

La Settimana europea dello sport (23 -30 settembre) riparte dai giovani per promuovere il benessere fisico e psicologico

*Webinar tematici su **Salute, Perseveranza, Obiettivi, Resilienza, Tenacia**, tanti campioni e una corsa per promuovere la ripartenza:*

sono queste le attività organizzate dalla Rappresentanza in Italia della Commissione europea e dalla Federazione Italiana di Atletica Leggera.

Al programma di eventi web parteciperanno 45mila studenti delle scuole primarie e secondarie collegati da tutta Italia

Roma, 23 settembre 2020

Ripartire dallo sport per promuovere il benessere psicofisico dei cittadini, in particolare dei più giovani. È con queste premesse che si apre oggi la **Settimana europea dello sport**, l'iniziativa lanciata nel 2015 dalla Commissione europea con l'hashtag **#BeActive**, che anche quest'anno coinvolgerà l'Italia insieme a oltre 40 Paesi UE ed extra UE.

Fino al **3 ottobre** un **programma articolato** e ricco di appuntamenti **sia in presenza che digitali**, organizzati dalla **Rappresentanza in Italia della Commissione europea** in collaborazione con la **Federazione Italiana di Atletica Leggera**. Tra le tante attività online, un ciclo di **5 webinar tematici** rivolti ai ragazzi delle scuole primarie e superiori, che traggono ispirazione dai **valori** legati alle iniziali della parola **SPORT: Salute, Perseveranza, Obiettivi, Resilienza, Tenacia**. Dal **23 al 30 settembre** i ragazzi delle scuole di ogni ordine e grado coinvolte dal progetto avranno l'occasione di **avvicinarsi al mondo delle Istituzioni e dello sport** e scoprire tutti i benefici derivanti da una corretta attività fisica insieme ai **grandi campioni dello sport**. **Andrew Howe, Fabrizio Donato, Davide Re, Margherita Granbassi e Andrea Lucchetta**, insieme a **Mauro Berruto**, porteranno le loro testimonianze con l'obiettivo di sensibilizzare i ragazzi sull'importanza e sui benefici della pratica sportiva **non solo per la salute, ma anche per la crescita personale**. Interverranno inoltre **l'ISMEA** (Istituto di Servizi per il Mercato Agricolo Alimentare) e il **CREA** (Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria) per sensibilizzare i giovani partecipanti sull'importanza e sui benefici legati ad **un'alimentazione sana e corretta**. Il **30 settembre** una sessione di **training** darà ai ragazzi la possibilità di cimentarsi insieme in un allenamento a distanza.

Qualche giorno dopo, il **3 ottobre**, ma sempre nell'ambito della Settimana europea dello sport, si svolgerà inoltre a Roma **Restart Europe**, una **corsa a cronometro individuale di 1 km** per ragazzi che partirà dal Pincio. L'obiettivo è dare un segnale di ripartenza, **all'insegna dello sport e degli stili di vita sani**. Durante Restart Europe sarà possibile seguire **lezioni di fitness** (tonificazione, funzionale, difesa personale femminile, aerobica, Zumba e discipline olistiche): per garantire il rispetto delle normative anticovid è necessaria la prenotazione (contatti: aki.akademiatitalia@gmail.com).

Dopo l'edizione da record del 2019, che ha coinvolto **oltre 15 milioni di partecipanti in tutta Europa**, quest'anno la Settimana europea dello sport sostiene e accompagna la ripresa **dell'attività sportiva** come volano per il **ritorno alla normalità**, facendo leva sui valori e sull'importanza che lo sport ha per la **salute** e per il **benessere psicofisico**, nonché come strumento per la crescita personale dei giovani, ossia coloro **che saranno chiamati a costruire l'Europa del futuro**.

L'invito è ad **esercitarsi e rimanere fisicamente attivi** nonostante le circostanze senza precedenti che ancora oggi costringono milioni di persone a ripensare le proprie abitudini e stili di vita. A questo scopo, la **Commissione europea** ha lanciato la campagna **#BeActiveAtHome**, l'altro hashtag ufficiale della

Settimana, che consentirà di ricevere consigli e informazioni su tutte le attività di pratica sportiva domestica.

“La promozione dell’attività fisica, come l’educazione agli stili di vita sani, è una priorità per l’Unione europea. La Settimana europea dello sport intende inoltre lanciare un messaggio positivo di ripartenza malgrado l’emergenza Covid-19 - ha dichiarato Antonio Parenti, Capo della Rappresentanza in Italia della Commissione europea. Qualche giorno fa, nel suo discorso sullo Stato dell’Unione, la Presidente von der Leyen ha ricordato l’immagine di Carola e Vittoria, le due ragazze che durante il lockdown giocavano a tennis sui tetti di Finale Ligure, ricordandoci la lezione che c’è dietro, quella di non consentire agli ostacoli di averla vinta ma di cogliere le opportunità del momento. Superare le difficoltà con talento, creatività, e coraggio: lo sport ci insegna anche questo”.

“Lo sport è educazione e salute - ha dichiarato il presidente della Federazione Italiana di Atletica Leggera Alfio Giomi -. Crescere praticando uno sport come l’atletica leggera significa diventare grandi in termini umani, allenarsi a superare le difficoltà, imparare il rispetto per gli altri. L’attività sportiva di base è importante quanto quella dei grandi campioni. Durante questa pandemia la Federazione ha lavorato incessantemente per restituire l’atletica ai ragazzi, in modo sicuro e protetto. Siamo partiti da lontano, mesi fa, ipotizzando, nel pieno del momento di difficoltà per il nostro Paese, nuove modalità di praticare il nostro sport. Lo abbiamo fatto perché lo sport è educazione, aspetto fondamentale per il futuro dei nostri ragazzi”.

Per informazioni: COMM-REP-IT-INFO@EC.EUROPA.EU

Contatti:

Commissione europea
Francesca De Angelis
Francesca.deangelis@hkstrategies.com
M: +39 342 7460159

Ufficio stampa FIDAL
Anna Chiara Spigarolo
annachiara.spigarolo@fidal.it
3381515 744