LA VITA IN MOVIMENTO

APRILE 2026
NUMERO 1, ANNO 3



Le rubriche di questo numero sono state curate da:
GIORGIO BIGATTI
MARILÙ CAPPARELLI
ALESSIA DEVITINI
GERMANO LANZONI
GIAMPAOLO NUVOLATI
GIORGIO METTA
MARIAPAOLA PESCE
ALFIO QUARTERONI

SPORT È CULTURA

Dai primi pattini a 14 mesi fino al sogno Olimpico
Intervista a FRANCESCA LOLLOBRIGIDA

Amicizia, rispetto ed eccellenza: il valore culturale dello sport
Intervista a MARCO RIVA

Allenare la mente per gestire le emozioni e aspettative: il lavoro del mental coaching
Intervista a NICOLETTA ROMANAZZI

Inserto speciale Milano Cortina 2026
con i contributi di
ANDREA VARNIER
DIANA BIANCHEDI
MARCO BALICH

ORO IN COMBINATA

Un moderno sistema integrato di 732 autobus e 457 treni. E 28 velostazioni dove parcheggiare comodamente la tua bici.

Essere Regional Transport Sponsor di Milano Cortina 2026 è nel nostro DNA ed è la nostra missione di ogni giorno: farvi arrivare al traguardo, nel modo più efficiente e sostenibile, con ogni tempo, sfidando ogni imprevisto. Dal 1877, noi di FNM continuiamo a connettere territori, persone, opportunità.
E a collegare natura, storia e futuro della Lombardia.



Siamo in pista ogni giorno con voi.

FNM GROUP

REGIONAL TRANSPORT SPONSOR

MILANO CORTINA 2026

MILANO CORTINA 2026

Intervista a FRANCESCA LOLLOBRIGIDA

DAI PRIMI PATTINI A 14 MESI FINO AL SOGNO OLIMPICO:

FRANCESCA LOLLOBRIGIDA SI RACCONTA

di ROSANNA CARDELLA PG. 8

Toccare il fondo e rinascere, senza mai smettere di credere ai sogni.

La storia della mia vita

di MARTINA VALCEPINA PG. 16

Intervista a MARCO RIVA

Amicizia, rispetto ed eccellenza:

IL VALORE CULTURALE DELLO SPORT

di SIMONE CARRIERO PG. 22

PG. 28

Un viaggio tra neve, gioco ed emozioni

di BIANCA SALTERI

Intervista a MAURO SPADARO

Giocare a calcio per essere felici in tutto, **la sfida di Arca**

di SIMONE CARRIERO PG. 38

Intervista a ANDREA PEZZINO

Il progetto

"Uscire dall'angolo"

a Sant'Angelo Lodigiano, imparare la boxe per diventare persone migliori

di SIMONE MARCHISANO PG. 42

Fare il possibile, ogni giorno.

Un pomeriggio nella vita di Arianna Mortarino

di ROSANNA CARDELLA PG. 50

SPORT È CULTURA

Quando lo sport abbatte le barriere: la storia del Gruppo Sportivo ENS Varese
di CRISTIAN GNODI
PG. 58

Intervista a LUIGI CAPUTO
eSports
PG. 66
nei campi virtuali si giocano le nuove competizioni di atleti (molto reali)
di LORENZO PALLOTTI

Intervista a SILVIA PARENTE
PG. 74
"Quando i piedi diventano occhi"
di ROCCO LANZA

Intervista a ANDREA FERRETTI
La medicina dello sport al servizio della salute e dell'eccellenza degli atleti
di LORENZO PALLOTTI
PG. 80

Intervista a NICOLETTA ROMANAZZI
Allenare la mente per gestire le emozioni e aspettative: il lavoro del mental coaching
di CHIARA MELONI
PG. 88

Intervista a PIER DONATO VERCELLONE
Emozioni, risultati e giudizi costanti.
Come governare la reputazione dei grandi club sportivi
di ROSANNA CARDELLA
PG. 98

Milano Cortina 2026: l'eredità di Visa tra sport, innovazione e comunità
di STEFANO M. STOPPANI
PG. 104

Cinema e sport invernali
di GIANNI CANOVA
PG. 110

SPORT È CULTURA

Together We Play, Together We Win

di ANDREA FONTANARI PG. 118

Intervista a FLAVIO TRANQUILLO

Identità, opportunità, narrazione e cultura: VIAGGIO NELLO SPORT USA

di ROCCO LANZA PG. 126

Milano-Cortina 2026 e la storia delle Olimpiadi

di UMBERTO TULLI PG. 134

Linguaggi dello sport: tra parola, gesto e spazio. La prossemica totalizzante

di LUCA MONTANI PG. 140

MILANO CORTINA 2026

INSERTO SPECIALE PG. 144

MILANO CORTINA 2026: LA SFIDA DI ORGANIZZARE I GIOCHI SU UN TERRITORIO DIFFUSO

Intervista a ANDREA VARNIER

di ROSANNA CARDELLA

QUELLO CHE RESTA DEI GIOCHI OLIMPICI E PARALIMPICI INVERNALI DI MILANO CORTINA 2026

Intervista a DIANA BIANCHEDI

di ROSANNA CARDELLA

LA CERIMONIA D'APERTURA DI MILANO CORTINA 2026. LO SHOW CHE PARLA A TUTTO IL MONDO

Intervista a MARCO BALICH

di LORENZO PALLOTTI

CAMERE, PALESTRE, SPAZI COMUNI E UNA MENSA APERTA 24 ORE SU 24: UN TOUR DIETRO LE QUINTE DEL VILLAGGIO OLIMPICO

di CHIARA MELONI

IL MIO VIAGGIO CON LA FIAMMA OLIMPICA: EMOZIONE, ORGOGLIO, PASSIONE PER LO SPORT, CHE È MAESTRO DI VITA

di LORENZO PALLOTTI

LE RUBRICHE

EDITORIALE

EVENTI

PG.166 Ferrovia T2 Malpensa – Gallarate, inaugurata la nuova tratta
di LORENZO PALLOTTI

CULTURAL HERITAGE

PG.170 Il Duomo esce dalle sue mura: arte e restauro a Milano Cadorna
di ROCCO LANZA

PG.172 La cultura di impresa è un monumento
di LUCA MONTANI

CULTURA D'IMPRESA

PG.176 "Ma cos'è poi questo sport?"
di GIORGIO BIGATTI

FLÂNERIE

PG.180 Uno spettatore sul treno
di GIAMPAOLO NUVOLATI

ARTE E CULTURA IN MOVIMENTO
Rubrica a cura di Museo Diocesano di Milano Carlo Maria Martini

PG.182 La Lotta di Giacobbe con l'angelo di Morazzone e i Giochi Olimpici come palestra di vita
di ALESSIA DEVITINI

MODELLI MATEMATICI

PG.186 La matematica come motore delle performance sportive
di ALFIO QUARTERONI

INTELLIGENZA ARTIFICIALE

PG.190 Salute, sostenibilità e competitività: le grandi sfide dell'intelligenza artificiale
di GIORGIO METTA

SGUARDI SUL FUTURO

PG.194 Oltre il Binario: L'AI come Motore di una Nuova Connettività Umana
di MARILÙ CAPPARELLI

LETTURE PER RAGAZZI

PG.200 Correre, saltare, scivolare, ma solo tra le pagine!
di MARIAPAOLA PESCE

SATIRA

PG.204 Il vero sport nazionale? Il lamento. E siamo tutti campioni
di GERMANO LANZONI

Passione, il motore invisibile che dà forma allo sport e ai suoi valori



SIMONE CARRIERO

Milanese, giornalista professionista. Dopo la laurea in Lettere moderne all'Università Cattolica, ha lavorato a Lombardia Notizie (agenzia di stampa della Regione Lombardia) dove è stato caporedattore per oltre 10 anni. Dal 2016 è responsabile Media relations e Ufficio stampa del Gruppo FNM.

Cercare di fare sintesi della varietà, ricchezza, profondità di contenuti di questo numero de *La vita in movimento* è impresa quanto mai ardua, se non impossibile. C'è però una parola che, forse più di altre, può aiutare a fornire una chiave di lettura per comprendere le dinamiche che animano lo sport in tutte le sue forme, dalle più elementari e amatoriali, alle più alte e professionistiche.

Questa parola è: passione. Un sentimento che spinge, anima, dà forza, crea legami e appartenenza, occupa i pensieri e il tempo, disegna percorsi, genera a volte repulsione e distanza e sfiora l'ossessione. Ma che, alla fine dei conti, rende vivi, contribuisce a costruire un sistema di pensiero e giudizio, ha l'ambizione di cambiare il mondo in bene con la sua energia invisibile. Sport è cultura, dunque, come recita il titolo di copertina.

Tra le tante storie che raccontiamo nelle oltre 200 pagine che compongono la rivista, ne voglio segnalare tre che, a mio avviso, rappresentano in maniera emblematica tutto quello che lo sport, nella sua accezione più nobile e sana, può rappresentare.

La prima è quella di Francesca Lollobrigida, vincitrice di due ori olimpici nel pattinaggio a Milano Cortina. Sfido chiunque a rimanere im-

perturbabile di fronte alle immagini delle sue vittorie e in particolare al film della gara dei 5000 metri. Da sola, senza il riferimento dell'avversaria a spronarla, continua a spingere, giro dopo giro, ma le energie finiscono. Gli ultimi metri sono una sofferenza totale, il vantaggio cronometrico si assottiglia, l'azione sui pattini si fa più pesante. Ma quella determinazione che ha sul volto, quella passione appunto, non si esaurisce, anzi si alimenta metro dopo metro. Nella lunga e bellissima intervista che ci ha concesso, commentando quel momento, dice: «Alla fine ero morta ma mi sono detta che dovevo dare tutto e di più. [...] La parte bella della mia carriera è uscita lì, nell'ultimo giro». Passione per il lavoro, responsabilità, forza mentale, capacità di sacrificio. Che altro aggiungere?

La seconda storia è quella di Andrea Pezzino e dell'associazione sportiva Spartan Adamas Boxing Team di Sant'Angelo Lodigiano, una palestra di boxe che è diventata un presidio educativo per i ragazzi del quartiere Pilota. È una vicenda di rinascita personale e comunitaria, mediata dalla pratica sportiva. Personale, perché Andrea Pezzino, oggi imprenditore, ha trascorso diversi anni in carcere prima di trovare la propria strada. Comunitaria, perché giovani con vite complicate e problemi familiari e scolastici, hanno potuto trovare un luogo di accoglienza, ascolto e amicizia. Il tutto attraverso guantoni, sudore, fatica, regole, rispetto per sé stessi e gli altri.

La terza storia è quella di Andrea Fontanari, un giovane artista di Trento, chiamato a realizzare un lavoro nell'ambito del progetto dei poster ufficiali d'arte per le Olimpiadi e Paralimpiadi Invernali Milano Cortina 2026. Qui lo sport assume la forma del processo creativo, della bellezza incarnata dal gesto atletico, intrecciata con la bellezza commovente e anomala di un gesto di fair play per aiutare un avversario in difficoltà, elemento inaudito in un contesto di competizione estrema. Il racconto del percorso compiuto da Fontanari, a cui si deve anche l'immagine di copertina, fino a concepire e realizzare la sua opera, è la testimonianza di una serie di valori a cui nessuno si può sottrarre, tanto profondamente umani sono: empatia, solidarietà, altruismo, sostegno reciproco.

Già, le Olimpiadi, sintesi simbolica di tutto ciò che lo sport è in sé e può raccontare di sé e dei suoi valori di amicizia, rispetto ed eccellenza, così ben esplicitati da Marco Riva, presidente del CONI Lombardia, nell'intervista che ha rilasciato a *La vita in movimento*: «lo scopo del movimento olimpico – ci ha detto – è costruire un mondo migliore attraverso lo sport». Questi stessi valori tornano, attraverso varie sfaccettature, quasi come filtrati da un caleidoscopio, nell'ampia sezione speciale dedicata alle Olimpiadi e Paralimpiadi Invernali Milano Cortina 2026 e in altri interventi che toccano storia, cinema, sponsorship.

Non mancano visioni profonde e, a tratti sorprendenti sul tema dell'educazione, della disabilità, della comunicazione e del linguaggio sportivo, oltre che della salute fisica, con il prof. Andrea Ferretti e dell'allenamento mentale, con Nicoletta Romanazzi, degli atleti professionisti e non solo. Una menzione a parte meritano la finestra aperta sugli eSport e sullo sport americano, oltre che la storia di Arianna Mortarino, atleta professionista di arrampicata e studentessa di ingegneria del Politecnico di Milano che divide la sua giornata tra lezioni, studio, allenamenti e lavoro in palestra.

Come di consueto, l'ampia sezione delle rubriche chiude il numero. Prendo a prestito una frase dalla rubrica *Sguardi sul futuro*, firmata da Marilù Capparelli, Avvocato, Docente e Director Legal and Strategy Google, per concludere le mie riflessioni: «il trasporto, nella sua essenza più profonda, non è mai solo il raggiungimento di una meta geografica, ma un cammino che, pur attraversando il mondo, cerca il centro dell'essere». Forse è questo il vero significato non solo dei movimenti umani ma anche dello sport e della vita di tutti i giorni, un passo dopo l'altro. Il viaggio continua.


RUDY
PROJECT
AERON
MILI
AUTIC
TARE
CENTRO
SPORTIVO



DAI PRIMI PATTINI A 14 MESI
FINO AL SOGNO OLIMPICO:

FRANCESCA LOLLOBRIGIDA SI RACCONTA

La pattinatrice ripercorre le tappe che l'hanno portata a conquistare due ori a Milano-Cortina 2026. Il passaggio dalle rotelle al ghiaccio, il valore dell'Aeronautica Militare, i problemi di salute e la sfida più grande: diventare madre senza rinunciare ai Giochi

di ROSANNA CARDELLA

Dai Giochi Olimpici di Milano-Cortina è tornata a casa con due ori nel pattinaggio di velocità, nei 3000 e nei 5000 metri, stabilendo un primato e con una consapevolezza ancora più solida: mantenere alta la concentrazione e continuare a lottare, anche nei momenti più complicati, alla fine ripaga. Francesca Lollobrigida, pattinatrice e atleta dell'Aeronautica Militare nata a Frascati nel 1991, eredita la passione per il pattinaggio dal padre e indossa i primi pattini a rotelle a soli 14 mesi. Saranno i Giochi Olimpici di Torino 2006 a indicare la strada per il passaggio al ghiaccio e inseguire il sogno olimpico. Le prime medaglie ai Giochi arrivano a Pechino nel 2022, con un argento nei 3000 metri e un bronzo nella Mass Start. In questa intervista l'azzurra ripercorre le tappe principali della sua carriera: la crescita sportiva e il valore della preparazione mentale, il ruolo del Centro Sportivo dell'Aeronautica Militare, i problemi di salute e il suo impegno per uno sport sempre più accessibile a tutti. Ne emerge il racconto di un'atleta che ha ottenuto grandi risultati facendo scelte coraggiose che rivendica con orgoglio, come diventare madre senza rinunciare a competere ai massimi livelli.

Quando è nata la tua passione per il pattinaggio?

Essendo nata e vissuta a Roma, il ghiaccio è subentrato più tardi nella mia vita. Io ho praticato pattinaggio a rotelle, passione che mi è stata tramandata da mio papà e dal nonno ed è comunque nata da piccola. Le mie prime foto con i pattini risalgono a quando avevo 14 mesi quindi mi hanno proprio indirizzato fin dai primissimi passi. C'è da dire – e mi piace sottolinearlo – che mi hanno comunque dato l'opportunità di provare altri sport come il nuoto, l'atletica, il tennis, la danza. È stata poi una mia scelta quella di proseguire nel mondo del pattinaggio a rotelle. Dopo l'Olimpiade di Torino del 2006 il mondo del ghiaccio ci ha incuriosito, l'idea è partita da mio papà perché a gareggiare c'erano molti ex rotellisti che si erano cimentati nel pattinaggio su ghiaccio e avevano vinto anche delle medaglie. Il pattinaggio a rotelle, infatti, non è una disciplina olimpica, questo è stato un motivo in più che ha spinto papà a dirmi di provarci. Io andavo ancora alle superiori, frequentavo il terzo anno, e un giorno mi ha aspettato fuori da scuola per andare a provare il pattinaggio su ghiaccio insieme a mia mamma e mia sorella. A partire dall'inverno successivo ai Giochi Olimpici, era il 2007, ho cominciato a dedicarmi a quello.

Quando hai capito che non sarebbe stato solo un hobby ma il tuo lavoro?

È diventato il mio lavoro principale dopo che sono entrata in Aeronautica Militare a 23 anni. Prima era la mia famiglia che finanziava tutto e quando è così non ti sen-

ti ancora una professionista. Praticare il pattinaggio su ghiaccio a livello professionale, come molti altri sport, ti porta via tantissimo tempo. A una certa età arrivi a un bivio in cui ti chiedi se proseguire o se dedicarti allo studio o comunque a crearti un futuro. Il Centro Sportivo dell'Aeronautica Militare ti dà la sicurezza, la tranquillità perché comunque così diventa un lavoro a tutti gli effetti. Da qui è cominciata la mia attività, mai interrotta dal 2012, nel giro della nazionale. Ho partecipato a 4 Olimpiadi, la prima nel 2014.

Hai appena citato il Centro Sportivo dell'Aeronautica Militare: che valore ha per te questa appartenenza e in che modo questa realtà ha contribuito alla tua crescita come atleta e come persona?

Sapere di avere un lavoro comporta anche degli obblighi: se un giorno ti svegli stanca e senza voglia di fare, sai di dover comunque fare il tuo, proprio come chi si alza la mattina e va a lavorare. La prima cosa, quindi, è che ti responsabilizza e, contemporaneamente, ti dà quella tranquillità di poterti dedicare completamente allo sport. Ti permette di poter fare quello che ti piace ma allo stesso tempo ti responsabilizza perché è proprio un lavoro a tutti gli effetti. Poi io vado pazza per il Centro Sportivo dell'Aeronautica Militare, portare in alto i nostri colori, rappresentare la mia Forza armata. Noi corriamo con la Nazionale però anche sul podio dei Giochi Olimpici io ho portato loro con me. È la mia squadra.

Hai partecipato ai Giochi Olimpici Invernali di Milano-Cortina 2026 conquistando due ori. Come ci si prepara, fisicamente e mentalmente, ad affrontare una competizione di livello così alto?

La preparazione per la mia prima Olimpiade è stata completamente diversa da come mi sono preparata per quest'ultima. Si matura, s'impara e gli anni e l'esperienza fanno la differenza. La premessa è che l'anno scorso ho vinto il titolo mondiale nei 5000 metri e, quindi, mi sono lanciata in questa stagione olimpica nel migliore dei modi. Le qualifiche sono state tra novembre e dicembre 2025, quindi molto a ridosso dell'Olimpiade. Volevo fosse veramente la stagione perfetta però ho avuto una virosi e avevo tutti i linfonodi gonfi, facevo fatica a fare le scale, non mi sentivo bene sui pattini. Insomma, ero debilitata. Non potevo però prendermi una pausa, se non avessi fatto bene le gare di Coppa del Mondo nessuno avrebbe preso il mio posto. Dovevo gareggiare per forza ed è stato un anno di sofferenza pura, molto più psicologica che fisica. Non mi sentivo bene in gara e lottavo proprio con tutta me stessa, sono arrivata stremata. Nel corso della stagione ho dovuto anche cambiare programmi perché sono tornata a casa per fare dei check medici; io programmo tutto, sono veramente una maniaca del controllo e, quindi, anche questo, da atleta, è stato difficile. Non ho mai smesso con gli allenamenti, comunque, andavano avanti anche se non mi sentivo in forma per allenarmi come avrei voluto io.

Cosa è successo poi arrivando a Milano per gareggiare?

Appena sono entrata nello stadio di Milano-Cortina 2026 mi sono molto caricata a livello psicologico, questo grazie anche al fatto che, non arrivando da favorita, ero proprio tranquilla. Mi ha caricato lo stadio, il ghiaccio mi piaceva… Ero entrata veramente "in palla", come diciamo noi atleti. Mi ha dato la carica il fatto di stare a Milano. Per come era andata la stagione mi ero detta che non volevo fare una brutta figura davanti a tutta Italia e sono riuscita a utilizzare la situazione a mio favore. Ero in una tale "trance agonistica" che, nei 3000, mi ero accorta di aver fatto un buon tempo ma non che fosse un record olimpico, l'ho scoperto dalle interviste successive. Ero proprio entrata nella mia bolla, veramente.



Invece la 5000 è stata una gara diversa perché già sapevo di dover gareggiare da sola, la mia amica avversaria mi aveva confessato che non stava bene. La batteria precedente aveva fatto un buon tempo e io, per arrivare davanti, avrei dovuto battere il mio personale. Sono stata soddisfatta e orgogliosa di me stessa di correre da sola. Vengo dal mondo delle rotelle in cui si gareggia sempre con un avversario, lì invece ho dovuto fare 12 giri e mezzo e 5000 metri da sola e mi sono meravigliata. La testa lì ha fatto la differenza, ho sfruttato tutte le energie in mio possesso. Questo è uno sport in cui la testa fa tanto.

Ci ha molto colpito proprio il finale della seconda gara, quella dei 5000, in cui si vedeva che le energie erano poche ma che non avresti mollato fino alla fine. In quel momento in particolare in cui le energie fisiche sono scarse che cosa hai pensato?

Lì ha fatto tutto la testa. Quella è sta-



ta una gara molto sofferta ma è stata anche la gara in cui mi sono impressionata di me stessa e sono stata veramente molto orgogliosa perché, come dicevo, ho dovuto fare 12 giri e mezzo da sola. Ho fatto il mio personale, record italiano, mi sono proprio superata. Alla fine ero morta ma mi sono detta che dovevo dare tutto e di più. È un po' un allenamento mentale che fai nel corso degli anni. Gli stop, gli infortuni, i momenti di crisi secondo me un atleta li deve avere, perché sono quelli che poi ti insegnano a rialzarti più forte di prima e anche a lottare. La parte bella della mia carriera è uscita lì, nell'ultimo giro.

Hai una routine o un rituale prima di scendere sul ghiaccio?

Durante i Giochi Olimpici per me il sonno è stato fondamentale. Mio figlio non era presente quindi comunque potevo dedicarmi a dormire 8 ore per notte e arrivare concentrata. Ci sono riuscita, a parte le notti

successive alle medaglie che non ho proprio chiuso occhio.

Quali obiettivi hai ora come atleta per il futuro?

Adesso la stagione è finita e, come era successo dopo Pechino nel 2022, ho già espresso la volontà, ad allenatore e Federazione, di volermi dedicare alla famiglia. Dopo Pechino io avevo programmato ogni singola cosa, le tempistiche, il rientro, le gare. È una mia caratteristica quella di cercare di avere tutto sotto controllo. La differenza è che questa volta voglio dedicarmi alla famiglia, anche mio marito merita attenzione (ride, ndr). Ora vogliamo allargare la famiglia e questo è l'unico progetto al momento come atleta. Per la prima volta – spero di riuscirci ed è una sfida anche questa – non voglio pianificare niente. Ovvio che al momento sono occupata ad andare in giro perché mi piace il fatto di poter sfruttare la vetrina di un'Olimpiade in Italia per dare visibilità al mio sport e alla mia storia.

Sappiamo che ci tieni anche molto a lanciare il messaggio dello sport come attività che deve essere accessibile a tutti…

Sono Ambassador del programma "Campioni Ogni Giorno", una campagna di donazione di ausili per la pratica dello sport a ragazzi con disabilità, sono stata davvero felice e onorata di prendere parte a questo progetto. Bisogna partire a fare sport da piccoli; quello che sono lo devo veramente agli insegnamenti che mi ha dato lo sport. Per questo lo sport deve essere un diritto di tutti e lo devono poter praticare tutti. Fra le varie attività, prima di Milano-Cortina 2026 abbiamo donato il pattino speciale grazie all'associazione "Lo Spirito di Stella". Trasmettere l'amore per il mio sport mi ha fatto ricordare perché pattino. Dare la possibilità a un ragazzo di pattinare con me, vederlo sorridere mentre va veloce, mentre il vento gli arriva in viso... Proprio come succede a me quando pattino. Lo sport permette anche momenti di aggregazione e deve essere così per tutti. Il pattino speciale aiuta il coinvolgimento dei ragazzi con disabilità nell'attività del pattinaggio.

Durante la tua carriera di atleta professionista sei diventata anche madre. Questa esperienza ha influito sul tuo percorso sportivo e sull'organizzazione di allenamenti, competizioni e vita familiare?

Parto subito dicendo che ha influito solo in meglio. Quello che ho raggiunto post maternità non l'avevo raggiunto prima. Ho avuto il coraggio di fermarmi quando la mia carriera era nel suo momento più alto, dopo le due medaglie a Pechino 2022 e mi ha solo migliorata. Per questo non mi ha toccato né offeso quando mi hanno chiamata "mamma atleta", perché il percorso che io ho voluto intraprendere era proprio quello. Nella mia disciplina a livello internazionale sono stata la prima mamma atleta che ha vinto un mondiale e la prima mamma atleta che ha vinto due medaglie d'oro alle Olimpiadi. Nel mio piccolo, spero di aver lasciato un contributo alle mie colleghe e avversarie, anche agli stessi allenatori che erano po' scettici: non essendo mai successo prima, non potevano sapere se avrebbe funzionato. La parte complicata è stata dettata proprio dalla caratteristica del mio sport, perché la nostra stagione agonistica va da novembre a marzo, quindi è molto ravvicinata. Si va in giro dall'Europa all'Asia, fino all'America. Stiamo più di 150 giorni fuori, ogni mese circa facciamo dalle 2 alle 3 settimane di raduno. La parte più complicata è stata l'organizzazione ma la Federazione mi ha sempre supportato. Poi avevo mio marito e la mia famiglia. Mia sorella, che è stata la mia compagna di allenamento soprattutto dopo la gravidanza, è la persona che mi è stata a fianco per riprendere e ritornare in carreggiata. Dalla Federazione, come ho detto,

avevo carta bianca, è stato un lavoro di squadra. Ho allattato fino a 18 mesi e sono andata in raduno per la prima volta finita la maternità obbligatoria. Quattro mesi dopo il parto ero già sul ghiaccio in raduno con la Nazionale. Tommaso è sempre venuto con me, appena ha cominciato a camminare è stato più difficile portarlo in giro quindi abbiamo cambiato un po' l'organizzazione ed è stato meglio lasciarlo a casa. All'inizio mi sono sentita, come tutte le mamme, un po' in colpa ma è stata la scelta migliore perché lui stava meglio quindi ero più tranquilla anche io.

Nella tua esperienza le atlete madri hanno a disposizione supporti per riuscire a conciliare la loro vita personale con quella professionale?

Io sono stata fortunata perché mi è stato permesso di avere questa tranquillità dalla Federazione e avevo il supporto dei miei familiari. Per aiutare le madri atlete è normale che la Federazione, oltre ai familiari, deve essere di supporto come lo è stata la mia; quindi, io spero che le altre Federazioni riescano a prendere spunto dal progetto della mia. Ho ricevuto tantissimi messaggi anche da persone non sportive, da mamme che si sono commosse perché anche loro all'inizio hanno trovato difficoltà. La gravidanza non deve togliere, deve dare. Io sono stata abbastanza forte da non dare retta alla gente che mi diceva che, facendo un figlio, non sarei tornata a gareggiare ad alto livello.

Questo numero della nostra rivista si intitola "Sport è cultura". Qual è l'insegnamento più importante che lo sport ti ha dato e che applichi anche fuori dalla pista di pattinaggio?

Non ce n'è uno solo, è proprio l'approccio alla vita. L'insegnamento più recente è quello appreso quando ho avuto il coraggio di accettare la sfida di essere un'atleta madre e non ascoltare le persone che dicevano fosse impossibile conciliare maternità e sport ad alto livello. Serve lavorare su sé stessi, ovviamente anche con un'equipe, perché io faccio uno sport individuale ma dietro di me c'è veramente una squadra. Il fatto di andare avanti se si crede in una cosa, senza farsi condizionare da chi ti dice che non è possibile. Quando incontri momenti di stop o infortuni lo sport ti insegna a guardare avanti, a rialzarti, a non farti controllare da questi avvenimenti. Tutte queste esperienze nel mondo dello sport mi hanno forgiato nella vita.



ROSANNA CARDELLA

Nata a Trento, milanese di adozione.
Ha conseguito una laurea in Scienze della Comunicazione e in Relazioni Internazionali all'Università Cattolica del Sacro Cuore.
Ha lavorato come project manager e redattrice in aziende, associazioni no profit e redazioni.
Da ottobre 2021 lavora nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.


SOCHI 2014
PyeongChang
SOCHI 2014



Toccare il fondo e rinascere, senza mai smettere di credere ai sogni.

La storia della mia vita

di MARTINA VALCEPINA

Febbraio è un mese che ogni quattro anni, dal mio debutto in Coppa del Mondo, mi ha sempre regalato emozioni fortissime; un mese che aspetto e preparo per quattro anni con attenzione e impegno. Febbraio, il mese che ogni atleta olimpico invernale teme e desidera, paventa e brama allo stesso tempo.

Tra tutti quelli attesi, febbraio 2026 sarebbe stato IL mese, quello che più di tutti ho sognato, preparato e atteso. Gli ho letteralmente consacrato l'ultimo anno della mia vita, passato a riprendermi dal brutto infortunio di dicembre 2023. Gli ho dedicato tutta la costanza e la dedizione di cui sono capace, determinata e conscia di avere a disposizione le competenze per superare le difficoltà e poter coronare il mio più grande sogno: partecipare alle Olimpiadi in casa, le mie quinte Olimpiadi.

Mi ritrovavo a metà gennaio di quest'anno, a pochissimi giorni dell'Olimpiade made in Italy, la "nostra Olimpiade", di cui tutti parlavano da tempo, che sapevamo ci avrebbe regalato tante emozioni e ci avrebbe fatti sentire orgogliosi del nostro straordinario Paese. Stavo finalmente per vedere il mio magnifico sogno trasformarsi in una realtà che potevo sentire sulla pelle. Un desiderio che solo fino a poche settimane prima mi sembrava un'utopia: ero pronta, qualificata, in forma, con una voglia matta di competere.

Fotografie © A. Lanza

Ebbene, il 18 gennaio tutto, di nuovo, mi crolla addosso. In piena gara, mi ricapita lo stesso identico infortunio di 2 anni e mezzo prima. È un'altalena di emozioni. Mi faccio coraggio, cerco di riprendermi emotivamente, di essere forte: dura un attimo, ma sembra eterno. Penso a quella mattina, alla gioia che avevo nel cuore; rivolgo la mente alla mia famiglia. Poi vedo me bambina che corre felice, vedo fiori di ogni genere, colorati e dalle mille forme, palloncini e coriandoli. E subito dietro una nuvola scura, veloce, minacciosa e densa: assorbe tutto. E io che corro terrorizzata per non farmi raggiungere e incorporare dal cumulo plumbeo. Un sasso, inciampo.
Tutto si fonde. Vedo nero.

L'anestesia mi ha resa incosciente.

È successo tutto qualche giorno prima del sogno, a un passo dalla fine dell'ultima gara prima dei Giochi Olimpici. Sono i Campionati Europei in Olanda, a Tilburg: tre turni, tre volte 500 metri. Facile. Una giornata di gare come tante altre.

Entro in pista con le ultime parole del mio allenatore che rimbombano nelle orecchie:
"Divertiti, so che puoi fare bene.
Non ci sono ancora molti 500 metri da fare".

Sulla linea di partenza la concentrazione è massima.
Non sono una che molla e, nonostante la stanchezza dell'ultimo periodo, il mio obiettivo è quello di passare il turno.
Durante la gara sono seconda, dietro a una delle padrone di casa.
Va benissimo. La gara è perfetta, esattamente come l'avevo immaginata: pressione, inclinazione, forza e focalizzazione; l'aria fresca sul viso e l'adrenalina che da sempre questo sport mi regala.

A poco più di un giro dal termine, con il pattino tocco il picchetto centrale e va tutto a rotoli. Senza rendermene conto sono tra i materassi. Un rumore, impercettibile.

Tutto si ferma.

Non sento più alcun suono, non sento voci, non sento niente.
Tutto per un attimo si è pietrificato. L'atmosfera è immobile.
Vedo sfocare immagini: le mie avversarie, allenatori, medici e volontari. Sui loro volti cerei leggo dispiacere, tristezza, sconforto.
Si muovono tutti a rallentatore; le loro labbra cercano di dirmi qualcosa, ma io ancora non sento alcun suono.

Il vuoto: l'unica sensazione che percepisco. Nient'altro che vuoto.



Torno al presente, all'attimo che sto vivendo. La consapevolezza di quello che è successo mi invade come un'onda improvvisa, altissima, gelida, travolgente, anomala. Non riesco a gestirla. All'improvviso non ho più la forza.

L'arbitro fischia l'interruzione della gara e, mentre gli addetti al soccorso entrano in pista con la barella, ripeto in continuazione soltanto quattro parole: "È rotta di nuovo".

Non riesco a dire altro. Lo ripeto all'infinito e, in un istante, di getto, il mio corpo prova sconforto e desolazione. Sono tutti attorno a me. In sottofondo sento il pubblico applaudire e continuo a vedere figure indistinte. L'unica cosa nitida, l'unico pensiero fisso, è quello del sogno olimpico che svanisce, che si infrange. Il cuore si fa pesante.

Poco dopo arriva il referto ufficiale: frattura scomposta complessa di tibia e perone della gamba destra, in conseguenza della pregressa frattura in sede. Vedo tutto nero, tremo. Sono talmente abbattuta che non riesco nemmeno a versare una lacrima, anche quelle pietrificate nel bulbo oculare.

Nella mia carriera da sportiva non sempre tutto è andato bene, ma sono convinta che nello sport, un po' come nella vita di ognuno di noi, oltre alle capacità, alla determinazione e al duro lavoro, ci voglia anche un po' di fortuna. Io non ne ho avuta molta a livello sportivo e mi sono dovuta adattare agli ostacoli che la vita mi ha presentato.

Certo, mi sono tolta delle grandi soddisfazioni e ho avuto la possibilità di viaggiare e gareggiare per anni a livello internazionale. Amo lo sport e lo pratico fin da quando sono bambina e, fin da piccola, ho incentrato la mia vita sul movimento e sull'attività motoria. Ma più volte mi sono dovuta fermare, toccando il fondo per poi ripartire da zero, rinascere, resistere, ricominciare.

Sono sempre ripartita con pazienza e decisione. Ogni piccolo passo raggiunto mi ha aiutata a trovare le mie consapevolezze. Restando ferma ho rischiato di essere travolta dalle paure, dalla mia sensibilità, dal vento impetuoso della vita, dal freddo dei momenti bui.

E allora ho ricominciato a muovermi, con indulgenza e sopportazione ma con una serenità nuova. E quando necessariamente ho dovuto interrompere ogni progresso, ho imparato a muovere il mio mondo interiore, cambiando punto di vista e provando a spostare le mie priorità, assaporando e

apprezzando ogni momento per quello che era, regolando la respirazione e guardando al domani con occhi diversi.

Quello che mi ha insegnato lo sport nella mia esistenza è proprio questo: non smettere di credere nei miei sogni, ma anzi coltivare le mie ambizioni sempre più in grande, darmi dei piccoli obiettivi da raggiungere e alzare sempre di più l'asticella per ottenere i risultati più grandi.

Alla fine a Milano non ho potuto gareggiare, ma in parte il sogno olimpico italiano l'ho vissuto lo stesso. Le emozioni, la gioia, il risultato che ha ripagato tutto il lavoro svolto, li ho assaporati comunque, negli occhi e – letteralmente – sulle spalle dei miei compagni di squadra.

Ora sono alle prese con una nuova convalescenza, forse la più impegnativa di sempre. E ancora non so cosa ne sarà del mio residuo di carriera. Ma di una cosa sono sicura: che non sarà questo ennesimo sasso a farmi inghiottire dalle nuvole e segnare la fine della mia corsa nel prato fiorito. Io riprenderò sicuramente a camminare, prima piano e poi sempre più forte, finché non taglierò un nuovo traguardo, esausta ma appagata. Solo allora deciderò che sarà il momento di svegliarmi.



MARTINA VALCEPINA

Nata a Sondalo il 4 giugno 1992, è una delle protagoniste dello short track italiano. Cresciuta nell'ASD Bormio Ghiaccio ha costruito nella sua Valtellina le fondamenta di una carriera lunga e ricca di risultati, portata avanti anche con la maglia delle Fiamme Gialle. È in nazionale dal 2008. Ha attraversato quattro edizioni olimpiche: il debutto a Vancouver 2010, dove era tra le più giovani della spedizione azzurra, il bronzo a Soči 2014 – anno in cui è diventata madre di due gemelle – e due argenti consecutivi a Pyeongchang 2018 e Pechino 2022, che l'hanno confermata tra le protagoniste assolute della disciplina. A completare il palmarès, un bronzo mondiale e quindici medaglie europee, di cui quattro ori.



Amicizia, rispetto ed eccellenza:

IL VALORE CULTURALE DELLO SPORT



Intervista a Marco Riva, presidente del CONI Lombardia. Il ruolo essenziale di famiglie, scuole ed associazioni, l'eredità importante dei grandi eventi come le Olimpiadi e il loro contributo nel promuovere pace e armonia a livello globale

di SIMONE CARRIERO

Amicizia, rispetto, dedizione, competizione sana e lavoro di squadra sono tutti valori che lo sport è in grado di trasmettere, non solo per la crescita dei giovani ma anche in un'ottica di coesione sociale. Un ruolo chiave è svolto anche dalle famiglie, dalle scuole e dall'associazionismo sportivo, che possono favorire inclusione e educazione. Della ricchezza, soprattutto culturale, che porta con sé la pratica sportiva e dell'eredità che i grandi eventi come le Olimpiadi hanno il potere di lasciare, abbiamo discusso con Marco Riva, Presidente del Comitato Regionale Lombardia del Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI). Riva vanta una grande esperienza nell'organizzazione sportiva, nelle pubbliche relazioni e nella formazione di figure tecniche e dirigenziali. Già nei comitati organizzatori di grandi eventi come i Mondiali di pallavolo 2018 e i Mondiali di scherma 2023, referente per il mondo dello sport del Centro Studi Grande Milano, è stato nella Giunta CONI Lombardia e Segretario e Direttore della Scuola dello Sport CONI Lombardia.

Lo sport è unanimemente riconosciuto come un ambito in cui si trasmettono valori. Ha dunque una valenza di carattere culturale. Considerato il momento storico attuale, quali sono a tuo parere i valori più importanti da comunicare ai giovani attraverso l'attività sportiva?

I luoghi di sport sono luoghi di cultura e di educazione. Amicizia, rispetto ed eccellenza sono i tre valori olimpici. Chi fa attività sportiva sicuramente impara lo stare insieme agli altri e anche il competere con gli altri. Il rispetto è il rispetto del proprio compagno, dell'avversario, del giudice di gara, è il rispetto delle regole. Poi c'è la dedizione perché, all'interno del contesto sportivo, devi allenarti, devi fare esperienza, devi impegnarti per poter raggiungere determinati tipi di risultati. Questo aspetto è di fondamentale importanza, c'è un procedimento che passa anche magari dal fallimento per poter poi arrivare al risultato con il miglioramento continuo durante l'allenamento. Lo sport insegna anche questo. La sconfitta fa parte del procedimento verso l'eccellenza.

In alcuni tuoi interventi pubblici, ai tre valori olimpici di cui abbiamo parlato, ti ho sentito aggiungere la parola "insieme". Qual è il suo valore?

Il motto olimpico è più veloci, più in alto, più forti insieme. La parola "insieme" è stata aggiunta pochi anni fa, ed è un concetto fondamentale sia in ambito sportivo sia in ambito lavorativo, perché da soli non si va da nessuna parte. Io cito spesso Julio Velasco e il suo bellissimo discorso sugli alibi. In un gioco come la pallavolo hai tre tocchi: tu devi pensare chiaramente al tuo ma anche agli altri. Sei bravo nel momento in cui riesci anche a convertire in punto un'alzata difficile, ad esempio, però non devi dare la colpa al compagno se le cose vanno male. Questo vale, per definizione, negli sport di squadra come pallavolo, pallacanestro o calcio, ma anche negli sport individuali perché ti devi fidare degli allenatori, del medico, dei tecnici, dei dirigenti. I progetti e le vittorie si costruiscono sempre insieme. Più si riesce a fidarsi dell'altro e a fare squadra, più si ottengono grandi risultati.

Parlando di rispetto, capita di assistere, durante lo svolgimento di gare dilettantistiche, anche con ragazzi molto giovani coinvolti, a episodi che vedono protagonisti genitori o parenti che contestano in maniera molto pesante avversari e arbitri, con violenza verbale e fisica o addirittura con accenti di razzismo. Come si può contrastare un fenomeno di questo tipo che ogni tanto emerge a livello di sport di base, dove la competizione dovrebbe essere forse più sana?

Siamo sicuramente di fronte a una questione di carattere culturale. Io parto da un presupposto: le famiglie devono costituire una risorsa anche per il mondo dello sport. Tutto va indirizzato verso una cultura legata all'attività sportiva vera e propria e non all'odio dell'avversario o a far diventare tutto esasperato. Si fa sport per dare il meglio di se stessi, per competere al massimo e tendere a vincere: questo è il suo bello. Le sfide più entusiasmanti nascono da questo, però non si deve degenerare. Ci possono essere episodi negativi, però ci sono tanti episodi positivi. Ci sono tantissime storie molto belle di sport sul territorio che riguardano, ad esempio, genitori che si mettono insieme per accompagnare i ragazzi, anche condividendo l'impegno con gli avversari. I fatti negativi vanno sicuramente corretti, con un lavoro di informazione e formazione, un lavoro di tipo culturale, anche a partire dalle scuole, e di consapevolezza maggiore.

Il mondo della scuola e il mondo dello sport possono senz'altro collaborare da un punto di vista culturale per

sviluppare questi aspetti educativi. Ci sono esperienze in atto o margini per fare ancora meglio rispetto appunto al rapporto tra mondo scolastico e mondo sportivo?

Sono già stati fatti molti passi avanti nel rapporto tra sport e scuola ma sicuramente c'è ancora tanto da fare. L'importanza dello sport purtroppo a volte non viene percepita. Se probabilmente tempo fa lo sport veniva considerato quasi in contrasto con l'attività scolastica, oggi sicuramente la sensibilità è cambiata. C'è un lavoro a livello infrastrutturale da fare, perché le palestre scolastiche a volte non ci sono proprio e altre volte non sono adeguate. Abbiamo però una fortuna in Italia perché il nostro sistema, rispetto ad altri, è basato molto sull'associazionismo. Il mondo del volontariato sportivo è qualcosa di unico, ha una grandissima forza. Le associazioni sportive sono un luogo di aggregazione e trasmissione di valori e rappresentano un presidio educativo molto importante.



L'associazionismo sportivo può essere anche considerato uno strumento di inclusione sociale, soprattutto in certi contesti?

Assolutamente sì. Lo sport è un linguaggio universale, non c'è diversità quando lo si pratica. Abbiamo tantissimi esempi di perfetta integrazione che riguardano le periferie, ma non solo. All'interno del mondo sportivo si è tutti alla pari e tutti si rema dalla stessa parte. In alcuni contesti critici, si tolgono ragazzi e ragazze dalla strada o da percorsi negativi, dando loro una valvola di sfogo importante. Ci sono atleti di grande livello che dicono di essere stati salvati dallo sport. Ci sono poi tanti ragazzi e ragazze che magari non diventeranno campioni, anche se glielo auguriamo, ma che sicuramente possono diventare persone migliori e inserirsi più facilmente nel loro contesto locale, cittadino e sociale. Va ricordato che, all'interno della Costituzione, all'articolo 33, c'è proprio il riconoscimento del ruolo dello sport per il suo valore, oltre che agonistico, sociale, culturale e legato al benessere fisico e mentale. Questi principi trovano poi concretezza attraverso l'attività che viene svolta a livello territoriale.

La Lombardia è la regione traino in Italia della pratica sportiva per numero di praticanti, per numero di società, ma anche, per numero di vittorie, come hanno dimostrato anche le Olimpiadi di Parigi dell'anno scorso. Quali sono i punti di forza della realtà lombarda, del suo modello sportivo?

C'è innanzitutto la realtà degli organismi sportivi – quindi le federazioni, i tecnici, le associazioni, gli atleti – che è fatta di storicità, competenza e grande passione. La differenza, comunque, la fanno le persone, la loro dedizione e, appunto, la loro passione. Poi c'è l'impiantistica: in Lombardia siamo più fortunati rispetto ad altre regioni, anche se dobbiamo comunque continuare a lavorare. Comunque, il punto centrale, lo ribadisco, sono sempre le persone che operano all'inter-



no delle associazioni. Aggiungerei anche la capacità di fare il lavoro di squadra tra istituzioni, partner pubblici e qualche partner privato. Per l'affermazione degli atleti di alto livello subentrano anche altri fattori come, ad esempio, l'inserimento nei gruppi sportivi militari.

Parlando invece di Olimpiadi e in particolare delle Olimpiadi di Milano Cortina, al di là dell'evento in sé, quale pensi possa essere o quale vorresti che fosse l'eredità che resta allo sport del territorio?

I Giochi olimpici possono essere un successo se c'è un cambiamento, un'evoluzione dal punto di vista culturale della percezione dello sport come un'attività veramente essenziale, che va al di là della parte solamente agonistica, ma è che anche, appunto, integrazione, formazione, educazione e impatto sociale. Questo sarà un lascito sicuramente importante, oltre alla questione legata a tutta l'impiantistica e anche a quanto gli atleti e le atlete sapranno ispirare le nuove generazioni.

Un tempo, durante il periodo olimpico, si interrompevano le guerre. Considerata la situazione geopolitica attuale, lo sport può ancora dare un suo contributo per costruire un mondo migliore, come è avvenuto in alcuni episodi anche nella storia recente?

Sicuramente sì. Lo scopo del movimento olimpico è costruire un mondo migliore attraverso lo sport. È chiaro che viviamo in un contesto di grandissima complessità a carattere geopolitico. II fatto però che la risoluzione italiana sulla Tregua Olimpica in vista dei Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali di Milano-Cortina 2026 sia stata firmata da tantissime nazioni significa che c'è questo tipo di volontà. Dobbiamo sperare che il messaggio olimpico possa portare il più possibile la pace: questo è lo scopo del movimento olimpico. Il messaggio della cerimonia di apertura è quello dell'armonia. Speriamo che si possa davvero costruire un mondo migliore e il più possibile in armonia.





SIMONE CARRIERO

Milanese, giornalista professionista.
Dopo la laurea in Lettere moderne all'Università Cattolica, ha lavorato a Lombardia Notizie (agenzia di stampa della Regione Lombardia) dove è stato caporedattore per oltre 10 anni. Dal 2016 è responsabile Media relations e Ufficio stampa del Gruppo FNM.



Un viaggio tra neve, gioco ed emozioni



L'insegnamento dello sci ai bambini dai 2 ai 10 anni: la regola d'oro è "mai forzare", la chiave dell'indipendenza è la gioia. Scivolare sul manto bianco per imparare a muoversi con equilibrio nel mondo, superando le difficoltà

di BIANCA SALTERI

Quando si pensa allo sci, l'immaginario comune corre subito verso discese veloci, curve perfette e tecnica raffinata.

Lo sci è una disciplina che si impara in una particolare aula scolastica: la montagna! E nel rapporto tra grandi, che insegnano, e piccoli, che imparano, nasce un codice fatto di gesti, che diventa un modo per entrare in relazione l'un l'altro attraverso il corpo, il movimento, il gioco e le emozioni.

Ho insegnato per tanti anni a bambini in una fascia d'età che va dai 2 fino ai 10 anni. Insegnare a un bambino di due anni non significa semplicemente trasmettere una disciplina sportiva; significa accompagnare un bambino in un viaggio fatto di piccoli passi sulla neve, di mani infagottate in grandi guanti, di risate improvvise e di cadute che, invece di essere vissute come fallimenti, diventano subito nuove occasioni per rialzarsi e guardare il mondo da una prospettiva diversa.

Approccio tra rispetto e autonomia

In questo delicato periodo di crescita, la regola d'oro è una sola: mai forzare. Il bambino non deve percepire la pressione della prestazione, ma deve essere immerso in un ambiente che punti esclusivamente al divertimento. Solo attraverso la gioia è possibile fargli raggiungere, passo dopo passo, una propria indipendenza. Questa autonomia non riguarda solo la coordinazione motoria, ma si estende ai comportamenti più elementari della vita quotidiana: imparare a sentire se si ha caldo o freddo, capire se si è coperti correttamente o gestire la propria attrezzatura.

Il contatto con la neve è una stimolazione sensoriale totale. Il freddo pungente sul viso, il rumore sordo degli scarponi che affondano nel manto fresco, la luce accecante che si riflette sul bianco immacolato: ogni elemento diventa esperienza. Lo sci, in questo contesto, è uno strumento di crescita fisica, emotiva e cognitiva.





La scoperta corporea tra i 2 e i 3 anni

Tra i due e i tre anni, i bambini attraversano la fase più intensa della scoperta del proprio "io" corporeo. Ogni movimento è una conquista, ogni secondo di equilibrio mantenuto su una superficie scivolosa è una vittoria epocale. In questa fase, lo sci è una palestra straordinaria per sviluppare la consapevolezza di sé.

Con i bimbi così piccoli, la didattica deve essere ridotta all'essenziale. Spesso partiamo dalle fondamenta più pure: mettere un solo sci alla volta. Può sembrare un paradosso, ma calzare un solo sci permette al bambino di mantenere il contatto con il terreno con il piede libero, usandolo per spingersi. Questo facilita la comprensione immediata del concetto di "scivolamento" senza generare il panico o perdita totale di controllo.





Il gioco come ponte e riconoscimento

Sotto i sei anni, il gioco sostituisce quasi in toto le spiegazioni tecniche: i veri alleati nell'apprendimento sono l'imitazione e l'immaginazione. Ecco un po' di esempi concreti:



1. La pizza

Per insegnare lo spazzaneve (la base della frenata), la prima domanda è quasi sempre: "Ti piace la pizza?". Davanti a un "Sì!" entusiasta, gli sci smettono di essere attrezzi tecnici e diventano le fette di una margherita gigante. Chiudere le punte significa creare una "fetta perfetta".

2. Semaforo Rosso e Semaforo Verde

Appresa la frenata inizia il gioco del semaforo che quando è rosso fa fermare i bambini facendo una pizza e cercando di trovare l'equilibrio appropriato per muoversi il meno possibile, quando diventa verde ricomincia lo scivolamento.



3. L'Aeroplanino

Per allenare l'equilibrio e la distribuzione del peso, le braccia diventano ali. I bambini "volano" sulla pista, piegandosi a destra e sinistra per virare, trasformando la dinamica del peso in un'avventura aerea.

4. Mondi Magici

La pista si trasforma in una foresta incantata. I coni di plastica diventano animali della foresta da salutare con la mano (per spostare il peso in avanti), i tappeti mobili sono isole da raggiungere e i cerchi colorati sono laghi pieni di pesci.

In questo modo, l'apprendimento è molto naturale. Il bambino non sta "studiando", sta "vivendo" una storia di cui è il protagonista.
L'imitazione invece permette ai bambini di questa età di raggiungere i risultati in maniera quasi involontaria. L'apprendimento diventa intuitivo, immediato, naturale. I bambini hanno dei "neuroni specchio" formidabili. Spesso, invece di spiegare come piegare le ginocchia, basta fare il gesto di "sedersi su una sedia invisibile" o "diventare piccoli come formiche" e poi "grandi come giganti". L'apprendimento diventa intuitivo, immediato e, soprattutto, naturale.

Cadere per sapersi rialzare

Nella mia visione, ogni caduta è una lezione di vita. Inizialmente, la mia mano è sempre tesa per aiutare il bambino a ritrovare il baricentro, ma gradualmente l'obiettivo cambia: voglio che impari a rialzarsi da solo. Lo sci insegna a gestire l'instabilità. Sentire che i piedi "scappano" via può far paura, ma imparare a governare quel movimento significa imparare a fidarsi di sé stessi.

Affrontare una piccola pendenza che prima sembrava una montagna insormontabile insegna che le difficoltà si possono superare un centimetro alla volta. L'impatto emotivo di questo processo è enorme. C'è la gioia pura della scoperta, l'orgoglio di una discesa fatta in autonomia, ma anche la gestione del distacco dal genitore, che per molti bambini rappresenta la prima vera prova di indipendenza fuori dal nucleo familiare.

Lo spazio e la strategia

Oltre agli aspetti motori, lo sci stimola competenze cognitive complesse. Un bambino sulla neve deve:

ORIENTARSI NELLO SPAZIO:
Riconoscere i punti di riferimento (il rifugio, il boschetto, il pupazzo di neve)

SEGUIRE SEQUENZE:
Salire, saper aspettare il proprio turno, scendere, fermarsi

PROBLEM-SOLVING:
"Come faccio a passare tra questi due coni senza toccarli?", "Come mi fermo prima di arrivare al traguardo?"

Queste micro-decisioni costanti allenano il cervello a elaborare informazioni velocemente, migliorando la capacità di reazione e la pianificazione motoria.

Il potere della narrazione

In questa cornice bianca, ogni bambino porta la propria storia e il proprio carico di timori. Ricordo vividamente una bambina al suo primo giorno di lezione che guardava gli sci con sospetto e timore. Per lei non erano ancora strumenti di divertimento, ma oggetti pesanti e scomodi. Non l'ho forzata subito ad indossarli, ma ci siamo seduti nella neve, e abbiamo imparato a conoscerli. Le ho spiegato che erano come due piccoli trenini che avevano bisogno di una brava macchinista per viaggiare sui binari della neve. Poco dopo abbiamo infilato la punta dello scarpone e schiacciato forte nell'attacco per farli partire.



Differenze con l'insegnamento agli adulti

Spesso mi chiedono quale sia la differenza principale tra insegnare a un adulto e a un bambino. Con gli adulti si lavora sulla performance, sulla tecnica pura, sull'efficienza del gesto atletico. L'adulto vuole capire la biomeccanica, vuole sapere "perché" deve inclinare lo sci e come raggiungere un *carving* perfetto. Con i piccoli, invece, si lavora sulla motivazione e sul divertimento. Il successo non è una curva eseguita a regola d'arte, ma il desiderio ardente del bambino di tornare in pista il mattino seguente.

Le sessioni con i più piccoli devono essere brevi e intense: sessanta minuti sono spesso più che sufficienti per un'esperienza gratificante. Dobbiamo rispettare i loro tempi e i loro cali di attenzione. Se un bambino è stanco, insistere è controproducente; meglio cambiare gioco, fare una battaglia di palle di neve o semplicemente fermarsi a guardare il panorama. L'obiettivo a lungo termine è creare un legame positivo con l'ambiente montano.



Il regalo della neve

Lo sci, a questa età, non è solo uno sport; è una sintesi di relazione, movimento e crescita. È un laboratorio a cielo aperto dove si impara che cadere fa parte del percorso, ma che rialzarsi è un gesto di potere personale. Si impara che la paura è un'emozione legittima, ma che può essere trasformata in coraggio attraverso il gioco e la fiducia nell'altro.

Durante l'apprendimento ogni traguardo è un mattone fondamentale nella costruzione dell'autostima di ognuno. Ed è forse proprio questo il regalo più grande che la neve può fare ai bambini: insegnare loro, fin da piccoli, a muoversi nel mondo con equilibrio, curiosità e gioia affrontando e superando con entusiasmo tutte le difficoltà: grandi e piccole.



BIANCA SALTERI

Nata a Milano, finance manager, ha conseguito la laurea in economia e gestione aziendale presso l'Università Cattolica di Milano. Appassionata di sci e Swiss Kids instructor da dicembre 2012. Ha lavorato come maestra di sci presso Suvretta Swiss Snow sports ogni possibile momento dalla frenetica vita di città.

Giocare a calcio per essere felici in tutto, **la sfida di Arca**

Intervista al presidente dell'associazione Mauro Spadaro, che racconta 35 anni di sport come accoglienza, famiglia, amicizia, educazione

di **SIMONE CARRIERO**



Trentacinque anni di storia alle spalle, 300 ragazzi e 45 ragazze che giocano a calcio – «le ragazze in particolare hanno una voglia e una forza incredibili» – con la prima squadra in Promozione, una formazione di Lacrosse che gioca nel massimo campionato italiano e attività anche extrasportive come il doposcuola. Ma soprattutto una sfida: creare un luogo in cui non sia la performance l'elemento più importante ma «dove i ragazzi possano essere sé stessi ed essere felici». L'Associazione sportiva Arca di Milano crede nel valore educativo della pratica sportiva come parte di una formazione completa della persona. Il presidente Mauro Spadaro ha accettato di raccontare a *La vita in movimento* l'esperienza di Arca.

Come è nata l'Associazione Arca?

L'Arca è nata nel 1991 grazie all'iniziativa di alcuni soci fondatori che hanno avuto l'idea di creare una società in cui i propri figli potessero vivere un'esperienza di sport "familiare", in cui ci fosse cioè la possibilità di esprimersi senza che l'aspetto delle performance fosse l'unica guida. L'intuizione fu quella di dire: facciamo giocare i nostri figli in un ambiente sereno.

Si può dire che il principio su cui si basa l'Arca è quello dell'accoglienza?

Sì, l'accoglienza della persona che arriva è sicuramente il primo aspetto. In Arca non abbiamo mai fatto una selezione all'ingresso. In alcuni casi nelle squadre agonistiche magari aiutiamo la famiglia a decidere se valga la pena andare avanti, perché l'impegno è comunque richiesto, o se magari non sia il caso di trovare un'alternativa in modo che il ragazzo possa trovare un luogo in cui riuscire a essere se stesso senza sentirsi a disagio. I talenti dei ragazzi sono diversi, non solo quelli sul campo, e i mister hanno il compito di farli emergere.

Ci sono spesso episodi in cui gli eventi sportivi che coinvolgono bambini o ragazzini molto piccoli, diventano momenti in cui si sfoga l'aggressività, anche da parte dei genitori sugli spalti, con un carico di violenza verbale notevole. Come giudichi tu questo fenomeno e come è possibile affrontarlo?

C'è innanzitutto un mito da sfatare. Lo sport non è educativo in senso assoluto perché su molti campi sportivi ne succedono di tutti i colori. A mio parere l'aggressività è data dalle attese che girano attorno al mondo del calcio che possono portare a guardare ai ragazzi non per quello che sono ma per quello che potrebbero dare ed è assolutamente aberrante perché toglie la possibilità dell'accoglienza. Si tratta comunque di una questione di carattere culturale. Noi crediamo che sia possibile svolgere un'attività di un certo tipo, con principi e valori, avendo a cuore i ragazzi e la loro felicità: questa è la sfida che Arca ha sempre avuto.

Come definiresti dunque l'obiettivo di Arca come associazione sportiva?

Per me Arca ha come scopo quello di far sì che tutti i ragazzi abbiano la possibilità di trovare un luogo in cui essere felici ed essere amici. Quello che rimane più saldo nella memoria non sono i campionati vinti ma l'amicizia che dura nel tempo e attraversa le generazioni. Ci sono ragazzi che anch'io ho allenato negli anni passati, che oggi sono amici e si trovano con le proprie famiglie come una volta si incontravano per giocare a calcio.

Qual è il modo per comunicare gli aspetti educativi di cui parlavi?

L'educazione nel gioco del calcio deve passare dagli aspetti tecnici. Un mister deve essere capace di mostrare il gesto tecnico e di affascinare i ragazzi. È una bella sfida. Ai ragazzi devi far vedere che c'è il gesto tec-

nico, c'è il modo di compierlo e, allo stesso tempo, c'è il modo di comportarsi con i tuoi compagni, ossia il fatto di essere in un gruppo di amici. C'è una relazione tra il modo di stare insieme e il risultato sul campo. Bisogna far bene il gioco del calcio e impegnarsi perché siamo qui per questo ma per me lo scopo è che uno sia felice in tutto quello che fa, perché altrimenti sarà schiavo del calcio.

La pratica sportiva, quindi, è parte della costruzione della persona?

Assolutamente sì, perché nel gioco del calcio come in qualsiasi sport, ci sono tutte le dinamiche e le logiche della vita. Non è che non ci debba essere l'elemento della competizione. Noi abbiamo una prima squadra che è in Promozione, quindi una categoria già di un certo livello, nella quale nessuno prende soldi. Noi non paghiamo nessuno e se qualcuno vuol venire all'Arca, lo fa perché è contento di giocare all'Arca. È una squadra che è cresciuta con questa particolarità unica ed è incredibile quello che sta facendo questo gruppo che è in Promozione. Quello che colpisce è l'identità che ha la squadra e il rapporto che c'è tra di loro. Questo fa cultura. Di fronte a quello che è lo spettacolo negativo che oggi a volte il calcio offre, noi facciamo cose normali. Si resta in Arca perché si è felici.



Non c'è solo sport ma anche un'attività di doposcuola. Come funziona?

Organizziamo un doposcuola una volta la settimana. Si chiama Arcantera. Andiamo a prendere in pullman 35 ragazzi, dai 6 ai 13 anni, li portiamo al campo Catozzi, che è una delle nostre sedi, dove alcuni universitari li aiutano a fare i compiti prima degli allenamenti. È un momento fondamentale per la crescita dei ragazzi perché iniziano a percepire il senso dell'unità tra di loro, del loro stare insieme.





SIMONE CARRIERO

Milanese, giornalista professionista.
Dopo la laurea in Lettere moderne all'Università Cattolica, ha lavorato a Lombardia Notizie (agenzia di stampa della Regione Lombardia) dove è stato caporedattore per oltre 10 anni. Dal 2016 è responsabile Media relations e Ufficio stampa del Gruppo FNM.



Il progetto “Uscire dall’angolo”

a Sant’Angelo Lodigiano, imparare la boxe per diventare persone migliori

L’iniziativa della palestra di Andrea Pezzino e dell’associazione sportiva Spartan Adamas Boxing Team diventa un presidio educativo e comunitario per i giovani del quartiere Pilota

di SIMONE MARCHISANO



L'interno della palestra dove si allenano i ragazzi del progetto *Uscire dall'angolo*

Sudore, guantoni, riscatto. A Sant'Angelo Lodigiano c'è una luce accesa per i ragazzi del quartiere popolare "Pilota". È quella della palestra di boxe del maestro Andrea Pezzino, realizzata all'interno delle botteghe dell'Aler, in disuso da anni. Un posto che accoglie giovani con vite difficili, problemi in famiglia e a scuola, che a volte hanno commesso qualche errore, ma nei quali Andrea rivede la stessa rabbia di quando era giovane.

La storia di Andrea non è infatti quella di un maestro qualunque. Da ragazzo deve fare i conti con i suoi errori e con la giustizia, poi, la svolta: il pugilato come ancora di salvezza. Oggi Andrea è un imprenditore, ma non ha dimenticato da dove viene. «Mi sento in debito», confessa, «c'è un istinto naturale che mi spinge a rincorrere questi ragazzi per tirarli fuori da situazioni complicate».

Andrea e il suo socio Daniele Melis, ex educatore, offrono ai giovani di Sant'Angelo qualcosa che spesso manca: un obiettivo, un'identità e un luogo nel quale essere capiti.

«Il pugilato è concretezza. È un percorso di introspezione che fai sudando, prendendo pugni e dandoli. È diverso da una terapia: qui impari a stare solo sul ring, a guardare in faccia le tue paure, perché il vero avversario sei sempre e solo tu», dice Andrea mentre ci accompagna nel suo ufficio.

Abbiamo deciso di incontrare Andrea e alcuni ragazzi che frequentano la sua palestra per farci raccontare da loro l'importanza dello sport e del progetto *Uscire dall'angolo*, promosso dall'associazione sportiva Spartan Adamas Boxing Team.

Come nasce questo progetto e cosa rappresenta oggi per il quartiere e per i ragazzi?

Questa palestra nasce dal mio desiderio di portare in questo quartiere una riqualificazione, a partire dai negozi abbandonati dove i ragazzi trascorrono le giornate stando insieme tra di loro. Ho pensato che il pugilato potesse essere per loro una proposta nuova, perché aveva aiutato me per primo. A 17 anni sono finito al Beccaria, poi ho fatto altri sei anni di carcere, dove purtroppo ho capito che stare in cella non mi è servito per migliorare e rifarmi una vita. L'alternativa è quella di trovare opportunità di inserimento sociale. Il pugilato è uno sport dove i ragazzi si divertono e si sfogano. Certe volte entrano dentro con una rabbia che poi riescono a trasformare in coraggio, perché comunque ci vuole coraggio per affrontarsi. È uno sport singolo, dove tante volte il peggior avversario siamo proprio noi stessi e le nostre paure. I ragazzi che vengono qui provengono da realtà complicate, hanno e vivono situazioni difficili, magari anche familiari. Vanno aiutati, sì, ma anche capiti. Non bisogna giudicarli. Bisogna stare insieme a loro, vivere la loro realtà e capirli.

Da quanto tempo esiste il progetto?

Da settembre 2025. Si chiama *Uscire dall'angolo* perché l'angolo sul ring è il punto più difficile del pugile.

In molte dichiarazioni hai detto che sul ring si è soli.

Perché alla fine ognuno se la deve cavare nella vita e il pugilato ti insegna proprio a cavartela da solo. I ragazzi vivono anche tanto in gruppo, ma io vorrei che cominciassero a fidarsi di loro stessi, in modo da poter affrontare la vita anche da soli a testa alta.

Ci rivolgiamo ai ragazzi presenti. Uno di loro ammette di non aver mai praticato boxe prima, ma di essere stato attirato dalla figura di Andrea. «Mi ha ispirato», dice con la timidezza di chi non è abituato a essere interpellato. Quando chiediamo cosa gli piaccia della boxe, sia il maestro sia i ragazzi sono concordi: il punto è il rispetto delle regole.

La palestra non è solo sacchi e guantoni. È un luogo curato dai ragazzi stessi, che hanno lavorato per sistemarla, dipingendo insieme anche le saracinesche. Non c'è un graffio sui muri perché sentono che quel posto appartiene a loro.

Cosa noti in un ragazzo prima che salga sul ring, prima che inizi ad allenarsi?

I suoi occhi. Sono gli occhi di quando avevo io 17 anni, pieni di rabbia, frustrazione, solitudine, e tanto bisogno di qualcuno che sia un riferimento. Non ti dico un padre, ma uno zio. Sì, vorrei essere loro zio.

Diciamo che è un'età difficile.

Molto. E trovarsi soli, in mezzo alla strada, in difficoltà, è veramente dura. È facile quando uno va a casa e tutto è a posto: tutto va bene, non ci sono problemi economici, il papà perfetto, la mamma perfetta. È facile così, di che parliamo? Ma il mondo è fatto di tanti problemi.

I ragazzi ascoltano in silenzio, poi uno di loro prende la parola per confermare il legame con il maestro: «Andrea ci ha sempre portato rispetto, ed è per questo che ricambiamo. Rispetto per rispetto. Se arrivava qui uno a fare il bastardo lo cacciavamo, capito? Invece è arrivato con tutta l'educazione del mondo ».

La palestra per loro è diventata un "terzo spazio" tra la casa e la scuola, un luogo neutro dove sentirsi accolti, ascoltati, indirizzati. Andrea ha grandi piani, oltre la boxe: vuole creare altri momenti di aggregazione anche nel pomeriggio. Non è solo sport, è vita condivisa.



Il maestro Andrea Pezzino (a sinistra) e il suo socio Daniele Melis (a destra)

Come capisci che il ragazzo sta cambiando?

Il cambiamento si vede molto gradualmente. Prima di tutto vedi che il ragazzo cambia perché viene in palestra, accetta di fare sacrifici, accetta le regole, si confronta con gli altri, cambia atteggiamento, comincia a comunicare. Ad esempio, il ragazzo timido comincia a essere sicuro di sé, lo vedi che comincia a tirare i primi colpi e comincia a confrontarsi con gli altri.

I ragazzi che ho visto qui in palestra hanno molta disciplina, molto rispetto...

Il pugilato ha tante facce, tra cui proprio quelle dell'amicizia e del rispetto. Guarda, quando combatti con una persona sul ring, ci si picchia, può capitare anche il naso rotto. Poi si scende, ci si abbraccia e ci si vuole bene. Quindi, «cazzo, mi hai dato un bel colpo», «anche tu però mi hai preso qua». Cioè, nasce un rispetto grandissimo. Ai ragazzi tendo sempre a dir loro anche le cose belle che fanno, gli faccio i complimenti. Perché comunque è giusto farli, non glieli fa mai nessuno… Dicono sempre che sono cannaioli o tossici, ma non è vero. Anche quando è vero, bisogna capire i motivi, prima di dare un giudizio. Adesso va molto avere il coltello in tasca, si parla molto di "baby gang", ma il coltello in tasca c'è sempre stato. Io ho un ragazzo qui che ha fatto sette anni di carcere, adesso l'ho preso a lavorare con me, nella mia ditta. Lo sto aiutando proprio perché ha 31 anni e ha fatto sette anni dentro perché ha accoltellato uno che lo stava ammazzando di botte. Dice «io non mi sapevo difendere, avevo un coltellino e l'ho usato. Adesso vengo a fare il pugilato qui da te perché voglio riprendere la vita da dove l'ho lasciata, perché voglio essere sicuro di me». Non vuole diventare "l'uomo forte", il pugilato è una roba sua, qualcosa che lo sta aiutando, perché lui ha pagato un prezzo per quella cazzata lì.



A volte la rabbia deve essere gestita e indirizzata.

La rabbia ti porta a fare certe cose. La boxe invece, al contrario di quello che molti pensano, aiuta. Se i ragazzi vengono qui, dopo aver praticato due o tre anni con me prima di picchiarti ci pensano due volte perché sanno che quando ti picchiano ti spaccano. Dicono "Senti lascia stare che non c'ho neanche voglia".

Mentre parliamo, lo sguardo di Andrea cade su uno dei ragazzi. È silenzioso, uno di quelli che preferisce restare in ombra. Il maestro lo indica come esempio di un successo che non si misura in medaglie o sul ring: il solo fatto che sia lì, in quel momen-



Le saracinesche della palestra di Sant'Angelo Lodigiano dipinte dai ragazzi del quartiere

to, a condividere con noi in qualche modo la sua storia, è una vittoria.

Lui (Andrea indica il ragazzo, ndr) ha fatto dei passi avanti dei quali non si accorge nemmeno, ma invece ora mi viene molto più vicino, mi cerca, mi fa capire quando ha bisogno. È uno molto silenzioso, molto introverso, però già che ti guarda, già che è qui adesso è tantissimo.

Anche chi non sale sul ring percepisce che l'aria nel quartiere è cambiata. In pochi mesi, la palestra è diventata un polo magnetico. «C'è un via vai continuo di macchine», osserva uno dei ragazzi, «la gente viene perché il posto "spacca", ma soprattutto perché qui ci sono educazione e rispetto». Non è solo una palestra, è una comunità che inizia a riconoscersi in un luogo dove nessuno viene lasciato fuori.

Cosa ti ha sorpreso in questi primi mesi?

Loro, i ragazzi. Mi hanno sorpreso perché sono bravi ragazzi. Potranno ancora sbagliare, ma sanno che io sono qua. Mi ha sorpreso il quartiere che ci ha accolto bene, ci ha presi a cuore. Mi ha sorpreso la gente che nel paese ci fa i complimenti perché almeno qualcuno fa qualcosa, perché, sai, si parla, si parla, si parla… E poi perché qua ho speso i soldi io per primo.

Il discorso cade sui pregiudizi della società. «Ci



Un momento di sparring tra due allievi della scuola di boxe

giudicano appena ci guardano», dice uno dei ragazzi, amareggiato. «Se mettiamo una tuta ci chiamano "Maranza", ma è solo uno stile che ci piace. Pensano che qui siamo tutti criminali, ma noi non facciamo male a nessuno». C'è stanchezza nelle sue parole, quella di chi deve difendersi da un'accusa prima ancora di aver aperto bocca.

Qual è l'errore più comune che facciamo noi adulti nel raccontare la loro realtà?

Da parte mia penso che sbagliamo già nell'usare il termine "baby gang". È sbagliato dare questo nome a un gruppo di persone che comunque, come diceva lui, non sono tutte uguali. Sono qui, vivono qui e indossano una tuta, però molti li giudicano subito e subito sono associati alle baby gang. Li associamo a queste realtà perché ne abbiamo paura. A mio parere li stiamo un pochettino demonizzando. Invece bisognerebbe diventare più concreti, affrontare il problema a monte e lavorare sulle famiglie, sugli aiuti giusti. Si parla tanto di inclusione sociale, ma, cazzo, non troviamo un lavoro ai ragazzi? Non troviamo loro uno sbocco? Perché non mi date una mano così da fare un bel progetto insieme sia di pugilato sia di altre cose come lavoro, inserimento, altro? Invece niente, e alla fine ognuno è abbandonato a sé stesso e viene ghettizzato. Perché già quel nome, "baby gang", è come ghettizzare.

Intanto i ragazzi parlano di futuro. C'è chi va a scuola, chi fa il muratore, chi spera di imparare un mestiere.

Cosa speri per questi ragazzi, dentro e fuori dal ring?

Io ho due sogni. Il primo è che un giorno uno di loro diventi un campione e quindi poter raccontare la storia di uno di questa palestra, di questo ghetto, di questo quartiere. L'altra è che loro diventino dei bravi uomini.

Sembrano già sulla strada giusta.

Sì, diventeranno delle brave persone. Faranno fatica, ma, al momento del bisogno, se mi cercano io sono qua. La porta è aperta e la luce è accesa. Sanno che possono contare su di me.

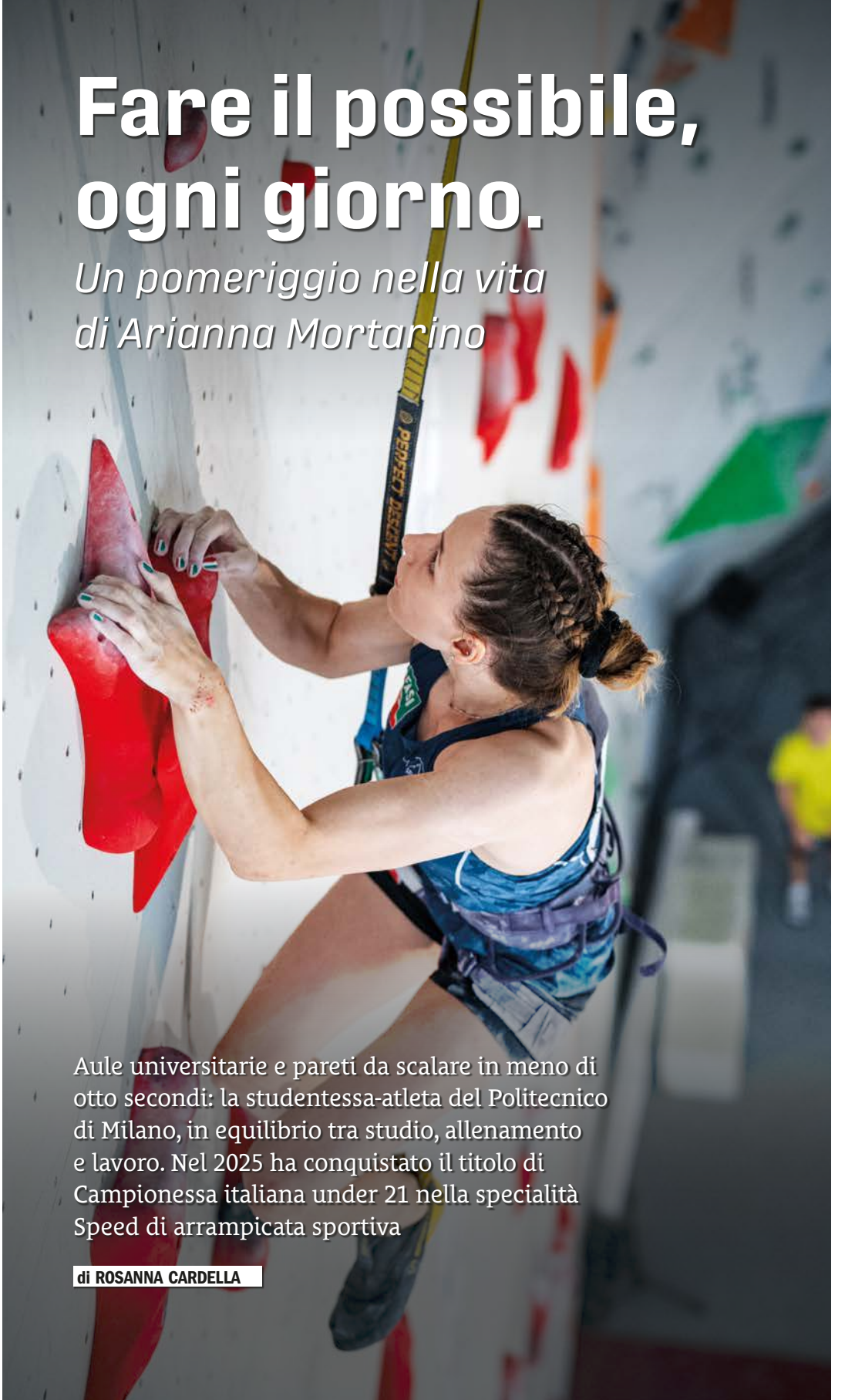


SIMONE MARCHISANO

Nato a Napoli, ha sempre vissuto a Lodi. Giornalista pubblicista, ha conseguito la laurea in Lettere e la magistrale in Giornalismo ed Editoria. Ha lavorato per musei, agenzie e redazioni, sempre occupandosi di comunicazione digitale e social network. Dal 2024 fa parte dell'Ufficio stampa e Media Relations di FNM.

Fare il possibile, ogni giorno.

Un pomeriggio nella vita di Arianna Mortarino



Aule universitarie e pareti da scalare in meno di otto secondi: la studentessa-atleta del Politecnico di Milano, in equilibrio tra studio, allenamento e lavoro. Nel 2025 ha conquistato il titolo di Campionessa italiana under 21 nella specialità Speed di arrampicata sportiva

di ROSANNA CARDELLA

“ Ciao, sono Arianna e loro sono le mie compagne di corso.
Andiamo a prendere un caffè?
La lezione inizia fra mezz'ora.

Sono le 13 di un lunedì di marzo, all'Edificio 25 del Politecnico di Milano e Arianna Mortarino ha già alle spalle quattro ore di università. Tra poco entrerà di nuovo in aula. Più tardi scalerà una parete in meno di otto secondi.

Il tragitto fino al bar scorre tranquillo, fra le rassicurazioni sulla lezione che seguiremo insieme.

“ Sono già entrata in aula a tenere i posti.
Non so se la lezione sarà più pratica o più teorica.

“ Arianna, mi spieghi cosa approfondite in questo corso?
Il nome mi sembra incomprensibile.

Mi guarda con un sorriso:

“ Cerchiamo di imparare come elaborare e usare i dati che vengono raccolti durante gli esperimenti.

Ottima sintesi, anche se non di immediata comprensione.
La curiosità aumenta.

Sedute al bar, Arianna ci riassume il programma del pomeriggio: lezione fino alle 15, poi di corsa verso la palestra per due ore di allenamento fino alle 17. Dalle 17 alle 19 al lavoro con i corsi per bambini, sempre in palestra. La sera, ancora allenamento fino alle 21. Chiediamo come riesce a tenere tutto insieme, università, allenamenti e anche lavoro:

“ La cosa più difficile è non stressarsi troppo.

A volte si sveglia e non ha voglia né di allenarsi, né di andare all'università anche se le piacciono entrambe le cose. Deve stare attenta a non sovraccaricarsi di attività e ogni tanto si ritrova a dover saltare le lezioni.

“ Il giorno dopo però recupero subito, è importante per me riuscire a stare al passo. Tengo molto ai miei studi, ad andare bene. Ma faccio quello che posso.

Arianna Mortarino ha vent'anni, è di San Donato Milanese, ed è una studentessa-atleta. Frequenta il secondo anno di Ingegneria dei materiali e delle nanotecnologie al Politecnico di Milano, dove ha preso parte al Programma di Dual Career, ed è una delle migliori giovani velociste della nazionale italiana di arrampicata: 7 secondi e 67 per scalare 15 metri di parete. Nel 2025 ha conquistato il titolo di Campionessa italiana under 21 nella specialità Speed di arrampicata sportiva.

Mentre ci dirigiamo di nuovo verso l'Edificio 25 per iniziare la lezione, le chiediamo cosa vuol dire essere una studentessa-atleta del Programma Dual Career del Politecnico di Milano.

> “ Devi soddisfare certi requisiti, come avere buoni risultati nelle gare nazionali ed essere convocata in gare internazionali.

Nel concreto, quello che fa la differenza è la presenza di un tutor che aiuta a incastrare lezioni ed esami, con la possibilità di non perdere appelli quando le gare cadono negli stessi giorni. Questo semestre ha lezione dal lunedì al giovedì. La scorsa estate ha partecipato a sei gare internazionali, tutte durante la sessione estiva.

> “ L'anno scorso, ad esempio, sono stata assente cinque giorni per la Coppa d'Europa,

racconta.

> “ Spesso riesco a organizzare gli appelli in autonomia. Il programma mi aiuta comunque a stare al passo, così riesco a recuperare e andare avanti.

Molte lezioni vengono registrate e alcuni corsi possono essere seguiti anche online. Questo le permette di studiare anche dalla palestra, riducendo gli spostamenti.

> “ Quando vado agli esami non mi presento solo per provarli, ma per passarli. E anche bene.

Ogni appello conta. Lei la definisce "efficienza".

Arianna ha le idee chiarissime. Ha sempre conciliato arrampicata e studio perché non ha mai pensato di abbandonare lo sport. Ma nemmeno lasciare gli studi è mai stata un'opzione.



“ Io da grande voglio fare l’ingegnere, non la sportiva.

Colpo di scena. Continua:

“ Per entrare in Coppa del Mondo dovrei dedicarmi solo allo sport.
È un mio obiettivo però...

e ripete la frase che a questo punto suona quasi come un suo mantra:

“ Faccio quello che posso.

Intanto siamo finalmente sedute in aula, la lezione di "Sperimentazione e analisi dei dati" inizia fra il religioso silenzio degli studenti, intenti ad ascoltare il professore in un'aula più calda del previsto per il periodo pre-primaverile. Nella prima slide si legge proprio questo: "La media e la deviazione standard. Giustificazione delle espressioni sulla base del teorema limite centrale e della distribuzione di Gauss". Arianna prende appunti, segue, non perde un passaggio. È perfettamente a suo agio. La concentrazione rimane alta per tutte le due ore. Ogni tanto, qualche timido sospiro a testimoniare l'intensa attività cerebrale dei presenti in aula.

Ore 14.50 Arianna ci fa un cenno e ci dirigiamo velocemente alla fermata dell'autobus. Direzione Rockspot di via Fantoli, una delle palestre di arrampicata più grandi d'Europa. Durante il tragitto parla di come è iniziato tutto. Ha cominciato ad arrampicare a cinque anni, insieme al padre, anche lui appassionato. È stata l'unica dei fratelli a raccoglierne la passione, nonostante abbia provato a tramandarla anche a loro. Gli allenamenti diventano più seri al liceo. Cambia diversi allenatori, cresce, si misura con le gare.







“ Adesso che ho ancora l’età per competere voglio godermi il più possibile questa fase. So che un giorno non ci sarà più.

Entra nella nazionale italiana all’ultimo anno di liceo. La prima gara internazionale è in Polonia, due anni fa. Oggi arrampica con il Gruppo sportivo Milano Arrampicata: è nella Nazionale B nella specialità Speed, ma pratica anche il Boulder.

Nello Speed si scala una parete di quindici metri con inclinazione di 5 gradi sempre uguale, in tutto il mondo. Conta solo il tempo.

“ È come la corsa dei 100 metri, ti alleni per fare una cosa con quel metodo e poi la devi portare in gara

ci dice.
E continua:

“ È una pratica molto mentale, devi essere molto concentrato. La tecnica è complicata e una minima distrazione ti manda fuori.

Il Boulder invece è l’arrampicata sui massi, su una parete di massimo 5 metri. I percorsi cambiano sempre e l’obiettivo è partire da una presa e arrivare all’ultima. La difficoltà delle gare è che hai 4 o 5 minuti per completare il percorso in autonomia, senza parlare con il tuo allenatore. Tra le sfide dell’arrampicata c’è anche quella di saper reggere la pressione senza cedere.

“ Lo sport mi ha insegnato la resilienza: a perseverare, anche quando non si arriva subito agli obiettivi. E a godermi il percorso, oltre al risultato

Siamo ormai scese dall’autobus. Persi nei racconti il viaggio è volato, in realtà sono passati 20 minuti. Appena arriviamo in palestra, Arianna ci spiega la sua routine: tre ore e mezza di allenamento, quattro giorni a settimana, più le gare. Poi indica quello che andrà a fare per un’ora e mezza. Lei alterna il lavoro sulla parete a quello “a secco”, ci dice, cioè esercizi a terra per forza e resistenza. La sua allenatrice le prepara un piano che segue in autonomia. Nella palestra l’ambiente è tranquillo e non troppo affollato, si sentono parlare lingue diverse: è la nazionale austriaca di arrampicata. Arianna inizia con pesi e macchine, poi passa agli esercizi tecnici. I vestiti cominciano a sporcarsi di magnesite, una polvere bianca che serve ad asciugare le mani e migliorare la presa. Ci mostra anche le scarpe, quelle per il Boulder devono essere due o tre numeri più piccole.







“ Ora vado sulla parete da Speed, anche se sono un po’ stanca. Ho gareggiato questo weekend.

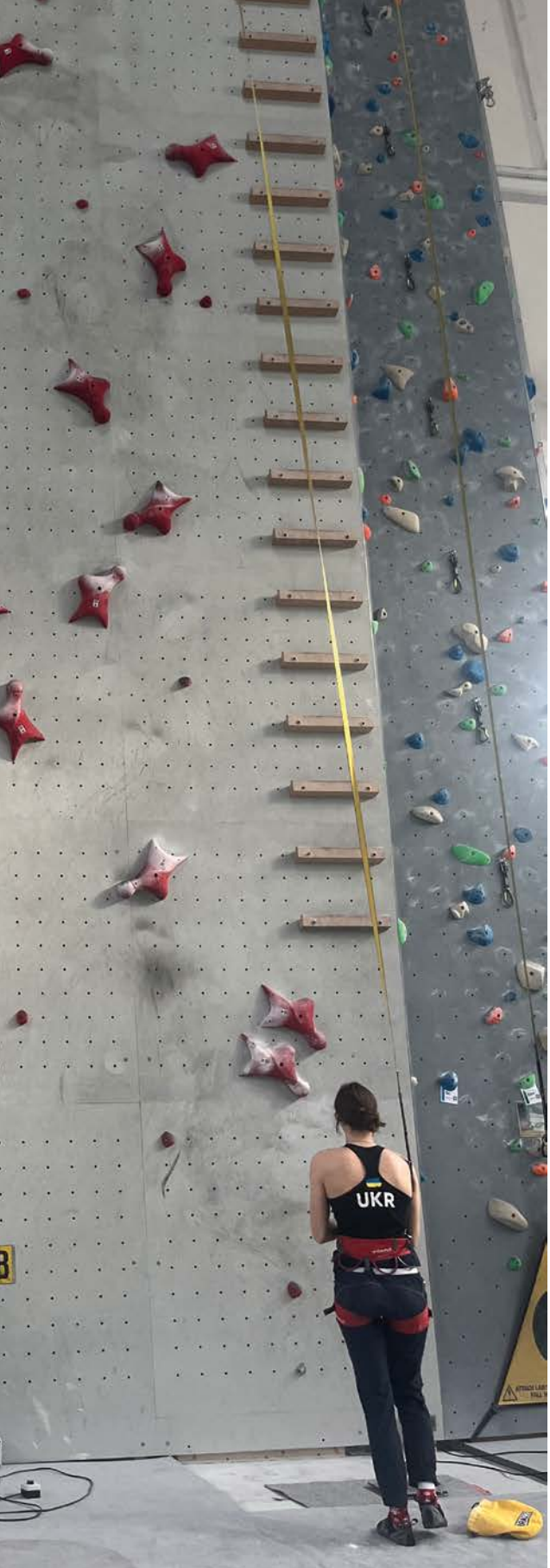
Si infila l’imbragatura. Ci giriamo un attimo per prendere il telefono e scattare qualche foto. Alziamo di nuovo lo sguardo ed è già in cima. Quindici metri in pochi secondi. Il tempo dell’allenamento è quasi scaduto e si avvicina quello della lezione con i bambini, attività che la impegna tutti i lunedì:

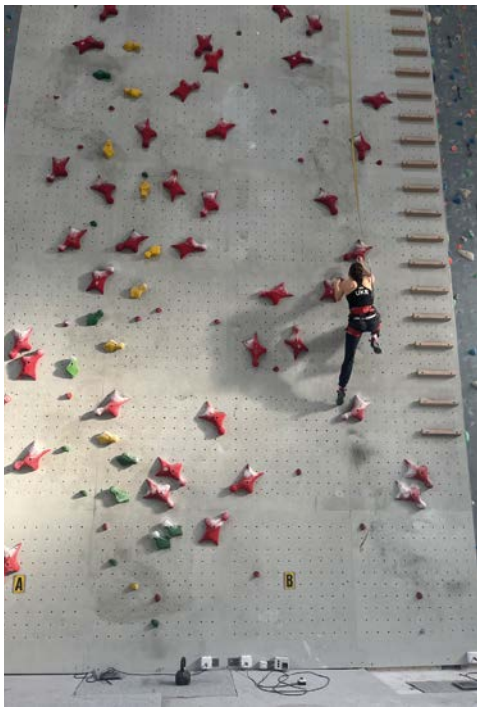
“ Insegnare non è la mia cosa preferita, mi serve per finanziarmi.

Ci salutiamo così, a metà di una giornata che per lei non è ancora finita. Lasciamo Arianna ripensando a quella frase che ha ripetuto più volte durante il pomeriggio insieme:

“ Faccio quello che posso

Lezioni, esami all’Università, allenamento, gare nazionali e internazionali, lavoro. Da fuori, “quello che posso” sembra già moltissimo.









ROSANNA CARDELLA

Nata a Trento, milanese di adozione.
Ha conseguito una laurea in Scienze della Comunicazione e in Relazioni Internazionali all'Università Cattolica del Sacro Cuore.
Ha lavorato come project manager e redattrice in aziende, associazioni no profit e redazioni.
Da ottobre 2021 lavora nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.


PESARO
5
6

Quando lo sport abbatte le barriere: la storia del Gruppo Sportivo ENS Varese

Nato nel 1970, è una realtà dedicata ad atleti sordi. Negli anni sono arrivati successi con pallavolo, mountain bike, sci, tennis e minigolf. La punta di diamante è la pallacanestro, eccellenza a livello nazionale

di CRISTIAN GNODI

Ci sono storie che meritano di essere raccontate. Storie che non parlano solo di sport, ma di diritti, opportunità e capacità troppo spesso messe in discussione. Raccontarle significa dare voce a esperienze che, ancora oggi, faticano a trovare spazio nel racconto sportivo tradizionale. Chi ha detto che le persone sorde non possono fare certe cose a causa delle barriere di comunicazione? La storia del Gruppo Sportivo ENS Varese dimostra, con i fatti, esattamente il contrario.

Nato nel 1970, il GS ENS Varese è una società sportiva dedicata ad atleti sordi, presente non solo sul territorio nazionale ma anche su quello internazionale. Una realtà di assoluto rilievo, come testimonia un palmarès che parla da sé: 30 titoli italiani, 2 Coppe Italia e oltre 50 titoli regionali conquistati in diverse discipline sportive. Risultati che non rappresentano solo successi agonistici, ma il frutto di anni di impegno, passione e lavoro collettivo.

Fotografie di Alessandro Bartoli, ex giocatore del Gruppo Sportivo ENS Varese

Ma al di là dei numeri, ciò che rende unica questa società è la sua missione. L'obiettivo primario del GS ENS Varese è offrire alle persone sorde che amano lo sport un luogo in cui potersi esprimere liberamente, senza essere escluse. Purtroppo, ancora oggi, molti atleti sordi vengono allontanati o non accolti nelle società "udenti" a causa delle difficoltà di comunicazione. Spesso si tratta di ostacoli legati alla mancanza di accessibilità e di una reale conoscenza della sordità: invece di investire in inclusione e formazione, alcune realtà preferiscono escludere.

Il GS ENS Varese nasce proprio per questo: creare uno spazio in cui il talento degli atleti sordi possa emergere, crescere e trovare pieno riconoscimento. Nel corso degli anni sono arrivati importanti successi in discipline come pallavolo, mountain bike, sci, tennis e minigolf, dimostrando come la sordità non rappresenti un limite alla pratica sportiva ad alto livello. Oggi, però, la vera punta di diamante della società è la pallacanestro.

Per le persone sorde la comunicazione passa principalmente dalla vista. Non esistono distinzioni tra chi utilizza protesi acustiche, impianti cocleari o la Lingua dei Segni: in campo si gioca senza ausili uditivi. L'allenamento "naturale" è quindi visivo e questo porta allo sviluppo di una maggiore attenzione all'ambiente circostante. Non è un caso che molte persone sorde abbiano una visione periferica particolarmente affinata, una caratteristica che nello sport, e in particolare nella pallacanestro, può trasformarsi in un vero punto di forza.

La squadra di basket, fondata nel 2015, rappresenta oggi un'eccellenza a livello nazionale. Attualmente conta ben otto giocatori convocati nella Nazionale Maschile Sordi, un dato che testimonia l'alto livello tecnico raggiunto. Nel 2017 è arrivato il primo storico scudetto, seguito da altri due titoli italiani nel 2024 e nel 2025. A questi si aggiungono i titoli italiani di basket 3×3 conquistati negli stessi anni, a conferma di una continuità di risultati costruita nel tempo.

Il percorso della società non si è fermato ai confini nazionali. Il GS ENS Varese ha partecipato a numerose edizioni dell'Eurocup, la "Champions Lea-


90
65
69
15
7
Varese
7


DIBF
34
Varese
34
VARESE

gue" del basket per atleti sordi: nel 2017 a Łódź, nel 2019 a Mosca, nel 2022 a Varsavia, nel 2023 a Bursa. Esperienze fondamentali non solo dal punto di vista sportivo, ma anche umano e culturale, che hanno permesso agli atleti di confrontarsi con realtà internazionali.

Il punto di svolta è arrivato nel 2024, quando la società ha compiuto un passo storico: organizzare l'Eurocup proprio a Varese. Una sfida nata quasi per scherzo, ma affrontata con grande determinazione. Tra burocrazia complessa e difficoltà comunicative – basti pensare all'impossibilità, per molte persone sorde, di gestire telefonate – il gruppo ha dimostrato che le persone sorde sono perfettamente in grado di organizzare eventi complessi e di alto livello. Il risultato è stato un grande successo, riconosciuto dall'intera città e dagli addetti ai lavori.

Quella dell'organizzazione non era una novità assoluta: già nel 2016, in collaborazione con una società della Valceresio, il GS ENS Varese aveva promosso una tappa del Campionato Europeo di Mountain Bike per sordi a Cuasso al Monte, coinvolgendo oltre 200 ciclisti impegnati su percorsi duri tra boschi, salite impegnative e tratti fangosi.

Oggi l'attività della società è più viva che mai. La squadra di pallacanestro organizza ogni anno due o tre raduni nei fine settimana per affinare schemi, comunicazione visiva e affiatamento di squadra. A marzo 2026 ha partecipato al Campionato Italiano a Cagli (Pesaro), mentre a novembre tornerà a competere in Eurocup, nuovamente a Łódź. Ma il GS ENS Varese non è solo basket: calcio a 5, padel, ciclismo, beach bocce, beach volley e sport invernali fanno parte di un'offerta sportiva ampia, strutturata e inclusiva. Di recente, il campionato regionale di calcio a 5 organizzato a Lozza ha registrato un record di presenze di pubblico, segno di un interesse crescente anche da parte del territorio.

Un'altra missione fondamentale della società è la diffusione della cultura sorda e della Lingua dei Segni anche tra le persone udenti. In questa direzione si inserisce la recente apertura di una squadra di pallavolo con allenamenti misti tra sordi e udenti.

Un progetto che non solo favorisce l'inclusione, ma permette alle persone udenti di avvicinarsi concretamente alla Lingua dei Segni e alle modalità comunicative della comunità sorda, creando un vero scambio reciproco.

Il GS ENS Varese non è solo una società sportiva. È un modello di inclusione, un laboratorio sociale e la dimostrazione concreta che, con le giuste opportunità, le barriere possono essere abbattute e i limiti trasformati in risorse.



CRISTIAN GNODI

Nato nel 1989, è sordo dall'età di tre anni. È docente di Scienze Motorie nella scuola secondaria di primo grado, allenatore di pallacanestro e presidente del Gruppo Sportivo ENS Varese dal 2017, con mandato rinnovato per ulteriori due incarichi. Ha ricoperto il ruolo di presidente del comitato organizzatore dell'Eurocup 2024. È anche formatore della FSSI (Federazione Sport Sordi Italia).


PESARO
FSSI
24



eSports

nei campi virtuali si giocano le nuove competizioni di atleti (molto reali)

Intervista a Luigi Caputo fondatore dell'Osservatorio Italiano eSports. Le caratteristiche e le prospettive di sviluppo di un settore nato oltre 50 anni fa negli Stati Uniti e oggi diffuso a livello globale. Le difficoltà della situazione italiana

di LORENZO PALLOTTI



Luigi Caputo

Non tutti gli atleti indossano maglietta, pantaloncini e scarpe tecniche per sfidarsi su un campo da gioco. Altri si armano di consolle, pc e controller per dare vita a sfide all'ultimo colpo davanti a migliaia di persone collegati su piattaforme social come Twich e YouTube o in apposite arene durante eventi e fiere. Per comprendere al meglio il fenomeno degli eSports, la loro storia e lo sviluppo in Italia abbiamo intervistato Luigi Caputo fondatore dell'Osservatorio Italiano eSports.

Cosa sono gli eSports, come possiamo definirli?

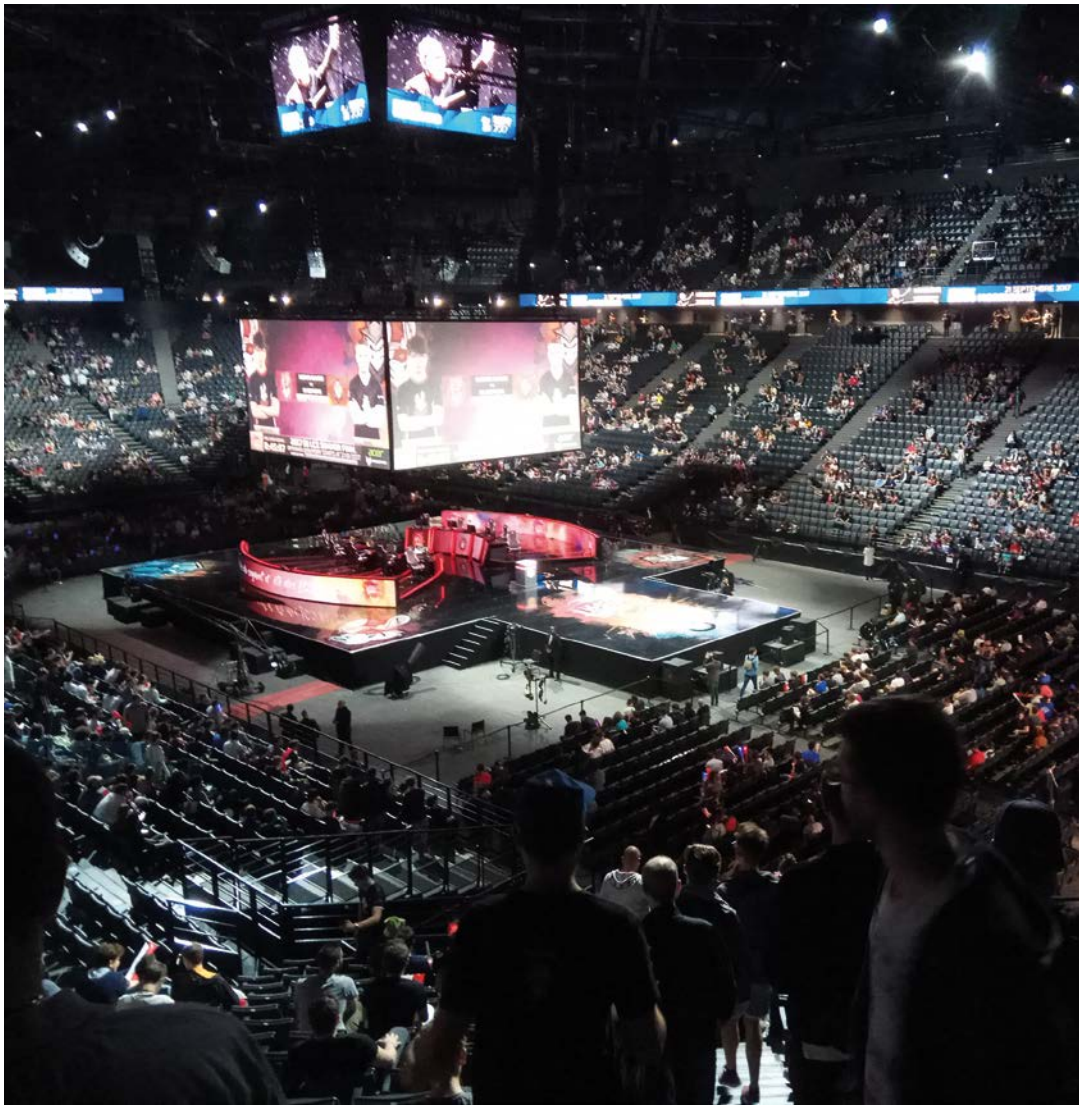
Per descrivere esattamente gli eSports possiamo partire dall'individuare chi è la persona che lo pratica. Non tutti i videogiocatori sono praticanti di eSports. Lo sport ha due anime principalmente: un'importante dimensione amatoriale e personale, che si basa sul piacere, il benessere o il mantenimento della salute e una dimensione agonistica che invece richiede l'impegno di allenamenti specifici, strutture adeguate, competizioni. Questo schema si applica anche nel mondo dei videogiochi quando si passa da una dimensione ludica e di intrattenimento personale a una dimensione invece agonistica, con persone impegnate in competizione e inserite all'interno di club e federazioni, in un mercato caratterizzata anche da una dimensione economica rilevante. È una sostanziale differenza per uscire dalla vulgata del ragazzino che nella sua cameretta che gioca ai videogiochi, isolato dal mondo. Si usa la parola eSports proprio in questo senso per dare un'accezione di "serietà" e consistenza al fenomeno.

Quando nasce il fenomeno degli eSports?

L'essere umano è portato naturalmente a competere in qualsiasi cosa che fa. A partire dagli anni '70 si sono diffusi i videogiochi arcade delle prime rudimentali consolle e le persone hanno iniziato a sfidarsi con i videogiochi. Quando si inizia a competere per un fine si entra in un'altra sfera e così è nata questa disciplina. Il 19 ottobre 1972 alla Stanford University in California si tenne il primo torneo di videogiochi della storia, riconosciuto come atto di nascita degli eSports. Per il torneo fu utilizzato il videogioco Spacewar!, sviluppato da un gruppo di ricercatori del MIT di Boston e in palio c'era un abbonamento alla rivista Rolling Stones. Con l'evoluzione delle tecnologie e lo sviluppo dei videogiochi ha cominciato a crearsi un movimento prima negli Stati Uniti, a seguire in Europa fino ad arrivare anche in Italia già negli anni '90: venivano organizzati quelli che si chiamavano i Lan party con l'avvento del personal computer. Le persone fisicamente portavano il pc fisso nelle sale e lo collegavano in rete locale, quando Internet era ancora molto rudimentale e offriva solo connessioni lente, per sfidarsi senza rallentamenti. Milano è stata a una delle città più importanti a guidare questo movimento. L'avvento delle consolle ha consentito in seguito l'esplosione a livello mondiale degli eSports perché è stato molto più facile collegarsi a Internet e sfidare persone in tutto il mondo. Con una Playstation, X-BOX o Nintendo è diventato possibile sfidare da Salerno una persona in Nuova Zelanda, giocando a Fortnite o altri titoli in tempo reale; è cambiata l'abitudine dei videogiocatori aiutando a fare crescere la dimensione della competitività. Sono nati così i tornei a livello nazionale e internazionale con la partecipazione di vere e proprie squadre organizzate come club di sport professionistici. Squadre che girano il mondo per partecipare a queste competizioni digitali dove possiamo trovare diverse figure: oltre ai veri atleti – i giocatori – c'è l'allenatore, il mental coach e altri professionisti per permettere agli atleti di competere al migliore livello possibile.

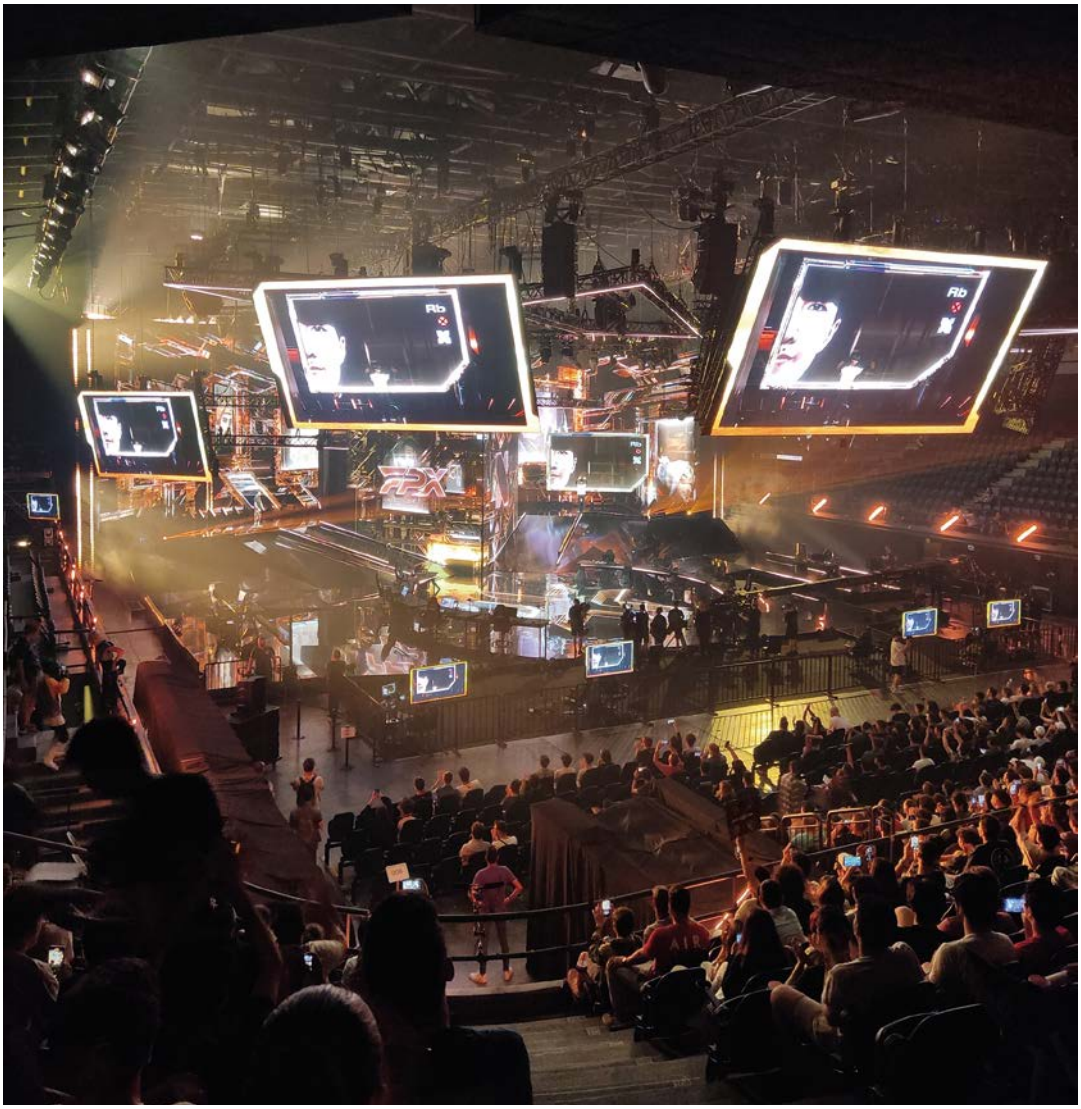
Quali sono i principali eSports praticati in Italia?

Partiamo da una differenza importante tra gli sport reali e gli eSports. Ogni singolo titolo di videogame può diventare un eSport, non serve che replichi uno sport già esistente nella realtà: le tipologie di videogioco variano dagli sparatutto, ai giochi di strategia, le sfide automobilistiche, ovviamente fino alle repliche in digitale di sport di squadra popolari come il calcio, il basket, etc. Basta che ci sia una piattaforma condivisa di gioco, una comunità di praticanti e tornei professionistici: nasce così un nuovo eSport. Per paradosso anche un titolo come



EU LCS 2017 Summer Split, Paris, France © Exilexi via Wikimedia Commons

Pacman se utilizzato come torneo con premi per i vincitori può fare nascere appunto una nuova disciplina. In Italia sono molto forti le comunità legate ai tornei di titoli quali Fortnite o League of legends, il videogioco più popolare al mondo ma ovviamente, per il nostro contesto culturale, l'80% dei praticanti di eSports è legata al calcio come quella che è stata la serie FIFA di Electronics Arts. Per delineare meglio questo successo, ricordiamo che anche le squadre reali di serie A hanno cercato di avere dei gemelli digitali con i propri player ufficiali di eSport e così, nel 2020, è nato il campionato ufficiale degli eSports della serie A. Le società hanno seguito approcci differenti per realizzare il proprio team: alcuni club come l'Inter hanno assunto degli atleti di eSport e li ha inseriti nel proprio organico ufficiale; altri team come la Juventus hanno invece appaltato a team già esistenti la partecipazione al campionato con il proprio brand.



Valorant Champions İstanbul 2022 © Emriquet via Wikimedia Commons

Possiamo definire i giocatori di eSports come degli atleti? Hanno una preparazione particolare?

Questo sicuramente è l'ambito di dibattito più acceso in Italia ma anche nel resto del mondo. Dal mio punto di vista sicuramente i professionisti degli eSports sono in tutto degli atleti che hanno bisogno di un allenamento e di una preparazione dedicata. Basti considerare che il CIO – Comitato Olimpico Internazionale considera anche gli scacchi come uno sport a tutti gli effetti, uno "sport della mente" che necessita di un'alta preparazione, un codice etico rigoroso e un contesto competitivo. Negli eSports oltre a questo aspetto mentale abbiamo l'elemento della concentrazione e della coordinazione tra il cervello, l'occhio, i riflessi e l'abilità motoria delle mani che ti consentono di avere una manualità, una velocità di reazione molto più veloce rispetto a

quella di una persona comune. Se per esempio giochi a FIFA contro un professionista lui riuscirà a fare delle combinazioni di tasti in una frazione di secondo quindi molto più veloce di quello che riusciresti a fare tu, perché allena ogni giorno proprio la coordinazione con le dita e quindi sviluppa anche delle abilità che ovviamente non riproducono uno sforzo fisico, ma principalmente esprimono uno sforzo mentale. Nel dibattito quindi comunque c'è chi non è d'accordo sostenendo che, venendo a mancare lo sforzo fisico, non si può parlare di sport a tutto tondo, ma come abbiamo visto il CIO ha proprio sconfessato questo approccio e anzi, sta cercando di costruire un format ad hoc anche per le Olimpiadi degli eSports.

Come si regola il mercato degli eSports? Quale ruolo hanno i publishers di videogiochi?

Il mondo degli eSports si basa ovviamente sul ruolo fondamentale assunto dai publishers dei videogiochi che detengono la proprietà intellettuale e i diritti commerciali e possono quindi abilitare o impedire l'organizzazione dei diversi tornei. Se si vuol organizzare quindi una competizione è sempre necessario chiedere il permesso al publisher per utilizzare il videogioco per scopi che sono diversi dall'intrattenimento personale. Sono quindi le case produttrici dei videogiochi che non vogliono che gli eSports siano riconosciuti come sport a tutti gli effetti perché perderebbero i lori interessi privati e sarebbero costretti a riconoscere libero accesso alle loro piattaforme, e dovrebbero cedere posizioni di controllo alle diverse federazioni che nascerebbero.

Come sappiamo, invece, nello sport tradizionale non ci sono soggetti privati che posseggono i diritti delle discipline e possono chiedere royalties o similari per praticare le attività. Inoltre, un altro aspetto importante da considerare che ogni nuova versione di uno stesso titolo pubblicata da un publisher introduce dei cambiamenti che possono anche portare modifiche importanti in quel titolo, cambiando profondamente le regole di un determinato eSport. Così un atleta professionista di una versione di un titolo sportivo potrebbe trovarsi svantaggiato dall'uscita della nuova release.

Esistono atleti di eSports professionisti in Italia? Persone che praticano questa attività principale come succede in altri Paesi esteri?

In Italia sono veramente pochissimi i casi di ragazzi che fanno i giocatori di eSports come professione e questo succede proprio perché questi atleti non stanno in Italia, ma frequentano i vari tornei internazionali. Posso citare tra questi come esempio il celebre Riccardo Reynor Romiti, campione mondiale di Starcraft 2, ma si tratta di rarissimi professionisti. Il resto si comporta, facendo un paragone, un po' come i giocatori di calcio nel campionato di eccellenza: tutti ragazzi che praticano un'attività lavorativa che devono conciliare con la pratica sportiva. Questo succede perché la scena italiana è molto piccola e nel nostro Paese non ci sono tornei con molti premi milionari come all'estero: anche se tu vinci un torneo in Italia puoi portare a casa un premio di 1.000, 2.000 euro.

Se posso fare un paragone sportivo si è in una dinamica simile a quella del tennis, dove per emergere e avviarmi alla carriera professionistica devo uscire dai tornei e dal contesto italiano e devo quindi sostenere tutte le spese del caso per prepararmi e partecipare a questi appuntamenti internazionali. Per un atleta di eSports questo è possibile se ha una società che lo supporta come avviene all'estero: qui le squadre sono delle vere media company e gli atleti vestono anche il ruolo di influencer, partecipano ad azioni di marketing e avviano collaborazioni con i brand. Il mercato estero degli eSport si è sviluppato secondo logiche commerciali mature, mentre

l'approccio italiano è rimasto troppo legato a una dimensione amatoriale senza sviluppare una dimensione industriale a tutto tondo. Oggi vediamo piuttosto content creator che giocano ai videogiochi secondo logiche di marketing piuttosto che atleti professionisti di uno sport.

Quali posizioni hanno assunto le istituzioni in Italia rispetto agli eSports?

Noi come Osservatorio abbiamo fatto un percorso di interlocuzione con le istituzioni che ci ha portato tre anni fa a presentare un White paper alla Camera dei Deputati con proposte concrete da parte di un po' tutti gli operatori del settore per normare e strutturare il movimento eSports e ottenere un riconoscimento pubblico. In realtà questo percorso si è fermato a quel punto senza ulteriori passi avanti. Nel nostro Paese viviamo ancora uno stereotipo negativo e un pregiudizio sui videogiochi e non si è mai colta la sfera atletica e la preparazione di questi ragazzi. Sono anche nate diverse Federazioni autoproclamate senza alcun riconoscimento ufficiale. Il CONI si è limitato a costituire il primo comitato esplorativo nel 2021 per creare una Federazione ufficiale ma anche questo processo non ha portato in seguito a un risultato concreto. La discussione pubblica sugli eSports in Italia ha avuto il suo apice in Italia nel 2023 dopo il periodo del Covid e in quel momento è sembrato pos-



sibile dare al movimento anche una struttura professionale. Successivamente abbiamo registrato invece dei passi indietro e non c'è stato il salto di qualità che ci aspettavamo.

Guardando al contesto internazionale, ci sono esempi invece di maturità di questo settore che possano ispirare anche una crescita per il mercato italiano?

In Francia gli eSports hanno avuto un riconoscimento ufficiale già due anni fa da parte del presidente Macron che ha anche creato le condizioni per ricevere finanziamenti pubblici e far emergere l'ecosistema che ruota intorno alle strutture, ai club e al sostenimento degli atleti. In Spagna invece abbiamo l'esempio virtuoso della Liga che, a differenza della serie A, non ha replicato in digitale il campionato, ma ha realizzato una competizione che ha delle sue logiche proprio diverse da quelle del calcio giocato. Inoltre, hanno creato delle strutture per rendere gli eSports un fenomeno anche di intrattenimento, con studi dedicati agli influencer e un programma strutturato. Non parliamo di altri mercati molto maturi come quelli anglosassoni, Inghilterra e USA, dove il movimento è nato, che sono 100 anni avanti a noi. Vediamo come in futuro i grandi appuntamenti internazionali organizzati dal CIO per gli eSports potranno dare un impulso alla maturazione di questo settore anche in Italia.





LORENZO PALLOTTI

Nato a Milano, vive nella città giardino Cusano Milanino. Laureato in Lettere moderne all'Università Cattolica del Sacro Cuore, giornalista pubblicista, ha lavorato per 16 anni in un'agenzia di comunicazione milanese prima di entrare nel 2017 nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.



Silvia Parente

“Quando i piedi diventano occhi”

Il viaggio di Silvia Parente, campionessa paralimpica e pioniera dell’inclusione, che ha imparato a leggere la montagna con il corpo e oggi apre nuove strade per lo sport di tutti

di ROCCO LANZA



Silvia Parente è una voce autorevole e luminosa dello sport paralimpico italiano, una donna che ha saputo trasformare una condizione di fragilità in una straordinaria forza. Nel tempo, ha convertito lo sci da semplice passione a professione, affrontando sacrifici, trasferte continue e competizioni impegnative fino ad arrivare a partecipare a quattro Paralimpiadi, dove, tra il 1994 e il 2006, ha conquistato una medaglia d'oro nello slalom gigante e 4 bronzi in altre discipline. Non ha mai conosciuto davvero la paura: per lei la montagna è un luogo che si legge con il corpo, con i piedi che diventano occhi e con la fiducia assoluta riposta nella guida, figura indispensabile per ogni atleta non vedente. In occasione di Milano-Cortina 2026 è stata tedofora, un riconoscimento che ha vissuto con emozione intensa. Oggi si impegna, con la sua *Fondazione per lo Sport in Italia* a rendere le attività invernali accessibili a tutti, con l'idea che lo sport non debba solo unire ma anche sapersi adattare alle differenze di ciascuno. La sua storia è un invito a credere nelle possibilità, a cercare strade alternative e a non smettere mai di provare.

Silvia, com'è nato il tuo rapporto con la montagna e con lo sci?

È una passione che mi ha trasmesso mio padre. Pur essendo pugliese di nascita, amava follemente la montagna e desiderava che anche io potessi viverla. Nonostante il mio problema alla vista, era convinto che dovessi imparare a sciare, e così è stato. Un ruolo fondamentale lo ha avuto il mio maestro dell'epoca: di fronte alle mie difficoltà non si tirò indietro, anzi, accettò la sfida di insegnarmi quando avevo sei anni. All'inizio seguivo lezioni collettive; lui si metteva davanti e mi guidava, mentre tutti gli altri stavano dietro di noi. Ricordo ancora la mia prima gara, alla fine della settimana bianca: ero terrorizzata all'idea di arrivare ultima e invece alla fine vinsi. Forse è proprio lì che è nata la mia determinazione.

Slalom speciale, discesa libera. Tutte discipline pericolose per tutti, che comportano dei rischi. Come hai fatto da non vedente a vincere la paura?

Sinceramente non ho mai avuto paura. Anzi, per quanto possa sembrare strano, il ripido è proprio ciò che preferisco. Quando la pendenza aumenta, io mi sento più orientata: è come se la montagna mi parlasse con maggiore chiarezza. Mi offre punti di riferimento naturali, mi fa percepire meglio dove mi trovo. Sul piano, invece, tutto è più uniforme, più difficile da "leggere". Nelle discese inclinate riesco a cogliere le curve, le diagonali, i cambi di pendenza. È attraverso i piedi che ricevo le informazioni più importanti: sono loro che mi dicono com'è fatto il

terreno sotto di me, in che direzione mi sto muovendo e qual è la mia posizione rispetto alla montagna. È un dialogo continuo fatto di sensazioni fisiche, e proprio questo mi fa sentire sicura e a mio agio.

C'è stato un momento in cui hai capito che lo sport sarebbe diventato qualcosa di più di una semplice passione?

Ho iniziato a sciare per pura passione, per il piacere di stare in montagna e divertirmi. Le gare, all'inizio, erano semplicemente un modo per poter salire in quota ogni fine settimana. Poi, con le prime vittorie, ho capito che forse quello che facevo poteva diventare qualcosa di più: un vero e proprio lavoro. Non è stato semplice, perché questo tipo di vita ti porta a essere sempre in movimento. Io partivo il giovedì sera e tornavo la domenica notte, e la mia valigia non si chiudeva mai del tutto: era sempre lì, pronta. Sono stati anni di sacrifici, di rinunce, di fatica. Ma sono anche stati anni che mi hanno portato lontano, fino alle Paralimpiadi. E quando ho vinto le mie medaglie, ho sentito che tutti quei sacrifici erano stati davvero ripagati.





Tu sei un'atleta poliedrica. Hai praticato tutte le discipline: qual è la tua preferita?

Anche se ho vinto l'oro nello slalom gigante alle Paralimpiadi invernali di Torino 2006, la disciplina che ho sempre amato di più è il SupervG. Mi piace perché è una via di mezzo perfetta: non è estremo come la discesa libera, dove si raggiungono velocità altissime e diventa quasi impossibile sentire chiaramente la voce della guida, coperta dal rumore del ghiaccio che scorre sotto gli sci. Nel Super-G, invece, il tracciato è meno complicato: ci sono meno pali da evitare e si disputa una sola manche. Questo per me fa una grande differenza. Una volta che l'hai fatta, è finita: ti senti più leggera, ti liberi la testa e puoi quasi rilassarti. Nelle discipline con due manche, invece, serve una concentrazione molto più prolungata e intensa, perché devi restare mentalmente "agganciata" per tutta la gara.

Come ci si prepara prima di una gara olimpica e quali sono le emozioni che hai provato durante la competizione?

La concentrazione è fortissima, ed è fondamentale imparare a gestire ansia ed emozioni. In questo, lo staff ha un ruolo decisivo: deve saper leggere il momento, capire l'atleta, il suo carattere e anche tutte le sue piccole scaramanzie. Ognuno ha le proprie. Io, per esempio, avevo l'abitudine di andare spesso in bagno prima della partenza: a me portava fortuna, mi metteva nella



Silvia Parente insieme alla sua guida Lorenzo Migliari

giusta predisposizione mentale. Durante la gara, però, tutto cambia. Nel momento in cui scatti dalla partenza, non esistono più ansie né rituali: sei completamente immersa in quello che stai facendo. Diventa una sfida con te stessa, con la tua capacità di restare lucida. Devi concentrarti solo sulla parte pratica, su ogni movimento, su ogni sensazione che ti arriva. È un attimo in cui tutto il resto scompare".

Per lo sci paralimpico la guida è una figura fondamentale. Come si costruisce quella fiducia totale?

Lo capisci abbastanza in fretta se con una persona c'è sintonia. Poi, certo, il rapporto si costruisce con il tempo, anno dopo anno. Il feeling è essenziale: io ho gareggiato alle prime due Paralimpiadi con una guida, e alle successive due con un'altra. Con quest'ultima si è creato un affiatamento talmente forte, così naturale, che alla fine è diventato anche il mio compagno nella vita. La guida non usa vere e proprie parole, ma un linguaggio in codice fatto di comandi. Io riuscivo a percepire un mio errore semplicemente dal cambio di tono della voce. Sono suoni che pronuncia seguendo il ritmo del suo respiro, e che l'atleta riesce a distinguere anche a grande velocità. Cambiano in base alla situazione: c'è un comando per la discesa, uno per la curva, e persino la lunghezza del suono ti indica come affrontare quel tratto. È un dialogo continuo, ma completamente non verbale.


SILVIA PARENTE

Cosa hai imparato su te stessa grazie allo sport?

Ho imparato che bisogna sempre provare. Siamo tutti diversi, e io ho dovuto accettare il fatto che non vedo: farmene una ragione è stato il primo passo. Lo sport mi ha aiutato tantissimo in questo senso, perché mi ha insegnato che esistono sempre alternative, modi differenti per fare la stessa cosa. Devi solo trovare quello che funziona per te. E poi, credo davvero che l'inclusione non significhi semplicemente fare sport insieme. Inclusione vuol dire comprendere quale diversità ha una persona, quali sono le sue esigenze, e trovare il modo di costruire attività che vadano bene per tutti: per chi è abile e per chi è disabile. È questo, per me, il vero senso del fare sport insieme.

Dal 2006 hai costituito la prima "Fondazione per lo Sport in Italia", basata sull'inclusione sociale e la disabilità. Quali proposte portate avanti per lo sport invernale?

Con la Fondazione ci concentriamo principalmente sullo sci. Abbiamo una baita accessibile a Sestola, in provincia di Modena, dove un'istruttrice organizza i gruppi esclusivamente in base al livello di ciascuno, senza barriere. La struttura è stata realizzata grazie al grande impegno di tutti i membri della Fondazione e all'interno si può trovare tutto l'occorrente per permettere a persone con diverse disabilità di praticare sport in sicurezza. Ma non ci limitiamo solo allo sci: ci occupiamo anche di arrampicata e tennis, cercando sempre di offrire opportunità sportive inclusive e adatte a tutti.

Cosa manca ancora secondo te, per rendere lo sport accessibile a tutti?

C'è ancora tanto lavoro da fare, soprattutto alla base. È fondamentale aiutare i ragazzi più giovani a entrare in contatto con lo sport, farli crescere con la consapevolezza che la disabilità non è un limite, e trasmettere a tutti, anche ai più grandi, il vero significato dell'inclusione. Purtroppo, in molte strutture la realtà è ancora difficile: alcune palestre non accettano persone disabili, oppure spesso mancano le attrezzature adeguate a farle praticare in sicurezza. È un problema che riguarda sia la cultura sportiva sia le infrastrutture. Per questo è necessario continuare a sensibilizzare, creare spazi accessibili e dare strumenti concreti a chi vuole avvicinarsi allo sport, indipendentemente dalle proprie capacità.



ROCCO LANZA

Nato a Viareggio, giornalista, ha conseguito la laurea in Scienze Politiche e Relazioni Internazionali presso l'Università di Pisa. Ha lavorato a Sky e Mediaset. Da settembre 2025 collabora con la Direzione Relazioni Esterne e Comunicazione di FNM.

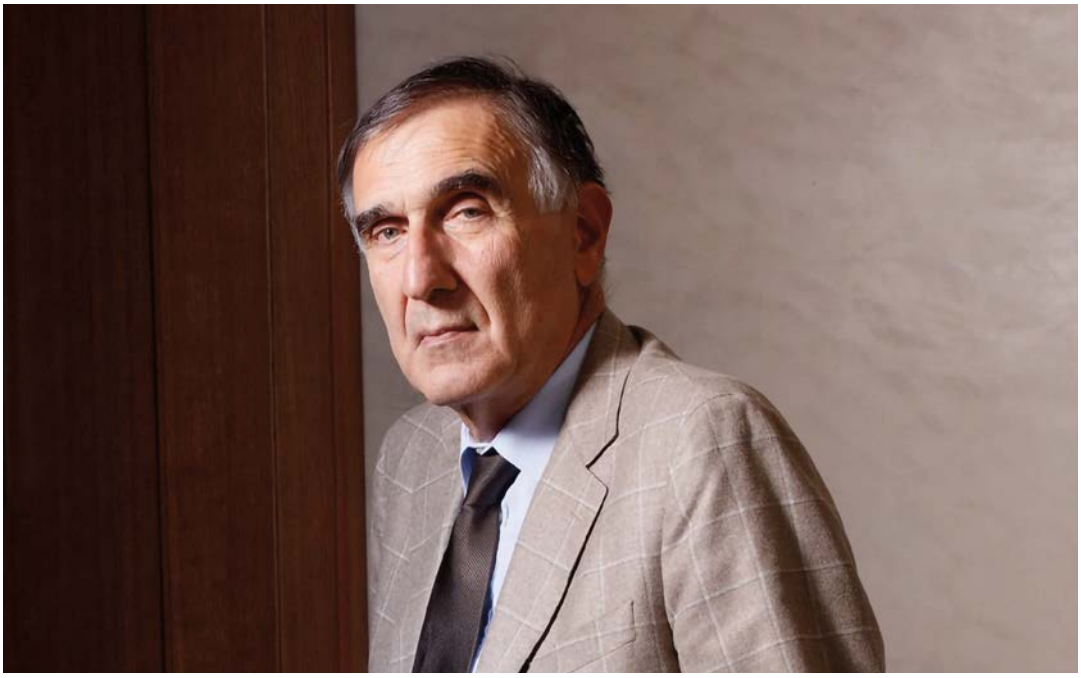

ITALIA
CONI

La medicina dello sport al servizio della salute e dell'eccellenza degli atleti

Il professor Andrea Ferretti, direttore sanitario dell'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del CONI, racconta l'evoluzione dell'attività a sostegno degli sportivi. I casi di Federica Brignone, Franco Baresi e Lindsey Vonn e i loro recuperi inspiegabili

di LORENZO PALLOTTI





L'evoluzione dello sport professionistico richiede atleti sempre più preparati e in grado di garantire prestazioni ravvicinate nel tempo. Una condizione fisica e psicologica complessa da raggiungere e mantenere che deve essere curata secondo logiche e metodologie rigorose per preservare, oltre alle performance anche la salute delle persone. Il professor Andrea Ferretti, già medico responsabile delle nostre nazionali di calcio e pallavolo, insieme ai suoi collaboratori all'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del CONI, cerca di raggiungere questo obiettivo seguendo l'attività di tutti gli atleti di interesse nazionale.

Professore, qual è la storia dell'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del CONI?

L'Istituto di Medicina e scienza dello sport del CONI è il primo istituto al mondo che è stato creato per approfondire le tematiche relative agli aspetti medici delle varie discipline. È stato fondato nel 1963 all'indomani delle Olimpiadi di Roma grazie a un'iniziativa di un famoso cardiologo che era appassionato di sport, il professor Antonio Venerando, che convinse, ma in realtà fece presto a convincerlo, l'allora presidente del CONI Giulio Onesti, figura storica dello sport italiano. Nelle vicinanze di quello che era allora il villaggio olimpico e del centro dell'Acqua Acetosa fu fondato questo istituto che nel tempo è diventato una sede storica per la ricerca e l'assistenza agli atleti.

Ci può spiegare il ruolo e la funzione che riveste?

La funzione principale dell'Istituto è quella di conservare e di assicurare la salute degli atleti soprattutto, ma non solo, quelli di interesse nazionale. Ma anche quella di cercare di mettere questi sportivi nelle condizioni di performare ai massimi livelli. Quindi ha una doppia funzione, tutela della salute da una parte e dall'altra cercare di mettere in condizione e conservare lo stato di forma migliore possibile. Per statuto del CONI tutti gli atleti che sono selezionati per i Giochi



Olimpici devono essere visitati all'Istituto di Medicina dello sport: il 30 gennaio scorso abbiamo visitato l'ultimo degli atleti convocato alle Olimpiadi invernali di Milano Cortina. Quindi abbiamo completato il ciclo: parliamo di 1.003 visite pianificate e realizzate.

Per curiosità, quanto tempo c'è voluto per visitare tutti gli atleti nostri rappresentanti alle Olimpiadi?

In realtà noi dobbiamo visitare molti più atleti di quelli che poi effettivamente partecipano ai Giochi perché abbiamo dovuto seguire il più ampio gruppo degli atleti che avrebbero potuto essere selezionati per la manifestazione. Abbiamo iniziato questo specifico lavoro a fine agosto scorso, alcuni atleti poi non sono stati selezionati, altri se ne sono aggiunti in un secondo momento. Da fine agosto siamo arrivati a fine gennaio, 5 mesi abbondanti procedendo con un massimo di 8 visite al giorno e seguendo un protocollo preciso che si chiama PO, Probabili Olimpici che si compone di una serie di visite. Prima la visita medica generale, poi una visita cardiologica e una visita pneumologica con un test cardiopolmonare da sforzo. A seguire una visita oculistica, una visita ortopedica e, a seconda dei casi, anche le visite otorinolaringoiatrica e una valutazione psicologica. Queste visite che compongono il protocollo sono corredate di una serie di indagini strumentali di routine e poi radiografie, esami di diagnostica per immagini, risonanze magnetiche per approfondire eventuali problematiche che fossero insorte durante la visita.

Quanto è difficile curare gli atleti che sono già seguiti da medici personali e della propria squadra di riferimento? Come si costruisce un gioco di squadra costruttivo?

Noi lavoriamo in sintonia con i medici delle varie federazioni, nella fattispecie della Federazione degli sport invernali e della Federazione degli sport del ghiaccio che sono le due coinvolte nei Giochi Olimpici In-



vernali. Poi ovviamente ci sono le federazioni di tutti gli sport con le quali collaboriamo e siamo di supporto.

Come si è evoluta nel corso degli anni la medicina dello sport e la preparazione degli atleti?

La preparazione segue le evoluzioni tecniche delle singole discipline e noi possiamo aprire veramente un capitolo importante dell'evoluzione dello sport perché le prestazioni che vengono richieste agli atleti sono sempre maggiori. Record di varia natura vengono superati grazie alle modifiche dei materiali, ma soprattutto della preparazione atletica. Inoltre, vanno aggiunte quelle che chiamo skills, cioè fondamentali, che cambiano con il tempo: se noi vediamo la ginnastica artistica, abbiamo esercizi che una volta non era nemmeno ipotizzabile che un essere umano potesse fare veramente. Questo naturalmente comporta adattamenti sia dal punto di vista medico che da un punto di vista della preparazione. Se guardiamo al gioco del calcio oggi la velocità di esecuzione dei gesti è notevolmente maggiore e questa va unita a un'evoluzione del regolamento che vede oggi la possibilità di cambiare cinque giocatori, quando inizialmente era possibile una sola sostituzione. Quindi oggi anche le prestazioni del fisico si adeguano a queste nuove esigenze tecniche.

L'evoluzione dello sport moderno professionistico, sempre più orientato alla spettacolarizzazione e allo sfruttamento commerciale, che prevede sempre più appuntamenti e calendari affollati, può avere una ricaduta sulle performance e sul rischio infortuni?

Assolutamente sì. Vediamo oggi patologie negli atleti che 20 anni fa erano del tutto sconosciute e questo non solo perché



oggi alcune metodiche d'indagine ci permettono di andare più a fondo nella diagnosi, ma anche perché l'organismo è sottoposto a sollecitazioni una volta impensabili. Questo è il rovescio della medaglia dello sport così spettacolarizzato; gli infortuni sono un problema molto serio per gli atleti, sia per la frequenza che per la gravità. Basta pensare a quello che è successo nell'ultimo anno nello sport italiano: abbiamo avuto episodi veramente molto gravi e tragici.

Rispetto a questi infortuni sempre più frequenti e impattanti ci sono anche atleti che riescono a ridurre i tempi di recupero in modo veramente importante con singoli casi che ci lasciano a bocca aperta, come quello della nostra portabandiera olimpica Federica Brignone.
Per lungo tempo l'abbiamo vista fare fatica a camminare senza stampelle e poi è riuscita subito arrivare a livello delle migliori del mondo alla prima gara ufficiale. Come si spiega un caso del genere?

Il genere umano da questo punto di vista è fantastico perché riesce a trovare motivazioni che probabilmente – dico probabilmente perché è difficile poterlo asserire con assoluta certezza – nel mondo animale si trovano solo per la procreazione e per la sopravvivenza della specie. L'essere umano può trovare nella musica e in alcune sue passioni spinte impensabili; il recupero nello sport è sicuramente il settore nel quale la motivazione dà risultati straordinari. Il caso della Brignone è sicuramente formidabile. Il fatto che possa essere tornata a questi livelli è frutto di una straordinaria motivazione, supportata dall'aiuto dei medici e dai fisioterapisti di tutto il suo gruppo che hanno permesso già un grande risultato. Ma se non ci fosse stata dentro l'atleta una molla una spinta di questo genere, non sarebbe mai arrivata a questo punto. Il campione si vede anche da queste cose. La medicina dello sport è piena di eventi che a me capita spesso di raccontare come quella che si chiama anche medicina narrativa: episodi che non fanno statistica ma fanno casistica e che sono ovviamente unici. Forse il primo al quale ho assistito e anche partecipato direttamente fu la finale dei Mondiali di Calcio a Pasadena nel 1994 con Franco Baresi che, a venti giorni dall'intervento al menisco, è tornato in campo per la sfida con il Brasile e ha fatto la partita formidabile che abbiamo visto. Non certo sulla preparazione fisica, perché aveva fatto tre allenamenti se era tanto, ma solo per la volontà e la forza interiore che ha avuto. La Vonn ha vinto quest'anno a 41 anni due discese libere di Coppa del Mondo con una protesi al ginocchio anche se monocompartimentale. Con questa protesi noi non raccomandiamo forse nemmeno di fare il doppio a tennis e lei è ritornata a sciare in discesa libera dove affrontano sollecitazioni estreme e fanno dei salti da 6, 7 metri in altezza. Questo lo vedo nello

sport costantemente e la casistica si aggiorna continuamente di episodi che facciamo fatica a raccontare. Sono quelle cose che è difficile insegnare a scuola e all'università perché la medicina è fatta di statistiche di grandi numeri, di linee guida.

Il tema della motivazione ci fa toccare la questione dei mental coach: voi siete in contatto e lavorate anche con questi professionisti?

Noi abbiamo una sezione di psicologia dello sport il cui punto di riferimento è il professor Vercelli che segue alcuni atleti sia personalmente che attraverso i suoi collaboratori. Sicuramente l'aspetto psicologico è fondamentale ma se parliamo proprio di questo tipo di professionisti non tutti gli atleti se ne avvalgono, è una questione molto individuale, alcuni atleti proprio lo rifiutano.

La ricerca della performance porta ancora oggi alcune persone a ricorrere al doping per primeggiare. Come è possibile che avvenga ancora oggi nonostante le continue campagne di educazione e informative e i controlli in atto? Che dimensione ha oggi l'utilizzo di sostanze proibite?

Il fenomeno del doping non ha una diffusione così ampia perché oggi i controlli sono molto frequenti e molto rigorosi; quindi, c'è un'azione importantissima di scoraggiamento dell'uso del doping che porta addirittura in alcuni casi gli atleti ad avere precauzioni al limite dell'ossessione. Il fenomeno del doping è quindi limitato e controllato in maniera opportuna. Ci sono purtroppo tanti settori nei quali si cerca di truffare il vicino, il compagno e quindi è una cosa che purtroppo vediamo insita in qualche modo nel nostro essere. Si ricerca la scorciatoia o l'imbroglio per comunque ottenere un vantaggio che può essere talvolta anche



economico. La riuscita nello sport non è solo la soddisfazione di raggiungere la medaglia, raccogliere i risultati di tanti sacrifici, ma ci sono risvolti economici importanti.

Qual è il valore dello sport in generale per la salute delle persone?

Per le persone comuni il valore dello sport è quello di educare al movimento perché noi abbiamo finora parlato di uno sport di élite, uno sport di alto livello, sui cui benefici reali sulla salute si può discutere, mentre non si discute sull'importanza e sull'utilità dell'attività fisica sull'organismo. Oggi esiste addirittura prescrizione dell'esercizio fisico come trattamento terapeutico, come una medicina: grazie al movimento si può ridurre l'uso di farmaci e questo è un fatto ormai as-



sodato. Il movimento porta benefici in tantissime patologie. Quindi il valore dello sport è quello di fare da apripista, da testimonial a quella che invece si pone come un'attività fisica che può dare benefici straordinari sulla salute di ogni individuo e quindi della collettività. Però andrebbero distinti sempre i due aspetti: lo sport di prestazione da una parte e l'attività ginnica, atletica di base che sono completamente diversi anche se di entrambi si occupa la medicina dello sport.



LORENZO PALLOTTI

Nato a Milano, vive nella città giardino Cusano Milanino. Laureato in Lettere moderne all'Università Cattolica del Sacro Cuore, giornalista pubblicista, ha lavorato per 16 anni in un'agenzia di comunicazione milanese prima di entrare nel 2017 nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.

Allenare la mente per gestire le emozioni e aspettative: il lavoro del mental coaching

Intervista a Nicoletta Romanazzi: comprendere i meccanismi che regolano i nostri pensieri, nello sport come nella vita, è uno strumento in più per affrontare le difficoltà prima che diventino problemi

di CHIARA MELONI

Se l'allenamento del corpo è da sempre considerato fondamentale, oggi cresce la consapevolezza che anche la mente abbia un ruolo decisivo nei momenti che contano davvero ossia quando la pressione aumenta e le aspettative pesano. In questo scenario si inserisce la figura del mental coach, sempre più presente nel mondo dello sport e non solo. Ma chi è realmente? E come mai si è diffusa così tanto in questi ultimi anni? Nicoletta Romanazzi, mental coach di professione che ha lavorato con atleti di alto livello, ma anche con cantanti e top performer, ci spiega in questa intervista, le tecniche di allenamento mentale, il tema della regolamentazione della professione, le differenze tra atleti di generazioni diverse, il ruolo dei social media e la pressione mediatica nello sport contemporaneo, con le relative conseguenze sulla performance e sul benessere degli atleti. Nicoletta si dedica anche alla divulgazione del mental coaching, porta le sue competenze nelle scuole e organizza corsi di formazione, perché crede profondamente nel potere del suo lavoro, ricordando che il mental coaching non è "per deboli", come spesso si crede, ma dovrebbe essere, per tutti, uno strumento di prevenzione per affrontare le difficoltà prima che diventino problemi. Di recente ha ricevuto il Globe Soccer Awards come miglior mental coach.





Come si definisce oggi un mental coach? Quali sono le sue competenze e qual è l'obiettivo principale del suo lavoro con un atleta?

Un mental coach è, a tutti gli effetti, un allenatore mentale. Accompagna i propri clienti nel raggiungimento di un obiettivo o al superamento di un ostacolo, di una difficoltà, di un problema professionale o personale. In sostanza, aiuta la persona a far emergere il proprio potenziale e a utilizzarlo al meglio nella propria vita. Lavora sulla gestione delle emozioni, sulla costruzione dello stato di massima concentrazione, sull'automotivazione e su tutto ciò che serve per raggiungere i propri obiettivi nel modo più efficace possibile. È importante chiarire che il mental coach non può intervenire su disagi profondi o patologie, quello rientra nell'ambito della psicoterapia.

Il mental coach oggi è una figura quasi imprescindibile nello sport. Com'era percepito questo ruolo quando lei ha iniziato e quali sono stati i cambiamenti più evidenti nel corso degli anni? Come mai ultimamente si è diffuso così tanto?

Ho iniziato 25 anni fa e, all'epoca, nessuno sapeva nemmeno cosa fosse un mental coach. Per molto tempo si è pensato che fosse semplicemente un motivatore e purtroppo ancora oggi qualcuno lo crede. Ma non è così. Anzi, se un atleta avesse bisogno di un coach per essere motivato, sarebbe un problema. Il mental coach insegna alla persona come automotivarsi. All'inizio non è stato semplice: sono stata presa in giro e anche ostacolata, sia dalla mia famiglia sia dagli amici, perché pensavano fosse una sciocchezza. Un'altra grande difficoltà è che oggi il mental coach è una figura non regolamentata. Essendo un ruolo relativamente nuovo, chiunque può definirsi tale. Negli ultimi anni è diventato quasi "di moda" fare il mental coach. Sono nate tante scuole e corsi molto brevi che rilasciano attestati, ma in una settimana non si possono acquisire le competenze necessarie per svolgere questo lavoro in



modo serio e professionale. È un lavoro che richiede una preparazione profonda e continua. Io studio, mi formo e lavoro su me stessa da 25 anni, e lo stesso vale per le persone che fanno parte del mio team: ogni anno devono continuare a formarsi e a lavorare su di sé.

C'è stato un momento che ha segnato una svolta nella percezione di questa professione?

Credo che un momento decisivo per lo sdoganamento di questa figura sia arrivato quando diversi atleti hanno scelto di parlare pubblicamente del lavoro mentale svolto insieme al mental coach, spiegando quanto sia stato determinante per i loro risultati. Tutto questo è avvenuto in seguito a grandi vittorie: da quel momento l'attenzione mediatica si è accesa, contribuendo a far comprendere alle persone quanto l'aspetto mentale sia importante quanto quello fisico. Alle Olimpiadi di Tokyo 2020, per esempio, seguivo cinque atleti in gara, che sono tornati con tre medaglie d'oro, un bronzo, un quinto e un settimo posto.

Mi ricordo le parole di diversi atleti che segue, hanno parlato del lavoro fatto con lei come parte fondamentale delle loro vittorie. Che tipo di lavoro svolge in generale con gli atleti di alto livello?

Io non parlo mai in generale, perché ci sono tanti mental coach che lavorano con un metodo preciso. Il mio è un lavoro su misura, lo chiamo il non-metodo. A seconda della persona che ho di fronte e del momento che sta vivendo, lavoro su ciò che serve in quel preciso istante. Anche se seguo un atleta da sette o otto anni, ogni volta lo guardo come se fosse la prima: mi chiedo di che cosa abbia bisogno oggi, qui e ora. Uno dei lavori più importanti con gli atleti, soprattutto quando devono affrontare grandi competizioni, riguarda la gestione dell'ansia da prestazione. Parliamo della paura di deludere, che è una paura profonda e universale. Dentro di noi esiste ancora quel pensiero antico, quasi infantile: "Se deludo, gli altri si allontaneranno e rimarrò solo". È una delle paure più radi-



A DESTRA
Intervento di Nicoletta Romanazzi insieme a Alice Betto, triatleta

cate nell'essere umano. Quando ci troviamo davanti a una grande sfida, questa paura si attiva. Il mio compito è aiutare l'atleta a riconoscerla e a gestirla. Lo stesso vale per la paura del giudizio esterno, che è strettamente collegata a quella del rifiuto. Spesso lavoriamo per riportare l'attenzione dall'esterno all'interno, su ciò che l'atleta può controllare.

Ci sono altri aspetti, oltre alle paure, su cui le capita di lavorare?

Un altro aspetto fondamentale è l'equilibrio tra le parti interne della persona. Per esempio, se un atleta ha una parte competitiva eccessivamente sviluppata, rischia di non fermarsi mai: non si concede riposo, non si diverte, non si gode i risultati raggiunti. È una parte molto mentale, scollegata dal corpo, che può portare a sovraccarico, infortuni o perdita di motivazione. In questi casi il lavoro consiste nel ritrovare equilibrio, così da allenarsi magari meno ma performare di più, paradossalmente. Poi ogni atleta ha le sue specificità: c'è chi soffre gli attacchi sui social e quindi lavoriamo sulla gestione dell'esposizione mediatica; chi è molto scaramantico; chi non è consapevole del proprio potenziale e vive nell'insicurezza; chi, al contrario, tende a scaricare sempre la responsabilità all'esterno (sull'allenatore, sulla società, sulle circostanze) senza assumersi la propria parte. Il lavoro mentale non è mai uguale per tutti. È un percorso sartoriale, che si costruisce passo dopo passo insieme alla persona.

Secondo lei l'allenamento mentale è un fattore decisivo quanto la preparazione tecnica e fisica? È sempre stato così importante? E oggi nota delle differenze rispetto agli atleti di qualche generazione fa, soprattutto tra i giovani?

Sì, l'allenamento mentale è sempre stato importante. Mente e corpo sono strettamente connessi: ciò che la mia mente pensa, il mio corpo lo esegue. Se mi focalizzo su un problema, il corpo reagisce come se quel problema fosse già presente. Questo è un aspetto fondamentale da comprendere. Ci sono sempre stati atleti straordinari, dotati di grande talento, che però non sono riusciti a gestire i propri meccanismi mentali e, di conseguenza, non hanno ottenuto i risultati che avrebbero potuto raggiungere. La differenza oggi è legata soprattutto all'esposizione mediatica e alla pressione. Viviamo in un'epoca in cui l'attenzione dei media è costante e spesso spietata, e questo genera uno stress enorme, in particolare nei ragazzi più giovani. Se penso, per esempio, al mondo del calcio, un tempo molte squadre erano gestite da famiglie: c'era una maggiore attenzione alla persona, al calciatore come individuo da tutelare e accompagnare. Oggi, molto spesso l'atleta è trattato come un numero: se funziona bene resta, se non funziona viene sostituito. Questo approccio è molto più duro e faticoso da gestire, soprattutto per i giovani. Inoltre, la pressione economica è aumentata: girano molti più soldi e le aspettative sono altissime. Tutto questo rende il lavoro mentale ancora più decisivo rispetto al passato.

Il mental coaching non riguarda solo lo sport, ma anche la vita quotidiana. In che misura gli strumenti che usa con gli atleti possono essere utili anche nella crescita personale e professionale? So che lei porta le sue competenze anche nelle scuole e tiene dei corsi su questi temi.

Assolutamente sì. Il punto è che nessuno ci ha mai insegnato come funziona la nostra mente. Non sappiamo quali meccanismi si attivano, come si crea uno stato d'animo, perché reagiamo in un certo modo. E spesso la mente funziona in modo paradossale: siamo convinti che un certo comportamento ci porterà a un risultato, e invece otteniamo l'effetto opposto. Imparare questi strumenti fin da giovani permetterebbe di vivere una vita più equilibrata, di gestire meglio le proprie emo-



Nicoletta Romanazzi insieme a Matías Vecino Falero, calciatore uruguaiano



Nicoletta Romanazzi insieme a Mattia Perin, calciatore italiano



Nicoletta Romanazzi insieme a Francesco Laporta, golfista



Nicoletta Romanazzi insieme a Martina Arduino, prima ballerina del Corpo di Ballo del Teatro alla Scala



Nicoletta Romanazzi insieme a Luca Marini, pilota motociclistico



Nicoletta Romanazzi insieme a Andrea Mari, fantino del Palio di Siena

zioni e di non cedere continuamente il proprio potere all'esterno. Per questo, ogni volta che posso, porto questi temi nelle scuole, scrivo libri, realizzo podcast perché possano raggiungere il maggior numero di persone possibile. E fa davvero la differenza. Quando entro nelle scuole vedo ragazzi che mi ascoltano con gli occhi spalancati. E a distanza di anni mi arrivano e-mail di studenti che mi scrivono, magari per dirmi che si sono laureati, che hanno raggiunto un obiettivo e che si ricordano ancora qualcosa che ho detto in quell'ora passata insieme. Sono momenti che mi commuovono profondamente. Mi danno la spinta per continuare, perché so quanto questo lavoro possa essere potente. Lo è stato prima di tutto per me, nella mia vita. E proprio per questo sento il desiderio di portarlo a quante più persone possibile. Se ci fosse una vera educazione emotiva nelle scuole, se alcune basi di coaching venissero insegnate ai ragazzi, credo che i risultati potrebbero essere straordinari.

Ci racconta il suo percorso di studi? Ha detto che continua a formarsi, lavora anche sulla respirazione e su strumenti utili per gestire l'ansia da prestazione: quali sono state le tappe principali della sua formazione?

Ho sempre fatto un grande lavoro su me stessa. Ogni volta che sperimentavo uno strumento o una metodologia che mi aiutava concretamente a ottenere risultati, decidevo di studiarla in modo approfondito per poterla poi integrare nel mio lavoro. Quando ho iniziato a studiare coaching, mi sono resa conto che stavo lavorando quasi esclusivamente sulla mente, rischiando però di trascurare il corpo. Ma la connessione mente-corpo è fondamentale. Per questo ho scelto di approfondire lo studio del respiro, che è uno strumento potentissimo perché lavora contemporaneamente su entrambi. Nel tempo ho ampliato molto la mia "cassetta degli attrezzi": ho studiato ipnosi da performance, sono diventata sfera coach con il professor Giuseppe Vercelli e coach strategica formandomi con il professor Giorgio Nardone. Ognuna di queste competenze rappresenta uno strumento in più. Non so mai in anticipo quale utilizzerò: scelgo di volta in volta ciò che è più utile per la persona che ho davanti, in quel preciso momento. La mia formazione non si è mai fermata e non si fermerà: credo che in questo lavoro aggiornarsi continuamente sia una responsabilità.

Guardando al futuro, come immagina l'evoluzione della figura del mental coach? Quali saranno le competenze sempre più centrali per lavorare in questo mondo?

Il mio sogno, e continuerò a perseguirlo finché avrò vita, è che la figura del mental coach venga regolamentata. Chi sceglie di fare questo lavoro dovrebbe aver acquisito competenze solide e una professionalità certificata, con un percorso serio e strutturato. Mi auguro che, soprattutto nelle società sportive di un certo livello, la presenza del mental coach diventi stabile, se non obbligatoria. Ma ancora più importante è che cambi il percepito culturale: oggi spesso si pensa che dal mental coach vada chi ha un problema o chi è "debole". In realtà è esattamente il contrario. Dal mental coach si va per prevenire i problemi, per evitare di entrare in crisi, per non farsi male, per prepararsi prima. Se mi alleno bene fisicamente, riduco il rischio di infortuni; allo stesso modo, se mi alleno mentalmente, riduco il rischio di blocchi, crolli o difficoltà emotive. L'allenamento mentale deve essere considerato importante quanto quello fisico.

Che ruolo possono avere gli allenatori per fare in modo che l'aspetto mentale venga curato meglio?

Mi piacerebbe che fossero gli stessi allenatori a suggerire ai propri atleti un supporto mentale. Per questo credo che in futuro sarà sempre più centrale la formazione trasversale: un allenatore, per esempio, non



dovrebbe avere solo competenze tecniche, ma anche una base di coaching e di comunicazione. Puoi essere bravissimo dal punto di vista tecnico, ma se non sai comunicare nel modo giusto e non sai comprendere i tuoi ragazzi, rischi di fare danni. È anche per questo che terrò una giornata di formazione per i tecnici del CONI e una lezione di coaching nel Master della FIFA in Sport Management all'Università Bocconi. Lo faccio per educare, per far comprendere l'importanza di questi strumenti. Quando porto esempi concreti e faccio sperimentare direttamente alcune tecniche, vedo le persone illuminarsi: percepiscono immediatamente il vantaggio. Ed è proprio questo che voglio continuare a fare: contribuire a un cambiamento culturale in cui l'allenamento mentale sia parte integrante della formazione, nello sport e non solo.

So che ha vinto il Globe Soccer Award come miglior mental coach, cosa ha significato per lei vincere quel premio?

La gioia più grande, ancora prima di sapere che sarei stata premiata io, è stata scoprire che all'interno dei Globe Soccer Awards fosse stato istituito il premio per il miglior mental coach. Per me quello è stato il vero riconoscimento: vedere ufficialmente valorizzata questa figura in un contesto così importante. Poi, naturalmente, essere stata scelta come prima premiata è stata una grande soddisfazione. E lo è stata ancora di più per un altro motivo: sono salita su quel palco come unica donna premiata. In un mondo che, soprattutto nello sport professionistico, è ancora molto maschile, è stato un segnale forte. Durante la serata dei premi è stato tutto sur-





Serata di premiazione dei Globe Soccer Award

reale. A un certo punto sul palco c'erano Novak Djokovic e Cristiano Ronaldo. Djokovic, per me, è un idolo: è un atleta che ha sempre lavorato moltissimo sulla mente, sullo yoga, sulla meditazione. Quando hanno chiamato tutti i premiati sul palco, ho preso il mio premio, che pesava tantissimo, e sono salita per fare la foto accanto a lui. Non ero lì come fan per una foto ricordo: ero lì come premiata, con il mio riconoscimento in mano. Abbiamo scambiato qualche parola, è stato molto gentile, e per me è stata un'emozione enorme. Ancora oggi, quando ci penso, mi sembra di aver vissuto dentro un film. È qualcosa che faccio fatica persino a realizzare.



CHIARA MELONI

Nata a Rho (MI) nel 2002, ha conseguito la laurea in Scienze della Comunicazione presso l'Università degli Studi dell'Insubria a luglio 2024. Da ottobre dello stesso anno, lavora presso la Direzione Relazioni Esterne e Comunicazione di FNM.



Atletico Madrid vs Real Madrid, Campionato Liga, Stadio Riyadh Air Metropolitano, 2025
© Elwin594 via Wikimedia Commons

Emozioni, risultati

Come governare la reputazione dei grandi club sportivi



e giudizi costanti.

Nel calcio la comunicazione diventa strumento per gestire i sentimenti e fare leva sui valori. Le società più importanti non sono solo squadre di calcio ma brand globali. L'esperienza di Pier Donato Vercellone tra AC Milan e Juventus

di ROSANNA CARDELLA

Nel calcio contemporaneo i grandi club sportivi non sono solo squadre che competono ogni settimana, ma brand globali con un impatto economico e sociale rilevante. In questo scenario la comunicazione diventa una leva strategica, chiamata a governare emozioni e sentimenti, crisi improvvise e relazioni con stakeholder di natura diversa, dai tifosi agli investitori.

A raccontare questa complessità è Pier Donato Vercellone, esperto di comunicazione con una lunga esperienza nella costruzione della reputazione e nella valorizzazione dei brand, oggi alla guida della Direzione Comunicazione della Juventus dopo aver ricoperto dal 2020 al 2025 il ruolo di Chief Communications Officer dell'AC Milan.

Quella calcistica è un'industria ad altissima visibilità e a giudizio costante, parte di quello che si può definire il "business delle emozioni". La sfida è proteggere e valorizzare un capitale reputazionale che va oltre il punteggio finale, costruendo nel tempo credibilità, coerenza e visione. Vercellone spiega come muoversi in questo terreno complesso.



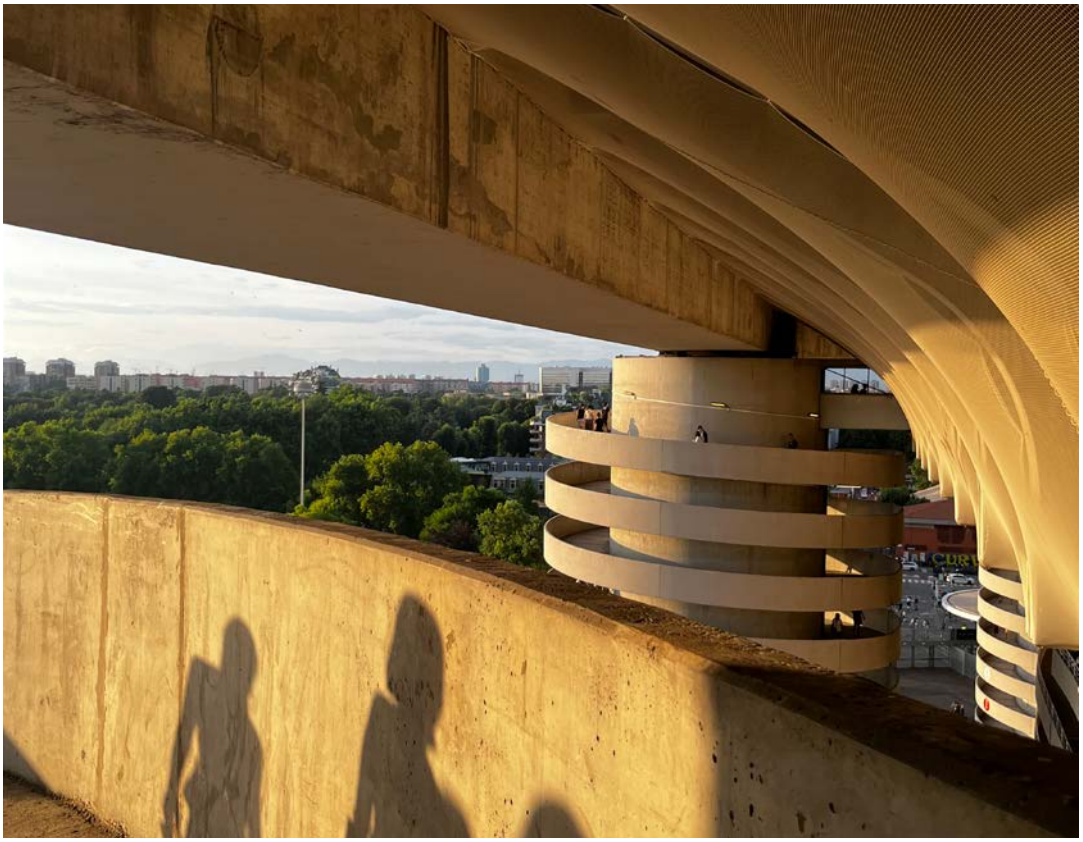
Lei ha guidato la comunicazione di due dei club più significativi del calcio italiano, AC Milan prima e ora Juventus. Quali sono le sfide specifiche della comunicazione in un contesto sportivo così ad alta visibilità?

Entrambi i Club per cui ho avuto il privilegio di lavorare – AC Milan prima e Juventus oggi – non possono essere considerati semplicemente squadre di calcio. Sono brand globali, istituzioni culturali e sociali, oltre che aziende strutturate con dipendenti, asset, governance e un indotto estremamente rilevante (Juventus, inoltre, è una società quotata).

La sfida della comunicazione in questo contesto supera ampiamente il rettangolo di gioco. La componente sportiva resta il core business e influenza profondamente narrativa e percezione, ma la strategia deve necessariamente essere più ampia: occorre rafforzare la reputazione corporate, dialogare con una molteplicità di stakeholder (tifosi, media, sponsor, istituzioni, investitori, community locali e internazionali), consolidare il posizionamento globale e, soprattutto, alimentare e rinnovare il legame emotivo con milioni di sostenitori nel mondo.

Esistono linee guida o principi comuni che seguono le squadre di calcio per gestire la comunicazione, oppure ogni club richiede un approccio su misura?

Il calcio è un'industria ad altissima visibilità e a giudizio costante: questo rende il ruolo del manager della comunicazione tra i più complessi e formativi. Servono visione strategica, capacità di lettura del contesto, rapidità decisionale e coerenza identitaria. Esistono principi comuni tra i grandi Club, ma ogni Club richiede un approccio *tailor-*



made: storia, valori, heritage, stile comunicativo e ambizione internazionale definiscono uno "stilema" distintivo che va rispettato e valorizzato. Non a caso, sia Juventus sia AC Milan presentano strutture organizzative evolute, con unit verticali altamente specializzate che operano in sinergia, in linea con i top club internazionali.

La reputazione di un club si costruisce di più attraverso i suoi risultati sul campo o attraverso la percezione pubblica della squadra?

Noi siamo parte del business delle emozioni, dell'*entertainment*. Le emozioni – e quindi il sentiment – sono inevitabilmente influenzate dai risultati sul campo. Vittorie e sconfitte generano picchi emotivi che si riflettono immediatamente nella percezione pubblica e alimentano la conversazione mediatica. È fondamentale, quindi, comprendere il contesto emotivo in cui il Club si muove: nei momenti positivi si può amplificare l'energia e rafforzare la narrativa di successo; nei momenti più complessi occorre individuare angoli di racconto alternativi, valorizzando resilienza, progettualità, identità e visione futura.

Quali strumenti e strategie utilizza per proteggere e valorizzare la reputazione di brand sportivi così seguiti e sotto i riflettori?

La reputazione non si costruisce esclusivamente con i risultati sportivi. Le performance sono decisive per la percezione di breve periodo, ma la reputazione si consolida nel medio-lungo termine attraverso una strategia coerente che valorizzi l'universo valoriale del brand: legacy, cultura, respon-

sabilità sociale, innovazione, sostenibilità, impatto sulla comunità.

Per questo è fondamentale definire una mappa chiara delle dimensioni reputazionali – sportive, economiche, sociali – e presidiare ciascuna di esse con strumenti integrati: media relations, storytelling digitale, progetti CSR, relazioni istituzionali, *thought leadership* del management, etc. La reputazione è un capitale che va costruito con metodo e continuità.

Lo sport ha una capacità unica di far leva sulla sfera emotiva delle persone, creando legami profondi ma anche disappunti piuttosto intensi. In che modo questa dimensione emotiva influenza il modo in cui un club comunica con i suoi tifosi e costruisce una narrazione che vada oltre i risultati sul campo?

La dimensione emotiva è il cuore della comunicazione sportiva. Il calcio è ritualità, appartenenza, simboli condivisi: quella che definisco la "liturgia calcistica". Presidiarla significa rispettare codici, tradizioni, momenti iconici che i tifosi riconoscono come parte della propria identità. Avere una mentalità vincente è essenziale, non solo sul campo. Un grande Club deve ampliare la propria narrativa per parlare anche a pubblici nuovi: giovani generazioni, audience internazionali, community digitali.

La comunicazione deve quindi tenere insieme due livelli: da un lato la continuità con la tradizione, dall'altro l'innovazione. È necessario raccontare un Club attento alle tematiche ESG e alla sostenibilità, orientato alla trasformazione digitale, capace di intercettare linguaggi cross-culturali e trend contemporanei. In questo modo la narrazione integra e va oltre il risultato sportivo: il Club diventa un ecosistema culturale e valoriale, non solo una squadra che gioca ogni settimana, anche perché i risultati sportivi sono impossibili da prevedere e gestire.

In ambito sportivo le crisi – siano legate a risultati, scandali o controversie – possono esplodere rapidamente sui media e sui social. Come ci si prepara e come si gestisce la comunicazione in questi momenti delicati?

Il calcio è un'industria ad altissima velocità e imprevedibilità. Proprio per questo la preparazione è fondamentale. L'analisi preventiva dei rischi, la mappatura degli scenari critici e la definizione di protocolli chiari consentono di non subire la crisi, ma di governarla. La gestione efficace di momenti delicati richiede alcuni elementi chiave: allineamento interno tra area sportiva e management; identificazione chiara degli spokesperson; rapidità e coerenza nei messaggi; capacità di attivare una rete di alleanze e terze parti credibili; monitoraggio costante del sentiment mediatico e digitale.

A differenza di molti altri settori industriali, nel calcio il giudizio degli stakeholder – tifosi e media in primis – è ricorrente e sistematico, spesso settimanale. Questo rende difficile una pianificazione completamente lineare: occorre affiancare alla strategia una forte capacità di gestione dell'imprevisto, con lucidità, equilibrio e buon senso. La credibilità si costruisce nel tempo, ma si difende nei momenti di crisi.

I campioni dello sport sono personaggi pubblici, sotto i riflettori per comportamenti anche fuori dal campo. Come si gestisce la loro attività esterna dall'ambito sportivo che però inevitabilmente ha un'influenza anche sulla squadra?

Nel calcio sono pochi i Club che detengono integralmente i diritti di immagine dei propri giocatori. Per questo la gestione delle attività mediatiche individuali richiede un equilibrio costante tra autonomia dell'atleta e tutela del brand. Il Club, attra-

verso l'ufficio stampa sportivo e le funzioni di comunicazione, mantiene un dialogo quotidiano con coach, staff e giocatori per orientare, consigliare e integrare le attività esterne, garantendo coerenza con i valori e il posizionamento societario, limitando eccessi o superficialità.

Oggi i calciatori sono professionisti sempre più consapevoli del proprio ruolo pubblico. La loro presenza sui social media, le collaborazioni commerciali e le iniziative personali contribuiscono a costruire una vera e propria identità mediatica. Sempre più Club stanno sviluppando progetti strutturati di personal branding per i propri *asset players*, supportandoli nel diventare role model positivi e figure di riferimento. Quando un giocatore costruisce un posizionamento forte, credibile e coerente, genera un impatto comunicativo enorme di cui beneficia anche il Club.

La chiave è l'allineamento: tra identità individuale e identità "di maglia". Quando questo equilibrio funziona, il valore reputazionale si amplifica reciprocamente.



ROSANNA CARDELLA

Nata a Trento, milanese di adozione.
Ha conseguito una laurea in Scienze della Comunicazione e in Relazioni Internazionali all'Università Cattolica del Sacro Cuore.
Ha lavorato come project manager e redattrice in aziende, associazioni no profit e redazioni.
Da ottobre 2021 lavora nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.

Spazio verde multifunzionale rigenerato e dedicato a sport, arte e socialità in via Pepe, Milano.
Fotografo Davide Galli





Milano Cortina 2026: l'eredità di Visa tra sport, innovazione e comunità

Essere partner dei Giochi Olimpici significa contribuire a lasciare segni tangibili nei territori

di STEFANO M. STOPPANI

I Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali di Milano Cortina 2026 rappresentano molto più di un grande evento sportivo. Sono un acceleratore di trasformazione per i territori, un'occasione di crescita per le imprese e un momento di coesione per le comunità. In qualità di Official Payment Technology Partner, Visa vive questo appuntamento come parte di una storia iniziata quarant'anni fa, quando è diventata membro fondatore del programma TOP del CIO, e rafforzata nel 2003 come primo partner globale del Comitato Paralimpico Internazionale. Essere partner dei Giochi significa mettere la nostra competenza tecnologica al servizio di un'esperienza accessibile per tutti: tifosi, atleti, esercenti, istituzioni e cittadini, costruendo una legacy duratura che possa cambiare in meglio la vita nelle città ospitanti e non solo.

Sport e società: un linguaggio comune

Lo sport è uno dei pochi linguaggi universali capaci di unire persone, culture e generazioni diverse. Milano Cortina 2026, con 13 sedi di gara distribuite tra grandi città e centri alpini, ha portato questa energia in territori differenti, generando un impatto diffuso. Le stime preolimpiche parlavano di due milioni di visitatori attesi nel Nord Italia: dopo il primo weekend di gare, secondo quanto evidenziato dai dati VisaNet analizzati da Visa Consulting & Analytics (VCA) le transazioni contactless sia tra titolari di carte Visa nazionali che internazionali sono aumentate di quasi il 40% su base annua.

Questi numeri raccontano un cambiamento già in atto: la trasformazione digitale come fattore abilitante della crescita dei territori. Visa lavora perché ogni momento di pagamento diventi parte integrante dell'esperienza olimpica, con una rete costruita insieme al Comitato Organizzatore che garantisce l'accettazione dei pagamenti contactless in circa 800 punti vendita distribuiti nelle sedi delle competizioni e in altre location ufficiali.

Sostenere le imprese, valorizzare i territori

La legacy dei Giochi passa in primo luogo dalle imprese locali, ossatura del tessuto economico italiano. Negli ultimi tre anni Visa ha contribuito alla digitalizzazione di oltre un milione di piccole imprese in Italia, con l'obiettivo di supportarne altre 15mila in vista dei Giochi. Il 95% delle PMI del Nord Italia si aspetta un impatto economico positivo da Milano Cortina 2026: un segnale di fiducia che intendiamo accompagnare con soluzioni di pagamento semplici, veloci e sicure.

Attraverso il programma Explore and Shot, coinvolgiamo varie categorie di esercenti in un ecosistema omnicanale che valorizza l'offerta locale e crea nuove opportunità di relazione con i visitatori. L'obiettivo è quello di generare valore incrementale per tutte le dimensioni di business, dalle gelaterie di quartiere agli hotel internazionali.

In questa direzione si inseriscono anche iniziative di innovazione come *SkiTap26*. In occasione di Milano Cortina 2026, Visa ha lanciato un innovativo bracciale indossabile che integra in un unico dispositivo la tecnologia di pagamento contactless e di skipass, of-



Edizione speciale di "She's Next" dedicata a Milano Cortina 2026

frendo un'esperienza sicura, fluida e senza sforzo per chi ama vivere la montagna senza pensieri.

Un'attenzione particolare è rivolta all'imprenditoria femminile. Con l'edizione speciale di *She's Next* dedicata a Milano Cortina 2026, abbiamo offerto formazione a oltre 200 imprenditrici.

A questo si affianca la donazione di 250mila dollari della Visa Foundation al progetto *SheLeads*, promosso dal Fondo per la Repubblica Digitale, per la formazione imprenditoriale e digitale di 50 imprenditrici o aspiranti tali nell'area metropolitana di Milano. Iniziative che incarnano una visione dello sport come leva di inclusione economica.

Rigenerare spazi, facilitare la mobilità

L'eredità dei Giochi è anche fisica, tangibile. A Milano, nel quartiere Isola, abbiamo contribuito alla realizzazione di un nuovo spazio verde multifunzionale di oltre 1.300 metri quadrati, dedicato a sport, arte e socialità in via Pepe. Un luogo pensato per restare patrimonio della comunità, simbolo di una collaborazione virtuosa tra pubblico e privato.

Parallelamente, abbiamo supportato la digitalizzazione della mobilità urbana, abilitando pagamenti contactless su autobus, treni e collegamenti per gli scali aeroportuali in oltre 14 province di Lombardia, Veneto e Trentino-Alto Adige. Un'infrastruttura che risponde alle esigenze dei visitatori ma che, soprattutto, resterà attiva dopo i Giochi, contribuendo a un ecosistema di mobilità più accessibile e sostenibile.

Inclusione e accesso allo sport

I valori olimpici sono il cuore pulsante di tutto il Movimento Olimpico e Paralimpico. Dal 2003 Visa sostiene i Giochi Paralimpici a livello globale e, grazie al Team Visa, accompagna atleti olimpici e paralimpici nel loro percorso sportivo e professionale: dal 2000 sono oltre 700 quelli supportati nel mondo.

In Italia, tra gli atleti olimpici e paralimpici supportati in questa edizione dei Giochi figurano Sofia Goggia, Lara Naki Gutmann, René De Silvestro e Giacomo Bertagnolli.



SkiTap26 un innovativo bracciale indossabile che integra in un unico dispositivo la tecnologia di pagamento contactless e di skipass

Inoltre, Visa ha lanciato un'iniziativa volta a incentivare e sostenere la partecipazione ai Giochi Paralimpici Invernali di Milano Cortina 2026. Realizzata in collaborazione con l'International Paralympic Committee (IPC) e con la Fondazione Milano Cortina 2026, l'iniziativa prevede una donazione per l'acquisto di oltre 4mila biglietti destinati a comunità locali, giovani e associazioni sportive, favorendo la partecipazione alle gare in programma tra Milano e i territori dei Giochi. Un impegno concreto per rendere l'evento ancora più accessibile e condiviso, rafforzando il valore sociale dello sport.

Una legacy che guarda al futuro

Il 90% degli italiani si aspetta benefici tangibili e duraturi per quanto riguarda le città ospitanti, dalle infrastrutture al turismo. Milano Cortina 2026 è un momento di orgoglio per il Paese. Per Visa è la conferma che tecnologia e sport possono condividere la stessa missione: connettere le persone, generare opportunità e costruire un futuro più inclusivo. Se, negli anni a venire, imprese e cittadini continueranno a scegliere soluzioni digitali perché ne avranno sperimentato i benefici concreti, allora sapremo di aver lasciato un segno che va oltre la fiamma olimpica.



STEFANO M. STOPPANI

Country Manager di Visa in Italia dal 2021, conta oltre venticinque anni di esperienza nei settori dei servizi finanziari, dei sistemi di informazioni creditizie e analytics, del business development e della consulenza. È laureato in Scienze Politiche presso l'Università di Bologna, e ha conseguito un Master of Science in *Development Studies* presso la London School of Economics e un Executive MBA presso la Bologna University Business School.



Cinema e sport invernali

di GIANNI CANOVA

Il corpo messo alla prova

Il cinema e lo sport condividono qualcosa di profondo: entrambi raccontano il corpo messo alla prova, il tempo che scorre, la tensione tra limite e desiderio di superarlo. Lo sport è già narrazione: attesa, caduta, riscatto, vittoria, sconfitta. Il cinema, quando funziona, riesce a trasformare una gara in un racconto umano universale. La vera domanda da porsi non è tanto se il cinema sa raccontare lo sport, quanto piuttosto se e quando riesce a farci sentire la fatica nei muscoli, il fiato corto, la paura prima della partenza, l'ebbrezza della velocità. I migliori film sportivi non parlano soltanto di sport. Parlano di identità, disciplina, fragilità, squadra, solitudine. L'agonismo diventa metafora della vita.



Miracle (2004)

Il corpo esposto al tempo

Tanto nel cinema quanto nello sport il corpo è esposto al tempo. È un corpo che attende, trema, sbaglia, si rialza. Un corpo che misura il limite e lo sfida. Lo sport è già racconto: c'è un inizio (la partenza), un conflitto (la fatica), una sospensione (l'ultimo respiro prima del traguardo), un esito. Il cinema interviene quando quella sequenza diventa destino, quando il gesto atletico smette di essere cronaca e diventa epica. Negli sport invernali questa trasformazione è ancora più evidente. La neve è una superficie instabile, luminosa, affascinante e crudele al tempo stesso. Amplifica la solitudine. Espone al rischio. Invita al viaggio. Ogni discesa è una linea tracciata nel bianco, un segno destinato a scomparire.

La montagna come natura, prima che spettacolo

C'è stato un tempo – fino agli anni Sessanta – in cui lo sport invernale sullo schermo era soprattutto incontro tra uomo e paesaggio. La montagna non era scenografia ma interlocutrice. Il cinema italiano lo dimostra già con il documentario ufficiale delle Olimpiadi di Cortina del 1956, *Vertigine bianca*, diretto da Giorgio Ferroni, che comincia come una fiaba, con l'attesa della neve da parte dei bambini, e poi prosegue con le immagini quasi oniriche di uno sciatore che scende sulle piste con la fiaccola accesa.

In quelle immagini la velocità non è ancora ossessione spettacolare: è armonia con l'ambiente, disciplina, misura. La macchina da presa osserva, accompagna, quasi rispetta. L'atleta appare come figura dentro un paesaggio immenso, non come eroe isolato. Cortina 1956 esprime ancora l'idea olimpica di un'Europa che rinasce: la neve come spazio di incontro, non di consumo mediatico. Le immagini che Ferroni dedica al salto con gli sci sono emblematiche: la macchina da presa indugia sugli atleti in volo, lasciando fuoricampo il terreno sottostante, come se fosse in quell'attimo sospeso, in quel momento di pura libertà, di leggerezza, quasi di ebbrezza, il senso profondo del gesto atletico.

Anche nel film di Werner Herzog intitolato *La grande estasi dell'intagliatore Steiner* (1974) il saltatore con gli sci diventa figura metafisica: il volo è un tentativo di sospendere la gravità, di "intagliare" l'aria come nella vita Steiner intaglia il legno, di abitare per un istante uno spazio che non appartiene all'uomo. Non c'è trionfo, c'è vertigine. Lo sport, nel suo cinema, è esperienza estrema dell'umano, non spettacolo da consumare.

Si può dire allora che fino agli anni Sessanta e Settanta lo sport invernale filmato fosse soprattutto contatto autentico tra uomo e natura? In larga parte sì. Il paesaggio dominava l'inquadratura. L'atleta era parte di un ecosistema, non protagonista assoluto. Scendere con gli sci era spesso un gesto liberatorio: in *Io ti salverò* (1945) di Alfred Hitchcoock una discesa sugli sci fa riemergere un trauma infantile da cui il protagonista deve liberarsi.



Cool Runnings – Quattro sottozero (1993)

Dall'armonia all'adrenalina

Dalla metà degli anni Settanta in poi qualcosa cambia. Cambiano le tecnologie di ripresa, cambia la televisione, cambia il mercato. La neve diventa palcoscenico di performance sempre più veloci, sempre più spettacolari. La cultura dell'adrenalina sostituisce la cultura della misura.

Il film *Downhill Racer* (1969) – con Robert Redford, probabilmente il miglior film sullo sci alpino che mai sia stato realizzato – anticipa questo cambiamento e racconta la discesa come sport individualista e feroce: lo sciatore protagonista (un ragazzo del Colorado disposto a tutto pur di ottenere la qualificazione alle Olimpiadi di Grenoble) non è più in dialogo con la montagna, ma in competizione feroce con il cronometro, con la squadra, con sé stesso. L'individualismo sostituisce l'armonia.

Negli anni successivi, tra bob, hockey e pattinaggio, lo sport invernale entra pienamente nel linguaggio dell'intrattenimento globale: ritmo serrato, musica incalzante, costruzione della rivalità. Pensiamo a *Cool Runnings* (1993), storia vera della squadra giamaicana di bob alle Olimpiadi di Calgary 1988, a *Miracle* (2004), sulla vittoria della squadra USA di hockey sul ghiaccio contro l'URSS alle Olimpiadi del 1980 di Lake Placid, fino a *I, Tonya* (2017), dove il pattinaggio artistico viene visto dal suo lato oscuro, tra talento, violenza familiare e pressione mediatica che trasformano uno sport elegante in un dramma sociale e individuale. L'accento si sposta sulla narrazione identitaria, sul conflitto mediatico, sulla pressione psicologica. La natura arretra, l'arena prevale. Oggi, nei documentari sul freeride o nell'arrampicata estrema di *Free Solo* (2018), la montagna ritorna potente ma come spazio di rischio assoluto, quasi come sfida spettacolare al limite della sopravvivenza. Non più paesaggio contemplato, ma vertigine cercata.

Capitomboli, ruzzoloni, scivolate e acrobazie

Certo, c'è anche chi non ce la fa. In *Che pasticcio, Bridget Jones!* (2004), ad esempio, un'impacciatissima René Zellweger – tutina rosa, guanti grigi e vezzoso berrettino con pon pon

– va in crisi di panico sulle piste di Lech, in Austria, e mentre gli altri scendono danzandole intorno, lei perde il controllo (ma non l'equilibrio) e si fionda a capofitto in mezzo a uno slalom parallelo, finendo per sfondare il muro del pubblico e per ritrovarsi ancora con gli sci ai piedi nientemeno che in farmacia. Ma non va meglio a Boldi e De Sica che cercano vanamente di sciare sulle piste di Aspen in *Vacanze di Natale 95* fiondandosi in catastrofiche "discese della morte", o al mitico ragionier Fantozzi di Paolo Villaggio, che nel primo dei tanti film a lui dedicati (*Fantozzi*, 1975) va a sciare a Courmayeur con i suoi colleghi della Megaditta. Ma mentre loro ostentato scarponi high-tech e piumini alla moda, lui indossa un colbacco di pelo e guanti di lana, e quando inforca gli sci con i suoi racchettoni d'anteguerra cade, ruzzola, scivola e rimbalza, sino a un finale iperbolicamente catastrofico (arrivano al traguardo prima uno sci con scarpone incorporato, poi una racchetta, poi un barilotto di cordiale, e infine il corpaccione del povero ragioniere, che sfrigola sulla neve "a pelle di leone").

Per ammirare sullo schermo uno sciatore eccellente bisogna tornare all'intramontabile James Bond: in film come *Al servizio segreto di sua maestà* (1969), *La spia che mi amava* (1977), *Bersaglio mobile* (1985), *Il mondo non basta* (1999) e *Spectre* (2015) vediamo 007 volteggiare con grazia e irruenza sulle piste di celeberrime località alpine come Chamonix, Weißensee e St. Anton. Inseguimenti spericolati sulla neve alta e acrobazie spettacolari sugli sci o sulle motoslitte si susseguono a ritmi mozzafiato e in un film (*Solo per i tuoi occhi*, 1981) si svolgono addirittura proprio fra Cortina d'Ampezzo e le Dolomiti, nei luoghi scelti per le Olimpiadi invernali 2026.

E poi c'è un piccolo gioiello di soli 13 minuti: *Ski Love* (1991) di Bruno Bozzetto. Qui un paio di sci si innamorano di una ragazza incontrata sulla funivia che dal Passo dello Stelvio porta al Livrio.

Gli sci, quasi sostituendosi psicologicamente al loro proprietario, un giovanotto solitario e tutto dedito a scattare fotografie del panorama, vengono casualmente a contatto con la ragazza. Ma quel semplice contatto basta a far scattare la scintilla e gli sci, pieni di ardore e dimentichi di avere precisi doveri da assolvere verso chi li ha regolarmente acquistati, da quel momento in poi vivono e palpitano solo per la ragazza, cercando di farsi notare e seguendola in ogni luogo, da una sala affollata a una camera da letto, come fedeli cagnolini. Come dire: anche gli sci hanno un'anima, un corpo e un cuore.



Downhill Racer – Gli spericolati (1969)

Cosa può il cinema che la diretta Tv non può?

Spesso sono le sconfitte, gli outsider, gli atleti imperfetti a generare i racconti migliori. Perché nello sport – come nel cinema – ciò che emoziona davvero non è la perfezione, ma la tensione verso qualcosa che forse non si raggiungerà mai del tutto.

Ma che differenza c'è, alla fine, tra un film che racconta lo sci e la diretta Tv di una gara? La differenza profonda sta nel tempo. La televisione vive nell'istante: è simultaneità, è attesa condivisa, è tensione del "qui e ora". La telecronaca costruisce pathos attraverso la voce, l'imprevedibilità, il risultato che si compie davanti ai nostri occhi. Il cinema, invece, può rallentare. Può tornare indietro. Può entrare nei dettagli invisibili: il tremore di una mano, il respiro nel casco, il silenzio prima del salto. Può montare la memoria, costruire il destino, scegliere il punto di vista.

In una diretta olimpica vediamo chi vince.

In un film possiamo capire perché quella vittoria pesa come una ferita o come una liberazione. Il cinema non deve rispettare la cronologia della gara: può raccontare l'infanzia dell'atleta, la caduta precedente, il dubbio notturno. Può trasformare pochi secondi di discesa in un viaggio interiore. E soprattutto può restituire il silenzio. Negli sport invernali il silenzio è parte essenziale dell'esperienza: prima del via, durante il volo, nel momento in cui il pubblico trattiene il fiato. La televisione lo riempie di parole, il cinema può permettersi di ascoltarlo.

La neve come metafora

Forse è questo che rende gli sport invernali così cinematografici: la neve cancella le tracce. Ogni gara ricomincia su una superficie apparentemente pura. Ogni atleta incide per pochi istanti una linea che subito scompare. Il cinema, al contrario, trattiene quella linea. La rende memoria.

E così lo sport diventa qualcosa di più di un risultato: diventa racconto dell'umano che osa.

Durante le Olimpiadi guardiamo il cronometro.

Al cinema guardiamo il volto. E tra il volto e il paesaggio, tra il salto e il silenzio, si gioca ancora oggi quella "vertigine bianca" che non è soltanto sport, ma desiderio antico di superare la gravità e, per un istante, sentirsi sospesi.



GIANNI CANOVA

Professore onorario di Storia del cinema e Filmologia. Dal 2018 al 2024 è stato Rettore dell'Università IULM. In precedenza è stato Prorettore Vicario, Prorettore alla Didattica, alla Comunicazione e agli Eventi presso il medesimo Ateneo. Sempre in IULM è stato Preside della Facoltà di Comunicazione, relazioni pubbliche e pubblicità. Ha insegnato Poetiche del cinema contemporaneo presso il Centro Sperimentale di Cinematografia di Roma e ha tenuto corsi e workshop sulla comunicazione visiva per l'Università Bocconi di Milano. Fondatore e direttore del mensile di cinema e spettacolo Duel (poi Duellanti), è stato critico cinematografico per la Repubblica, Sette del Corriere della Sera e la Voce di Indro Montanelli. Ha collaborato con Bianco & nero, Film TV, Letture, Segnocinema, Rolling Stone, Elle e Vogue e da oltre dieci anni è titolare di una rubrica di cinema e economia sulla rivista Economia & Management edita dalla SDA Bocconi. Attualmente è responsabile del format I mestieri del cinema sul portale *We Love cinema*.



Andrea Fontanari, *Together We Play, Together We Transform*, 2025, olio su tela, 120 × 86 cm. Fondazione Milano Cortina 2026 e Triennale Milano.

Together We Play, Together We Win

di ANDREA FONTANARI

L'Olimpiade è uno di quei momenti in cui l'umanità si riconosce come comunità globale. Poter contribuire a questa narrazione attraverso un'opera pittorica è stato per me un grande privilegio.

Negli Art Poster l'arte incontra una dimensione collettiva e universale. Ho sentito il bisogno di restituire un messaggio che andasse oltre la pura estetica, capace di toccare valori profondi come empatia, rispetto e solidarietà. Non mi interessava illustrare un evento sportivo, ma fermare un gesto. Tradurre questi valori in immagine è stato un modo per riaffermare che anche l'arte, come lo sport, può unire e trasformare.

Quando mi è stato chiesto di contribuire al progetto dei poster ufficiali d'arte per le Olimpiadi e Paralimpiadi Invernali Milano Cortina 2026, promossi dalla Fondazione Milano Cortina e dalla Triennale di Milano, ho percepito immediatamente l'onore e il privilegio di questo incarico. Realizzare un Art Poster per un evento mondiale significa prendersi la responsabilità di veicolare i valori che contraddistinguono le Olimpiadi e che vanno oltre l'ambito sportivo. Durante il briefing tra gli artisti e il board creativo di Milano Cortina, mi avevano colpito parole come: *Solidarity, Brotherhood, Respect, Unity in Diversity e World Peace*. Parole che ho sentito affini alla mia ricerca pittorica, da sempre attenta alla dimensione relazionale dell'immagine.



Andrea Fontanari, studio dell'artista, 2025.
Crediti fotografici: Monica Contini.
Courtesy l'Artista e Boccanera Gallery.

Dopo questo incontro, ho passato alcuni mesi immerso nel progetto, realizzando diversi bozzetti a matite colorate. Era una tecnica che conoscevo, ma che non avevo mai usato in maniera sistematica in preparazione a un dipinto. Per me è stata una nuova modalità per esplorare e connettere la mia pratica pittorica agli sport invernali e ai valori dello sport che volevo trasmettere. Non era un esercizio di stile, ma una ricerca della temperatura emotiva corretta e del mood giusto per il mio Art Poster. Ho studiato migliaia di immagini di reference e ho cercato di rendere autentiche l'emozione e l'intensità della scena, attraverso le matite colorate. Queste ultime mi hanno permesso di lavorare per sottrazione, di avvicinarmi alla fragilità del gesto, prima ancora che alla sua eroicità. La versione finale a olio ha quindi permesso di esaltare la mia gestualità pittorica e le pennellate, rendendo l'emozione e la tensione della scena ancora più tangibili e vive. Il passaggio dalla matita all'olio è stato anche un passaggio dalla riflessione all'affermazione, dalla vulnerabilità alla presenza.



Andrea Fontanari, studio dell'artista, febbraio 2026.
Crediti fotografici: Valentina Casalini. Courtesy l'Artista e Boccanera Gallery.

Il mio processo creativo è iniziato con immagini di salti con gli sci, ma sono i gesti di fair play, ossia di lealtà e rispetto reciproco, che mi hanno ispirato davvero. Sono momenti che vanno oltre la gara, dimostrando che i traguardi più alti si trovano nelle manifestazioni più profonde di umanità. Ho scelto lo sci di fondo come soggetto principale perché si lega ai paesaggi naturali della mia terra natale.

L'ispirazione definitiva è arrivata rivedendo il video di uno dei momenti più potenti e commoventi della storia recente dell'atletica: il gesto di fair play ai Mondiali di Doha 2019. Jonathan Busby, colto dal caldo e visibilmente esausto, stava per fermarsi a circa 250 metri dal traguardo nei 5000 metri piani. Braima Suncar Dabó, invece di superarlo, si fermò e lo prese sotto il braccio, trascinandolo verso l'arrivo. Percorsero insieme gli ultimi 200 metri, con Dabó che lo incitava a non mollare, mentre lo stadio intero si alzava in piedi in un'ovazione.

Quel gesto mi ha emozionato profondamente. In un mondo ossessionato dal risultato, Dabó ha dimostrato che l'umanità viene prima della competizione. Quando gli chiesero perché lo avesse fatto, Dabó rispose semplicemente: «Il mio obiettivo era rappresentare il mio paese al meglio e aiutare qualcuno è la cosa migliore che potessi fare».

Quel suo atto di sacrificare la propria gara per aiutare un avversario è un gesto anomalo in un contesto di competizione ma che incarna valori come il rispetto, l'empatia e la fratellanza, valori che sento profondamente miei.

Questo episodio mi ha fatto riflettere su come un gesto di umanità possa essere d'ispirazione perché trascende la competizione e diventa un'immagine monumentale di ciò che è lo sport, nella sua essenza più pura.

Le Olimpiadi, infatti, sono spesso associate alla perfezione fisica e alla performance impeccabile, ma l'imprevisto che ti costringe a chiedere aiuto e la risposta umana a questa fragilità introducono un "errore" in questa narrazione che la rendono più autentica.

Quando mi è stato suggerito di realizzare l'Art Poster per le Paralimpiadi dal curatore del progetto Damiano Gullì, ho subito accettato con entusiasmo. Le storie di questi atleti, la loro incredibile determinazione e il loro coraggio meritano di essere raccontate e di ispirare chiunque le osservi. La mia pittura, con il suo equilibrio tra realismo e astrazione, che lascia spazio





A SINISTRA
Andrea Fontanari, *Olympic ATHLETS* (ski jump), 2025,
pastelli su carta, 100 × 70 cm.
Courtesy Boccanera Gallery Trento/Milano.

A DESTRA
Andrea Fontanari, *Olympic ATHLETS* (ski jump and young boy with hat), 2025,
pastelli su carta, 100 × 70 cm.
Courtesy Boccanera Gallery Trento/Milano.

all'emozione e all'errore, può essere molto efficace a rappresentare storie e sfide così intense con leggerezza, ma allo stesso tempo decisione. Il mio lavoro vuole essere un umile omaggio a questi atleti.

In un momento storico così complesso ho sentito il bisogno di riscoprire l'importanza dell'empatia e della solidarietà. Il mio lavoro vuole essere un messaggio visivo chiaro: lo sport, l'arte e la vita sono intrinsecamente legati da valori che ci rendono profondamente umani.

Ho ragionato sul poster non solo come un simbolo delle Paralimpiadi, ma come un'immagine che potesse parlare a chiunque pratichi sport, a chiunque creda nel valore del sostegno reciproco. Per questo ho immaginato una scena semplice, ma potente: invece che i due atleti ho rappresentato due sciatrici di fondo immaginarie. Il concetto iniziale dell'Art Poster raffigurava una sciatrice olimpica e una paralimpica che si sostenevano a vicenda. Dopo il confronto con il Comitato Paralimpico ho capito che non era possibile rappresentare eventi diversi, come le Olimpiadi e le Paralimpiadi nello stesso poster ufficiale. La versione definitiva ritrae quindi due atlete entrambe paralimpiche, che si sorreggono a vicenda negli ultimi metri di una gara.



Andrea Fontanari, *Achieve the Top of the Mountain Upside-Down*, 2026, olio su lino, 70 × 50 cm. Courtesy Boccanera Gallery Trento/Milano.

L'immagine vuole essere un inno alla solidarietà, all'inclusione e alla forza indomabile dello spirito umano, al di là di qualsiasi barriera fisica, di colore della pelle, di provenienza o di genere. Il titolo, *Together We Play, Together We Win*, diventa così una dichiarazione: si vince solo insieme.

Un dettaglio importante per me: l'atleta a sinistra si ispira a Leone Jacovacci, primo campione afroitaliano nel 1928, simbolo di come lo sport possa unire culture diverse, rompere pregiudizi e superare divisioni, rispondendo a una società che a volte sembra allontanarsi dalla vita reale e dalle emozioni autentiche. Inserire questa memoria storica è stato un modo per ricordare che l'inclusione non è un tema contemporaneo, ma una responsabilità continua.

Questa è la storia che ho voluto raccontare con il mio poster per Milano Cortina 2026, perché credo fermamente che ogni piccolo gesto di altruismo possa accendere una scintilla e ispirare un cambiamento reale, che ci permetta di vedere la fragilità come una nuova forza, anche visiva. Sono onorato che questa narrazione trovi spazio come poster delle Paralimpiadi, perché credo profondamente nel valore umano e ispiratore del messaggio.



ANDREA FONTANARI

Formato all'Accademia di Belle Arti di Venezia presso l'Atelier F. Il 1 dicembre 2025 è stato inaugurato il suo primo dipinto murale *In the Swing of Freedom* sull'ex Setificio Colle Masotti in occasione del Centenario della Campana dei Caduti Maria Dolens, frutto della collaborazione fra il l Comune di Rovereto, il Mart, Museo di arte contemporanea di Trento e Rovereto, la Provincia autonoma di Trento e la Soprintendenza per i beni e le attività culturali. Riconosciuto come una delle voci più promettenti della pittura contemporanea italiana, nel 2025 è stato selezionato tra i nove artisti incaricati di realizzare uno dei manifesti ufficiali d'arte per le Olimpiadi Invernali Milano-Cortina 2026. Nello stesso anno ha preso parte a una mostra itinerante internazionale (2025-2027) curata dalla Triennale di Milano e promossa dal Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale.



NBA All-Star Game 2022 Cleveland
© Erik Drost via Wikimedia Commons

Identità, opportunità, narrazione e cultura: VIAGGIO NELLO SPORT USA

La complessa articolazione di un fenomeno enorme, in cui si intrecciano atletismo, marketing, soldi, fama, storie di fallimenti e successi piccoli e grandi. Le riflessioni di Flavio Tranquillo, tra i gionalisti italiani più attenti a autorevoli su quello che accade oltreoceano

di ROCCO LANZA



Flavio Tranquillo

Flavio Tranquillo è da anni una delle voci più autorevoli del basket su Sky Sport, ma il suo sguardo va oltre la telecronaca. Quando parla di sport americano, non si limita al campo: allarga il discorso all'identità, al mercato, alla selezione, alla narrazione. Nelle sue risposte mette in discussione molte certezze: l'idea che NBA e NFL "definiscano" l'America, il mito del "*from zero to hero*", la convinzione che negli Stati Uniti esista una cultura sportiva compatta e contrapposta a quella europea. Più che scontri tra mondi, Tranquillo vede costruzioni narrative che funzionano perché semplificano e producono consenso. Il filo conduttore è proprio questo: distinguere, per quanto possibile, tra ciò che accade e il modo in cui lo raccontiamo. Perché nello sport contemporaneo la partita e la sua narrazione sono sempre più intrecciate e capire dove finisce l'una e dove inizia l'altra è diventata la vera sfida.

Negli Stati Uniti lo sport sembra raccontare l'identità del Paese. In che modo NBA o NFL riflettono la società americana?

Se guardiamo la questione con un po' di distanza, è chiaro che questi prodotti parlano prima di tutto al pubblico americano. Sono grandi realtà commerciali, con strategie di marketing molto sofisticate, che riflettono inevitabilmente la società a cui si rivolgono. Non è l'NBA o la NFL a definire cosa siano gli Stati Uniti: quello che vediamo in campo e intorno al campo è piuttosto la fotografia del Paese in quel preciso momento storico.

Cosa rende lo sport americano così intrecciato con università, comunità locali e media?

Gli USA sono un Paese enorme e molto diverso al suo interno, ed è naturale che cerchi momenti e luoghi in cui riconoscersi. Lo sport è uno di questi. In alcuni stati, come il Michigan, ci sono stadi di college football che ospitano anche centomila persone: indipendentemente dal fatto che questo significhi davvero "unirsi", è comunque un'esperienza che crea un fortissimo senso di aggregazione.

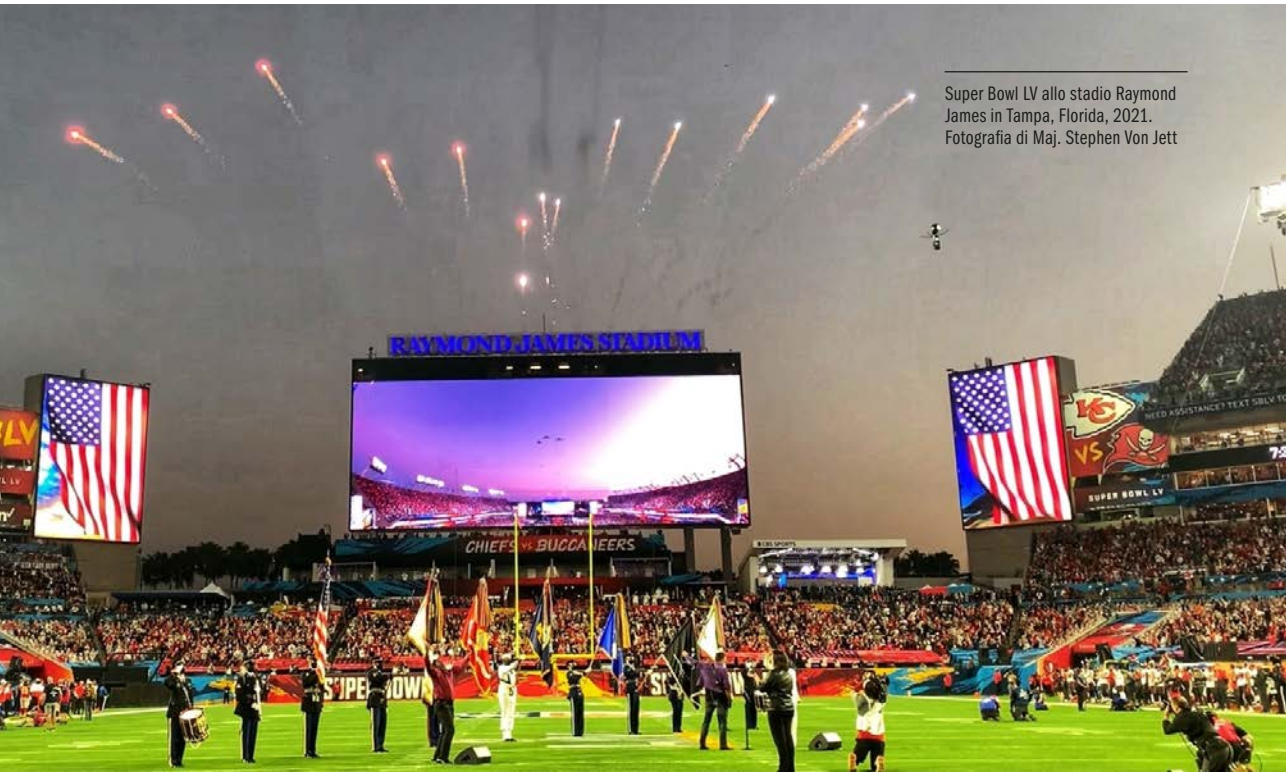


Quanto è importante il concetto di opportunity nello sport USA rispetto al concetto europeo di talento?

Negli Stati Uniti si parla spesso del *Land of Opportunities*, il Paese delle opportunità, ma nella realtà è una storia più complessa. Prendiamo il basket: cento ragazzi iniziano con il sogno di arrivare in NBA, ma la maggior parte, anche se talentuosa, non ci arriverà mai. Solo una frazione infinitesimale, lo 0,0003%, ce la fa davvero. La selezione è spietata, in parte naturale, in parte costruita, e taglia fuori quasi tutti. Quindi, quando parliamo di "opportunità", è importante capire che si tratta di possibilità estremamente rare, non di una strada aperta a tutti.

Il mito del "from zero to hero" è ancora reale o è diventato una favola necessaria?

I confini tra reale e virtuale nello sport americano sono così sottili da diventare quasi invisibili, e spesso è difficile distinguere dove finisce l'uno e dove inizia l'altro. Ci sono molte storie di atleti che partono da condizioni sociali, culturali o economiche molto svantaggiate e riescono a emergere. Ma ci sono anche casi diversi: Kobe Bryant, ad esempio, è cresciuto in un'Italia edonista degli anni '80 legata alla cultura Reaganiana, mentre Manu Ginobili proviene da una famiglia borghese argentina. Entrambi hanno avuto una motivazione feroce: senza questa determinazione, nessuno può arrivare a vincere così tanto nella carriera. Non è necessario partire da uno svantaggio per eccellere. Detto questo, ci sono anche giocatori che hanno trasformato enormi difficoltà iniziali in opportunità straordinarie: non solo sono diventati benestanti, ma hanno anche avuto un impatto positivo sulla vita di altre persone.



Super Bowl LV allo stadio Raymond James in Tampa, Florida, 2021. Fotografia di Maj. Stephen Von Jett



L'intratenimento pre partita al Super Bowl LIX, 2025
© elisfkc2 via Wikimedia Commons

Negli Stati Uniti il fallimento è visto come una tappa, non come uno stigma. Quanto questo influenza gli atleti?

È davvero difficile trarre conclusioni generali su un tema così vasto. Quello che è chiaro, però, è che senza gli errori non c'è miglioramento: all'inizio di qualsiasi attività, anche semplici come leggere o scrivere, tutto sembra difficile, eppure con il tempo diventa naturale. Stiamo parlando di un meccanismo che va oltre lo sport. Tutti noi abbiamo avuto momenti in cui abbiamo fatto figuracce: in alcuni casi ci hanno motivato a migliorare, in altri ci hanno spinti a mollare subito. Lo stesso vale per gli atleti: ci sono quelli che dalle sconfitte traggono forza e voglia di andare avanti, e altri che alla prima battuta d'arresto si fermano. Non credo si possa dire che gli uni siano eroi e gli altri pusillanimi: questa è una bella favola, e le favole lasciamole ai fratelli Grimm, ognuno ha la sua storia.



Le nuove generazioni di atleti stanno cambiando il linguaggio dello sport?

Le nuove generazioni di atleti vivono in una società che cambia e si innova a ritmi incredibilmente più veloci rispetto al passato. Se negli anni '80 il cambiamento aveva un passo "1", oggi potremmo dire che il ritmo è "100". Questo significa che un atleta di 19 anni oggi può trovarsi più immerso e adattato a questi cambiamenti rispetto a uno di 22. Non è lo sport a essere cambiato radicalmente: lo sport resta un fenomeno tradizionalista, che spesso si guarda l'ombelico e si considera il "motore immobile" del mondo. Eppure, è una cosa bellissima, che continua a piacere a moltissime persone. La vera differenza oggi viene dalla tecnologia: digitalizzazione, intelligenza artificiale e innovazioni rapide creano una velocità nuova, alla quale alcuni si adattano subito, mentre altri faticano a tenere il passo.

Quanto conta la narrazione rispetto alla partita in sé nello sport americano?

Quando parliamo di "narrazione", nel senso pieno del termine, mi chiedo seriamente se aderire a una narrazione, o addirittura contribuire a costruirla, sia davvero il compito di un giornalista. La mia non è una risposta netta. Non credo che si possa dire "sì, sempre e comunque". Il ruolo del giornalista, almeno in linea di principio, dovrebbe essere quello di osservare, verificare e raccontare i fatti, mantenendo uno sguardo critico e indipendente. Aderire a una narrazione rischia invece di significare prendere parte a una cornice già definita, accettarne i presupposti e rafforzarla. Allo stesso tempo, però, bisogna riconoscere che oggi, soprattutto nello sport, la distinzione tra il fatto e la sua narrazione è sempre più sottile. Lo sport non è solo ciò che accade sul campo: è racconto, costruzione simbolica, emozione condivisa. In questo contesto è difficile separare nettamente lo sport dalla sua narrazione. Proprio per questo il tema è complesso. Non si può liquidare con una risposta semplice. Forse il punto non è scegliere se partecipare o meno alla narrazione, ma essere consapevoli del proprio ruolo e delle responsabilità che comporta.

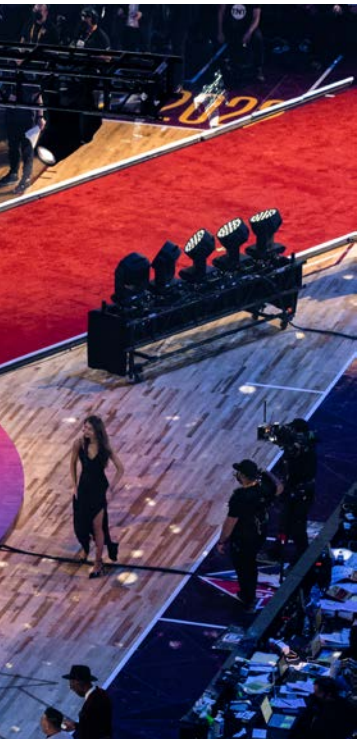
Cosa l'Europa potrebbe imparare dalla cultura sportiva americana?

Il concetto di "cultura sportiva" è estremamente ampio, anche perché la parola "cultura" in sé è difficile da definire in modo univoco. Spesso, però, si commette un errore: si tende a parlare di "cultura sportiva americana" come se fosse un blocco unico, omogeneo e indipendente da ogni altra condizione sociale, economica o personale. Io non credo sia così. Non penso che un appassionato che gioca dopo il lavoro abbia la stessa cultura sportiva di un atleta NBA. Allo stesso modo, un dodicesimo uomo che gioca al college non vive lo sport come un top player. Le esperienze sono diverse, e con esse cambia anche il modo di intendere lo sport. La cultura, in fondo, è sempre figlia delle esperienze individuali. Forse, allora, più che parlare di "cultura sportiva" in senso assoluto, dovremmo riconoscere che spesso ci muoviamo tra stereotipi di cultura sportiva. La risposta più semplice sarebbe dire: "Negli Stati Uniti sugli spalti si è più corretti". Ma un'affermazione del genere presuppone che tutti siano corretti negli Stati Uniti



NBA 75th Anniversary Team, 2022
© Erik Drost via Wikimedia Commons

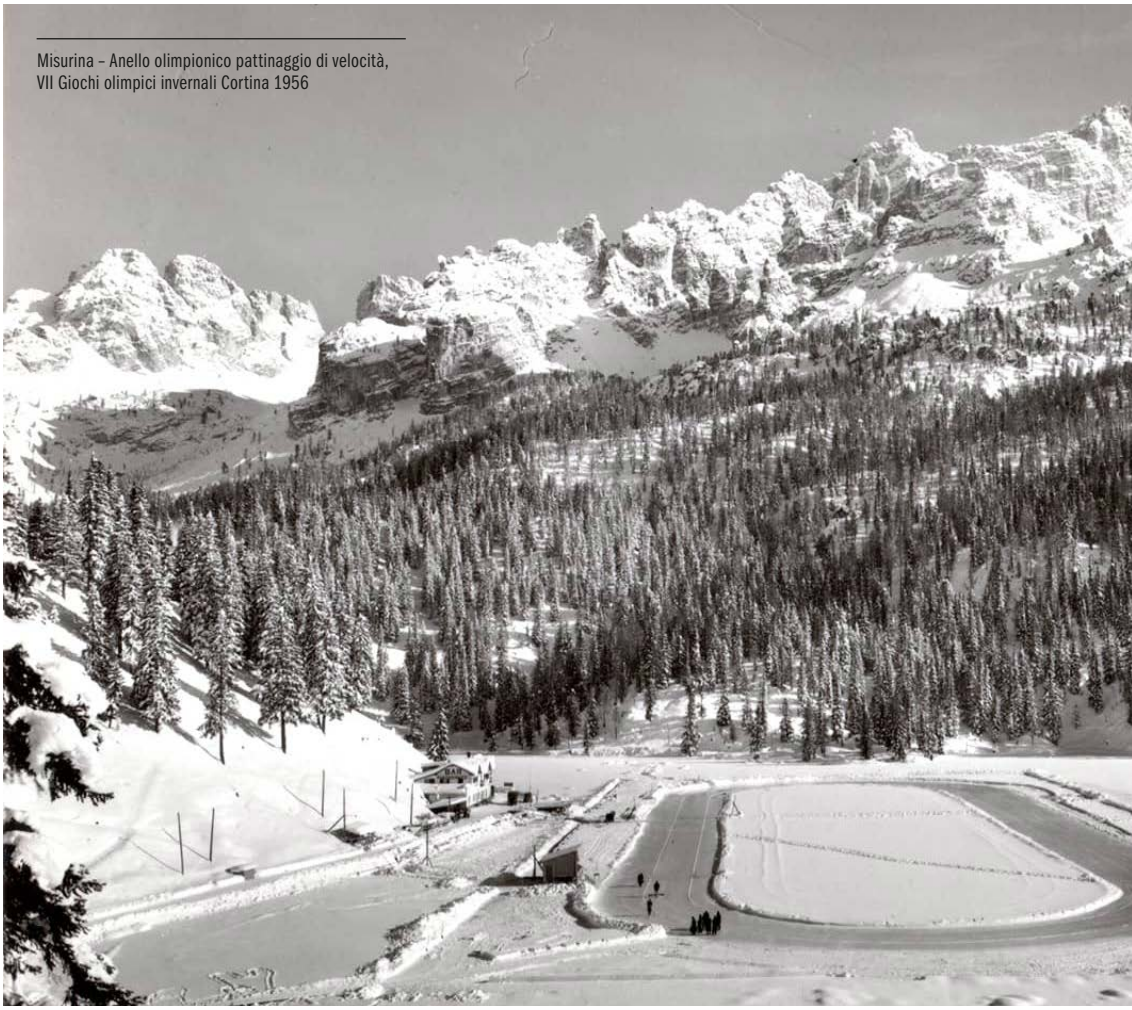
e nessuno in Europa, cosa evidentemente falsa. Oppure che la correttezza sia un tratto culturale uniforme da una parte e dall'altra, cosa altrettanto improbabile. È vero che nascere e crescere in Europa comporta un certo tipo di patrimonio culturale, così come nascere altrove ne comporta un altro. Ma il problema nasce quando cerchiamo a tutti i costi di contrapporre un "mondo americano" e un "mondo europeo", come se fossero realtà monolitiche e in competizione tra loro. Questa contrapposizione è spesso figlia di una narrazione: basti pensare all'idea di un All Star Game costruito come "americani contro non americani", dove talvolta gli americani perdono. Ma che cosa dimostrerebbe davvero quella sconfitta? Non abbiamo bisogno di una partita persa per sapere che un grande giocatore può nascere in Europa o in qualsiasi altra parte del mondo. La cultura sportiva, in questo modo, viene trasformata in un duello tra culture. In realtà, uno scontro nei termini in cui viene raccontato non esiste. È però comodo rappresentarlo così, perché questa contrapposizione funziona dal punto di vista narrativo e produce risultati, anche economici, che il sistema mediatico contemporaneo cerca e valorizza.





ROCCO LANZA

Nato a Viareggio, giornalista, ha conseguito la laurea in Scienze Politiche e Relazioni Internazionali presso l'Università di Pisa. Ha lavorato a Sky e Mediaset. Da settembre 2025 collabora con la Direzione Relazioni Esterne e Comunicazione di FNM.



Misurina – Anello olimpionico pattinaggio di velocità, VII Giochi olimpici invernali Cortina 1956

Milano-Cortina 2026 e **la storia delle Olimpiadi**

Lo sport non è mai stato un ambito neutrale, ha sempre avuto una dimensione politica, in grado anche di innescare cambiamenti profondi nella società

di UMBERTO TULLI



Per la terza volta nella storia, dopo le edizioni di Cortina d'Ampezzo del 1956 e di Torino del 2006, l'Italia torna a ospitare le Olimpiadi invernali. Un evento che catalizza l'attenzione del pubblico mondiale e che pone sotto i riflettori non solo le località coinvolte – Cortina, Milano e numerosi centri del Trentino-Alto Adige – ma anche il Paese nel suo complesso. È un'attenzione che nasce dalla passione sportiva e dalla spettacolarità delle competizioni, dal peso economico degli sponsor e dalla volontà di valutare le capacità organizzative e di accoglienza degli Stati ospitanti. Tuttavia, a rendere i Giochi olimpici un evento di portata eccezionale è soprattutto la loro intrinseca dimensione politica, da sempre inscindibile dallo sport olimpico.

Lo sport, infatti, non è mai stato un ambito neutrale, ma ha avuto una precipua dimensione politica. Nel corso della storia ha funzionato come vetrina per ideologie contrapposte, come strumento di diplomazia informale e propaganda, come potente catalizzatore di identità nazionali e come piattaforma capace di innescare – o quantomeno riflettere – processi di cambiamento sociale. Questa interconnessione tra sport e politica raggiunge il suo apice proprio nelle Olimpiadi. Ciò non è solo conseguenza dell'importanza dei Giochi, che rappresentano il momento culminante dell'intreccio tra competizione atletica, rappresentazione simbolica e dinamiche di potere, ma anche di due loro caratteristiche.

La prima deriva dal ruolo peculiare che il movimento olimpico, il Comitato olimpico internazionale (Cio) e i Giochi stessi ricoprono nelle relazioni internazionali. Il "sistema Olimpiadi", infatti, non si limita a rispecchiare il sistema internazionale, ma agisce nella e sulla politica mondiale come un attore autonomo, guidato da interessi propri e da obiettivi autonomi da quelli degli Stati. La seconda, invece, ha a che fare con l'evoluzione storica dei Giochi, che nel tempo si sono trasformati da competizioni relativamente contenute a eventi globali di enorme rilevanza mediatica ed economica. Soprattutto, però, la storia delle Olimpiadi è stata – ed è ancora oggi – una storia segnata dalla costante tensione tra nazionalismo e internazionalismo, tra competizione esasperata e slanci cooperativi.

Le Olimpiadi veicolano messaggi inclusivi e universalistici, ma allo stesso tempo ospitano profonde contraddizioni. Possono essere utilizzate come strumento per la promozione dei diritti umani e dell'uguaglianza, ma possono anche svolgersi in Paesi che tali diritti violano sistematicamente. Dovrebbero essere sostenibili dal punto di vista economico, ambientale e di genere, ma spesso il loro lascito è tutt'altro che equilibrato, lasciando in eredità debiti, infrastrutture inutilizzate e conflitti sociali.

Le Olimpiadi moderne affondano le proprie radici nella cultura di fine Ottocento, un'epoca attraversata da profonde contraddizioni. Da un lato, il darwinismo sociale e la costruzione degli imperi coloniali europei; dall'altro, una crescente fascinazione per l'antichità classica e un entusiasmo diffuso per le innovazioni tecnologiche, come il cronometro, che rendevano misurabile e comparabile la prestazione atletica. A ciò si aggiungevano l'affermazione di nazionalismi rivali e, al contempo, la nascita di movimenti internazionalisti e pacifisti.

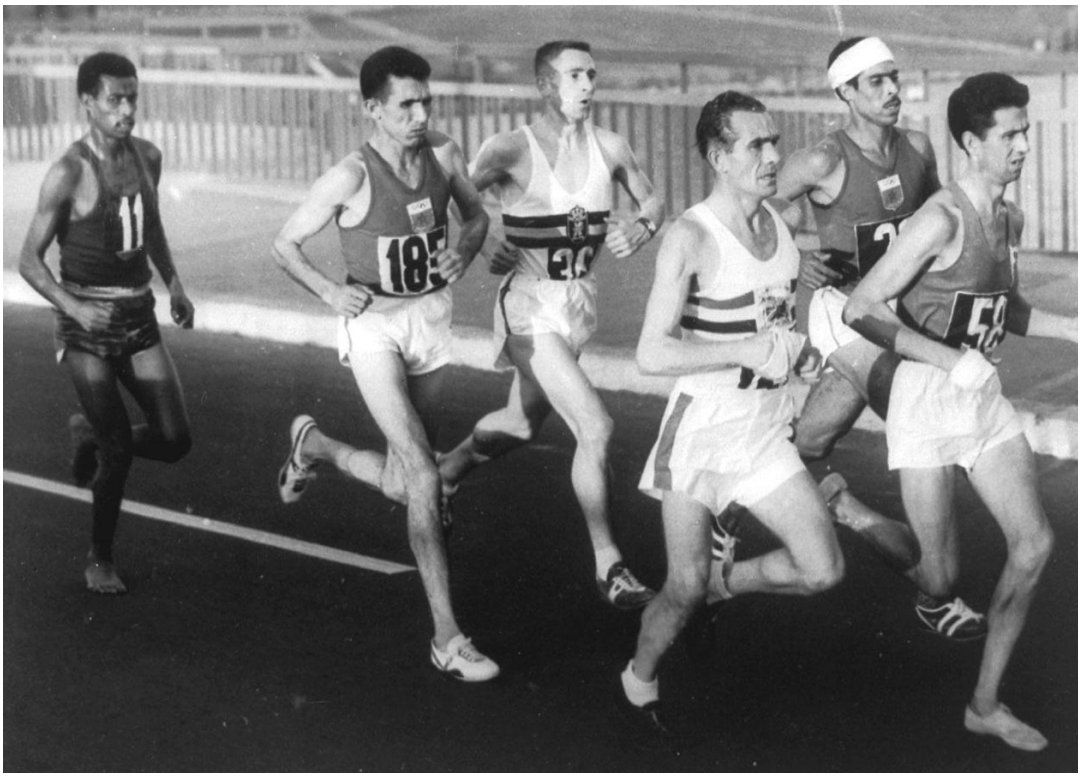
Il barone Pierre de Coubertin, il fondatore dei Giochi olimpici moderni, incarnava perfettamente queste contraddizioni. Convinto sostenitore dell'internazionalismo e del pacifismo, egli era anche un nazionalista, cresciuto nella Francia segnata dalla traumatica sconfitta del 1870 contro la Prussia. Non sorprende, dunque, che nonostante la scarsa partecipazione delle prime edizioni, le Olimpiadi fossero fin da subito dominate da rivalità di carattere nazionale. Fu però nel periodo compreso tra le due guerre mondiali che il movimento olimpico entrò pienamente nella sfera della politica internazionale. In quegli anni dovette confrontarsi con le rivendicazioni delle organizzazioni femministe, che denunciavano l'esclusione quasi totale delle donne dalle competizioni olimpiche. Alla prima edizione dei Giochi moderni parteciparono esclusivamente uomini. Solo nel 1900 fu consentito a un numero limitato di tenniste, golfiste e tiratrici con l'arco di competere, mentre nel 1912 l'accesso venne esteso anche alle nuotatrici.

Lo stesso barone de Coubertin si oppose a lungo alla partecipazione femminile, sia perché riteneva le Olimpiadi una rievocazione delle antiche celebrazioni religiose riservate agli uomini, sia perché, aderendo alle teorie pseudoscientifiche dell'epoca, temeva che lo sport agonistico potesse compromettere la capacità riproduttiva delle donne. Le proteste delle atlete e di alcune organizzazioni femministe, tuttavia, si fecero sempre più pressanti e portarono, a partire dagli anni Venti, a una graduale ma irreversibile apertura che ha portato – oggi – non solo ad avere un numero pressoché identico di atlete donne e atleti uomini, ma anche ad eleggere la prima donna alla guida del Cio (Kirsty Coventry).

Negli stessi anni, il movimento olimpico dovette fronteggiare concezioni che vedevano lo sport come una diretta emanazione del potere politico. Seppe resistere al progetto delle Spartachiadi dei lavoratori, promosse dall'Unione Sovietica e dal movimento comunista internazionale come alternativa di classe alle Olimpiadi. Allo stesso tempo, dovette confrontarsi con l'uso propagandistico dei Giochi da parte dell'Italia fascista e, soprattutto, della Germania nazista.

Le Olimpiadi di Los Angeles del 1932 e quelle di Berlino del 1936 rappresentarono due modelli profondamente diversi e contrapposti: da un lato, l'edizione americana, democratica, sfarzosa e fortemente orientata al mercato; dall'altro, quella tedesca, caratterizzata da austerità, disciplina autoritaria e antisemitismo. Proprio in occasione dei Giochi di Berlino si sviluppò la prima gran-

A sinistra etiope Abebe Bikila il vincitore della maratona delle Olimpiadi di Roma 1960



de campagna internazionale di boicottaggio, in risposta all'esclusione degli atleti ebrei, poi rientrata dopo un complesso negoziato tra il Cio e il regime nazista.

Come già accaduto nel 1916 a causa della Prima guerra mondiale, anche nel 1940 e nel 1944 il conflitto globale impose la cancellazione delle Olimpiadi. I Giochi ripresero nel 1948 a Londra, in un mondo ormai diviso dalla Guerra fredda. L'Unione Sovietica non partecipò a quella edizione, poiché il Cio non aveva ancora riconosciuto il Comitato olimpico sovietico, ma fece il suo ingresso nel 1952 a Helsinki.

Da quel momento e per circa quarant'anni, le Olimpiadi divennero una sorta di surrogato simbolico della competizione tra Est e Ovest. Allenamenti, record, medaglie, riforme sportive, propaganda e persino il doping furono strumenti di una sfida che andava ben oltre il terreno di gara. Stati Uniti e Unione Sovietica si confrontarono sistematicamente nel medagliere per dimostrare la presunta superiorità dei rispettivi sistemi politici. Se a Helsinki prevalsero gli USA, nelle edizioni successive furono spesso i sovietici a dominare, come nel 1976, quando gli americani scivolarono addirittura al terzo posto.

Le Olimpiadi furono anche un laboratorio di dialogo: emblematico il caso delle due Germanie, che in più occasioni riuscirono a presentare una squadra olimpica unificata. Negli anni Settanta, con la distensione tra i blocchi, il dialogo si fece più strutturato e si rifletté anche nell'assegnazione dei Giochi del 1980 a Mosca e di quelli del 1984 a Los Angeles. La fine

Cerimonia di apertura delle Olimpiadi di Torino 2006,
© Marco Scala via Wikimedia Commons



della distensione, tuttavia, riportò le tensioni al centro della scena: Mosca 1980 fu boicottata dagli Stati Uniti e dai loro alleati, mentre Los Angeles 1984 subì il boicottaggio sovietico.

Nel secondo Novecento, le Olimpiadi furono attraversate anche da altri profondi cambiamenti. La decolonizzazione portò sulla scena olimpica atleti provenienti da Africa e Asia. La vittoria dell'etiope Abebe Bikila nella maratona di Roma del 1960, corsa scalzo, fu idealizzata come simbolo della rivincita dei Paesi africani. Nacquero inoltre sfide alternative come i Ganefo, i Giochi delle forze emergenti, sebbene di breve durata. A partire dalla fine degli anni Sessanta, il movimento olimpico dovette confrontarsi anche con la violenza politica: nel 1968 i Giochi di Città del Messico si aprirono dopo la sanguinosa repressione delle proteste studentesche; nel 1972 l'attentato contro la squadra israeliana a Monaco portò la questione palestinese nel cuore dell'arena olimpica.

La fine della Guerra fredda determinò due trasformazioni decisive. La prima fu l'apertura agli atleti professionisti, tra la fine degli anni Ottanta e l'inizio dei Novanta, che pose fine a una lunga ipocrisia e rafforzò il ruolo di sponsor e grandi corporation. La seconda fu la speranza che le Olimpiadi potessero diventare un autentico strumento di unione globale. Tuttavia, dalle guerre balcaniche alle tensioni dell'era globale, i Giochi continuarono a essere attraversati da profonde fratture politiche.

Oggi tre questioni risultano centrali.

Il primo è il rapporto tra pace e guerra. Dagli anni '90, alla vigilia di ogni edizione dei Giochi l'Assemblea generale dell'Onu vota una risoluzione per la tregua olimpica. Il suo

valore non deve però essere esagerato. Poiché non vincolante, questa può essere violata senza particolari sanzioni: la Russia lo ha fatto nel 2008, 2014 e nel 2024; Israele nel 2024.

Il secondo investe i diritti umani. Il Cio ha rivendicato e rivendica un ruolo positivo per la loro promozione. Si possono citare i casi dei Giochi ospitati dal Messico nel 1968, dalla Corea del Sud nel 1988 e dalla Cina nel 2008 (sebbene quest'ultimo sia piuttosto controverso) o i recenti Giochi di Parigi, che hanno segnato un perfetto equilibrio di genere. Tuttavia, negli ultimi anni, le Olimpiadi sono state assegnate a regimi politici che non brillano certo per il rispetto dei diritti umani, alimentando proteste e contestazioni globali.

Infine, la sostenibilità economica e ambientale. Dai Giochi invernali di Lillehammer '94, il Cio ha identificato nella tutela dell'ambiente un valore fondamentale e, nel novembre 2023, ha fatto degli obiettivi Onu di sviluppo sostenibile un proprio traguardo. Anche i Giochi di Milano-Cortina hanno fatto proprio questo impegno, parlando di Olimpiadi a impatto (quasi) zero. Eppure, comitati civici, varie organizzazioni e enti indipendenti hanno contestato tali risultati, denunciando l'impatto devastante dei nuovi impianti e delle nuove infrastrutture. Anche da un punto di vista economico, le Olimpiadi hanno registrato un gigantismo crescente, con i Giochi invernali di Sochi – un modello negativo sotto tanti punti di vista – che sono costati circa 50 miliardi di dollari.

Milano-Cortina, con il suo modello di Olimpiadi diffuse tra più centri che favoriscono la mobilità sostenibile, ha promesso Giochi con un budget contenuto, previsto attorno a 1,2 miliardi. Ad oggi, il bilancio ha già sforato i 7 miliardi (SkyTg24, 4 marzo) ed è destinato a crescere nei prossimi mesi, quando saranno ultimati alcuni dei progetti che, ad oggi, sono ancora nella fase progettuale o iniziale.





UMBERTO TULLI

Professore associato di storia contemporanea all'Università di Trento. È autore di numerosi libri, articoli e saggi in italiano e inglese. Nel 2012 ha pubblicato la prima edizione di *Breve storia delle Olimpiadi* per i tipi di Carocci. La nuova edizione del volume è disponibile dal settembre 2025.

Linguaggi dello sport: tra parola, gesto e spazio. La prossemica totalizzante

In questo campo, comunicare significa agire, atteggiarsi significa imporsi, ripetersi significa fare ordine, fare silenzio significa focalizzarsi

di **LUCA MONTANI**





Illustrazioni di Nicolò Pieroni

Spesso a noi comunicatori viene chiesto di declinare la riflessione sull'uso della parola e sulle regole della comunicazione in ambiti non direttamente serviti dalla nostra attività professionale del momento.

È il caso di questo testo, in cui chi scrive non pratica lo sport con coraggio e abnegazione, né ha sviluppato un fine savoir-faire sportivo; ciò nonostante, al netto delle competenze tecniche, dell'intelligenza tattica e delle minime capacità comportamentali che dovrebbero far parte della postura tipica del comunicatore, prova comunque a intervenire sul tema.

Provo a considerare alcune certezze che ho maturato nel corso degli anni, dopo tanta osservazione e qualche timida pratica nel Savate.

Nel mondo dello sport il linguaggio non è un semplice veicolo di informazioni, ma un dispositivo che produce realtà. La partita, l'allenamento, lo spogliatoio e la tribuna sono luoghi in cui la parola agisce: impartisce ordini, costruisce alleanze, legittima gerarchie, produce consenso o conflitto.

L'atto linguistico, qui, è performativo: non descrive soltanto un'azione, la innesca. Un richiamo dell'allenatore trasforma l'assetto della squadra; un urlo del capitano riallinea le intenzioni collettive; un silenzio studiato sposta il baricentro emotivo di una competizione. In questo senso, lo sport rivela un impianto comunicativo integrato in cui voce, gesto e spazio sono inseparabili.

Facciamo un esempio plastico, la prossemica. Nello sport è totalizzante perché definisce non solo le distanze tra corpi, ma anche i gradi di legittimità del contatto, i territori simbolici, le traiettorie di influenza. La panchina è un'istituzione, non un arredo; la linea laterale è una frontiera, non un segno. Le posture organizzano il potere: l'allenatore in piedi delimita un orizzonte d'attenzione, il capitano con le mani sui fianchi segnala responsabilità, l'arbitro che arretra un passo dopo una decisione

ribadisce un'autorità che sa farsi elastica.

L'assetto corporeo non è un riflesso istintivo, ma un lessico disciplinato: apre e chiude canali di comunicazione, promette o nega reciprocità, rende visibile l'invisibile della tattica.

Il linguaggio tecnico, spesso percepito come gergo, agisce da matrice identitaria. Le sue metafore mappano il mondo: parlano di spazio come di un tessuto da deformare, di tempo come di un bene scarso da allungare o comprimere, di energia come di una valuta da investire e proteggere.

Dietro ogni termine c'è un'etica incorporata: il sacrificio come risorsa condivisa, la lealtà come criterio di riconoscimento, la precisione come forma di rispetto. Il glossario non è solo nomenclatura: è una grammatica morale. Impararlo significa entrare in una comunità di pratica, con doveri di trasmissione intergenerazionale e responsabilità di interpretazione.

Non solo. Lo sport è anche un laboratorio di ritualità. I gesti ripetuti prima del via, la cura degli attrezzi, le formule di saluto, la gestione del contatto corporeo sono atti di manutenzione del tempo sociale. Riducono l'incertezza, allineano i ritmi, restituiscono al gruppo un battito condiviso. Nel rito si compie la traduzione del rischio in coraggio, del dolore in senso, della fatica in racconto. La vittoria e la sconfitta non sono solo esiti: sono narrazioni che il collettivo deve saper dire e ascoltare, per rifondare ogni volta il patto di appartenenza.

Persino la dimensione corale è decisiva perché la comunicazione nello sport è multilivello: verbale sul campo, para-verbale nelle intonazioni, cinetica nelle corse, spaziale nelle coperture, simbolica nelle divise e nei colori. Un bel laboratorio di comunicazione e di prossemica, non c'è che dire.

E che dire del silenzio? Nel gesto sportivo il silenzio è innanzitutto una condizione cognitiva. L'ho visto praticato da molti amici, non senza una certa invidia. In molte discipline precede l'azione decisiva: il tiro libero, la battuta, il salto, la partenza. Questo silenzio però non è vuoto, ma saturazione dell'attenzione. La sospensione del rumore esterno favorisce un riallineamento tra corpo e intenzione: il



respiro si regolarizza, la postura si stabilizza, il tempo soggettivo rallenta. Il silenzio diventa una tecnologia implicita della prestazione, un dispositivo che riduce l'entropia percettiva e consente al gesto di emergere con maggiore precisione.

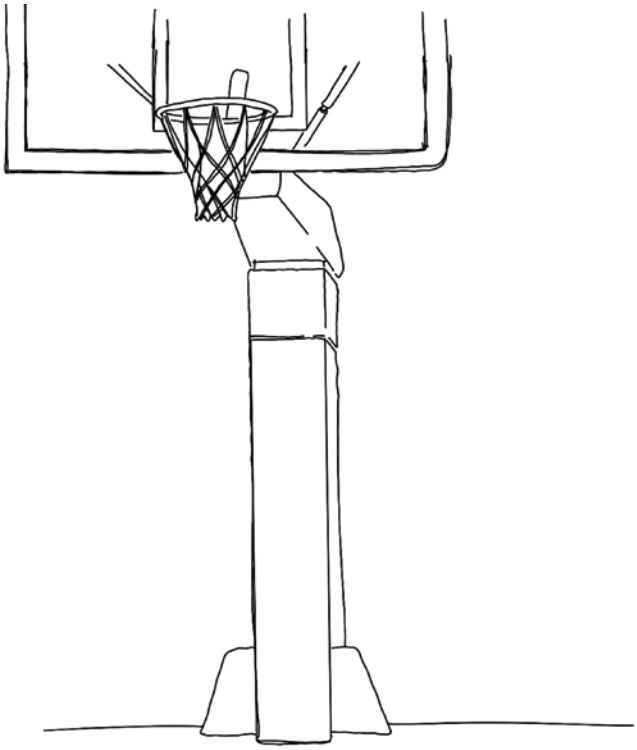
A meno di non considerare lo sport come dimensione edonistica, spesso associata al fitness moderno o alla cura del corpo fine a sé stessa, sono convinto che questa orchestra di segnali richieda alfabeti incrociati. Lo sport è repertorio, opera enciclopedica, silloge, compendio, dizionario enciclopedico della nostra capacità integrata di relazionarci a tutto tondo.

Ci sono esempi lampanti di questa dimensione linguistica: il giocatore deve saper "leggere" il corpo dell'altro come un testo, deve "ascoltare" la geometria delle posizioni come una frase, deve "parlare" con lo sguardo e con il ritmo. L'allenamento è, in buona parte, una scuola di traduzione: converte indicazioni strategiche in movimenti sincronizzati, emozioni in postura, pressione in lucidità.

Infine, l'esperienza sportiva costruisce un impianto valoriale che non si limita a dichiarazioni astratte. L'etica qui è operativa: prende forma in micro-decisioni ripetute, nella gestione dell'errore, nella cura del dettaglio, nel rispetto dei ruoli e dei confini. La cultura sportiva più matura sa che la forza è una relazione, non un attributo; che il talento è un debito verso il gruppo; che la libertà tecnica esiste solo dentro una grammatica condivisa.

Per questo lo sport è una lente privilegiata sulle dinamiche culturali: mette in scena, con radicale chiarezza, come i linguaggi creino mondi, come i corpi li abitino, come i valori li rendano sostenibili nel tempo.

In ultima analisi, comprendere lo sport significa padroneggiare una scienza dell'attenzione: come si distribuisce tra compagni, come si contrae nei momenti decisivi, come si espande per includere l'altro. È in questa economia dell'attenzione incarnata che si saldano parola, gesto e spazio. Ed è qui che lo sport mostra la sua natura di fatto sociale totale: una grammatica vivente di convivenza, conflitto regolato e costruzione di senso condiviso.





LUCA MONTANI

Direttore Relazioni Esterne e Comunicazione FNM dal 2022, è esperto in comunicazione pubblica e istituzionale, reputation e crisis management, rebranding. È autore di *21. Alfabeto per la comunicazione etica post pandemia* e *I cittadini contano* per Altreconomia e di *Marta Destino* per Laurana Editore.

MILANO CORTINA 2026

INSERTO SPECIALE



MILANO CORTINA 2026: LA SFIDA DI ORGANIZZARE I GIOCHI SU UN TERRITORIO DIFFUSO

Intervista a ANDREA VARNIER

di ROSANNA CARDELLA

QUELLO CHE RESTA DEI GIOCHI OLIMPICI E PARALIMPICI INVERNALI DI MILANO CORTINA 2026

Intervista a DIANA BIANCHEDI

di ROSANNA CARDELLA

LA CERIMONIA D'APERTURA DI MILANO CORTINA 2026. LO SHOW CHE PARLA A TUTTO IL MONDO

Intervista a MARCO BALICH

di LORENZO PALLOTTI

CAMERE, PALESTRE, SPAZI COMUNI E UNA MENSA APERTA 24 ORE SU 24: UN TOUR DIETRO LE QUINTE DEL VILLAGGIO OLIMPICO

di CHIARA MELONI

IL MIO VIAGGIO CON LA FIAMMA OLIMPICA: EMOZIONE, ORGOGLIO, PASSIONE PER LO SPORT, CHE È MAESTRO DI VITA

di LORENZO PALLOTTI



MILANO CORTINA 2026

INSERTO SPECIALE

LA SFIDA DI ORGANIZZARE I GIOCHI SU UN TERRITORIO DIFFUSO



Andrea Varnier racconta il ruolo di Fondazione Milano Cortina 2026 tra governance condivisa, complessità organizzative ed eredità che i Giochi lasciano ai territori e alle nuove generazioni

di ROSANNA CARDELLA



Con Milano Cortina 2026 l'Italia ha ospitato un'edizione dei Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali senza precedenti, diffusa su più territori e, per questa ragione, con la partecipazione di molteplici interlocutori. Una novità assoluta nella storia dei Giochi, che ha avuto come obiettivo quello di valorizzare infrastrutture esistenti, competenze consolidate e identità dei diversi luoghi coinvolti, attraverso un complesso lavoro di coordinamento. Al centro di questo grande progetto c'è la Fondazione Milano Cortina 2026, vero e proprio cuore operativo dell'evento. In questa intervista Andrea Varnier – CEO di Fondazione Milano Cortina 2026 – ripercorre le sfide organizzative, il rapporto con i numerosi stakeholder, le strategie di comunicazione internazionale e il valore della legacy, tangibile e immateriale, che i Giochi lasciano al Paese e che andrà ben oltre il 2026.

Qual è stato il ruolo di Fondazione Milano Cortina nell'organizzazione dei Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali di Milano Cortina 2026?

Il nostro nome tecnico è Fondazione Milano Cortina ma in realtà noi siamo il comitato organizzatore, per cui siamo stati il cuore operativo dei Giochi quello che, anche se ci sono moltissimi stakeholder, si è assicurato che ogni aspetto dei Giochi fosse gestito in modo integrato tra i tanti attori presenti. Siamo l'organismo che è sempre presente perché è lo strumento che il Comitato Olimpico Internazionale chiede sempre alle città e ai paesi che ospitano i Giochi di costituire, per diventare diciamo il fulcro dell'organizzazione. Siamo quindi il referente di entrambi i lati dell'organizzazione, di chi detiene la proprietà dei Giochi, che è il Comitato Olimpico Internazionale e il Comitato Paralimpico Internazionale, e chi li ha vinti attraverso una candidatura per cui la città – o le città nel nostro caso specifico – del paese ospite.

Quanto è stato importante il rapporto tra Comitato Organizzatore e i diversi stakeholder in un'edizione diffusa come quella di Milano Cortina 2026?

Questa è una domanda molto interessante perché normalmente il rapporto è

molto più stretto: c'è il Comitato Olimpico Internazionale, c'è la città ospite e ovviamente il Governo che la appoggia. Nel nostro caso per la prima volta nella storia gli ospiti sono stati due, per cui c'erano Milano e Cortina. In realtà, per come nasce la candidatura e per la natura dei nostri Giochi diffusi, gli stakeholder, per cui quelli che hanno sottoscritto il contratto per fare i Giochi, erano molti di più. Oltre alle due città che ho citato c'erano ovviamente la Regione Lombardia, la Regione Veneto e le due province autonome di Trento e di Bolzano. Alla fine, erano presenti sei entità diverse, più il Governo nazionale, che facevano parte di quelli che noi chiamiamo i nostri soci. L'idea è stata quella, sin dalla candidatura, di fare in modo che fossero i Giochi ad adattarsi alle località e non viceversa. Siamo andati a scegliere le località dove già c'erano infrastrutture sportive, magari andavano migliorate, andavano adeguate ma tendenzialmente c'erano e insieme alle infrastrutture c'era anche l'esperienza, la conoscenza, la passione per quello sport. Ciò non toglie che, dal punto di vista strettamente operativo e organizzativo, noi abbiamo cercato di essere un po' il fulcro, come dicevo prima, di tutte le esigenze di tutti perché giustamente ognuno ha delle prerogative, ha delle aspettative, ha anche – e questo l'abbiamo scoperto strada facendo – regole del gioco diverse. Ci sono leggi regionali che sono diverse da un luogo all'altro, per cui noi abbiamo dovuto adattare anche alcuni i nostri processi basandoci sulla conoscenza del territorio. Collaborazione è la parola chiave e devo dire che in questo percorso la collaborazione tra tutte queste entità è stata veramente splendida, tutti hanno colto con molto entusiasmo, molta passione l'opportunità dei Giochi e ci hanno lavorato. È evidente che ognuno era molto focalizzato sul proprio territorio, per cui mancava il protagonista assoluto. Facciamo l'esempio dei Giochi di Parigi: il Governo e il Sindaco di Parigi avevano un ruolo centrale perché quasi tutti i Giochi si svolgevano in quell'ambito. Ciò non toglie che tutti gli enti hanno collaborato e sono stati parte di questa avventura in modo estremamente positivo e noi abbiamo il più possibile cercato di costruire solide relazioni che ci permettessero di svolgere il nostro ruolo di coordinatori centrali di questo grande progetto.

In un evento di queste dimensioni, quali sono stati gli aspetti organizzativi che hanno presentato un più alto livello di complessità?

Sicuramente il tema delle distanze è rilevante, che non è solo un tema di trasporto, anche se il trasporto ha avuto un ruolo importantissimo. Abbiamo incoraggiato tutti gli attori, a partire dal pubblico ma anche gli attori più istituzionali, a usare il più possibile i mezzi pubblici, grazie a un potenziamento dei trasporti. Il Gruppo FNM ha avuto un ruolo essenziale in questo progetto ed è stato uno dei partner che ha garantito questa mobilità nuova rispetto ai Giochi. L'altra grande sfida come comitato organizzatore è stata quella di fare in modo che per tutti i protagonisti, per cui dagli atleti fino ad arrivare agli spettatori, ci fosse la sensazione di partecipare allo stesso evento pur essendo in territori molto distanti. Creare quindi quell'effetto esperienziale che fosse il medesimo, vivere l'evento come una cosa sola. Questa è stata una sfida più di tipo comunicativo, che ha visto una grande partecipazione dei territori per rendere questa atmosfera il più possibile unica e uniforme attraverso un territorio così vasto.

Quali sono state le attività più strategiche ed efficaci nella promozione dei Giochi a livello internazionale?

I Giochi hanno una forza comunicativa intrinseca che va al di là di quello che può fare un comitato organizzatore. Sono il più grande evento sportivo del mondo, questo è già un punto di partenza importante. Il simbolo dei Giochi, questi 5 cerchi, è sicuramente il simbolo più riconosciuto a livello globale da

tutti. Noi abbiamo portato a Milano - Cortina più di 90 paesi partecipanti, per cui automaticamente c'è stato un effetto comunicativo che è andato da solo. Il nostro compito è stato comunicare e promuovere la nostra specifica edizione. Si è partiti dal creare innanzitutto quello che volevamo raccontare di noi, per cui questa Italia che è legata a un territorio bellissimo e una storia incredibile da aggiungere alla comunicazione di un'Italia più contemporanea. Questo spirito che, appoggiandosi sulla nostra storia millenaria, guarda anche al futuro è un po' lo spirito dei nostri Giochi, quello che abbiamo voluto raccontare, assieme ovviamente al dualismo tra la città e la e la montagna. Le iniziative sono state tantissime e si sono svolte nel corso degli anni. Il viaggio dalla fiamma olimpica, l'elemento di comunicazione più grande che c'è stato, si è svolto nei due mesi precedenti ai Giochi. Abbiamo girato l'intero Paese, abbiamo visitato tutti i siti Unesco dell'Italia e siamo stati nelle grandi città e nei paesi più piccoli per portare questo messaggio simbolico della fiamma olimpica. Abbiamo però fatto tante altre attività di comunicazione; c'era un programma culturale importantissimo che ha toccato oltre 6 milioni di persone con attività di vario genere. Abbiamo creato un programma educativo, chiamato Gen26, che è partito già alla fine del 2022 e che ha coinvolto 2 milioni di giovani studenti per promuovere l'attività sportiva come motore per il miglioramento della società. Non ultimo, a me piace citare il programma dei volontari, che ha avuto un effetto incredibile: 18.000 persone che hanno contribuito al successo dei Giochi.

In cosa consiste la legacy di un evento come quello dei Giochi Olimpici e Paralimpici?

Questo è uno dei temi più importanti, credo che sia una delle ragioni per cui un paese, una città, un territorio decide di organizzare i Giochi. Lo si fa per la promozione del territorio ma alla fine lo si fa per lasciare un'eredità duratura. C'è quella tangibile, delle opere strutturali che vengono fatte perché arrivano i Giochi. Come già detto prima, in realtà di opere sportive ne sono state fatte poche ex novo perché siamo andati il più possibile in luoghi dove gli impianti sportivi già esistevano e sono stati migliorati, per cui comunque è un'eredità. Soprattutto le opere stradali e ferroviarie, che andranno a impattare sui territori per molti anni a venire, erano spesso progetti fermi da tanto tempo che grazie all'arrivo dei Giochi sono stati realizzati. C'è una legacy secondo me molto importante che è quella immateriale dei Giochi, l'orgoglio di aver fatto un evento di questo genere ma soprattutto la trasmissione di quei valori a cui accennavo prima. I valori dello sport per i giovani, per avvicinarli il possibile all'attività sportiva ma anche la legacy di chi ha lavorato a questo progetto come professionista o come volontario o come persona in qualche modo coinvolta. Stiamo parlando di molte migliaia di persone che possono essere arricchite da questa esperienza in modo importante per il loro futuro professionale. La legacy delle infrastrutture, quindi, va accompagnata sicuramente a quella immateriale dello spirito, dell'esperienza, dei valori che si riescono a trasmettere attraverso un evento di questo genere.



ROSANNA CARDELLA

Nata a Trento, milanese di adozione.
Ha conseguito una laurea in Scienze della Comunicazione e in Relazioni Internazionali all'Università Cattolica del Sacro Cuore.
Ha lavorato come project manager e redattrice in aziende, associazioni no profit e redazioni.
Da ottobre 2021 lavora nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.

MILANO CORTINA 2026

INSERTO SPECIALE

QUELLO CHE RESTA DEI GIOCHI

OLIMPICI E PARALIMPICI INVERNALI



Lo sport trasforma il nostro Paese ed è uno strumento di inclusione. Diana Bianchedi, Chief Strategy Planning & Legacy Officer di Fondazione Milano Cortina 2026, ripercorre l'eredità materiale e immateriale del grande evento

di ROSANNA CARDELLA

I Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali di Milano-Cortina 2026 hanno posto il concetto di legacy al centro del progetto sin dalle prime fasi, superando l'idea di un evento fine a sé stesso. Un'eredità pensata per radicarsi nei territori e nella società, capace di generare cambiamenti duraturi in infrastrutture, politiche e formazione delle nuove generazioni. Alla pianificazione strategica e alla definizione di questa eredità ha lavorato a lungo Fondazione Milano Cortina 2026. Diana Bianchedi, Chief Strategy Planning & Legacy Officer della Fondazione, ripercorre i principali pilastri della legacy Olimpica e Paralimpica: dal ruolo dello sport come strumento di trasformazione territoriale al supporto agli atleti, dalla crescita delle competenze organizzative del Paese all'inclusione, fino alla parità di genere e al volontariato. Bianchedi racconta come la sua esperienza personale – da atleta olimpica vincitrice di due ori nel fioretto a squadre, medico specialista in medicina dello sport e dirigente sportiva – abbia guidato il suo lavoro e la sua vita, sempre animata da un'unica costante: lo sport.

I Giochi Olimpici e Paralimpici Invernali di Milano Cortina hanno lasciato un'eredità – sia questa materiale o immateriale – al nostro Paese?

Noi abbiamo sempre lavorato sul concetto di eredità materiale e immateriale, che non inizia alla fine dei Giochi. La grande critica che veniva fatta all'organizzazione dei grandi eventi era di fare e costruire cose che servivano per i Giochi ma non per i territori. È stato quindi cambiato il paradigma, abbiamo studiato i piani di sviluppo di città e regioni e su questi abbiamo costruito i nostri Giochi; la legacy è quindi molto più radicata sul territorio. Abbiamo diviso la legacy in 5 grandi cassetti.

Qual è il primo punto della legacy immateriale dei Giochi?

Il primo punto è come lo sport trasforma il nostro Paese, concretizzato con l'inserimento dello sport nella nostra Costituzione all'articolo 33. Questo significa che è possibile fare atti normativi e progetti che sottolineano la rilevanza dello sport nella vita sociale e in tematiche legate all'inclusione. Questa trasformazione è indirizzata a migliorare la vita delle persone attraverso lo sport. In questo filone abbiamo portato avanti progetti per promuovere "più movimento", con attività nelle scuole, grazie alle quali abbiamo raggiunto 2 milioni di studenti. Un esempio è stata la *Winter Games Week*. Abbiamo portato iniziative di "più movimento" anche nelle aziende: la popolazione fra i 35-65 anni è infatti quella più sedentaria.

Esiste nelle attività di legacy anche qualche iniziativa a supporto degli atleti?

Uno dei cinque punti era proprio il supporto agli atleti, nonostante la loro partecipazione sia stata gestita dai Comitati Olimpici e non dalla Fondazione. Lo abbiamo fatto attraverso la Dual Career, permessi retribuiti e aiuti alla maternità. Inoltre, abbia-

mo voluto rendere l'esperienza degli atleti la migliore possibile, prima di tutto scegliendo sul territorio luoghi di gara che erano i più sfidanti, per permettergli di gareggiare a un livello alto. Quello che caratterizza le Olimpiadi è l'atmosfera, per questo la *athlete experience* è stata al centro del nostro progetto. Dall'altra parte, avere le Olimpiadi nel nostro paese ci ha aiutato a raccontare gli sport invernali non così noti, con la speranza che qualcuno si innamorasse e decidesse di praticarli. Per questo siamo andati nelle scuole. Io non avrei potuto giocare a basket ma per fortuna mia mamma sapeva che esisteva la scherma e ho vinto le Olimpiadi.

Ci sono state attività che hanno incentivato la partecipazione dei giovani atleti ai Giochi? In che modo i programmi di Dual Career possono aiutare i ragazzi durante e dopo la loro carriera agonistica?

I Giochi hanno portato due cose fondamentali in supporto agli atleti per permettergli di gareggiare. La prima è una legge italiana che consente i permessi retribuiti. La Dual Career è fondamentale, e quindi il supporto agli atleti mentre studiano ma anche mentre lavorano. Siamo finalmente arrivati a dire che se tu sei un atleta con un contratto di lavoro, hai la possibilità di usufruire di un permesso retribuito per andarti ad allenare. Questa è una legge dello Stato che è stata fatta grazie ai Giochi, prima non c'era. L'altra cosa è il Decreto sulla Dual Career che permette il supporto degli atleti sia all'università che alle scuole superiori. La firma di questo decreto è stata complessa. I dati ci dicono che, se l'atleta è supportato, sviluppa caratteristiche di comportamento e performance che, unite alla formazione, lo rendono un candidato ideale per le grandi aziende. Spesso i ragazzi alle superiori devono scegliere fra scuola e sport; io stessa mi sono ritirata, ancora non sapevo che avrei vinto le Olimpiadi e che mi sarei laureata in medicina. È importante far capire che se io, ad esempio, ho potuto studiare medicina, fare 52 esami e contemporaneamente vincere due medaglie d'oro alle Olimpiadi, non ha senso dire a un ragazzino di seconda liceo che non ha tempo per fare sport, che deve scegliere fra scuola e sport. Quel ragazzino che smette di praticare sport diventerà una persona sedentaria. Questo è un cambiamento che vogliamo mettere in atto per trasformare la vita delle persone.

Una conciliazione sostenibile tra carriera sportiva e maternità è possibile? Qual è stato il ruolo della Fondazione in questo?

In questi sette anni di lavoro i messaggi che abbiamo mandato come organizzatori dei Giochi Invernali hanno cambiato le norme. Abbiamo fatto uno studio medico con l'istituto di medicina dello sport del CONI. Abbiamo preso tutte le atlete che hanno gareggiato alle Olimpiadi, hanno avuto figli e poi sono tornate per comprendere cosa è possibile fare durante la gravidanza, dopo il parto, che tipo di allenamento va bene e abbiamo creato delle linee guida. Questo ha portato molte Federazioni a congelare i ranking: prima, se io ero un atleta e volevo fare un figlio, quando tornavo ero l'ultima in classifica. Ora, se sono la numero uno del ranking e ho un figlio, rimango numero uno. È come se tu non perdessi il tuo posto di lavoro. Il CONI, il Governo e le Federazioni hanno poi creato borse di studio per le madri atlete per gestire i figli entro i 3 anni. Se sei una mamma e i tuoi bambini hanno 4 mesi, ma tu devi andare in ritiro, vieni pagata perché tu possa avere una baby sitter, ad esempio. Siccome la maggior parte degli atleti non sono considerati professionisti, prima questa misura non c'era ed è un incentivo importante per aiutare le madri atlete.

Ci sono state attività di formazione per far sì che quello che si è appreso

durante l'organizzazione dei Giochi potesse diventare patrimonio comune?

Un aspetto della legacy è stato proprio migliorare la capacità dell'Italia di organizzare eventi sportivi, perché questo tipo di eventi portano visibilità al nostro Paese e creano aumento di competenze. Diverse università con cui abbiamo collaborato hanno attivato corsi legati all'organizzazione di grandi eventi. Sul territorio abbiamo creato mini comitati organizzatori, così che al termine dei Giochi ci sono persone che hanno le competenze per organizzare i campionati del mondo dell'anno prossimo. Abbiamo cercato quindi di creare una legacy su questo punto particolare attraverso lo sviluppo di competenze, candidature ad altri grandi eventi e collaborazioni con università.

E riguardo la legacy materiale dei Giochi, in che modo i territori hanno potuto beneficiare dall'evento?

Per quanto riguarda la legacy materiale, un punto è quello del cambiamento delle città e quindi della vita quotidiana all'interno delle città, delle regioni e dei territori. Questo è legato spesso alle infrastrutture. Il Governo ha stanziato 3,5 miliardi, per esempio, per mettere a posto le strade che necessitavano di un'implementazione. Le stesse stazioni ferroviarie fra Trento e Bolzano sono completamente accessibili. Un altro esempio: Milano da anni cercava di creare uno studentato e il Villaggio Olimpico diventerà proprio questo. Livigno invece era scoperta per quanto riguarda i presidi sanitari, oggi ha una Casa della Salute collegata al Niguarda che resta anche dopo i Giochi.

Si è fatto qualcosa per promuovere un dialogo su temi come quello dell'inclusione, grazie anche alle Paralimpiadi?

L'ultimo punto legato al tema della legacy immateriale è proprio quello dell'inclusione: abbiamo potuto attivare una serie di progetti speciali nelle scuole, dove abbiamo portato atleti paralimpici per parlare di disabilità e inclusione in maniera diretta. Nella nostra organizzazione si lavora fin dall'inizio sulla parità di genere, ci siamo impegnati a garantire parità fra uomini e donne per dimostrare che queste non sono state solo le Olimpiadi invernali più gender balance di sempre in termini di atleti, ma anche a livello di comitato organizzatore. Si sono portati avanti anche progetti con i Comitati Olimpici regionali. Con "21 tappe per l'equità di genere" si è lavorato negli ultimi 3 anni per formare tutti coloro che volevano implementare le conoscenze e diventare dirigenti sportivi, un lavoro per la maggioranza volontario dove c'è una scarsa partecipazione femminile. Le ultime elezioni del CONI hanno visto per la prima volta la non necessità di ricorrere alle quote rosa, perché gli eletti sono stati superiori alle quote previste. Sono Vicepresidente del CONI, sono stata la prima donna. Venticinque anni fa le cose erano diverse, ora qualcosa sta cambiando.

I Giochi hanno visto la partecipazione di numerosi volontari, questo aggiunge valore alla manifestazione?

Il mondo dei volontari è un aspetto a cui tengo moltissimo, è un mondo che è unico nei Giochi Olimpici. Abbiamo reclutato 18 mila volontari e ricevuto una riposta da quasi 200 Paesi del mondo di persone che volevano donare il loro tempo, collezionando quasi 130 mila domande che hanno reso necessaria una grossa selezione. Il volontario sta accanto all'atleta e anche alle famiglie degli atleti, durante i Giochi Olimpici di Parigi ho visto scene indimenticabili. Questo è un mondo di cittadinanza attiva che lasciamo come legacy, non è vero che non c'è più interesse in queste attività. Tutti i colleghi che hanno avuto modo di avere i volontari operativi sono stati entusiasti e mi hanno detto che non avevano mai visto questa passione. Credo questo sia un messaggio bellissimo per il nostro Paese, per le nuove generazioni.

In che modo lo sport ha avuto un impatto nella sua vita e come ha influito nelle sue scelte una volta terminata la sua carriera agonistica?

Non è che lo sport ha influito sulla mia vita. Lo sport è stato la mia vita da tutti i punti di vista. Ci sono cascata dentro a 6 anni. Il mio percorso è stato guidato dallo sport perché era quell'aspetto della mia giornata dove riuscivo a sentirmi in una zona di comfort. Per me lo sport era riuscire a creare il mio gruppo, avere la mia routine. Ero una ragazzina molto chiusa, un po' secchiona, lo sport era il momento in cui potevo essere me stessa. Scuola e sport a un certo punto hanno rischiato di entrare in conflitto, soprattutto per il fatto di essere una brava studentessa ma anche una brava atleta ma, invece di scontrarsi, si sono uniti. La capacità organizzativa, di programmarmi, di darmi degli obiettivi mi hanno permesso di diplomarmi e laurearmi ma, allo stesso tempo, di fare l'atleta. Quando ho fatto le seconde Olimpiadi mi sono rotta il tendine, mi ero appena laureata e avevo scelto come area di specializzazione la procreazione assistita. In realtà, quando mi sono fatta male, vedendo che il mondo non era pronto a gestire la fase di riabilitazione di un atleta che in un momento perde il lavoro, ho deciso di occuparmi della riabilitazione degli atleti. Mi sono specializzata in medicina dello sport, ho lavorato 15 anni in un centro di riabilitazione di eccellenza della Fifa. Ero credibile perché, quando parlavo con il calciatore, pur essendo piccola e donna, avevo vissuto la sua stessa esperienza e capivo molto bene le sue perplessità a prescindere dalla parte ortopedica. Non volevo lasciare quello che lo sport mi aveva dato e anche quello che pensavo di dover dare. Ho fatto parallelamente il percorso di dirigente sportiva diventando la più giovane Vicepresidente donna eletta al CONI per portare quel cambiamento anche dall'altra parte. Lo sport quindi c'è sempre stato.

In che modo i valori che ha appreso durante la sua carriera sportiva la hanno guidata nel ruolo che ha ricoperto di Chief Strategy Planning & Legacy Officer di Fondazione Milano Cortina 2026?

Mi hanno chiamato per portare i Giochi in Italia, sono fra quelli che tutto quello che ha a che fare con i Giochi lo aveva solo immaginato ed ora eccoci qui. Quello che ho imparato dallo sport spero di portarlo tutti i giorni nel mio lavoro. Prima di tutto il valore dello spirito di squadra che ci aiuta a non farci concorrenza. Il paradosso dell'atleta è che, quando arriva un ragazzo giovane, si allena con lui, pur essendo quello che un giorno prenderà il suo posto. Nel mondo del lavoro spesso questo non succede, l'atleta invece è abituato a farlo, è un modello naturale. Quando mancavano pochi giorni ai Giochi io ormai pensavo che quello che era fatto, era fatto. Non c'era più nulla da inventare: io, a 20 giorni dalla gara, non pensavo di imparare una nuova stoccata. Abbiamo lavorato bene per 7 anni, è stato come quando entravo in un palazzetto e mi dicevo di aver dato tutto. Volevo solo giocarmela.



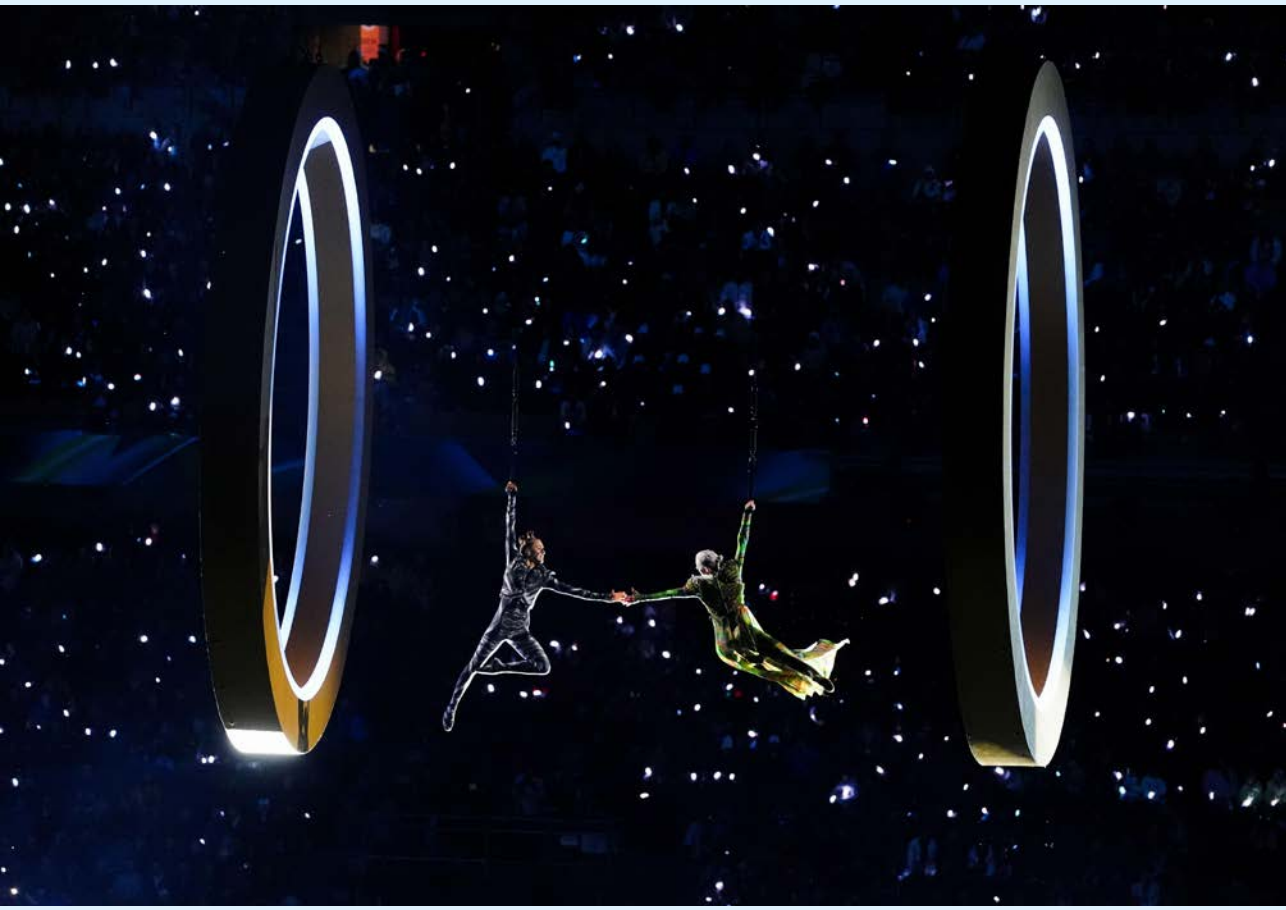
ROSANNA CARDELLA

Nata a Trento, milanese di adozione.
Ha conseguito una laurea in Scienze della Comunicazione e in Relazioni Internazionali all'Università Cattolica del Sacro Cuore.
Ha lavorato come project manager e redattrice in aziende, associazioni no profit e redazioni.
Da ottobre 2021 lavora nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.

MILANO CORTINA 2026

INSERTO SPECIALE

LA CERIMONIA D'APERTURA DI MILANO CORTINA 2026. **LO SHOW CHE PARLA A TUTTO IL MONDO**



Uno dei momenti più iconici dei Giochi olimpici nelle parole del responsabile creativo Marco Balich, tra preparazione, creatività, identità, valori ed emozioni

di **LORENZO PALLOTTI**

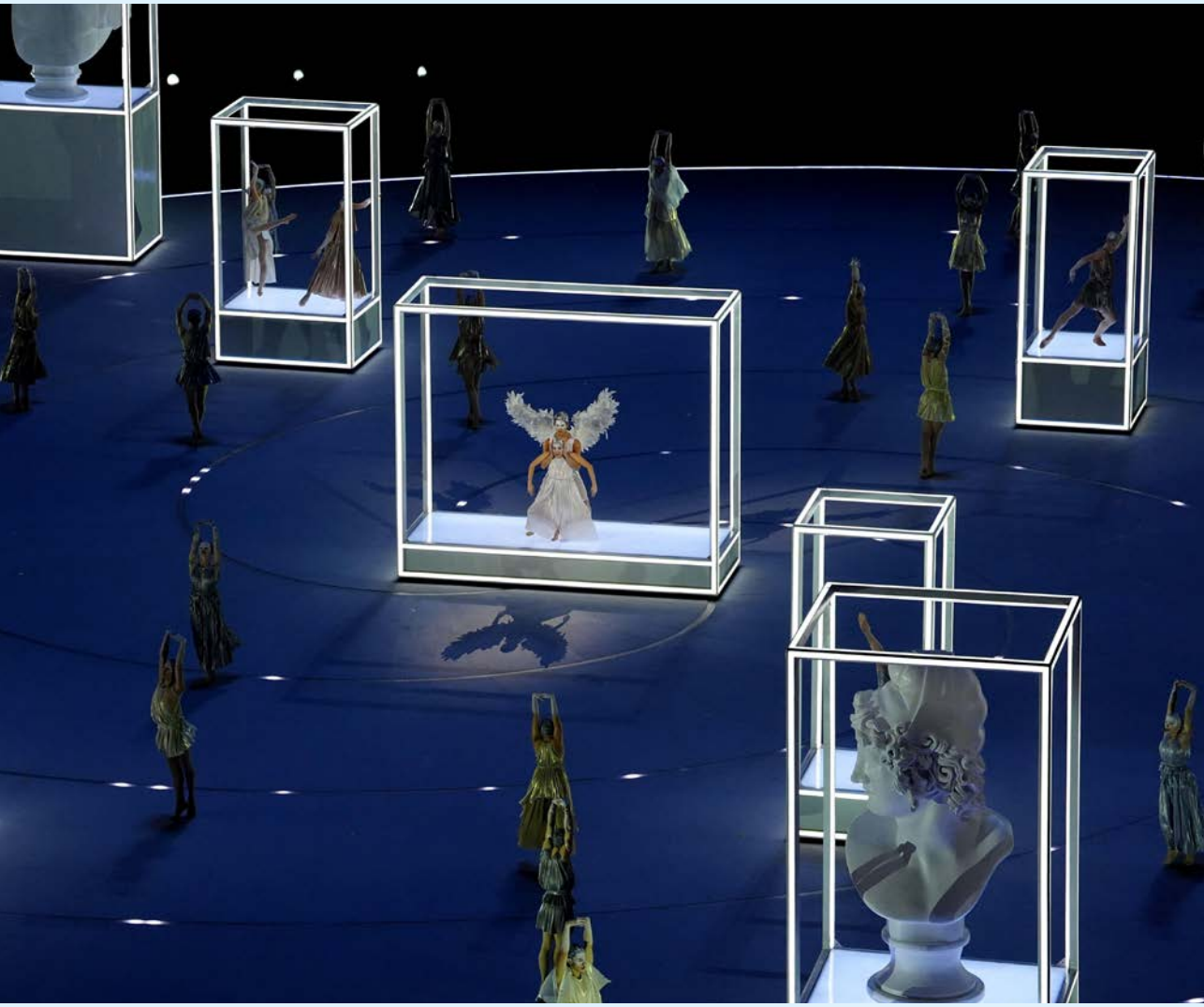




La cerimonia di apertura è uno dei momenti più iconici di ogni edizione dei Giochi Olimpici, catalizza l'attenzione di miliardi di persone e regala all'immaginario delle persone ricordi capaci di sopravvivere al trascorrere del tempo. Uno spettacolo che concentra nell'arco di poche ore un lavoro di preparazione molto lungo e che coinvolge un grandissimo numero di professionisti e volontari. Il dialogo con Marco Balich, responsabile creativo della cerimonia di inaugurazione di Milano Cortina, aiuta a capire la complessità, la portata e il valore di un evento di queste dimensioni.

La Cerimonia di Apertura delle Olimpiadi è uno degli eventi più seguiti al mondo. Davanti a un pubblico così ampio quali sono gli obiettivi che vi siete posti nel creare Milano Cortina 2026? Quanto ha contato l'esperienza di Torino 2006?

Le Cerimonie Olimpiche sono gli eventi più visti al mondo. Miliardi di persone, nello stesso momento, seguono il proprio Paese e la propria squadra. È un rito collettivo che riunisce le persone e le rende



orgogliose di far parte di una comunità più ampia. Per questo il racconto deve portare valori, generare emozioni profonde ed essere comprensibile e autentico per chiunque, indipendentemente dalla cultura o dal luogo da cui guarda.

Torino 2006 è stata un'esperienza fondamentale, perché ha dimostrato che l'Italia può raccontare sé stessa con forza e credibilità su un palcoscenico globale. Ma ogni Olimpiade nasce in un tempo diverso e chiede un linguaggio nuovo. La sfida oggi è raccontare l'identità italiana in maniera contemporanea e lanciare un forte messaggio di pace e di dialogo al mondo.

"Armonia" è stato il tema della Cerimonia. Quali sono gli aspetti più suggestivi dello show e quali le sfide dei primi Giochi invernali diffusi?

Non c'è un momento che sento più vicino di altri. La parte protocollare è cruciale: richiede rispetto assoluto e una conoscenza profonda dei valori olimpici. È la spina dorsale della Cerimonia. La parte cre-

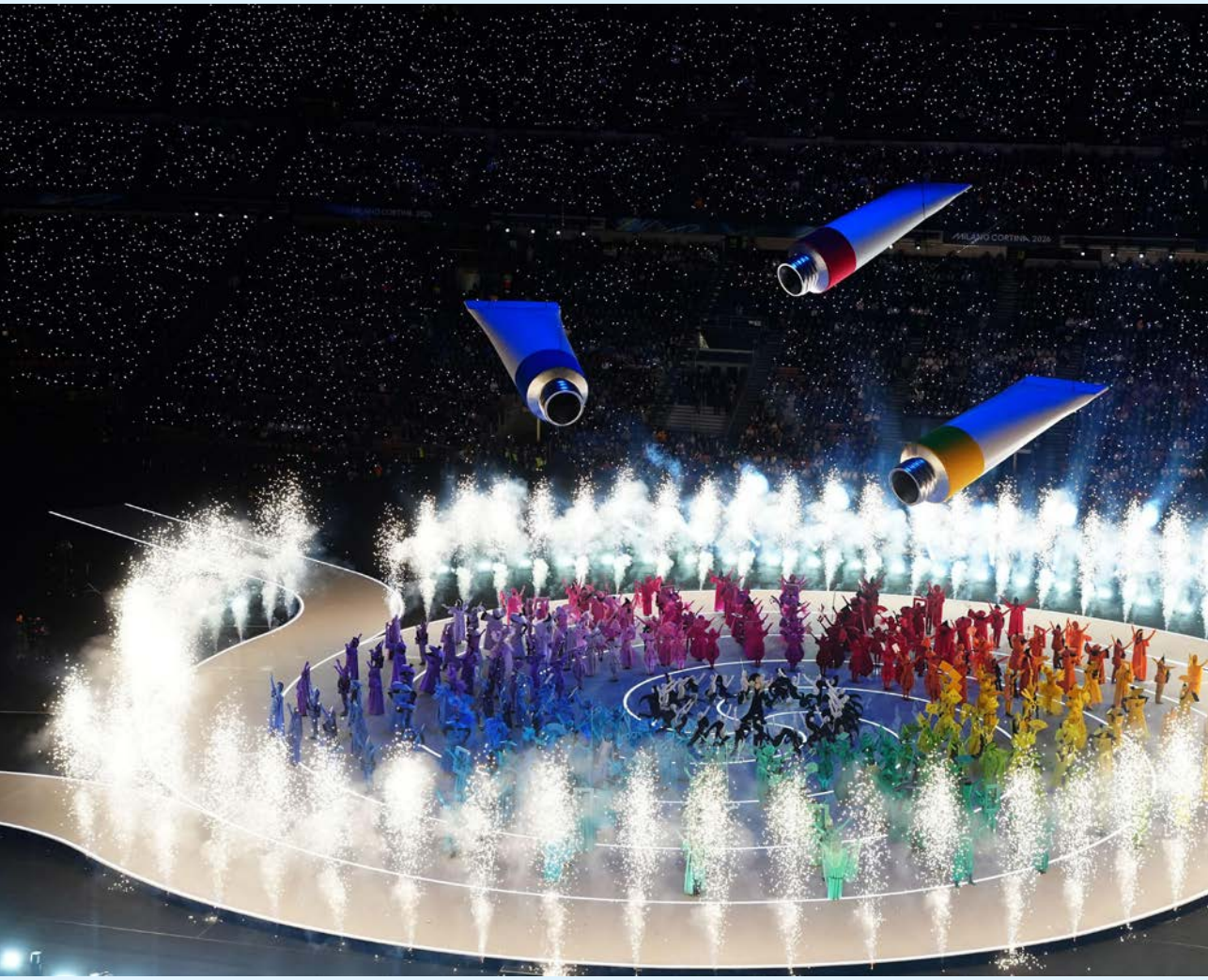
ativa, invece, deve trovare la propria armonia all'interno di questi confini e integrarsi in un racconto capace di arrivare a tutti, in modo chiaro ed emotivo.

Quest'anno la sfida è stata ancora più complessa, perché si è trattato dei primi Giochi invernali diffusi della storia. Tenere insieme protocollo, creatività e luoghi diversi in un unico racconto coerente è una bella sfida!

Per dimensioni, tempi e complessità produttiva Armonia è paragonata alle grandi produzioni internazionali. Quanto tempo serve per realizzare un evento di questo tipo e quante persone sono coinvolte?

Un evento di questa portata richiede circa due anni di lavoro. La parte visibile dura poche ore, ma dietro c'è un processo lungo e complesso fatto di ricerca, scrittura, progettazione artistica e tecnica, prove e coordinamento continuo.

Sono coinvolti circa 1.200 volontari, centinaia di attori, ballerini e performer, oltre a tantissime altre persone che lavorano dietro le quinte tra creativi, tecnici e staff operativo. In totale parliamo di circa 4.000



persone, una grande comunità che rende possibile la Cerimonia.

La tecnologia ha trasformato profondamente il linguaggio visivo delle Cerimonie. Che ruolo ha avuto in "Armonia"?

La tecnologia oggi è parte integrante del linguaggio delle Cerimonie, ma per noi resta uno strumento, non il fine. Ci aiuta ad amplificare ulteriormente le emozioni e a rendere leggibile la complessità, ma non deve mai sostituire la creatività né la presenza umana.



Il rischio esiste solo se si perde di vista ciò che conta davvero: le persone. Una Cerimonia Olimpica funziona quando tecnologia, narrazione e corpi in scena lavorano insieme. L'innovazione deve essere invisibile, al servizio dell'emozione, e lasciare spazio al gesto umano, che resta il vero cuore dello spettacolo.

Il tema della legacy dei Giochi è molto discusso. Può esistere una legacy anche per la Cerimonia di Apertura?

Spesso definisco gli eventi live "architetture effimere". Anche la Cerimonia esiste per un tempo limitato ma è un evento che – me lo auguro – lascerà una traccia culturale ed emotiva, fatta di immagini e di un senso di appartenenza condiviso. È un momento in cui un Paese si racconta al mondo e, allo stesso tempo, a sé stesso.



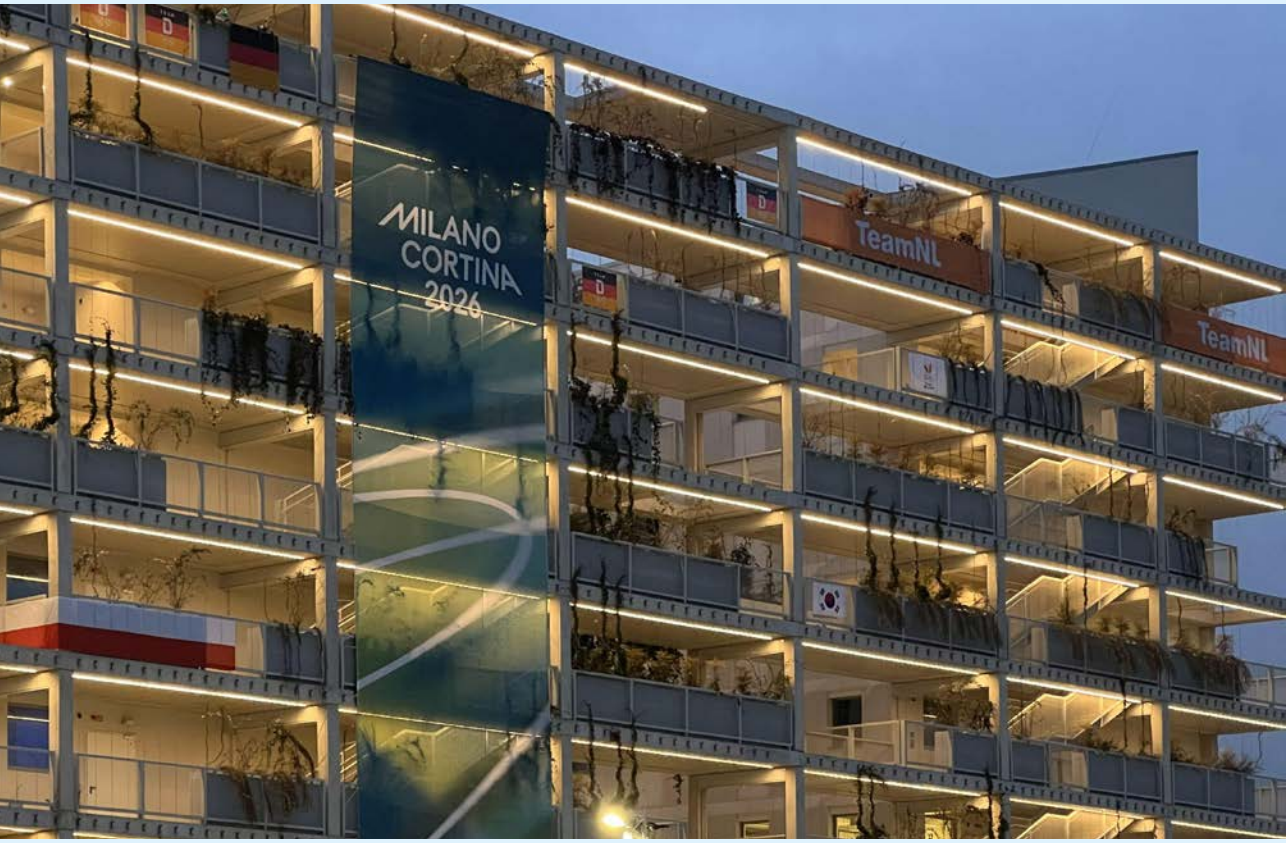
LORENZO PALLOTTI

Nato a Milano, vive nella città giardino Cusano Milanino. Laureato in Lettere moderne all'Università Cattolica del Sacro Cuore, giornalista pubblicista, ha lavorato per 16 anni in un'agenzia di comunicazione milanese prima di entrare nel 2017 nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.

MILANO CORTINA 2026

INSERTO SPECIALE

CAMERE, PALESTRE, SPAZI COMUNI E UNA MENSA APERTA 24 ORE SU 24: **UN TOUR DIETRO LE QUINTE DEL VILLAGGIO OLIMPICO**



Organizzazione, logistica e sostenibilità del complesso milanese che ha ospitato 1.700 persone tra atleti e tecnici delle delegazioni. La struttura sarà riconvertita in studentato: un esempio concreto di legacy

di **CHIARA MELONI**

Abbiamo avuto l'opportunità di visitare il Villaggio Olimpico di Milano prima dell'inizio dei Giochi: uno dei principali centri di accoglienza per gli atleti durante le Olimpiadi Invernali di Milano Cortina 2026. Il complesso è stato uno dei sei villaggi realizzati in Italia per l'evento: Milano, Bormio, Livigno, Cortina d'Ampezzo, Predazzo e Anterselva. Il villaggio di Milano è stato costruito in 30 mesi di lavori nel nuovo quartiere di Scalo Romana, tra la zona di Porta Romana e la Fondazione Prada. Camminando tra le palazzine del complesso qualche settimana prima che gli atleti da tutto il mondo ne prendessero possesso, il villaggio sembrava una piccola "città temporanea".

Durante il tour abbiamo incontrato Flaminia Tamburi, Head of Villages di questa edizione dei Giochi, responsabile del coordinamento di tutte le strutture. Ci ha raccontato che per la prima volta un'Olimpiade Invernale aveva previsto un numero così elevato di villaggi distribuiti sul territorio nazionale. Quello di Milano, il più grande, aveva 1.700 posti letto, di cui circa 1.500 destinati agli atleti e 200 suddivisi tra staff tecnici delle delegazioni e il personale della Fondazione Milano Cortina, che soggiornava all'interno del complesso. La struttura era composta da sei palazzine di sette piani ciascuna; nel periodo olimpico ogni piano era assegnato a una nazione. A Milano hanno soggiornato circa 40 delegazioni, mentre le altre discipline invernali si sono svolte tra Cortina, Bormio, Anterselva, Predazzo e Livigno, dove le delegazioni coinvolte sono state circa 70.

Dal Villaggio di Milano gli atleti partivano verso le sedi di gara dal "transport mall", un'area appositamente organizzata per la gestione dei trasferimenti. Da lì, gli atleti si spostavano con bus verso i luoghi delle competizioni: Rho Fiera Milano (ribattezzata per l'occasione "Milano Ice Park"), che ha ospitato il pattinaggio di velocità e l'hockey; la nuova Arena di Santa Giulia, impianto da 16.000 posti destinato all'hockey e al para ice hockey. Le gare di pattinaggio di figura e short track si sono svolte invece al Forum di Assago.

All'interno del villaggio abbiamo visitato anche le aree dedicate alla palestra e gli spazi comuni pensati per favorire l'incontro e la socializzazione tra gli atleti di nazioni diverse: luoghi in cui potersi rilassare, condividere momenti di svago e conoscersi al di là della competizione. Era presente un'area dedicata ai Media, una piazza dove i giornalisti potevano accedere per intervistare gli atleti, e uno spazio dedicato agli sponsor, con stand, giochi ed esperienze pensati per coinvolgere gli atleti. Al centro del complesso si trovava la mensa, uno degli ambienti più grandi dell'intera struttura. Proprio qui Flaminia Tamburi ci ha spiegato quanto sia stata delicata l'organizzazione di questo spazio. Uno degli aspetti più critici, infatti, è stata la gestione delle esigenze di 40 Paesi diversi, ciascuno con culture, tradizioni e necessità alimentari specifiche. La mensa è stata operativa 24 ore su 24, così da consentire agli atleti di mangiare in qualsiasi momento, adattandosi ai ritmi di allenamenti e gare. L'alimentazione, elemento fondamen-


LATVIJA

tale per la performance sportiva, è stata studiata con cura per garantire il corretto equilibrio tra proteine, carboidrati e altri nutrienti essenziali, nel pieno rispetto delle abitudini culturali di ogni Paese.

L'Head of Villages di questa edizione dei Giochi ci ha spiegato anche la grande attenzione che è stata riservata al tema della sostenibilità. In particolare, il Villaggio Olimpico di Milano è stato concepito come parte di un progetto di rigenerazione urbana sostenibile dell'ex area ferroviaria di Porta Romana, con l'idea di non creare un'infrastruttura temporanea fine a sé stessa, ma un nuovo quartiere urbano integrato nella città. I criteri di sostenibilità includono: edifici progettati secondo degli standard specifici per ridurre al minimo il consumo energetico, materiali a basso impatto, riciclabili o riutilizzabili. Parte dell'energia è stata prodotta in loco tramite pannelli solari. Al termine dei Giochi, il Villaggio di Milano verrà riconvertito in studentato, uno dei più grandi di Italia, contribuendo alla riqualificazione urbana dell'area e lasciando un'eredità concreta alla città.





CHIARA MELONI

Nata a Rho (MI) nel 2002, ha conseguito la laurea in Scienze della Comunicazione presso l'Università degli Studi dell'Insubria a luglio 2024. Da ottobre dello stesso anno, lavora presso la Direzione Relazioni Esterne e Comunicazione di FNM.

IL MIO VIAGGIO CON LA FIAMMA OLIMPICA: EMOZIONE, ORGOGLIO, PASSIONE PER LO SPORT, CHE È MAESTRO DI VITA





La Fiamma Olimpica che ha acceso il braciere di Milano è stata accesa in Grecia, il 26 novembre del 2025 per giungere a Roma il 6 dicembre, iniziando un viaggio attraverso tutto il nostro Paese. Per giungere a Milano, la torcia ha viaggiato per due mesi, ha effettuato 60 tappe e ha chiesto l'aiuto a 10.001 tedofori, che hanno avuto il privilegio e l'onore di portare la luce dei Giochi alle persone in festa di tutta Italia

di LORENZO PALLOTTI

Portare la Fiamma della staffetta Olimpica è stata per me un'esperienza veramente emozionante e che ho vissuto con grande orgoglio. Il sogno dei cinque cerchi è stato letteralmente alla portata della mia mano nelle montagne teatro delle sfide dei Giochi invernali. Un evento mondiale che a Soraga di Fassa ha visto protagonista proprio la mia storia da sportivo. Ho indossato le mie scarpe bianche da basket, lo sport che ha accompagnato tutta la mia giovinezza e ho messo sotto la divisa da tedoforo la maglia termica, che ora utilizzo per sciare in tutto l'arco alpino. Dalle piste olimpiche a San Sicario di Torino 2006 alle Stelvio di Bormio, le emozioni che regala lo sci, in campo aperto, tra bellezza, tecnica e libertà sono veramente preziose. Non c'era pubblico in strada nel mio tragitto con la fiamma ma correndo nella neve mi sono sentito come negli allenamenti serali per preparare le maratone in autunno, solo nel parco, quando è il fuoco della passione che mi porta a scendere in strada per allenarmi. Ho acceso con la mia fiamma la torcia del tedoforo che mi stava aspettando e mi sono sentito proprio parte di questa grande storia dei Giochi, che ci precede e che prosegue. E questo è stato il significato della mia partecipazione alla staffetta olimpica: consegnare un simbolo di pace, amicizia, eccellenza e condivisione perché possa continuare a splendere, ispirando nuovi ragazzi e ragazze che ogni giorno proveranno a dare il meglio di loro stessi, come sportivi, come persone.

Credo veramente che lo sport sia un maestro di vita: qui si impara il sacrificio e la disciplina per arrivare ai risultati, la lealtà verso i compagni e l'ambizione per l'eccellenza, ma anche a rialzarsi dopo le cadute. E praticando sport impari che il tuo avversario è solo una persona che ha la tua stessa passione e questo, alla fine, costruisce sempre un senso di rispetto e appartenenza.

Il giorno della cerimonia di apertura dei Giochi, ero presente, all'Arco della Pace, con la mia tenuta da tedoforo, quando Enrico Paris è passato in mezzo alla folla, portando la fiamma accesa. La sorpresa, vedendolo da vicino, è stata proprio riconoscere la torcia che ho avuto in mano a Soraga, lì a Milano. La torcia partita da Olimpia è arrivata alla fine del suo viaggio diversa, carica e ricca della storia particolare di tutti noi tedofori che l'abbiamo portata attraverso l'Italia. Anche una vera leggenda come Alberto Tomba si è quasi commosso, insieme a Deborah Compagnoni, nel riceverla per accendere finalmente il braciere. Un'emozione forte, condivisa sicuramente da tutti i tedofori e volontari, consapevoli di essere all'inizio di un'edizione dei Giochi Olimpici che sarebbero stati indimenticabili per tutti.



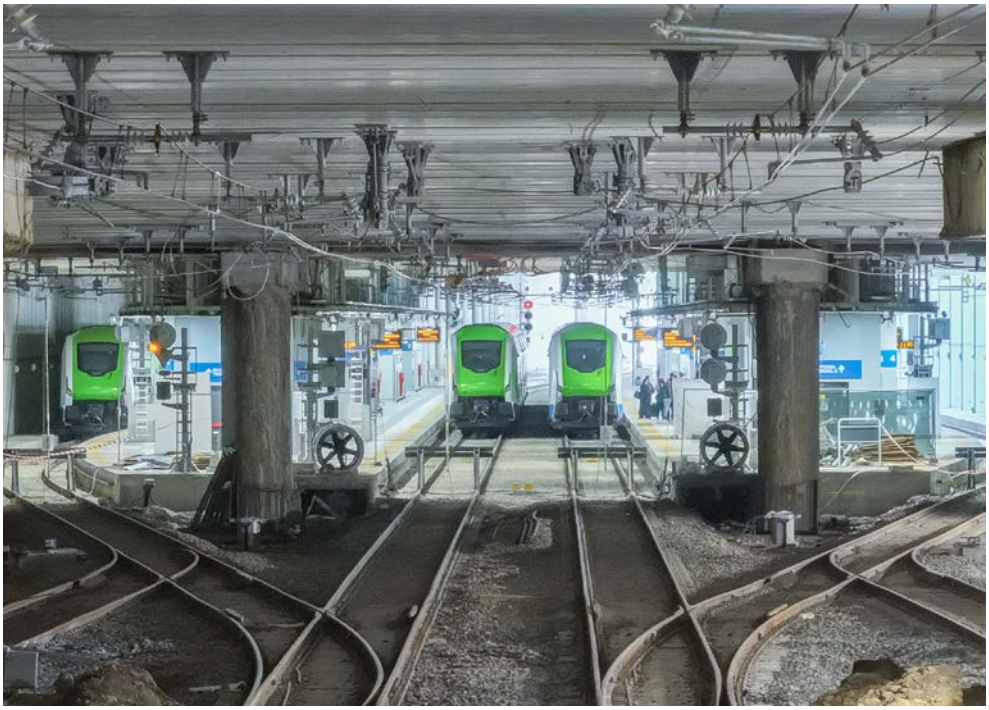
LORENZO PALLOTTI

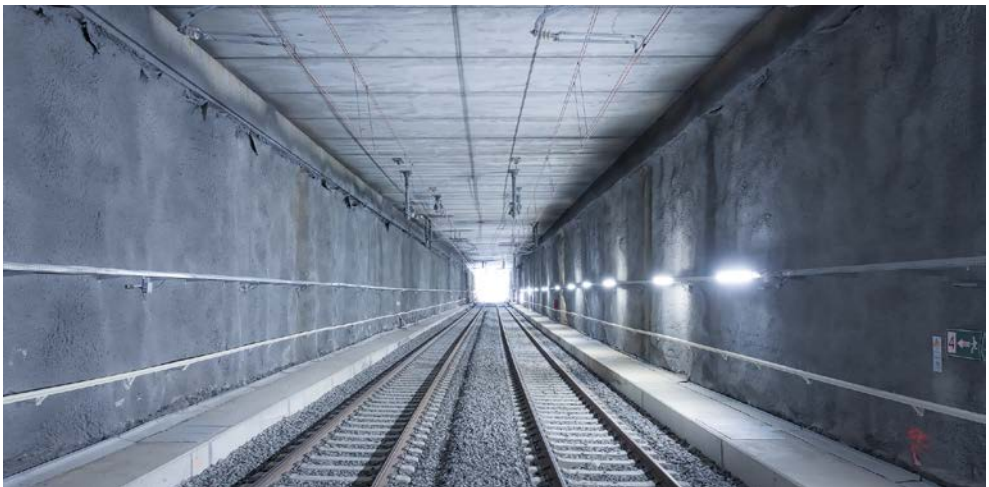
Nato a Milano, vive nella città giardino Cusano Milanino. Laureato in Lettere moderne all'Università Cattolica del Sacro Cuore, giornalista pubblicista, ha lavorato per 16 anni in un'agenzia di comunicazione milanese prima di entrare nel 2017 nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.

di LORENZO PALLOTTI

Ferrovia T2 Malpensa – Gallarate, inaugurata la nuova tratta

Investimento di 264 milioni di euro. Servizio ferroviario attivo da venerdì 23 gennaio









È stato inaugurato giovedì 22 gennaio il nuovo collegamento ferroviario tra il Terminal 2 dell'aeroporto di Milano Malpensa e Gallarate, lungo la linea ferroviaria del Sempione. L'opera è stata promossa, coordinata e gestita da FERROVIENORD, società del Gruppo FNM. Il collegamento ferroviario a doppio binario tra il Terminal 2 dell'aeroporto di Milano Malpensa e la linea RFI del Sempione ha una lunghezza di 4,6 km di nuovo tracciato verso Gallarate. Un raccordo di 1,1 km verso Casorate Sempione sarà realizzato in una seconda fase. Il tempo di percorrenza tra il T2 e Gallarate è di 8 minuti.

L'INAUGURAZIONE

Alla cerimonia di inaugurazione della nuova tratta ferroviaria, che ha incluso un viaggio prova con un treno speciale dalla stazione ferroviaria Malpensa Terminal 2 alla stazione di Gallarate, hanno partecipato, tra gli altri, gli Assessori di Regione Lombardia Franco Lucente (Trasporti e Mobilità sostenibile) e Francesca Caruso (Cultura), Il Vice Capo di Gabinetto del Commissario europeo per i Trasporti e per il Turismo Pierpaolo Settembri, il Presidente di FNM Andrea Gibelli, il Consigliere delegato di FNM Fulvio Caradonna, il



Presidente di FERROVIENORD Pier Antonio Rossetti, l'Amministratore delegato di Trenord Andrea Severini, l'amministratore delegato di SEA Armando Brunini, il presidente di SALC Simon Pietro Salini. Il Viceministro delle Infrastrutture e dei Trasporti Edoardo Rixi ha inviato un videomessaggio.

I BENEFICI

Il completamento dell'intero progetto permetterà la chiusura dell'anello ferroviario intorno a Malpensa e consentirà di ampliare ulteriormente il bacino d'utenza dell'aeroporto, attraverso la riorganizzazione dei servizi nel quadrante Nord Ovest della regione. L'intervento, nel suo complesso, rappresenta il completamento dell'accessibilità ferroviaria da Nord a Malpensa, e fa parte, in ambito UE, del cosiddetto *Global Project* Malpensa T1 – Malpensa T2 – linea Sempione, del quale è attivo dal 2016 il collegamento ferroviario tra i terminal T1 e T2. La realizzazione di questa opera permetterà dunque di potenziare gli itinerari verso l'area di Milano, rendendoli più efficaci, rapidi e sostenibili. L'aeroporto potrà diventare così un nodo di interscambio con servizi ferroviari di breve e medio raggio, ad alta velocità e transfrontalieri.

LE OPERE

Il nuovo tracciato ferroviario è stato realizzato affrontando le difficoltà tecniche rappresentate dallo sviluppo del tracciato nel sedime dell'area aeroportuale, la presenza di grandi infrastrutture viarie come la statale SS336, SS33, SP68 e il collegamento alla rete ferroviaria del Sempione sottopassando il Binario RFI. Per collegare il Terminal 2 con la stazione di Gallarate sono state quindi costruite:

- 10 gallerie artificiali per una lunghezza complessiva di 2.638 metri
- una galleria naturale di 385 metri
- trincee ferroviarie di 1.615 metri.

Il nuovo tracciato include anche quattro sottopassi, tre sovrappassi, sette uscite di sicurezza e i fabbricati tecnologici, tra cui una sottostazione elettrica in corrispondenza del nuovo bivio di Cardano. Inoltre, sono stati completati i nuovi impianti di segnalamento, la trazione elettrica e l'armamento, oltre opere di smaltimento delle acque ferroviarie e stradali. La zona finale della stazione del Terminal 2 è stata demolita parzialmente e poi ricostruita per consentire il proseguimento dell'infrastruttura ferroviaria verso la linea del Sempione. Complessivamente, l'opera ha richiesto l'utilizzo di 177.000 metri cubi di calcestruzzo

e 16.000 tonnellate di acciaio. Durante l'esecuzione dei lavori è stato necessario anche modificare la viabilità locale interferente con la nuova tratta ferroviaria. La strada statale SS336 Gallaratese è stata deviata in sede provvisoria e quindi ricostruita; la strada statale SS33 del Sempione e la strada provinciale SP68 sono state riposizionate su nuova sede.





LE MITIGAZIONI E COMPENSAZIONI AMBIENTALI

Il tracciato ferroviario, realizzato in parte in sotterraneo (galleria artificiale e naturale), in parte a cielo aperto (trincea), è stato studiato in modo da limitare il più possibile l'impatto sul territorio. Sono state adottate diverse misure di mitigazione e compensazione ambientali con interventi di recupero delle aree forestali, attività per il ripristino della brughiera, oltre alla realizzazione di due ecodotti e di due passaggi faunistici per animali di piccola e media taglia.

FINANZIAMENTI E LAVORI

L'investimento per la parte realizzativa è di 264.553.700 euro. Questo il dettaglio dei finanziamenti

- 87.000.000 euro dal *Patto per la Lombardia*
- 63.402.000 euro, pari al 30% del totale, dall'Unione Europea nell'ambito del programma *CEF – Connecting Europe Facility – 2019 CEF Transport MAP call*;
- 55.937.000 euro da Ministero delle Infrastrutture (Bilancio di previsione dello Stato per l'anno finanziario 2020 e bilancio pluriennale per il triennio 2020-2022);
- 11.000.000 da Regione Lombardia (all'interno del Programma degli interventi per la ripresa economica – *Piano Lombardia*);
- 1.001.000 euro a carico di SEA;
- 46.213.700 euro con DPCM 8 settembre 2023 (Piano complessivo delle opere olimpiche).

I lavori sono stati realizzati dal Raggruppamento Temporaneo di Imprese S.A.L.C. SpA – Valsecchi Armamento Ferroviario Srl.



LORENZO PALLOTTI

Nato a Milano, vive nella città giardino Cusano Milanino. Laureato in Lettere moderne all'Università Cattolica del Sacro Cuore, giornalista pubblicista, ha lavorato per 16 anni in un'agenzia di comunicazione milanese prima di entrare nel 2017 nella struttura Media relations e Ufficio stampa di FNM.

di ROCCO LANZA

Il Duomo esce dalle sue mura: arte e restauro a Milano Cadorna

FNM e Veneranda Fabbrica del Duomo insieme per la valorizzazione del patrimonio scultoreo



Venerdì 13 febbraio la Stazione di Milano Cadorna ha ospitato un evento dedicato all'incontro tra mobilità, cultura e tutela del patrimonio artistico, nell'ambito del progetto A*dotta una statua*. Protagoniste dell'iniziativa sono state FNM e la Veneranda Fabbrica del Duomo di Milano, impegnate in una collaborazione volta a restituire visibilità a opere della Cattedrale rimosse nel tempo per ragioni conservative e oggi riportate simbolicamente fuori dalle sue mura.

Presso la sede di Piazzale Cadorna 14, è esposta al pubblico la statua del *Santo barbuto con libro*, restaurata grazie al contributo di FNM nell'ambito del progetto promosso dalla Veneranda Fabbrica del Duomo. L'opera sostituisce la precedente statua ottocentesca di *San Abdon*, esposta dal giugno 2022 a seguito dell'adesione di FNM all'iniziativa.

Avviato nel 2020, *Adotta una statua* sostiene il recupero, la conservazione e la valorizzazione delle sculture del Duomo, attraverso un sistema di prestiti temporanei a enti, aziende e privati, in collaborazione con la Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio della città metropolitana di Milano. I contributi raccolti finanziano i continui interventi di restauro della Cattedrale, trasformando luoghi di passaggio in spazi di conoscenza culturale.

L'elemento centrale dell'evento di Cadorna è stata una scultura in marmo di Candoglia, databile alla metà del XV secolo e attribuita alla cerchia di San Paolo eremita. L'opera raffigura un anziano monaco con lunga barba bipartita, sandali ai piedi e una cappa che avvolge la figura; tra le mani regge un libro aperto, attributo iconografico tipico di santi e profeti. Il basamento circolare richiama esempi della scultura umanistica dell'epoca sforzesca, mentre l'assenza di iscrizioni non consente un'attribuzione più precisa.

Le sue dimensioni fanno ipotizzare una collocazione originaria su un altare del Duomo; il marcato degrado riscontrato prima del restauro suggerisce invece una successiva esposizione all'esterno della Cattedrale, in posizione parzialmente protetta. Nel 1976 l'opera fu presentata a Monaco di Baviera durante la rassegna *EXEMPLA 1976. Artigianato ed ecologia*, come testimonianza del lavoro degli artigiani della Fabbrica del Duomo nella conservazione del patrimonio artistico. All'epoca la scultura si trovava in condizioni precarie, con evidenti segni di esposizione agli agenti atmosferici, tra cui residui biologici e un nido di piccioni sulla sommità del libro.

La statua è stata presentata ufficialmente nel corso di una cerimonia alla presenza del Presidente della Regione Lombardia, Attilio Fontana, del Presidente di FNM, Andrea Gibelli e del Presidente della Veneranda Fabbrica del Duomo, Fedele Confalonieri. L'iniziativa dimostra come l'arte possa dialogare con il presente anche in contesti non tradizionali, rafforzando il legame tra patrimonio storico e vita quotidiana.



ROCCO LANZA

Nato a Viareggio, giornalista, ha conseguito la laurea in Scienze Politiche e Relazioni Internazionali presso l'Università di Pisa. Ha lavorato a Sky e Mediaset. Da settembre 2025 collabora con la Direzione Relazioni Esterne e Comunicazione di FNM.



di LUCA MONTANI

La cultura di impresa **è un monumento**

È una infrastruttura immateriale in cui identità, competenze e saperi diventano un asset strategico per la resilienza e la competitività dell'organizzazione. Un impegno che supera il mecenatismo e genera valore duraturo, rafforzando il legame con territori e comunità

Santo Barbuto con Libro è il nome di una statua restaurata grazie al contributo di FNM nell'ambito del progetto *Adotta una statua*, promosso dalla Veneranda Fabbrica del Duomo.

Una scelta dettata certamente da mecenatismo ma anche da una visione di insieme che ridisegna il ruolo dell'impresa nella tutela del patrimonio identitario diffuso.

Si tratta di un asset strategico complesso, capace di tenere insieme tre piani inscindibili: la cultura organizzativa che orienta il modo in cui lavoriamo e prendiamo le decisioni; il patrimonio immateriale di saperi, competenze e know how costruito nel tempo; l'impegno dell'impresa come attore culturale nei territori e nelle comunità con cui interagisce.

Questa visione non nasce dall'esigenza di definire una nuova etichetta o di introdurre un perimetro formale, ma dalla convinzione che la cultura di impresa rappresenti un'infrastruttura immateriale e, al tempo stesso, un bene comune delle comunità che interagiscono con noi. È una scelta che supera la tradizionale distinzione tra dimensione economica e dimensione simbolica, riconoscendo nella cultura di impresa un fattore strutturale di identità, competitività e legittimazione sociale.

Da qui nasce una prima convinzione pragmatica: coltivare la cultura di impresa non è un elemento accessorio, né una dimensione "soft", ma un investimento che incide direttamente sull'execution, sulla resilienza e sulla capacità dell'organizzazione di affrontare la complessità.

Un secondo livello, altrettanto centrale, riguarda la cultura come patrimonio immateriale. FNM è depositaria di un insieme di saperi tecnici, competenze professionali, pratiche operative, soluzioni ingegneristiche, archivi, brevetti e memorie industriali che si sono sedimentati nel tempo.

Questo patrimonio non rappresenta soltanto un vantaggio competitivo, ma costituisce una narrazione identitaria capace di parlare alle comunità, aiutandole a riconoscersi in una storia condivisa, la stessa che ci apprestiamo a celebrare per il centenario della quotazione in Borsa.

Trattare il capitale di conoscenza come un asset significa riconoscerne il valore, proteggerlo, farlo crescere e renderlo trasmissibile. Significa investire in formazione continua, FNM Academy, comunità di pratica, modelli di apprendimento intergenerazionale, ma anche prendersi cura degli archivi e dei luoghi della memoria industriale come beni culturali d'impresa. La conoscenza diventa così infrastruttura: accessibile, nel rispetto dei vincoli di proprietà intellettuale; trasmissibile alle nuove generazioni; feconda per il territorio, perché capace di generare orientamento, competenze e opportunità.

Un ulteriore livello di questa postura riguarda la cultura come impegno verso il patrimonio culturale dei territori. Riconosciamo che il patrimonio culturale, materiale e immateriale, rappresenta una fonte primaria di identità, coesione e sviluppo. Il Gruppo, soprattutto quando opera in modo strutturale su territori e infrastrutture, non può limitarsi a un ruolo di sostegno episodico o di semplice mecenatismo.

È chiamato, piuttosto, a contribuire alla costruzione e al rafforzamento di infrastrutture immateriali: archivi digitali, musei d'impresa, itinerari nei luoghi simbolici dell'industria, programmi educativi, residenze artistiche e scientifiche, progetti di rigenerazione culturale, propri palinsesti di intrattenimento culturale presso i propri ambienti (primi tra tutti, quelli dell'Altro Deposito Bagagli e degli Studios).

In questa prospettiva, l'attenzione si sposta dall'elargizione all'attivazione di ecosistemi, dalla sponsorizzazione alla co creazione, dalla









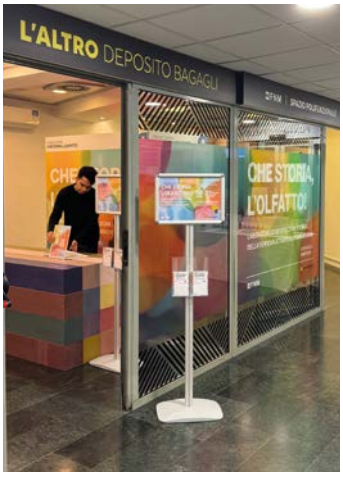
visibilità immediata alla costruzione di valore duraturo. Le iniziative culturali assumono senso quando sono inserite in una visione chiara, quando dialogano con l'identità industriale dell'impresa e quando producono effetti osservabili sulle comunità: maggiore comprensione dei processi produttivi, rafforzamento del capitale narrativo, sviluppo di nuove competenze, rigenerazione di luoghi simbolici.

La misurazione dell'impatto culturale non ha lo scopo di semplificare la complessità, ma di renderla visibile e discutibile. Non interessa soltanto contare quante persone partecipano o quante opere vengono prodotte, ma comprendere cosa cambia nella capacità delle persone di interpretare il nostro mondo, nel coinvolgimento educativo dei giovani, nel senso di appartenenza ai territori e nella fiducia verso le nostre società come attori responsabili. In questo senso, la cultura di impresa richiede la stessa trasparenza e verificabilità che oggi si richiedono agli impegni ambientali e sociali.

Aprire archivi e luoghi produttivi, costruire percorsi educativi, sperimentare linguaggi culturali contemporanei, aderire a format culturali e di intrattenimento del territorio, assumere il ruolo di sponsor o partner per iniziative di pregio (narrazione, heritage, conservazione), consente di creare un dialogo bidirezionale fondato su prossimità ed empatia. È in questa reciprocità che si costruiscono legittimazione e reputazione di lungo periodo.









In definitiva, ciò che emerge non è un nuovo strumento, ma una scelta di orizzonte. Considerare la cultura di impresa come infrastruttura, e non come ornamento, significa riconoscerne il ruolo nella qualità del rischio, nella capacità di attrarre talenti, nella riduzione delle asimmetrie informative con gli stakeholder e nella costruzione di un successo autentico e duraturo.

È con questa consapevolezza che FNM si muove oltre una visione tradizionale di responsabilità sociale, assumendo la cultura come architettura del valore e come linguaggio comune con cui continuare a costruire, insieme alle comunità, progresso umano, sociale ed economico.



LUCA MONTANI

Direttore Relazioni Esterne e Comunicazione FNM dal 2022, è esperto in comunicazione pubblica e istituzionale, reputation e crisis management, rebranding. È autore di *21. Alfabeto per la comunicazione etica post pandemia* e *I cittadini contano* per Altreconomia e di *Marta Destino* per Laurana Editore.



di GIORGIO BIGATTI

"Ma cos'è poi questo sport?"

Organizzazione del tempo libero e costruzione dell'identità collettiva tra fascismo e dopoguerra nei Dopolavoro aziendali

Sono misteriose le ragioni per cui qualcosa del nostro passato apparentemente dimenticato – una frase, un ricordo, una sensazione – improvvisamente si riaffaccia con prepotenza alla nostra mente. Credo sia un'esperienza abbastanza comune, a me è successo recentemente. Erano trascorsi pochi giorni da quando, il 22 febbraio, era stata spenta la fiaccola dei XXV Giochi olimpici invernali, per tutti semplicemente Milano Cortina 2026, che l'inizio dei bombardamenti israelo-statunitensi su Teheran accendeva un altro fuoco,



A DESTRA
Gruppo sportivo femminile del Dopolavoro della Ercole Marelli, 1920-30
Immagine © Fondazione ISEC, Sezione fotografica dell'Archivio Storico della Società Ercole Marelli

A SINISTRA
Gita in montagna del Dopolavoro della Ercole Marelli, 1920-30
Immagine © Fondazione ISEC, Sezione fotografica dell'Archivio Storico della Società Ercole Marelli

di cui nessuno, in questo momento, è in grado di immaginare come, quando e, pensano i più pessimisti, se si riuscirà a spegnare.

Il corto circuito tra questi due avvenimenti senza alcun nesso apparente mi ha riportato alla mente un passo di un libro letto molti anni fa, *Cristo si è fermato a Eboli* di Carlo Levi: «Ora non c'è più che lo sport! La guerra d'Africa, e lo sport! Non si pensa ad altro. Ma cos'è poi questo sport?». (ed. 2006, p. 150).

Lasciamo al lettore il piacere di riprendere in mano il libro di Levi per vedere come si sviluppa la discussione fra i commensali riuniti per la cena nella povera osteria di Grassano e soffermiamoci invece sulla domanda finale: "Ma cos'è poi questo sport?". Molte cose insieme, naturalmente. Troppe per una breve nota come questa. In una selezione arbitraria e incompleta, mi limito a ricordare che nell'Italia del tempo la parola non evocava solo i nomi, ancora oggi famosi, di Costante Girardengo e Alfredo Binda nel ciclismo, di Tazio Nuvolari nell'automobilismo, di Primo Carnera nella boxe, di Giuseppe Meazza, due volte campione

del mondo, uno dei più popolari calciatori italiani, a cui Milano ha voluto intestare lo stadio. Lo sport era allora, come oggi, una realtà pervasiva che attraversava ceti e generi, coinvolgendo centinaia di migliaia di praticanti a diversi livelli. In questo variegato panorama, le grandi imprese industriali ebbero un ruolo importante. E non semplicemente sul piano della sponsorizzazione di determinate manifestazioni sportive o negli assetti proprietari di squadre, come siamo oramai abituati a vedere.

La presenza di grandi concentrazioni operaie, a partire dagli anni Venti rese di stringente attualità una duplice tensione, riflesso di processi già in atto in altri e più avanzati contesti. Il sostegno alle attività sportive agli occhi delle imprese era una tappa di una più ampia strategia tesa a favorire l'identificazione dei dipendenti con l'azienda. Il paternalismo aveva una robusta tradizione in Italia ed era servito a contenere le lacerazioni provocate dal diffondersi di una industria per sua natura generatrice di tensioni rispetto agli equilibri sociali consolidati. Nel primo dopoguerra, però, tanto più dopo l'affermazione del fascismo,



il problema si poneva in termini nuovi nei quali non è facile distinguere tra promozione di una più stretta integrazione dei lavoratori con l'azienda e consenso al nuovo regime, nel quadro dei processi di nazionalizzazione delle masse.

La spinta a una riorganizzazione della produzione in linea con i precetti dell'organizzazione scientifica del lavoro aveva il suo corrispettivo esterno nell'ambizioso disegno di organizzare il tempo libero demandato ai Dopolavoro aziendali, terminali periferici di una delle istituzioni chiave del nuovo regime l'Opera nazionale dopolavoro.

È all'interno di questa cornice che tutte le maggiori imprese favorirono la creazione di gruppi sportivi e costruirono palestre e campi sportivi per i dipendenti. Gare di atletica, di ciclismo, di sci, tornei di calcio, raduni motociclistici coinvolsero in quei decenni migliaia di uomini e donne.

Con la fine della guerra, l'impalcatura ideologica che aveva sorretto le attività dei dopolavoro crollò, ma le imprese, consapevoli dell'importanza dello sport per forgiare una più forte identità aziendale, continuarono a incoraggiare le attività extralavorative dei propri dipendenti. Attività che in alcuni casi arrivarono a risultati di eccellenza, formando degli autentici campioni. Basta dire che l'unica vittoria olimpica nel lancio del disco risale al 1948 quando a Londra si impose Adolfo Consolini, dipendente della Pirelli, dove avrebbe continuato a fare il magazziniere. Una storia di successi che avrebbe avuto un altro momento epico nel bronzo nel canottaggio del quattro senza dell'equipaggio della Canottieri Falck di Dongo alle Olimpia di Città del Messico nel 1968. Cartoline di altri tempi.

A DESTRA
Ritratto della squadra di calcio del Dopolavoro della Ercole Marelli, 1927
Immagine © Fondazione ISEC, Sezione fotografica dell'Archivio Storico della Società Ercole Marelli



GIORGIO BIGATTI

Laureato nel 1980 in Filosofia, nel 1989 consegue un Dottorato di Storia economica e sociale presso l'Università Commerciale Luigi Bocconi di Milano. Dal 2000 al 2025 è stato docente nei corsi di Storia economica dell'Università Bocconi e dal 2016 al 2025 anche di quello di Italia contemporanea nella stessa università. Dal 2012 è direttore della Fondazione ISEC (Istituto per la storia dell'età contemporanea).



di GIAMPAOLO NUVOLATI

Uno spettatore sul treno

Ora non ricordo bene quando è stato ma in treno tornavo nella mia città da un'altra città di cui non ricordo il nome … per dire della mia memoria non certo prodigiosa, e avevo il naso quasi appiccicato al finestrino e le braccia conserte, giusto la postura di chi si abbandona alla *rêverie* … il treno appena dopo il ponte di Po ha rallentato ed è passato come una lumaca vicino ad un campo da tennis dove giocavano due anziani signori, due Fantozzi contemporanei, ma non erano gli unici perché nel campo adiacente facevano bella mostra di sé due giovinastri, anche loro impegnati con la racchetta e le palline gialle, sotto rete, arroganti tanto nei gesti quanto nella tenuta sportiva … pure io ho giocato un poco a tennis da ragazzo e la cosa che più mi piaceva era la morbidezza della terra battuta, che peraltro ha un colore bellissimo, quel rosso che è raro trovare in giro e fa pendant con le righe bianche. Il tennis a quei tempi segnava già il passaggio ad uno status sociale di rango superiore. Vengo dal

popolo ed ero predestinato al calcio, tanto come sportivo quanto come spettatore, si intende, ma giusto per variare un amico mi aveva invitato in un club, parola che già sapeva di elitario se non di aristocratico, e mi aveva insegnato qualche movimento … poca roba, giusto per mandare la pallina nella parte di campo occupata dall'avversario … 0-15, 15-pari, 15-30 e via dicendo, set, game. Non ho mai avuto il gomito del tennista, e nemmeno i bei colpi, quelli che fanno un bel rumore quando colpisci la palla, perdevo quasi sempre, tranne che con una persona che ben presto si è scelto un altro avversario, perché diceva io che ero troppo fortunato. Il treno quando rallenta molto è il posto più adatto al mondo per pensare, può passarti davanti quasi tutta la tua vita, i tuoi molteplici fallimenti, i tuoi pochi successi, gli amori. Allora ripensi a quegli amici che giocavano a rugby e con i quali non avresti mai litigato o a quelli che sapevano sciare e se la tiravano molto con le ragazze … ecco, io lo sci a quel tempo lo vedevo solo in televisione, era carissimo e impegnativo andare in montagna e poi per cosa? Per muoversi come dei disgraziati con degli scarponi pesantissimi ai piedi e rischiare di cadere nella neve incrociando gli sci in un funesto groviglio? Però no … poi due o tre volte ho portato in Val Gardena mio figlio quando aveva 5 anni perché imparasse, non volevo fosse tagliato fuori come me. Lo aspettavo al rifugio e mi annoiavo terribilmente, ma si sa che per i figli si fa questo ed altro. Ma anche a lui non piaceva lo sci … non l'aveva nel sangue, tutto qui! E allora ha fatto judo, cintura marrone alla fine, se non ricordo male, ma ha smesso anche quello, certo io non posso pretendere molto da lui perché sono un pessimo esempio di padre, sportivamente parlando, spero. Il treno è fermo, in attesa del segnale verde per entrare in stazione. I due Fantozzi sfiniti su di una panchina sorseggiano acqua … li aspetta una doccia bollente e dopo un meritato aperitivo per recuperare i chili persi, evaporati magicamente in tanto sudore. Che bello! Lo sport è vita, fa bene al fisico e alla mente, alle amicizie, forgia il nostro carattere. Un flâneur, per giunta pigro come il sottoscritto, non è proprio il genere di persona più adatto per queste attività, si limita a camminare in città, ma anche questo è importante, soprattutto se ci porta a stare in mezzo alla gente, mossi dalla curiosità di scoprire cosa si nasconde dietro un angolo della strada, come diceva Walter Benjamin. Finalmente il treno riparte. Una ragazza di fronte a me che non avevo notato fino a quel momento si alza e mette a tracolla il suo borsone. Virtus Pallavolo Femminile, c'è scritto. Mi immagino già come sarà felice se vince la prossima partita.



GIAMPAOLO NUVOLATI

Insegna Sociologia urbana all'Università degli studi di Milano Bicocca dove dal 2015 al 2021 è stato direttore del Dipartimento di sociologia e ricerca sociale. Nel 1994 ha fondato e da allora dirige la rivista *Città in controluce*.



Pierfrancesco Mazzuchelli detto il Morazzone
(Morazzone, Varese, 1573 - 1626)
Lotta di Giacobbe con l'angelo
Olio su tela, 179 x 141 cm
Milano, Museo Diocesano Carlo Maria Martini

di ALESSIA DEVITINI

La *Lotta di Giacobbe con l'angelo* di Morazzone e i Giochi Olimpici come palestra di vita

Rubrica a cura di Museo Diocesano di Milano Carlo Maria Martini

Nel capolavoro seicentesco del pittore lombardo, esposto a Rho Fiera, l'impegno a comprendere i movimenti giusti che permettono di inserirsi nel grande disegno della creazione

> «Nella luce fredda, alpestre che scivola balenando sui bianchi ghiacciati e carezza la penombra sul viso dell'angelo è l'eco, attraverso il Ferrari, di un ricordo bramantinesco
>
> I gesti lanciati in un'eleganza guantata e pure sospesi in una morsa agghiacciante, la testa della vecchia carica di carattere …, la chioma fiammante dll giovane angelo accarezzato da una luce di neve; tutto ciò racchiuso nella solitudine che è quasi un trasalimento, della foresta di tipo nordico, della romantica terribilità delle Alpi in agguato dietro il tronco contorto»
>
> *M. Gregori 1962*

"Luce fredda e alpestre", "bianchi ghiacciati" "luce di neve" e ancora "terribilità delle Alpi": questi i termini che usa nel 1962 Mina Gregori nella prefazione alla mostra milanese dedicata a uno dei protagonisti della grande stagione del Seicento lombardo, Pierfrancesco Mazzuchelli detto il Morazzone (Morazzone, Varese, 1573 – 1626), descrivendo la Lotta di Giacobbe con l'angelo oggi nelle collezioni del Museo Diocesano di Milano. Mai la studiosa avrebbe immaginato che proprio quell'opera profondamente lombarda, dai toni di ghiaccio, sarebbe stata la protagonista di una delle iniziative culturali legate Giochi Olimpici e Paralimpici invernali Milano Cortina 2026. L'opera è stata infatti esposta durante la manifestazione negli spazi di Rho Fiera.

L'emozionante dipinto, realizzato intorno al 1610, è considerato uno dei capolavori del pittore lombardo, nativo di Morazzone, presso Varese, da cui deriva il soprannome: formatosi a Roma, dopo il suo ritorno

in patria, egli consacra definitivamente la sua carriera con la decorazione di una cappella del Sacro Monte di Varallo, nel 1602. Lì viene a contatto con l'arte di Gaudenzio Ferrari, che diviene il suo modello di riferimento e che reinterpreta in tutta la sua produzione successiva, mettendo a punto un linguaggio originale, di grande efficacia narrativa, didascalica e scenografica.

L'opera appartiene alla collezione del cardinale Cesare Monti, che intorno al 1635 dà il via al collezionismo arcivescovile milanese, stabilendo che alla sua morte le opere passassero ai successori, formando il primo nucleo della Quadreria Arcivescovile, così come aveva fatto il suo predecessore Federico Borromeo con l'Ambrosiana. Alla base del suo collezionismo, è l'idea che le opere d'arte dovessero stimolare la virtù e spingere alla morigeratezza dei costumi morali, aprendosi in particolare al primo Seicento lombardo: la Lotta di Giacobbe con l'Angelo di Morazzone, confluita nella collezione del Museo Diocesano nel 2002, ben esemplifica infatti il principio che l'arte possa stimolare la partecipazione emotiva dello spettatore.

La scena si riferisce all'episodio biblico descritto nella Genesi (32, 23-33) in cui Giacobbe, rimasto solo nella notte, si trova ad affrontare un angelo che combatte con lui fino al sopraggiungere dell'aurora. In particolare, è raffigurato il momento in cui l'angelo, non riuscendo ad avere la meglio su Giacobbe, lo neutralizza slogandogli l'anca.

La sofisticata eleganza con cui il pittore interpreta questa estenuante lotta è tale che viene paragonata dallo storico dell'arte Roberto Longhi ad un passo di tango, attentamente studiato ma privo di ogni drammaticità. La composizione appare infatti interamente giocata sulla contrapposizione dinamica fra le due figure, fra le quali si crea una tensione quasi esplosiva, grazie all'intreccio sapientemente costruito fra linee oblique e parallele. Molto particolare è la gamma cromatica, sottolineata da una luce fredda, quasi metallica, che si esaspera sino raggiungere toni taglienti nelle parti più esposte. La luce si riflette anche sullo scorcio di paesaggio che si apre sullo sfondo e che appare del tutto in sintonia con gli esiti della pittura contemporanea fiamminga. Il risultato è un capolavoro di complessa cultura figurativa, in cui si intrecciano artifici tardomanieristici, soprattutto nelle pose forzate e nella muscolatura allungata dei personaggi, e ricordi dell'opera di Gaudenzio Ferrari. In particolare, modelli gaudenziani sono evidenti nella straordinaria figura dell'angelo dalla morbida e riccia capigliatura attraversata da suggestivi effetti di luce: quella luce definita da Mina Gregori una "luce di neve", che gli atleti e i tanti spettatori diretti alle partite di hockey o alle gare di pattinaggio hanno potuto ammirare.

Un'opera potente e allo stesso tempo poetica che, in realtà, non ha a che fare con la neve e il ghiaccio se non per i toni luministici ma che

molto ha a che fare i valori più profondi delle Olimpiadi, quelle legati alle fatiche degli atleti che si allenano senza risparmiare le loro forze per prepararsi alle gare. Al termine della lotta, a Giacobbe Dio cambierà il nome in Israele, ovvero colui che ha lottato con Dio. Non è solo il nome ad essere cambiato, ma l'essenza stessa della persona e la direzione della vita. Proprio come accade durante i giochi olimpici: nessun atleta, lo abbiamo visto, arriva alla fine uguale a come ha cominciato.

Così scrive infatti Mons Luca Bressan, Vicario Episcopale per la Cultura, la Carità, la Missione e l'Azione Sociale:

> «Una lotta che anziché portare alla morte (come una guerra), apre alla vita. Così possiamo descrivere il capolavoro del Morazzone, e al tempo stesso comprendere il senso profondo della sua collocazione nel contesto delle Olimpiadi invernali che si tengono a Milano e Cortina.
>
> La scena raccontata si anima proprio grazie al contesto in cui la si è posta: agisce come una benedizione di Dio, tramite il suo angelo, su tutta la manifestazione olimpica. Ci permette di cogliere il senso profondo delle fatiche e degli sforzi compiuti dagli atleti, trasfigurando ogni loro movimento in una eco della benedizione dell'angelo.
>
> Cogliamo in questo modo la profondità del messaggio olimpico: la vita è una lotta, tesa però non a dominare o a schiacciare le altre persone, ma impegnata a comprendere i movimenti giusti che consentono ad ognuno di noi di inserirci nel grande disegno armonico che è la creazione. Se si rimane fermi, se non ci si concentra e non ci si allena, si rimane esclusi dalla partecipazione a questo grande capolavoro che è la vita umana»



ALESSIA DEVITINI

Si è laureata all'Università Statale di Milano e ha conseguito la specializzazione in Storia dell'Arte all'Università Cattolica, sempre a Milano.
Dal 2001 è Conservatore del Museo Diocesano di Milano, dove si occupa della collezione permanente e dei progetti espositivi di arte antica.

di ALFIO QUARTERONI

La matematica come motore delle performance sportive

Dalle applicazioni su automobili, yacht, moto, bici, imbarcazioni da canottaggio fino allo studio dei movimenti degli atleti per migliorare gli allenamenti, i movimenti e gli schemi di gioco



Nonostante la matematica venga spesso percepita come una disciplina astratta, negli ultimi decenni modelli matematici, simulazioni numeriche e, più recentemente, algoritmi di intelligenza artificiale sono diventati strumenti centrali per migliorare le performance sportive ai massimi livelli. Lo sport moderno è un sistema complesso, in cui interagiscono tecnologia, fisiologia, strategia e dati: proprio per questo la matematica si rivela un linguaggio naturale per rappresentarlo, comprenderlo e ottimizzarlo.

Uno dei primi ambiti in cui la matematica mostra tutta la sua forza è quello in cui entra in gioco un mezzo. Si pensi, ad esempio, a un'auto di Formula 1, a uno yacht impegnato nella Coppa America di vela, a una bici da competizione o a una imbarcazione da canottaggio. In tutti questi casi la prestazione finale non dipende solo dall'atleta o dal pilota, ma anche dalle caratteristiche geometriche, strutturali e dinamiche del mezzo. Qui l'obiettivo dei modelli matematici è chiaro: ottimizzare la forma per migliorare le caratteristiche di moto, massimizzando la velocità, la stabilità di assetto e l'efficienza, mantenendo al tempo stesso leggerezza e resistenza. Per affrontare questi problemi si utilizzano modelli matematici basati sulle leggi della fisica, in particolare sulla fluidodinamica e sulla meccanica dei solidi. Le equazioni che descrivono il moto dell'aria o dell'acqua attorno a un corpo sono estremamente complesse e, nella maggior parte dei casi, non risolvibili in forma esplicita. È qui che entrano in gioco i metodi numerici e le simulazioni al computer, che permettono di esplorare virtualmente migliaia di soluzioni diverse, valutando l'effetto di piccole variazioni di forma o di assetto sulle prestazioni complessive. Un'esperienza emblematica di questo approccio è stata la mia collaborazione con il team Alinghi nella Coppa America di vela (il trofeo sportivo più antico del mondo), in particolare nelle edizioni vinte nel 2003 e nel 2007. In quel-

la competizione, ogni dettaglio conta: la forma dello scafo, delle appendici e delle vele determina come l'imbarcazione interagisce con vento e acqua. Attraverso modelli matematici e simulazioni di fluidodinamica computazionale abbiamo potuto analizzare scenari di gara realistici e fornire indicazioni quantitative per la progettazione dello yacht. La matematica, in questo contesto, non è stata un esercizio teorico, ma uno strumento concreto che ha contribuito ai successi sportivi del team. L'analisi dettagliata delle condizioni di vento, delle correnti e delle manovre possibili ha permesso di prevedere il comportamento dell'imbarcazione e ottimizzare le strategie di gara, un vantaggio competitivo decisivo. Approcci analoghi sono utilizzati in Formula 1, nel motociclismo e nel ciclismo, dove, in sinergia con galleria del vento e simulatori virtuali, i modelli matematici consentono di ottimizzare la forma del mezzo e, in alcuni ambiti, la posizione dell'atleta per ridurre la resistenza dell'aria e gli effetti della turbolenza, massimizzando in definitiva l'efficienza aerodinamica e le condizioni di stabilità e manovrabilità.

Un secondo ambito fondamentale riguarda il miglioramento della performance degli atleti durante la fase di allenamento. Qui il focus si sposta dal mezzo al corpo umano, un sistema ancora più complesso e variabile. Grazie a sensori, videocamere e dispositivi indossabili, oggi è possibile raccogliere enormi quantità di dati sul movimento degli atleti: posizioni, velocità, accelerazioni, forze. La matematica permette di dare senso a questi dati, costruendo modelli che descrivono il gesto atletico nella sua complessità e ne mettono in luce punti di forza e inefficienze. Nel nuoto, ad esempio, abbiamo sviluppato modelli matematici che descrivono l'interazione tra il corpo del nuotatore e l'acqua. Anche piccoli cambiamenti nel gesto, come l'angolo di ingresso della mano o la coordinazione tra braccia e gambe, possono avere un impatto significativo sulla propulsione e sulla resistenza. Attraverso simulazioni e analisi quantitative è possibile fornire indicazioni precise agli atleti e agli allenatori, trasformando l'allenamento in un processo sempre più mirato e personalizzato. Approcci simili sono stati applicati anche nel canottaggio, dove la sincronizzazione tra gli atleti e l'efficienza della remata giocano un ruolo cruciale. Un aspetto particolarmente importante di questo tipo di analisi è la possibilità di adattare i modelli al singolo atleta. Ogni corpo ha le sue specificità e caratteristiche, e la matematica consente di costruire rappresentazioni personalizzate, utili non solo per migliorare la prestazione, ma anche per prevenire infortuni e ottimizzare i carichi di lavoro.

Il terzo ambito in cui la matematica può fare la differenza riguarda la strategia e la tattica di gara. In molti sport, soprattutto di squadra, il risultato dipende da decisioni prese in tempo reale in contesti altamente dinamici e incerti. Analizzando dati storici e informazioni raccolte durante la competizione, è possibile costruire modelli che supportano le scelte tattiche, suggerendo strategie più efficaci o valutando la probabilità di successo

di diverse opzioni. Negli ultimi anni, questo approccio si è ulteriormente rafforzato grazie alla combinazione tra modelli matematici e algoritmi di intelligenza artificiale data-driven. Lo sport è un ambito in cui i dati vengono generati continuamente sui campi di gara: tracciamenti dei giocatori, statistiche di gioco, eventi in tempo reale. A titolo di esempio, possiamo pensare al calcio, dove nel corso di una singola partita le telecamere possono rilevare ogni trentesimo di secondo le coordinate spaziali di ogni giocatore, generando oltre 10 milioni di dati posizionali. Integrando in tempo reale queste informazioni con modelli matematici basati sulla fisica e sulla dinamica dei sistemi complessi, si possono sviluppare strumenti di supporto alle decisioni sempre più sofisticati, fino alla costruzione di veri e propri "*virtual coach*". A questo proposito, ho potuto contribuire direttamente alla realizzazione del progetto Math and Sport di MOXOFF, uno spin-off del Politecnico di Milano, che ha permesso di creare "*virtual coach*" per il volley e per il calcio. Questi sistemi analizzano posizionamenti, schemi di gioco e interazioni tra giocatori, suggerendo strategie ottimali senza sostituire l'allenatore umano, ma fornendo un supporto quantitativo che aiuta a prendere decisioni più informate e a migliorare le prestazioni di squadra. La combinazione di modelli matematici con algoritmi AI, capaci di apprendere dai dati generati continuamente in partita, si sta rivelando estremamente fruttuosa, aprendo nuove possibilità di analisi e ottimizzazione delle performance sportive.

Guardando al percorso fatto, appare chiaro come la matematica non sia un elemento accessorio nello sport moderno, ma uno dei suoi motori nascosti. Dall'ottimizzazione dei mezzi alla preparazione degli atleti, fino alla strategia di gara, i modelli matematici permettono di trasformare intuizioni qualitative in scelte fondate su basi quantitative ispirate a criteri di ottimalità. L'integrazione sempre più stretta con l'intelligenza artificiale e l'analisi dei dati apre scenari ancora più promettenti, in cui lo sport diventa un laboratorio ideale per applicare, testare e far evolvere la matematica applicata, con benefici tangibili sul campo di gara. Le vittorie di Alinghi, le simulazioni dei nuotatori e i virtual coach per calcio e volley sono solo alcuni esempi concreti di come la matematica possa tradursi in risultati di successo.



ALFIO QUARTERONI

Matematico, professore di Analisi Numerica al Politecnico di Milano. È il fondatore di MOX al Politecnico di Milano e primo direttore di MATHICSE all'EPFL. Docente all'Università del Minnesota a Minneapolis e direttore della cattedra di Modellistica e calcolo scientifico presso la Scuola Politecnica Federale di Losanna. Nel 2022 si è classificato n.48 nella Top Scientist-Mathematics, n.1 in Italia.



di GIORGIO METTA

Salute, sostenibilità e competitività: le grandi sfide dell'intelligenza artificiale

Molto più che una nuova tecnologia. Quello che stiamo vivendo è una profonda trasformazione di processi produttivi e modelli organizzativi. Il Piano strategico dell'Istituto Italiano di Tecnologia



HPC FRANKLIN – Super computer

Andrew Ng ha affermato che l'intelligenza artificiale sarà per il XXI secolo ciò che l'elettricità è stata per il Novecento. È una metafora efficace che va interpretata correttamente: l'elettricità non ha semplicemente introdotto nuove macchine, ma ha trasformato processi produttivi, modelli organizzativi e interi settori industriali. Allo stesso modo, l'AI non è solo una tecnologia che si aggiunge alle tante esistenti nella nostra epoca, ma un'infrastruttura abilitante destinata a permeare trasversalmente ricerca, industria e servizi.

L'intelligenza artificiale è, prima di tutto, uno strumento di modellizzazione e ottimizzazione. Data una grande quantità di informazioni, l'AI consente di estrarre correlazioni, identificare pattern e supportare decisioni per problemi anche complessi in modo più efficiente rispetto agli approcci tradizionali.

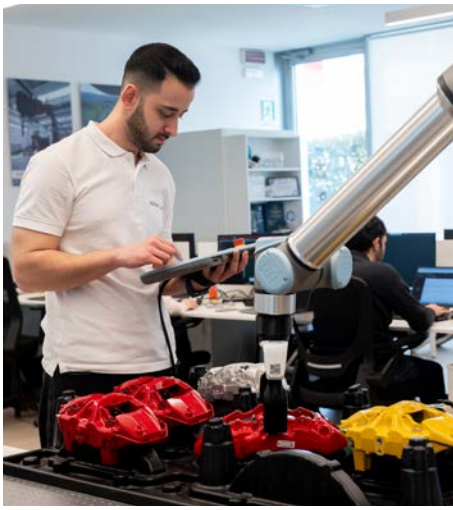
Tuttavia, è bene ricordare che quale sia l'obiettivo per cui vogliamo usare l'AI e quindi quale sia il nostro intento, dipende da noi.

Se allenata, l'AI è quello strumento che potenzialmente può aiutarci a risolvere i più svariati tipi di sfide: da quelle ingegneristiche e di logistica, all'organizzazione del lavoro, di produzione, fino all'invecchiamento della popolazione e alla salute o, piuttosto, il cambiamento climatico. Abbiamo nelle nostre mani uno strumento generico che si può customizzare per le diverse applicazioni.

Nel 2024 è stato presentato il piano strategico dell'Istituto Italiano di Tecnologia (2024 – 2029) che identifica come priorità proprio l'intelligenza artificiale, strumento fondamentale per affrontare le due sfide più urgenti del nostro tempo: la salute e la sostenibilità attraverso la ricerca scientifica e lo sviluppo tecnologico.

In quella occasione abbiamo parlato di approccio "AI first" che vede nello studio e nell'utilizzo dell'intelligenza artificiale un elemento fonda-





mentale della ricerca portata avanti dalle circa 80 unità della rete nazionale di IIT, a partire dalla ricerca di base cosiddetta "*curiosity driven*".

L'obiettivo è costruire una piattaforma comune di competenze che renda l'AI uno strumento trasversale, capace di accelerare la produzione di conoscenza e il trasferimento tecnologico.

Le applicazioni dell'AI nel mondo della ricerca, infatti, sono molteplici. In ambito biologico per esempio, l'AI consente di analizzare grandi dataset genomici per identificare mutazioni associate a specifiche patologie. Nelle scienze dei materiali e nella chimica computazionale, l'AI permette di simulare il comportamento di nuovi materiali o l'interazione tra molecole, futuri farmaci, prima ancora della loro sperimentazione clinica, comprimendo significativamente i cicli di sviluppo, abbattendo costi e tempo. È in questa logica che è nata, ad esempio, IAMA Therapeutics, startup biofarmaceutica dell'IIT per la scoperta, lo sviluppo e la commercializzazione di nuovi farmaci per i disturbi del neurosviluppo.

Un altro ambito cruciale è la robotica. I robot di nuova generazione, progettati per operare in ambienti condivisi con l'essere umano come fabbriche, ospedali, infrastrutture, richiedono algoritmi capaci di apprendere, adattarsi e interagire in modo sicuro. L'intelligenza artificiale è l'elemento che consente a questi dispositivi di apprendere nozioni e quindi di essere in grado di adattarsi all'ambiente circostante e ai suoi cambiamenti con una particolare attenzione all'interazione con gli esseri umani, affiancandoli e migliorandone sicurezza, qualità e produttività.

Anche al di fuori della ricerca le applicazioni sono le più svariate. In ambiti limitrofi come la medicina, l'AI può essere utilizzata ad esempio per l'analisi automatizzata di immagini diagnostiche, TAC, risonanze magnetiche, radiografie, supportando il personale sanitario nell'individuazione precoce di segnali clinici rilevanti, potenziando la capacità decisionale, riducendo i margini di errore e ottimizzando i tempi.

Inoltre, l'abbiamo visto nei recenti Giochi Olimpici e Paralimpici, l'AI può trovare applicazioni anche nel settore dello sport ad alte prestazioni, in cui viene impiegata per monitorare parametri biomeccanici e fisiologici degli atleti, consentendo una programmazione dell'allenamento personalizzata e basata su dati oggettivi. Questo è un esempio di come l'analisi quantitativa possa affiancare l'esperienza empirica, migliorando progressivamente le performance degli sportivi.

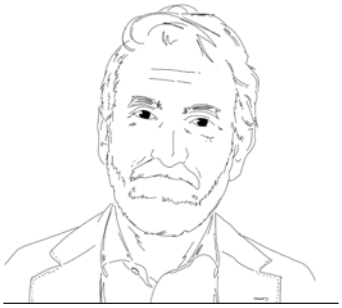




Immagini del laboratorio congiunto sistemico JOiiNT LAB

L'aspetto da non sottovalutare è che l'Italia, grazie alla sua tradizione nel campo dell'automazione, meccatronica e nella manifattura avanzata, è posizionata molto bene nel panorama internazionale dal punto di vista strettamente tecnico, soprattutto per quanto riguarda la cosiddetta "*physical AI*". Come Istituto di ricerca, ma lo stesso vale come Paese membro dell'Unione Europea, credo che le nostre chance di confrontarci con i grandi siano riposte nel fare massa critica, federarci, mettendo insieme le eccellenze, rafforzando la collaborazione tra istituti di ricerca, università, industria e istituzioni europee, lavorando a un risultato comune. Questo richiede progetti molto ben disegnati e focalizzati, obiettivi molto chiari, organizzazione "ingegneristica" e, certamente, risorse adeguate.

La trasformazione non avverrà automaticamente. Come per l'elettricità, sarà l'ecosistema, normativo, industriale, scientifico, a determinare la velocità e la qualità dell'impatto. Se sapremo costruire questo ecosistema, l'intelligenza artificiale potrà diventare uno strumento concreto per affrontare le grandi sfide del nostro tempo: salute, sostenibilità e competitività del sistema Paese.



GIORGIO METTA

Direttore Scientifico dell'Istituto Italiano di Tecnologia. È stato uno dei tre rappresentanti italiani al forum G7 sull'intelligenza artificiale del 2018 e uno degli autori dell'Agenda Strategica Italiana sull'Intelligenza Artificiale. Ha coordinato lo sviluppo del robot iCub, la piattaforma di riferimento per la ricerca sulla "*Physical AI*".

di MARILÙ CAPPARELLI

Oltre il Binario: L'AI come Motore di una Nuova Connettività Umana



Come il Duomo di Milano, è "fabbrica" dell'ingegno e opera collettiva. Infrastruttura invisibile, facilita il cammino dell'uomo che cerca il centro dell'essere. La tecnologia ci restituisce il tempo per la riflessione e la creazione



Sulle pagine di una rivista che esplora la "vita in movimento", parlare di Intelligenza Artificiale (IA) significa riannodare i fili di un'antica e nobile vocazione. Se nel secolo scorso la sfida delle infrastrutture lombarde era trasportare atomi – corpi, merci, materia – oggi la nuova frontiera è l'elaborazione dei bit attraverso l'Intelligenza Artificiale. Eppure, la strada ferrata e l'innovazione digitale condividono lo stesso logos: sono entrambe architetture del legame, infrastrutture nate per accorciare il tempo e dilatare lo spazio dell'incontro. Come le locomotive a vapore dell'Ottocento abbatterono l'isolamento dei borghi, trasformando un territorio di campanili in una regione integrata, l'IA sta oggi demolendo le barriere dell'informazione, trasformando il viaggio da semplice spostamento a momento di valore esistenziale. Questo legame mi riporta idealmente alla geometria del Duomo di Milano. Come la nostra cattedrale è nata da un cantiere corale capace di armonizzare l'ardire delle guglie con la solidità del marmo di Candoglia, così l'IA rappresenta oggi una nuova "fabbrica" dell'ingegno. È un'opera collettiva che, pur essendo fatta di bit invisibili, richiede la stessa cura artigianale e la stessa aspirazione verso un progresso che sia, prima di tutto, a misura d'uomo.

Dalla prospettiva regolatoria e accademica, vediamo l'IA non come un traguardo isolato, ma come un'infrastruttura invisibile – simile ai binari storici che da Cadorna si diramano verso il cuore della nostra regione – capace di rendere il viaggio della vita più semplice, sicuro e, soprattutto, centrato sull'uomo. Perché il trasporto, nella sua essenza più profonda, non è mai solo il raggiungimento di una meta geografica, ma un cammino che, pur attraversando il mondo, cerca il centro dell'essere.

La Mobilità come Ispirazione: Spunti dal Mondo



Un tempo, le strade della Lombardia erano solchi tracciati dalla fatica e dalla necessità dei mercanti. Con la visione pionieristica che portò alla nascita delle prime linee ferroviarie nel 1877, quel movimento divenne sistema. Da quel primo fischio del vapore nel 1879, il binario ha smesso di essere solo ferro per diventare un'arteria vitale della modernità. Oggi, l'integrazione dell'IA segue quell'ambizione di precisione, offrendoci modelli globali da cui trarre ispirazione:

- In Giappone, la JR East monitora le linee ad alta velocità con algoritmi che analizzano millimetricamente l'usura delle infrastrutture prima che il problema si manifesti. È il passaggio dalla riparazione del guasto alla "cura del bene". Questo ci insegna che la tecnologia può farsi carico dell'ansia meccanica, restituendo all'uomo la risorsa più sacra: il tempo per la riflessione e la creazione.
- A Singapore, la mobilità è un organismo vivente che respira con la città. L'IA analizza i flussi prevedendo l'affollamento in base a variabili infinite (meteo, eventi, trend). Questo approccio restituisce al passeggero la dignità di un viaggio armonioso, trasformando il trasporto da "massa informe" a comunità di individui rispettati nei loro bisogni di spazio e tempo.

Immaginiamo un sistema che pianifica l'intero percorso integrando treno, mobilità dolce e mezzi urbani. È la fine della frammentazione logistica: il viaggio diventa un continuum in cui la tecnologia scompare dietro le quinte. L'obiettivo non è arrivare prima, ma arrivare meglio, onorando il concetto filosofico di cammino come spazio di riscoperta interiore.

L'Energia della Custodia: Ecologia e Responsabilità

Oggi più che mai, la vita in movimento deve rispondere alla sfida climatica. Come sosteneva l'illuminista milanese Pietro Verri, il progresso è tale solo se accresce la "pubblica felicità"; e oggi la felicità non può prescindere dalla tutela della nostra casa comune. L'IA non è un predatore di risorse, ma il più potente alleato della sostenibilità.



Guardiamo alla Danimarca, dove l'IA governa la rete elettrica nazionale armonizzando la natura intermittente della produzione eolica con i picchi della domanda industriale. Traslando questa visione nel nostro territorio, l'IA permette di trasformare le stazioni in "Smart Hub" energetici: sistemi capaci di orchestrare i flussi di energia rinnovabile e ottimizzare i carichi. Esperienze globali nel settore del cloud computing hanno già dimostrato che l'ottimizzazione algoritmica può ridurre i consumi energetici per la gestione delle infrastrutture fino al 40%, un potenziale che oggi possiamo applicare alla complessa rete del trasporto pubblico per abbattere drasticamente l'impronta di carbonio della nostra mobilità quotidiana.



Salire a bordo del Futuro:
Il Talento e l'Umanesimo

L'innovazione non si ferma alle stazioni, ma entra nelle botteghe, negli uffici e nelle fabbriche che da oltre un secolo crescono lungo i nostri binari. La Lombardia è il cuore delle PMI, ed è qui che l'IA deve farsi strumento democratico, un "capotreno digitale" che guida il nostro talento nel mondo:

- L'IA può aiutare le piccole realtà locali a raggiungere mercati lontani con la stessa audacia con cui le prime merci viaggiavano da Milano verso le industrie della provincia. Possiamo proteggere e promuovere il nostro "saper fare", esportando non solo prodotti, ma la nostra storia culturale.
- Facendo nostra la lezione di Adriano Olivetti, per il quale la tecnologia doveva essere, prima di tutto, uno strumento di libertà e democrazia, l'automazione dei compiti ripetitivi oggi non deve significare la sostituzione dell'uomo, ma il suo riscatto. Olivetti sognava una fabbrica che non guardasse solo ai profitti, ma che elevasse la dignità della persona: in quest'ottica, l'IA ci permette finalmente di delegare l'algoritmo al puro calcolo, restituendo al lavoratore il dominio del senso, della creatività e dell'empatia.
- Investire sull'analisi dei dati significa avere la lungimiranza di chi, nel 1877, tracciò le prime linee ferroviarie. Non si tratta di controllare il domani, ma di preparare la strada alle generazioni che verranno, affinché trovino un mondo più connesso e più semplice da abitare.

Non guardiamo l'IA come un treno
che passa veloce, restando fermi
sulla banchina del dubbio.

Saliamo tutti a bordo!

Usiamo queste tecnologie per scalare
le idee e proteggere il nostro patrimonio.

L'innovazione può essere concepita
come un viaggio in treno:
ci permette di guardare il paesaggio
che cambia con occhi nuovi, restando
saldi sui binari della nostra storia e
della nostra etica.

Il binario è pronto, l'energia è carica.

La destinazione la decidiamo noi,
camminando insieme verso un futuro
visionario e pioneristico che deve avere
sempre l'uomo al suo centro.

Nota dell'autrice: Le riflessioni e le tesi esposte nel presente articolo sono frutto esclusivo del pensiero indipendente e dell'attività di ricerca scientifica di Marilù Capparelli. Esse sono espresse a titolo personale e non impegnano in alcun modo le posizioni o le strategie delle società e degli enti presso cui l'autrice ricopre incarichi professionali o di governance.



MARILÙ CAPPARELLI

Avvocato, Docente di Diritto dell'Intelligenza Artificiale (Università Bocconi, Link University, European School of Economics) e Director Legal and Strategy Google.

di MARIAPAOLA PESCE

Correre, saltare, scivolare, ma solo tra le pagine!

Non solo manuali o (magnifiche) figurine di calcio. Storie di sport tra tuffi, nuoto, bicicletta, pugilato e, ovviamente, Giochi Olimpici invernali



Quando mi sono messa al lavoro per scrivere questo pezzetto, come sempre spulciando nella mia biblioteca e tra le proposte dei cataloghi italiani, non avevo idea in cosa mi sarei imbattuta. Ero, lo ammetto, un po' scettica.

Temevo di trovarmi davanti solo ad un elenco di manualetti didascalici con le regole, i record e le biografie dei campioni. Più di una raccolta di figurine (che peraltro hanno regalato momenti significativi a generazioni di bambini e ragazzi appassionati di calcio!), meno di un saggio sulle magnifiche virtù della sana competizione.

E INVECE...

Invece, come sempre, la narrativa per bambini e ragazzi ha saputo sorprendermi, malgrado ci viva immersa… Dovrei fidarmi di più.

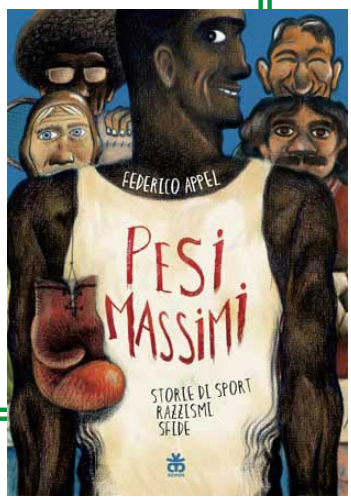
Ecco dunque, in ordine non proprio logico, cosa proporre a chi ama lo sport ed ha meno di 16 anni. Partiamo con ***Il tuffo***, un divertente albo illustrato di **Joaquin Camp**, pubblicato da **Camelozampa** che ci offre profumo d cloro e quella sensazione di stretta allo stomaco che ci prende quando stiamo per fare qualcosa di cui abbiamo paura e desiderio insieme. Per chi vorrebbe tanto tuffarsi da un alto trampolino, ma tentenna come il nostro piccolo protagonista, ad un passo dalla sua grande impresa!

Proseguiamo con ***Marilena la balena***, di **Davide Calì e Sonia Bougaeva**, **Terre di Mezzo**. Per appassionati che lo vorranno cercare in biblioteca, perché ormai esaurito, anche in questo albo ci troviamo in piscina, dove ogni mercoledì Marilena odia tornare, perché essendo cicciottella la prendono tutti in giro. Tuffarsi lei, una "balena"? Mai! E… se bastasse solo cambiare modo di pensare per sentirsi bene? Un magnifico consiglio le offre una nuova percezione e infinite possibilità di divertirsi!

Lasciamo l'umidità e inforchiamo le due ruote, quelle a pedali. Quelle che hanno portato Alfonsina Morini, coniugata, a partecipare, nel 1924, al Giro d'Italia – prima donna della storia a farlo – con l'aiuto e il supporto del marito. **Tommaso Percivale**, in ***Più veloce del vento***, pubblicato nel 2016 da **Einaudi Ragazzi** ci racconta una storia vera e semplice di passione, povertà e fatica, di allenamenti al freddo e di tanta determinazione, ma anche d'amore e di complicità, in cui il riscatto di una persona diventa quello di due che condividono uno sguardo e un obiettivo.









Sul versante biografico ecco due diverse proposte:

Pesi Massimi di **Federico Appel, Sinnos** e ***Non puoi correre con i pantaloncini corti. 50 donne che hanno fatto la storia dello sport***, di **Serenella Quarello e Fabiana Bocchi, Electa**, in cui troviamo una selezione accurata di storie – tutte vere – di campioni che hanno raggiunto livelli ragguardevoli per i record, le medaglie e i risultati ottenuti in campo o sulle piste, ma soprattutto per ciò che hanno rappresentato a livello umano. Si parla di atleti che hanno sfidato razzismo, pregiudizi, regimi, limiti o imposizioni, portando lo sport nella vita sociale, e facendone uno strumento di evoluzione culturale.



E chiudiamo con una chicca, un pop Up dedicato alle curiosità, le informazioni, i luoghi e le notizie legate alle prossime Olimpiadi invernali: ***Olimpiadi invernali POP UP***, **David Hawcock, Nui Nui**.

Quando sono iniziati i Giochi Olimpici Invernali?
Dove si svolgerà la prossima edizione?
Quali sono gli sport più emblematici di questa competizione?

Questo libro animato offre tutte le risposte in 8 pop up, in cui sono presenti le discipline chiave e tanti aneddoti.



MARIAPAOLA PESCE

Genovese di nascita, libraia per eredità familiare, poi formatrice ed *executive coach*, oggi si occupa di scrittura e formazione. In Italia ha pubblicato una ventina di titoli, tra narrativa, albi e biografie a fumetti. Molti di questi sono stati tradotti in diversi paesi. Con l'etichetta Ararat si occupa di editing, ghosting e coaching letterario; tiene corsi di scrittura per adulti e ragazzi, sviluppa e realizza progetti didattici e dal 2022 fa parte dell'agenzia letteraria Majestic rivolta ad autori e illustratori per ragazzi.

di GERMANO LANZONI

Il vero sport nazionale? Il lamento. E siamo tutti campioni

Un voto per lo sport in Italia oggi? 30 e lode. Lo proclamo come si apre una finale mondiale: petto in fuori, mano sul cuore.

Sì, perché lo sport da noi non è solo attività fisica. È rito civile, appartenenza, identità cucita addosso come la maglia della domenica. Quando gioca la Nazionale anche il più scettico diventa patriota per novanta minuti più recupero. Quando vince Jannik Sinner siamo tutti esperti di rovescio lungolinea. Quando corre Marcell Jacobs il bar sotto casa diventa pista olimpica. Nord, Sud, provincia, metropoli: per un attimo siamo sincronizzati. Un Paese che litiga su tutto trova unità in una palla che entra o non entra.

Lo sport è un mondo parallelo. È l'ultimo posto dove il cronometro non mente e il tabellone non fa sconti. Merito puro, sudore vero, dramma greco con sciarpa e birra.

Ne consegue che la massima adesione allo sport non nasce tanto da chi lo pratica, ma da chi lo osserva e lo commenta. Il vero sport nazionale non è il calcio, non è il tennis, non è l'atletica. È lamentarsi.

Lì non ci batte nessuno: oro olimpico permanente, record mondiale imbattuto. Ci alleniamo tutti i giorni. In coda, al bar, su WhatsApp, sotto i post. Siamo maratoneti del mugugno, velocisti del "eh però", triatleti del "non funziona niente".

E il bello non è solo vincere: il piacere supremo è vedere l'avversario perdere. La nostra medaglia più lucente è "te l'avevo detto". Roberto Bonzio la chiama "sindrome da Palio di Siena": non importa chi vince, importa che l'altro rosichi.

Questo sport che ancora non figura tra quelli olimpionici richiede tuttavia una preparazione e un'alimentazione specifica. Il doping è ampiamente ammesso: caffeina, nicotina, birra e thc per i più determinati. Nel frattempo, laviamo la coscienza in palestra. Qui il cronometro non misura il tempo ma il senso di colpa, velocista tra i più performanti, dal quale occorre scappare a gambe levate.

La varietà dell'offerta è immensa. Sembra uno di quei menù da ristorante turistico con le foto dei piatti. E ogni disciplina ha il suo nome proprio, rigorosamente in inglese, che altrimenti sembra che stai solo andando a fare quattro salti.

C'è il CrossFit: cross sei tu dopo tre burpees, fit forse nel 2037. Il Pilates che sembra delicato, poi tremi come un modem 56K. Il Yoga Flow: fluisci finché non ti incastri. Lo Spinning: pedali fermo, metafora perfetta del lunedì.

Tra le formule più persuasive, il Functional Training: funzionale a cosa? A farti dire "mai più" e tornare domani. Ma anche il Total Body, non sia mai che fai solo gli alluci e un ginoc-



chio. Il Bootcamp: ti iscrivi volontario, esci reduce. Il Calisthenics che sembra filosofia greca, ma è trazione pura e umiliazione pubblica.

La lista è potenzialmente infinita. HIIT: muori a intermittenza. Animal Flow: paghi per muoverti come un orso reumatico. Pole Dance Fitness: coordinazione zero, autostima in saldo. Body Pump: pompi ferro e sgonfi l'ego. GAG suona come un colpo di tosse motivazionale. TRX: ti appendi, letteralmente. Mindfulness Training: paghi per respirare, gratis da sempre. Ironman Preparation: per chi non ha abbastanza problemi nella vita. Postural Stretching: ti allungano finché confessi. Cardio Combat: combatti l'aria e perdi. Dance Workout in tutte le sue declinazioni tribali con abbonamento trimestrale. Biohacking Lab: laboratorio di Frankenstein. Cold Therapy: paghi per avere freddo. Breathwork Experience: respiri forte e scopri che sei vivo, applausi.

Chi si sottrae alla disciplina con nome e cognome, scegli i grandi classici, le ruote del criceto: tapis roulant, ellittica, cyclette. Tre modi diversi per andare da nessuna parte e ricordarci che abbiamo bisogno di muoverci. Poi però se non trovi parcheggio sotto casa imprechi al cielo e fai correre anche tutti i santi.

Ma forse la colpa non è nostra. È dei nostri nonni, tutti iscritti al grande club Lavoro nei Campi. Gratis, senza playlist. Socialità garantita, esercizio all'aria aperta, piccoli premi per traguardi raggiunti. È colpa loro se c'è sorta questa idea che forse, otto ore col sedere sulla sedia e gli occhi su uno schermo non sono proprio l'ideale per stare bene e in forma.

E allora, a ben pensarci, alla fine non stiamo allenando il corpo, stiamo cercando di allenare il senso di colpa. Sempre di lavoro infatti si tratta: Workout, work-life balance, work in progress.

In questo esercito di criceti dopati spicca la percentuale dei sacerdoti del sacrificio: gli Ironman. Perché "l'età è mentale", il freddo è solo nella tua testa e gli infortuni sono parte del mestiere. Tre discipline: quattro chilometri di nuoto in mare. Io non riesco a fare una vasca. Non in piscina: una vasca da bagno. Quando fai il bagno e lo shampoo è dall'altra parte dovresti allungarti per prenderlo; io alla fine immergo la testa all'indietro. Loro quattro chilometri in mare, poi 180 chilometri di bici chini come commercialisti a novembre. Basta così? No: c'è la maratona, 42 chilometri che già da soli sono un'impresa. Farla dopo 4 km di nuoto e 180 di bici significa 226 chilometri di sofferenza. Dopo 226 chilometri non vedi la gloria: vedi la morte in faccia e un fisioterapista sorridente.

Come veri professionisti abbiamo poi tutti dei bravi social media manager, i nostri ego con il telefono in mano che registrano e amplificano. I più virtuosi trascendono e parlano di abitudini chiamando in causa anche l'alimentazione: mangia solo questo, solo quello, o ciò che vuoi. Non ha importanza, basta che sia un principio: panna cotta integrale, yogurt greco senza greco, frutta senza glutine, misticanza, zenzero, avocado.

Lo sport trascende se stesso, non è più esercizio ma sublimazione, ascesi, cura.

Ma come si fa a vivere da malati per morire sani? Lo diceva Enzo Jannacci con ironia chirurgica: tutte le cose che ci piacciono fanno male. Profiterol con stinco, melanzane fritte nell'olio della nonna. Il colesterolo finisce sul podio, insieme a trigliceridi e calorie. E il medagliere piange.

Ma tranquilli, dove non arriva l'iPhone arriva il bisturi: chirurgia estetica, botulino, addominali incollati, bicipiti disegnati. Tutto rifatto, tutto tirato. E poi? Post, foto, stories. Perché la vera dipendenza è la vetrina. E per quella è sufficiente un abbonamento plus all'AI. La realtà diventa un ricordo e siamo tutti campioni.
E allora lo sport in Italia è davvero 30 e lode:

per passione, teatro, coinvolgimento. Ma con una nota a margine: siamo una nazione che corre forte soprattutto quando deve inseguire una polemica. La sfida vera non è battere l'avversario, è battere la nostra dipendenza dal rumore. Correre senza postarlo, vincere senza umiliare, perdere senza trovare un colpevole. Quello sì sarebbe record mondiale.

Per ora?
Allenamento alle 8,
lamento alle 9.
Campioni del mondo.



GERMANO LANZONI

Si è diplomato alla scuola del Teatro Arsenale di Marina Spreafico. Dal 2010 collabora con *Il Terzo Segreto di Satira* e dal 2013 impersona *Il Signor Imbruttito* nel collettivo del *Milanese Imbruttito*. Ha partecipato come attore a film quali *Mollo tutto e apro un chiringuito* e *Ricomincio da Taaac*. Ha lavorato con importanti emittenti radiofoniche, insegna come professore aggiunto all'Università Bicocca ed è founder di HBE – Humor Business Experience.

LA MOVIMENTO

Supplemento al numero 1, anno XIII di Paralleli,
testata registrata presso il Tribunale di Milano
il 21 febbraio 2014 al nr. 49.

Direzione, Amministrazione, Redazione
FNM S.p.A. - Milano, Piazzale Cadorna 14
tel.: +39 02 85 111
www.fnmgroup.it

Andrea Gibelli, *Presidente*
Gianantonio Arnoldi, *Vice presidente*
Fulvio Caradonna, *Consigliere delegato*
Francesca Pili, *Consigliere delegato*
Maria Teresa Tomaselli, *Consigliere*
Roberto Paolo Ferrari, *Consigliere*
Paola Panzeri, *Consigliere*
Monica Giugliano, *Direttore Generale*

Direttore responsabile
Simone Carriero

Redazione
Luca Montani
Rosanna Cardella
Simone Marchisano
Lorenzo Pallotti
Chiara Meloni
Rocco Lanza

Direzione artistica e progetto grafico
Zala Vrbek
Nicolò Pieroni

Immagine di copertina
Andrea Fontanari, *Olympic ATHLETS* (downhill skiers and people), 2025, pastelli su carta, 100 × 70 cm. Courtesy Boccanera Gallery Trento/Milano.

Stampato a Lamezia Terme (CZ) presso
Stampa Sud S.r.l.

Per contattare la redazione scrivere a:
ufficiostampafnm@fnmgroup.it

LEGGI ONLINE

fnmgroup.it/rivista/



2026

ICMA

BRONZE AWARD

La rivista vincitrice dell'**ICMA 2026 Bronze Award** nella categoria ***Customer magazines B2C Print***



FNM GROUP

“C’è però una parola che, forse più di altre, può aiutare a fornire una chiave di lettura per comprendere le dinamiche che animano lo sport in tutte le sue forme, dalle più elementari e amatoriali, alle più alte e professionistiche.

Questa parola è: passione.