Ho provato ad andare in piscina con

loro e da quel momento non ho più smesso». Oggi Raffaello è uno degli storici atleti della specialità del nuoto, una delle tante discipline che la Phb raccoglie all'interno della propria polisportiva: «Fin dalle prime volte e nonostante le difficoltà che nel corso del tempo ho incontrato, mi sono sempre trovato molto bene all'interno dell'associazione e il nuoto è diventato un punto fermo della mia settimana. Non sono un atleta agonista, la mia è più una passione che mi fa stare bene non solo fisicamente ma anche emotivamente, perché qui coltivo relazioni molto importanti che mi hanno accompagnato anche negli anni della crescita». E sono proprio le relazioni che per Raffaello stanno al centro di questa esperienza, a partire da quelle con i volontari, che per lui sono diventati un «vero e proprio punto di ri-

ferimento. Ogni atleta è affiancato da un volontario, se possibile sempre lo stesso. Il volontario che da parecchi anni mi accompagna in acqua è Walter, con lui ho instaurato un profondo rapporto di fiducia e stima e sono riuscito a raggiungere un traguardo importante: nuotare in completa autonomia. Non è semplice fidarsi di sé stessi e non avere paura. Walter e gli altri volontari sono riusciti a trasmettermi fiducia, che insieme alla mia voglia di provare e alla mia passione mi hanno permesso di farcela. La volontà e la passione fanno la differenza: le condizioni fisiche hanno un certo peso, ma sono lo stato mentale ed emotivo a contare di più; grazie alla sintonia che si è creata tra me e Walter e alla fiducia che mi ha trasmesso sono riuscita a farcela». Così per Raffaello sono nati rapporti di amicizia che

esulano dal nuoto: «Sono persone che mi hanno visto crescere, mi hanno aiutato e ancora oggi sono al mio fianco». Tanto da scegliere anche alcune scelte: «Nel corso degli anni in piscina ho incontrato tante persone con forme di disabilità molto diverse tra loro: crescendo ho capito che è un'opportunità per mettermi in gioco con persone che hanno più difficoltà di me. È nata in me la voglia di aiutare nonostante la mia condizione di difficoltà, perché penso che essendo già io in una piccola condizione di svantaggio posso aiutare altri proprio partendo dalla mia esperienza personale. Così ho scelto di studiare nell'ambito dei servizi sociali, prima frequentando l'Istituto Mamoli e poi l'Università». Raffaello ha già iniziato a dare una mano proprio nella sua associazione, contribuendo a mantenerla viva.