



to 4.1 prevede la promozione e la prescrizione sanitaria dell'esercizio fisico e dello sport nella popolazione disabile, «quasi a dare a queste attività una valenza medico-scientifica», aggiunge Sammarchi. «Esistono Paesi in cui gli effetti dello sport vengono testati e i risultati sono sorprendenti, anche in fatto di riduzione dei farmaci assunti». Lo

I giovani del gruppo bolognese di nordic walking al parco Talon. Per saperne di più: sportfund.it. Foto: Filippo Baccocchi

dicono perfino gli esperti che il movimento all'aria aperta contrasta i rischi derivanti dalla sedentarietà, causa di numerose malattie croniche quali l'ipertensione, il diabete, l'obesità e le cardiopatie.

La Fondazione Sportfund, invece, si è costituita da neanche un anno ma «nasce da un'esperienza trentennale in ambito paralimpico e dalla passione dei suoi fondatori, che riconoscono allo sport dilettantistico un'insostituibile funzione educativa, di integrazione sociale e di protezione dei giovani e delle persone disabili, in condizioni di svantaggio o di disagio», dice Alberto Benchimol, direttore esecutivo della onlus, tra i promotori del primo gruppo di nordic walking insieme a Sammarchi.

E dopo tanti mesi di attività – c'è chi è un veterano dell'iniziativa e chi si è unito solo quest'anno –, i ragazzi sono tutti concordi: «Camminare nei parchi è bello, piacevole e soprattutto è molto rilassante».