

VareseNews

Sport e anziani, quando le relazioni sociali contano più di tutto

Pubblicato: Mercoledì 7 Aprile 2021



L'allarme arriva da **Uisp Sassari**: Loredana Barra, presidente del comitato sardo, racconta alla Nuova Sardegna che «da 1200 persone ora siamo in contatto con meno di 200», un crollo che ci preoccupa, un rapporto che speriamo di riuscire a recuperare». Stiamo **parlando di anziani**, categoria da tenere d'occhio con attenzione: non è solo un'eventuale infezione da Covid-19 a metterli in difficoltà, ma soprattutto **l'isolamento sociale che i vari lockdown stanno causando**. E il fatto di non poter più frequentare le palestre è un aspetto importante in questo senso.

A Varese la situazione non è molto diversa. Ad occuparsi dei tesserati “diversamente giovani” per il Comitato territoriale è direttamente la **presidente, Rita Di Toro**. «Da sempre tengo i corsi di ginnastica dolce e di mantenimento – racconta – in tutto per Varese città stiamo parlando di una trentina di persone. E i contatti ci sono, ma si tratta di telefonate “informali”: non è sempre possibile portare avanti la formazione on line».

La speranza, per gli anziani come per tutti, sta nel vaccino: «Per ora la paura è tanta, e giustamente – racconta la presidente – il **vaccino è l'unico modo per tornare ad una normalità simile a quella “precovid”**, ma per ora aspettiamo. E teniamo fede al nostro ruolo come Uisp, tenendo le relazioni, cercando di **non lasciare solo nessuno**, perché il nostro sport è prima di tutto sociale, di incontro, di benessere del corpo che coinvolge appieno lo spirito».

In altre realtà del comitato qualcosa è stato fatto: il **CSK di Busto Arsizio ha portato avanti per qualche tempo delle lezioni “asincrone”** tramite whatsapp, ma non sempre è possibile. «Le nuove tecnologie sono una grande risorsa, in questi frangenti le **piattaforme di teleconferenza** hanno permesso di mantenere una attività di base a moltissime realtà – racconta Di Toro – ma **non tutti gli anziani hanno i nipoti pronti ad aiutarli** con il video *whatsapp* di ginnastica, e questo rischia di tagliarli fuori dal mondo».

Un tentativo di ricominciare c'è stato: lo scorso mese di ottobre, **un mese di lezioni “in presenza” era stato portato avanti** con tutte le precauzioni del caso. Un compito meno banale di quello che sembra, perché implica molto più del “normale” distanziamento: «Un vero e proprio cambio di paradigma – spiega Di Toro, insegnante di lungo corso – perché non puoi più usare nulla. Gli attrezzi devono essere personali, oppure sanificati ad ogni lezione. Un compito **non facile nemmeno dal punto di vista economico**, se si vuole davvero garantire la sicurezza di chi pratica».

SPECIALE UISP – Tutte le notizie su VareseNews

di Chiara Frangi – Redazione Uisp Varese

