

## RESOCONTO DEL SEMINARIO

### "ParaRowing: come favorire l'integrazione sociale attraverso lo sport"

A cura di Riccardo Tosques e Teodora Cosmidis

**ParaRowing**  
come favorire l'integrazione sociale  
attraverso lo sport

**Sabato 8 novembre**  
**Sala Olimpia c/o Stadio "Nereo Rocco"**  
Via dei Macelli, 5 - Trieste

9:00 - 9:30 Saluto delle autorità

9:30 - 11:00 L'approccio all'allenamento con gli atleti diversamente abili  
dott. Damiano MINGOZZI

11:00 - 11:15 Coffee break

11:15 - 12:00 L'eliminazione delle barriere architettoniche in una Società sportiva  
prof. Alessandro DIVIACCO

12:00 - 13:00 La classificazione funzionale delle disabilità  
prof.ssa Teresa GRILLI

13:00 - 14:30 Buffet

14:30 - 15:00 La mia esperienza con la Nazionale Italiana ParaRowing  
Luca LUNGHI

15:00 - 16:30 La Federazione Italiana Canottaggio ed il movimento ParaRowing  
prof. Dario NACCARI

16:30 - 17:00 Special Olympics: lo sport come mezzo per favorire la crescita personale, l'autonomia e la piena integrazione delle persone con disabilità intellettiva  
Giuseppe COCCO

17:00 - 17:30 Conclusioni

Organizzato da: Con il contributo di: Con il patrocinio di:

Si è svolto a Trieste il primo seminario a livello nazionale, che ha affrontato il tema della sinergia tra disabilità e canottaggio. Organizzato dal Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia della Federazione Italiana Canottaggio, presieduto da Massimiliano D'Ambrosi, con il contributo della Regione Friuli Venezia Giulia ed il patrocinio di Comune, Provincia e Camera di Commercio di Trieste, Scuola Regionale dello Sport-CONI e Comitato Paralimpico FVG, l'evento si è svolto nella Sala Olimpia dello stadio Nereo Rocco. L'obiettivo del Seminario è stato quello di coprire quel vuoto formativo e di conoscenze, che coinvolge molti addetti ai lavori del canottaggio, fungendo da primo step di un percorso che richiede evidentemente conoscenze e competenze specifiche.

### SALUTI

Una giornata intensa, che come dice D'Ambrosi in apertura: *"Ha lo scopo di diffondere nella nostra Regione la conoscenza del ParaRowing, disciplina attualmente poco conosciuta dalle nostre parti. Quello di oggi non vuole essere un evento a sé stante, ma dovrà essere l'inizio di un percorso, che dal prossimo anno vedrà anche la formazione di allenatori in grado di seguire la disciplina e di conoscerne le sue peculiarità."* Particolarmente graditi gli auguri di buon lavoro, che il Presidente Giuseppe Abbagnale ha inviato a relatori e platea: *"Sono particolarmente grato al Presidente D'Ambrosi per la sensibilità dimostrata nell'organizzare un convegno che ha come obiettivo quello di discutere di ParaRowing e di integrazione sociale attraverso di esso. L'impegno della Federazione è forte anche in questo settore, proprio perché ritengo indispensabile contribuire, con la nostra azione, al miglioramento delle condizioni di vita di quanti hanno la forza di rimettersi nuovamente in gioco attraverso lo sport, dopo essere stati colpiti da eventi traumatici. Mi piace sottolineare, inoltre, che sempre più persone si stanno avvicinando al mondo del canottaggio paralimpico, il quale è riconosciuto anche come una specialità che consente all'atleta una certa libertà di movimento attraverso l'utilizzo di una barca e non risulta difficile da praticare. Nell'augurare buon lavoro*

*a tutti i relatori, tutte persone qualificate, auspico che venga fornita la giusta percezione di come lo sport possa rappresentare il superamento dei concetti di "normalità" e "disabilità", poiché la loro commistione consentirà, a noi cosiddetti normodotati, di comprendere meglio che tutti gli esseri umani sono "disabili" in qualcosa."*



Tra le autorità presenti, il VicePresidente del CONI FVG Francesco Cipolla, che ha elogiato l'iniziativa, l'Assessore Comunale con delega a Politiche Sociali ed Interventi e Servizi a favore delle Persone con Disabilità Laura Famulari, la quale ha rimarcato come questo Seminario rappresenti *"Una sfida importante per tutti, una sfida costruttiva per i singoli, ma soprattutto per le Società sportive.*

*Questa offerta dalla FIC FVG è un'opportunità per le associazioni di cementare le basi per approcciarsi ad un livello più professionale verso la realtà sportiva dei disabili. L'auspicio è che in un futuro non lontano vi sia uno sviluppo concreto, per coinvolgere e migliorare l'approccio delle Società verso il mondo dei diversamente abili."* Chiusura dei saluti nelle parole di Marinella Ambrosio, Presidente del CIP FVG, che ha evidenziato l'importanza di *"Unire le forze per tutte le disabilità ed aprire le porte del mondo federale e scolastico. Importante è creare una rete sempre più solida, per alimentare i sogni agonistici degli atleti paralimpici. Con questo Seminario abbiamo aperto l'ennesima porta, convinti che non siamo di fronte ad un episodio, ma che invece, anche grazie ai progetti di inclusione da parte di regioni quali Friuli Venezia Giulia ed Emilia Romagna, la parità di diritti per tutti è un obiettivo concretamente perseguibile."*

## INTERVENTI



Il primo ospite ad intervenire è stato il **Dott. Damiano Mingozi**, psicologo e formatore del Comitato Italiano Paralimpico dell'Emilia Romagna, che parlando dell'approccio all'allenamento con gli atleti diversamente abili, ha evidenziato come *“L'attività motoria non è diversa dall'attività psicomotoria, in quanto vengono coinvolti tutti gli aspetti della persona: dalle abilità alle funzionalità, passando per le cognizioni psicologiche.*

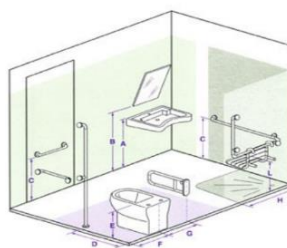
*L'approccio verso un atleta disabile è diverso rispetto a quello di uno normodotato? L'atleta ha potenzialità da sviluppare e capacità sui cui lavorare e un margine di sviluppo da mettere poi in pratica nella vita di ogni giorno. Fondamentale è che il programma di allenamento tenga conto non solo degli aspetti tecnici, ma anche di quelli relazionali. E' evidente che la genetica ci fornisce un hardware di base, ma poi con lo sviluppo degli aspetti cognitivi, sensoriali ed emotivi, si può cercare di installare una sorta di software. Per installare tale software è basilare coinvolgere l'atleta, fornendo gli strumenti per combattere le proprie paure, ricordando sempre che il tecnico è un educatore sportivo e l'attività deve essere una sfida ottimale: deve passare il concetto che il bambino può affrontare la difficoltà con un miglioramento graduale, in primis di se stesso.”.*



Successivamente ha preso la parola il **Prof. Alessandro Diviaco**, libero professionista, esperto di sicurezza sul lavoro, consulente didattico e formatore, che parlando dell'eliminazione delle barriere architettoniche in una Società sportiva, ha evidenziato come *“La Legge 13 del 1989 stabilisce i termini per poter garantire l'accessibilità ai diversamente abili.*

*Un successivo Decreto ministeriale, il 236 sempre del 1989, disciplina le dimensioni degli ambienti, delle strutture e infrastrutture da progettare o modificare per rendere compatibile l'ambiente ai disabili. Prima di progettare, bisogna tenere conto di accessibilità a chi vi lavora, visitabilità per gli ospiti e adattabilità. Ad esempio la legge prevede che per i bagni disabili la rampa può avere una pendenza massima dell'8%, ma anche se lo prevede la legge, può essere troppo ripida. Importante rimarcare che non esiste uno standard di disabilità: ogni utente avrà necessariamente esigenze diverse e da customizzare rispetto agli altri.*

Le scale per disabili devono essere munite di batterie che devono funzionare anche se sopraggiunge un black-out. Ma ancora più importante è garantire la manutenzione. I disabili utilizzano un mezzo a ruote e si muovono meglio su una pavimentazione liscia, compatta, priva di fessure profonde o troppo larghe. Meglio non costruire rampe troppo lunghe, in quanto diventerebbero esse stesse una barriera.”.



Uno dei problemi principali nella progettazione di un servizio igienico accessibile è il dimensionamento idoneo per una persona su sedia a rotelle.

L'articolo 8.1.6 del **Decreto Ministeriale - Ministero dei Lavori Pubblici 14 giugno 1989, n. 236** "Prescrizioni tecniche necessarie a garantire l'accessibilità, l'adattabilità e la visitabilità degli edifici privati e di edilizia residenziale pubblica sovvenzionata e agevolata, ai fini del superamento e dell'eliminazione delle barriere architettoniche" stabilisce i

**requisiti dimensionali minimi per un bagno accessibile:**



La **Prof.ssa Teresa Grilli**, esperta classificatrice del Comitato Italiano Paralimpico dell'Emilia Romagna, docente di Scienza e Tecnica dello Sport per disabili all'Università di Bologna, ha concluso la prima parte dei lavori, trattando il tema della classificazione funzionale delle disabilità. Per Grilli *“La classificazione serve per raggruppare gli atleti in una categoria simile, affinché competano tra di loro in maniera equa.*

*Ad esempio raggruppare persone con amputazione, con persone con nanismo. La patologia può essere di tipo sensoriale, relazionale o fisico; il deficit può essere visivo, mentale o motorio. Il dolore non viene considerato nella classificazione. Gli atleti vengono valutati in base a tre parametri, attraverso un punteggio numerico corrispondente alle funzioni che l'atleta disabile può ancora esprimere:*

*ROM (range of movement, capacità di movimento delle articolazioni), coordinazione e forza. Importante è non confondere il deficit, con scarso allenamento o carenze tecniche. Per il ParaRowing esiste un test funzionale al remoergometro. La classificazione nel canottaggio per la FISA è suddivisa in LTA (Legs Trunk Arms), TA (Trunk Arms) e AS (Arms and Shoulders).”.*

### Scheda di classificazione

Articolazioni	Azioni	Forza		Articolarità	
		Destra	Sinistra	Destra	Sinistra
ARTI SUPERIORI					
SPALLE	Flessione				
	Estensione				
GOMITI	Flessione				
	Estensione				
POLSI	Flessione				
	Estensione				
	Totale	80 pt per lato			
TRONCO	Flessione				
	Estensione				
ARTI INFERIORI					
ANCHE	Flessione				
	Estensione				
GINOCCHIA	Flessione				
	Estensione				
CAVIGLIE	Flessione				
	Estensione				
	totale	60 pt per lato			



Dopo la pausa pranzo ha preso la parola **Luca Lunghi**, atleta ai Mondiali ParaRowing di Chungju in Corea del Sud e collaboratore della Nazionale Italiana ParaRowing, che ha parlato della propria esperienza con la Nazionale Italiana ParaRowing. *“Pochi sanno che nel 2012 alle Olimpiadi di Londra si sono registrati più ascolti per le Paralimpiadi, rispetto alle Olimpiadi, a riprova del fatto dell'importanza che riveste questo movimento sportivo.*”

*Chi nasce con una certa disabilità, sviluppa competenze che possono maggiori rispetto ai normodotati. L'anno scorso ho dato vita ad un sito internet (www.viaparario2016.com), creando un forum di discussione e integrazione basato sul progetto Rio 2016. Nel forum si parla di esperienze di vita, eventi legati al nostro mondo e discussioni da parte dei membri e non della squadra italiana di ParaRowing.”.*



Il Prof. **Dario Naccari**, allenatore FIC di 4° livello, responsabile del settore ParaRowing nella Federazione Italiana Canottaggio, ha spiegato che *“In Italia esistono migliaia di ragazzi amputati o che rimarranno a letto per tutta la vita in seguito ad incidenti. Fermo restando che vi è una grande integrazione con i normodotati nella vita comune, lo sport può contribuire tanto a fornire un contributo a vari livelli.*”

*A livello fisico oltre che psicologico, a prescindere dalla partecipazione nel mondo agonistico. E' da evidenziare comunque che è indispensabile avere dei prerequisiti per fare un dato sport. Nella sua evoluzione lo sport è stato visto come un miglioramento di se stessi. Per i disabili lo sport è lo spostamento e il miglioramento dei propri limiti. Nello specifico il canottaggio sviluppa il senso dell'equilibrio attraverso l'assetto idrodinamico dell'imbarcazione. Lo sport riservato ai disabili è in crescita soprattutto in Paesi quali USA e Nuova Zelanda.*

La FIC, assieme al CIP e all'INAIL, è impegnata nello sviluppo di centri di avviamento al canottaggio in tutta Italia. Vi è poi in essere una collaborazione tra il Comitato Italiano Paralimpico ed i Gruppi Sportivi Militari. E' un mondo molto appassionante, che richiede un grosso credo per trasmettere a questi ragazzi un punto di aggregazione.”.



A concludere i lavori sono stati il coordinatore nazionale canottaggio UISP, **Giuseppe Cocco**, e l'attivista di Special Olympics Liguria **Elisabetta Podestà**.



Podestà ha spiegato che “*Special Olympics vuole utilizzare lo sport come mezzo di propaganda per eventi sportivi riservati a persone diversamente abili. Al mondo sono oltre 4 milioni gli atleti presenti, in Italia circa 13mila con 215 team. Purtroppo gli atleti con disabilità intellettiva sono messi più al margine rispetto ai disabili fisici, ma i ragazzi con ritardo intellettivo non vanno tenuti chiusa in casa: lo sport è importantissimo.*

Tra le varie attività vengono organizzati convention regionali, giochi nazionali, meeting mondiali. Diversi i livelli di abilità. Fondamentale socializzare con il gruppo dei pari.”. Cocco infine ha evidenziato come “*Tutti i nostri tesserati sono tesserati alla FIC. Le gare promozionali prevedono le stesse imbarcazioni delle gare dei non disabili (canoè, GIG, Coastal Rowing).*

Gli equipaggi sono composti per il 50% da atleti speciali e 50% atleti partner. Tra i requisiti richiesti vi è il saper nuotare ed essere affiliati a FIC e a Special Olympics. Siamo oltre 10 Società a livello nazionale. Tutti gli atleti al termine delle gare sono medagliati.”.



## CONCLUSIONI



Al Presidente del Comitato Regionale del Friuli Venezia Giulia, Massimiliano D'Ambrosi, l'onore ed onore di tracciare un bilancio conclusivo di questa iniziativa: *“E' stata una giornata lunga e faticosa, ma gratificante, perché perfettamente riuscita dal punto di vista organizzativo, come più volte rimarcato dai relatori e dagli ospiti presenti, e con degli interventi qualificati e di alto livello, che sono scivolati via velocemente, lasciando nelle orecchie di tutti il desiderio di proseguire su questa strada e di ripetere in futuro questa bella esperienza. Ad essere onesti mi sarei aspettato una risposta di partecipazione superiore da parte dei tecnici e dirigenti locali, ma lo sapevamo che il tema affrontato è importante, ma altrettanto difficile da diffondere, soprattutto in una Regione come la nostra, ancora “vergine” riguardo queste tematiche.*”

*In ogni caso, per chi non ha potuto essere presente, ad inizio 2015 verranno pubblicati gli Atti di questo Seminario, in modo che chiunque abbia la possibilità di rivivere e riaffrontare le questioni ben trattate dai relatori nel corso della giornata. E' mia intenzione, anche con il coinvolgimento degli Enti che ci sono stati vicini nell'organizzazione di questo evento, noleggiare il prossimo anno delle imbarcazioni adatte per il ParaRowing e costituire un centro regionale per questo settore. Abbiamo inoltre iniziato a lavorare anche con le realtà vicine, e già quest'anno siamo stati partner dell'HAVK Mladost di Zagabria, assieme al VK Ljubljana, l'Università di Belgrado, la Federazione Ungherese ed il Wiener RV Donauhort, nella presentazione di un Progetto Europeo “Erasmus+” per la diffusione del ParaRowing in questa area Mitteleuropea. Ringrazio il CONI che ci ha ospitato, la Regione FVG che ha creduto e sostenuto la nostra idea, gli altri Enti che hanno dato il loro patrocinio, i relatori che sono intervenuti, la platea degli uditori, attenta e partecipe, con domande precise e puntuali ed infine gli amici del BB Juice di Trieste, che ci hanno deliziato e viziato con le loro prelibatezze.”*

