

Attività motoria e sport "senza età"

Forse perché non sono più un giovanotto di "primo pelo" ma un atleta "Master" con qualche medaglia nella mia piccola e personalissima bacheca, torno a trattare un tema che mi è molto caro e che credo debba essere caro a tutti, soprattutto ai nostri governanti: un sano invecchiamento attivo.

Ultimata la fase lavorativa - peraltro sempre più lunga - uomini e donne entrano in quella fase della vita che, insieme a parecchi acciacchi, è però in grado di riservare anche grandi e impensabili soddisfazioni: basta soltanto saperle (e poterle) cogliere. Il "saper" individuare i nuovi scenari che la vita può aprire è, ovviamente, affidato alla sensibilità, alla volontà e alle passioni di ciascuno, mentre offrire le reali possibilità per inseguire questi nuovi traguardi, è una cosa che non può che essere demandata allo Stato e alle sue strutture.

Per troppo tempo, purtroppo, la terza età è stata, per così dire, abbandonata a se stessa e, a voler essere pignoli, anche ora le problematiche connesse a questa fascia sempre più ampia di popolazione non sono sempre tenute nella giusta considerazione. Negli ultimi decenni, in Italia, la crescita della popolazione anziana è stata fortissima. Nel 2009 gli over 65 sfioravano i 12 milioni, pari a poco più del 20%. Al 1° gennaio 2019, secondo gli ultimi dati disponibili, le persone con oltre 65 anni di età residenti nel nostro Paese ammontavano a quasi 14 milioni, pari al 23% del totale. Una crescita davvero esponenziale, che dovrebbe richiedere la massima attenzione da parte delle istituzioni per garantire o, quanto meno, offrire agli anziani la possibilità di un invecchiamento migliore e più sano.

Invecchiamento attivo, contro invecchiamento passivo: questa è la sfida che tutti noi dovremo affrontare con la consapevolezza che si tratta "semplicemente" di raggiungere un prezioso benessere non solo individuale ma collettivo. Basti pensare alle positive ripercussioni sul sistema assistenziale, sanitario ed economico. È quindi indispensabile che lo Stato adotti, nei confronti di questa problematica, un nuovo e più deciso approccio, capace di produrre politiche mirate e organiche, in grado di trasformare l'invecchiamento della popolazione da peso a risorsa per la società. E, perché no, dello sport.

È, infatti, in questa consapevolezza, che il Coni ha intrapreso un virtuoso percorso di allargamento dell'attività motoria (e sportiva) a fasce di età sempre più ampie, soprattutto nella parte "alta" della popolazione, per fare in modo che aumentino sempre più le truppe di coloro che scelgono un invecchiamento attivo anziché optare per il divano o il tavolo della briscola.

Oggi lo Sport di base (la maiuscola ha un significato particolare) rappresenta il giusto punto di partenza per affrontare con fermezza quel percorso che la Fidasc, nella sua piccola ma non certo insignificante dimensione di Federazione popolare e dilettantistica ha già intrapreso da tempo.

Non certo da oggi, infatti, siamo perfettamente in linea con i principi ispiratori di un'attività motoria/sportiva sempre più allargata sia dal punto di vista anagrafico che "di specie", e in questo siamo indubbiamente favoriti dalla nostra innata vocazione all'aria aperta e al dinamismo, ancorché non esasperato, e alla totale interazione degli atleti con l'ambiente naturale. Non solo in tutte le innumerevoli e affascinanti specialità praticate con l'ausilio di un atleta a quattro zampe: dalla cinofilia venatoria senza sparo, all'agility e allo sleddog, ma anche in quelle del tiro come il tiro di campagna, il field target o il tiro con l'arco. Tutte specialità nelle quali il gesto atletico non è un fatto di forza, ma solo di grande passione.

Non certo da oggi, la Fidasc è perfettamente in linea con i principi ispiratori di un'attività motoria/sportiva sempre più allargata sia dal punto di vista anagrafico che "di specie", e in questo è indubbiamente favorita dalla sua innata vocazione all'aria aperta e al dinamismo.



In tutte le specialità federali, a partire da quelle praticate con l'ausilio di un atleta a quattro zampe, il gesto atletico non è un fatto di forza, ma solo di grande passione.