



SPORTIAMO: BERGAMO VA A SCUOLA CON LO SPORT

Star bene è una delle sfide dei prossimi anni. Ai giovani, sempre più alle prese con sedentarietà e stress risponde Sportiamo, un programma educativo basato sul lavorare insieme e su una nuova didattica costruita con esperti di sport e alimentazione.

*Bergamo, 19 gennaio 2016 – E' possibile far dialogare la scuola e lo sport? Bergamo risponde a uno dei luoghi comuni del nostro modo di pensare che scuola e sport siano due mondi in antitesi con il **progetto di crescita Sportiamo, firmato Imiberg, pensato per far scoprire alla generazione dagli 0 a 20 sé stessi e uno stile di vita più sano, grazie anche ad attività fisica e alimentazione corretta.***

Un percorso che, martedì 19 gennaio, ha richiamato nella Sala Oggioni del Centro Congressi Giovanni XXIII esperti di salute, sport e alimentazione a confrontarsi con docenti e genitori. In prima linea contro sedentarietà e cattive abitudini alimentari, di fianco a **Imiberg, Wellness Foundation, Gruppo ospedaliero San Donato Foundation e Atalanta. Alla base del progetto un network di collaborazioni con le istituzioni locali dal Comune, all'Agencia per la tutela della salute, al Provveditorato agli Studi e con numerose realtà sportive come la Foppa Pedretti, Cai, il CSI, il Golf Club Albenza, la Bergamo Boxe.** Un dialogo tra Istituzioni, Fondazioni che operano in ambito medico e del benessere fisico, Associazioni sportive e Scuola, da cui è emerso un modo nuovo di educare, basato non solo sui libri, ma anche sul movimento.

«Da oltre vent'anni ci occupiamo di educazione e quello che abbiamo più a cuore è la crescita dei nostri giovani, è lo sviluppo ed il benessere della nostra terra. Facendo Scuola, stando con bambini e ragazzi, ci siamo accorti che "aiutarli a crescere" è aiutarli a scoprire pienamente loro stessi, i propri talenti e che questo si può acquisire integralmente se si promuovono corpo e spirito come indivisibili: cioè lo sviluppo della corporeità.

SPORTIAMO è il tentativo di costruire una scuola che, senza rinunciare a essere quello che deve essere, cioè formativa attraverso lo studio delle varie discipline, valorizzi l'attività corporeo-motorio-sportiva a tutti i livelli. E faccia questo dai due anni fino ai 18. Non con finalità agonistiche in senso stretto, ma come il modo più efficace per valorizzare tutte le dimensioni della persona. Perché il benessere e uno stile di vita sano favoriscono l'apprendimento completo e la capacità di imparare meglio la vita», così introduce **Ettore Ongis**, Amministratore Unico di Imiberg.

Per la prima volta in assoluto l'Agencia per la Tutela della Salute di Bergamo ha presentato alcuni preoccupanti dati. *«I ragazzi bergamaschi – ha detto **Mara Azzi**, direttore generale dell'Agencia per la Tutela della Salute - sono sempre più sovrappeso e a rischio di diabete, malattie cardiovascolari e tumori. Uno studio che ha coinvolto 85 pediatri e 4.263 bambini di 8 e 9 anni ha*

evidenziato che il 26% dei maschi e il 27 % delle femmine sono in sovrappeso o obesi. E di questi il 54 % ha almeno un genitore sovrappeso».

A questo grave scenario guardano con attenzione anche il Comune di Bergamo, come sottolineato in apertura dall'assessore **Loredana Poli** e da **Patrizia Graziani**, Dirigente dell'ufficio scolastico provinciale di Bergamo

La scuola è il luogo in cui i ragazzi passano la maggior parte della loro giornata ed è qui che si devono creare le condizioni più efficaci per costruire una **regolare attività motoria**, valorizzando anche il ruolo degli allenatori sportivi e riconoscendo i benefici dell'attività fisica supportati dalle conoscenze di base e integrati fra le varie materie. *«Scuola e sport non sono mondi diversi. A 4 anni è importante iniziare un percorso con la famiglia che aiuti a fondere i mondi scuola e sport. Purtroppo, i bambini e i ragazzi di oggi non sono più abituati a giocare liberi, non fanno più quei giochi "da cortile" che aiutano alla presa di coscienza della propria corporeità in modo vario, ma si muovono solamente in momenti appositamente strutturati, specializzandosi fin da subito in una specifica disciplina che limita lo sviluppo della motricità ai movimenti necessari alla stessa»*, ha commentato **Maurizio Costanzi, responsabile del settore giovanile dell'Atalanta BC**, ricordando le esperienze che vive, giorno dopo giorno, con i ragazzi che allena.

Testimonial del progetto è **Giampaolo Bellini**, capitano dell'Atalanta, che proprio il giorno in cui avrebbe dovuto intervenire al convegno per raccontare la sua esperienza di padre e di appassionato sportivo e calciatore è diventato papà per la seconda volta. Un testimonial completamente in sintonia educativa con il progetto Sportiamo, prima ancora come papà che non come calciatore professionista.

Il cambiamento nei comportamenti è necessario soprattutto considerando gli studi scientifici che attestano che, **per la prima volta, le nuove generazioni potrebbero avere un arco di vita in buona salute più breve di quello dei loro genitori**. La principale causa sta nel sovrappeso, nell'obesità e nel diabete. *«Ormai il 43% circa della popolazione adulta italiana soffre di obesità e sovrappeso e questo perché consumiamo sempre più spesso cibi poveri di oligoelementi ma ricchi di zucchero, sale, addensanti, additivi e conservanti. Per questo è nato EAT, il progetto di educazione alimentare con cui diamo la possibilità ai giovani di nutrirsi in maniera corretta. A partire dai distributori EAT Alimentazione Sostenibile: l'alternativa che proponiamo rispetto al cibo-spazzatura che l'ambiente obesogeno ci offre a ogni angolo»* - ha ricordato la dott.ssa **Gilda Gastaldi, medico specializzato in Igiene e Medicina preventiva del Gruppo ospedaliero San Donato Foundation**.

Imiberg, infatti, è la prima scuola di Bergamo ad aderire al **progetto EAT del Gruppo Ospedaliero San Donato Foundation** integrandosi con il lavoro che il Comune di Bergamo e Wellness Foundation stanno portando avanti per rendere la città sempre più aperta al benessere e all'attività fisica: *«Da dieci anni con Wellness Foundation e Wellness Valley lavoriamo per far scoprire ad adulti e ragazzi un nuovo modo di vivere. Un percorso iniziato dall'Emilia Romagna che ora intendiamo rafforzare a Bergamo, con l'obiettivo di renderla **la prima Wellness City d'Italia**. Un impegno che tutti possiamo e dobbiamo portare a termine»* - ha concluso **Luigi Angelini**, Consigliere di Amministrazione di Wellness Foundation (fondazione legata a Technogym).

Per informazioni sul progetto: <http://sportiamo.scuoleimiberg.it/>

UFFICIO STAMPA

Giuseppe Andreoli - Cell. 393.8164442

Lucia Masserini - Cell. 333.3513421

stampa.sportiamo@imiberg.it