

# MAGAZINE



*Elisabetta W.*  
PHOTOGRAPHY

## La green vision del nordic walking

### L'EDITORIALE

Tutelare gli operatori sportivi di base

### TURISMO EQUESTRE

L'ACSI promuove il turismo sportivo e sostenibile

### ACSI-ASSOTUTELATI

Servizi e tutele per i soci dell'ACSI

# IN QUESTO NUMERO

- 03** L'editoriale
- 04** Evento "Corri strapapà"
- 05** "Iniziativa Sollievo"
- 06** I campi estivi di "Libera"
- 07** Cresce il nordic walking
- 10** Pedalando nella storia
- 12** Il turismo equestre ACSI
- 14** Mountain trail
- 15** Equi-Summer Cup 2020
- 16** ACSI - AssoTutelati
- 17** Viaggiatori tutelati
- 18** Coniugi tutelati
- 19** Assistenza separazione
- 21** Atleti tutelati
- 22** Rubrica del fitness
- 28** Qualità della vita

## ON THE COVER

Il primo corso nazionale di formazione per istruttori di nordic walking ha segnato una partenza importante per l'ACSI nel mondo emergente di questa disciplina. Costituisce anche il primo step propedeutico dei nuovi master trainer che andranno a curare la formazione su tutto il territorio nazionale. Inoltre promuoveranno le attività e gli eventi del nordic walking in sintonia con i già numerosi istruttori e maestri dell'ACSI.



## L'EDITORIALE

Gli operatori sportivi sono i latori di una mission educativa, formativa, salutista che opera in prima linea sul territorio al fine di gettare le fondamenta della cultura sportiva. Lo sport di base è un antidoto contro le devianze nell'area del disagio giovanile.

## NORDIC WALKING

Si è concluso con successo il primo corso nazionale ACSI di formazione istruttori di nordic walking. Gli elementi che completano la tecnica e la rendono speciale sono la pedagogia dell'insegnamento, l'empatia, la motivazione, l'immaginazione e l'emozione.

## TURISMO EQUESTRE

Si è svolta l'inaugurazione dell'Ippovia Cima Bossola, in Valchiusella, il primo di un grande progetto che apre una nuova stagione del turismo equestre sostenibile. L'Ippovia ACSI è stata riconosciuta dal Trekking Horse Italy e dalla Regione Piemonte.

## ACSI - ASSOTUTELATI

E' stato stipulato un importante protocollo d'intesa fra l'ACSI e la AssoTutelati. L'accordo consente ai soci dell'ACSI di fruire dei servizi messi a disposizione dalla AssoTutelati la cui esclusiva finalità è difendere i diritti e gli interessi dei consumatori.

# Obiettivo primario: tutelare gli operatori sportivi di base



"Per ogni individuo lo sport è una possibile fonte di miglioramento interiore" asseriva Pierre de Coubertin. L'ACSI è in sintonia con questo assioma etico che nobilita il ruolo degli operatori sportivi. Ma oggi all'operatore sportivo si chiede un impegno sempre più professionalizzato. Conseguentemente questa figura deve essere sostenuta e tutelata. "Daremo più tutele ai lavoratori sportivi" ha dichiarato il Ministro Spadafora confermando le valutazioni positive espresse dalla recente indagine condotta da "Sport e Salute" su un campione di oltre 28.000 operatori sportivi che hanno ricevuto l'indennità di 600 euro. Dall'indagine emerge l'esigenza di definire il ruolo e dare risposte risolutive all'attesa del riconoscimento del lavoro sportivo con le relative tutele.

E' cresciuta la partecipazione femminile fra i collaboratori sportivi di nuova generazione. Le donne sono infatti il 60% delle presenze da meno di un anno: quasi 12 punti di percentuale in più rispetto a coloro che collaborano da oltre 10 anni (48%). E' un elemento di riflessione per l'immediato futuro mentre cresce fra le atlete

la rivendicazione di superare il gap discriminatorio fra le dilettanti e le professioniste. I collaboratori sportivi rappresentano il patrimonio territoriale delle società sportive dilettantistiche. Pertanto esprimono una forte domanda - non più procrastinabile - di servizi indispensabili per garantire la sopravvivenza dei sodalizi di base. Fra le priorità il sostegno nelle discipline amministrative, gestionali, fiscali e giuridiche.

Se lo Stato riconosce il ruolo sociale dello sport deve conseguentemente "sindacalizzare" una vera e propria politica di riconoscimento, di sostegno e di tutele. Gli operatori sportivi sono i latori di una mission educativa, formativa, salutista che opera in prima linea sul territorio al fine di gettare le fondamenta della cultura sportiva. Lo sport di base è un presidio valoriale, un antidoto preventivo contro le devianze nell'area del disagio giovanile.

**Antonino Viti**  
Presidente Nazionale ACSI



## Il nubifragio danneggia i materiali per l'evento StraPalermo - Corri StraPapà ma la verve dell'ACSI non si arrende.....



**"Siamo rimasti senza parole dopo aver visto il disastro che ha causato l'alluvione della settimana scorsa al locale in cui avevamo messo al riparo il materiale della StraPalermo - Corri StraPapà. Però nulla ci abbatte. Siamo già al lavoro per la nuova stagione!"**

Questo messaggio grintoso e volitivo fiancheggia su facebook l'immagine devastante dei preliminari organizzativi distrutti da un violento nubifragio. Ma l'ACSI irriducibile e tetragona ha reagito con caparbia determinazione. Una straordinaria catena di solidarietà si è attivata immediatamente. Segnali tangibili hanno risposto ai valori di appartenenza, di identità e di condivisione che l'ACSI ha sedimentato con successo sul territorio. Giungano agli operatori sportivi siciliani le sincere espressioni di ammirazione, stima ed empatia da tutta la famiglia ACSI.

# IL VOLONTARIATO NON VA IN VACANZA



## "Iniziativa Sollievo": finanziamenti per sostenere il Terzo Settore

Iniziativa Sollievo, la **convenzione sottoscritta da Acri e Intesa Sanpaolo per il sostegno agli Enti del Terzo Settore** nell'emergenza Covid-19 che ha già deliberato 4 milioni di euro in poche settimane, amplia l'offerta dei finanziamenti che potranno accedere al Fondo rotativo messo a disposizione dalle Fondazioni di origine bancaria. Intesa Sanpaolo e Acri hanno così risposto agli appelli giunti in queste settimane dalle organizzazioni del Terzo settore, che potranno così restituire il credito ottenuto in un numero maggiore di anni. **I nuovi finanziamenti – della durata fino a 60 mesi (con 12 di preammortamento) e 132 mesi (con 36 di preammortamento) –** si aggiungono a quelli già esistenti e vanno da un minimo di 10mila a un massimo di 100mila euro. Possono accedere ai finanziamenti dell'Iniziativa Sollievo le organizzazioni di Terzo settore con sede legale e operativa sul territorio italiano, attive al 23 febbraio 2020 e rientranti nelle seguenti categorie: Onlus, Organizzazioni di volontariato e Associazioni di promozione sociale iscritte nei registri nazionali e regionali, Cooperative sociali, Imprese sociali. L'iniziativa è stata realizzata mettendo in sinergia le risorse e le competenze di Intesa Sanpaolo e Acri per assicurare il sostegno al mondo del non profit, che rischia di trovarsi in grande difficoltà per la sua strutturale fragilità dal punto di vista finanziario. Dichiarazione di **Francesco Profumo, presidente di Acri**: «Nei prossimi mesi sarà cruciale sostenere il Terzo settore, che continuerà a svolgere un ruolo determinante per la ripartenza del nostro Paese. Per questo, ascoltando i territori e le organizzazioni non profit, le Fondazioni di origine bancaria, in accordo con Intesa Sanpaolo, hanno stabilito di incrementare le risorse messe a disposizione per Iniziativa Sollievo, così da aumentare le opportunità di finanziamento dedicate al Terzo settore». Dichiarazione di **Carlo Messina, CEO e Consigliere Delegato Intesa Sanpaolo**: «L'iniziativa realizzata con Acri ha da subito fornito un sostegno concreto al Terzo settore che si è trovato in grande difficoltà per l'emergenza Covid-19. Con le nuove linee di credito vogliamo migliorare ulteriormente questo strumento di crescita e rilancio per gli enti non profit, riconoscendone il ruolo vitale nella nostra società». **Per informazioni su Iniziativa Sollievo si può inviare una mail indicando denominazione, codice fiscale, sede dell'Organizzazione di Terzo settore e contatti a: [ctps.terzosettore@pec.intesasanpaolo.com](mailto:ctps.terzosettore@pec.intesasanpaolo.com).**



## L'Associazione "Liberà" organizza campi di impegno e di formazione

Anche quest'anno l'estate con Liberà sarà all'insegna della corresponsabilità, della scoperta e dell'impegno. La fase che stiamo attraversando ci consegna un pezzo di responsabilità ancora maggiore per avere cura di noi stessi, del prossimo e dei nostri territori. Le attività di quest'anno, in continuo aggiornamento, saranno diversificate nella durata e nella formula. Saranno anche di carattere non residenziale e vogliono essere sempre più orientate al territorio, ai suoi bisogni ed all'impegno verso la comunità, anche attraverso l'ausilio delle nuove tecnologie. Le attività sono organizzate nel rispetto delle linee guida contenute nel Decreto del Presidente del Consiglio dei ministri. **E!State Liberi! - Campi di impegno e formazione sui beni confiscati** è un progetto finalizzato alla valorizzazione ed alla promozione del **riutilizzo sociale dei beni confiscati e sequestrati alle mafie**, nonché alla formazione dei partecipanti sui temi dell'antimafia sociale e alla conoscenza dei territori coinvolti, attraverso specifici momenti di impegno concreto anche di prossimità e in collaborazione con gli attori sociali della rete di Liberà. Se da un lato E!State Liberi! si delinea come un progetto di fondamentale importanza per le realtà che gestiscono beni confiscati e sequestrati, poiché si riesce a indirizzare nei confronti di queste realtà un importante contributo in termini partecipativi e promozionali, dall'altro lato i veri protagonisti sono i tanti giovani e adulti, che ogni estate decidono volontariamente di dedicare una parte delle proprie vacanze ad accompagnare il quotidiano impegno di cooperative sociali ed associazioni nelle reti territoriali dell'antimafia sociale. **Liberà ha sottoscritto con tutte le realtà sociali che hanno ospitato i campi E!State Liberi! Una "Carta dei Valori e degli Impegni": un protocollo di impegni reciproci per migliorare il funzionamento e garantire sempre più l'efficacia del progetto.**



## Cresce nell'ACSI il movimento green: boom di adesioni al nordic walking



Nonostante le difficoltà di questo periodo, si è da poco concluso con tanta soddisfazione, il **primo corso nazionale ACSI di formazione istruttori di nordic walking**, un altro sogno che si realizza non solo per i neo istruttori che hanno dimostrato grande preparazione ed entusiasmo, ma anche per me e tutto lo staff formativo che in questi mesi sta iniziando un nuovo percorso importante, che nella semplicità e bellezza della natura sa rispecchiare e dare ulteriore bellezza al nordic walking. L'innovativa formazione che rivoluziona completamente il concetto dell'essere istruttore con la nuova progressione dei 5 Principi del nordic walking, dove il filo conduttore che dà completezza alla tecnica e la rende speciale sono la pedagogia dell'insegnamento, l'empatia, la motivazione, l'immaginazione e l'emozione. In questo corso i neo istruttori



**Un inizio speciale per una formazione unica**



hanno imparato a cogliere l'invisibile per trasformare la nostra stupenda disciplina in meraviglia. In tutto questo, cuore, mente corpo e visione sono un tutt'uno che cambia le persone. Lasciare alle spalle il concetto statico e vedere il tutto da un'altra angolazione è costato molto lavoro, tempo e passione consolidato da anni di esperienza e persone fantastiche ricche nel corpo e nella mente ed è per questo motivo che da subito sono arrivate le soddisfazioni. Ora, tutti gli istruttori e maestri **ACSI**, nei prossimi corsi di aggiornamento in programma dopo l'estate, potranno allinearsi alla nuova progressione tecnica.





I formatori sono stati il master trainer **Franziskus Vendrame** e l'international coach **Pino Dellasega**. Questo corso non solo ha segnato una partenza importante per ACSI nel mondo del nordic walking ma ha rappresentato anche il primo step di formazione dei nuovi master trainer che andranno a curare la formazione nelle varie zone d'Italia e a promuovere il nordic walking insieme ai già numerosi istruttori e maestri **ACSI**. Un ringraziamento prima di tutto ad ACSI per la fiducia che ha riposto in noi, tramite lo svolgimento del primo corso curato dal **Comitato ACSI Venezia** e dove il suo presidente **Gianmichele Logiurato** e il vice presidente **Fausto Galardi**, presenti sul campo hanno portato il saluto del presidente nazionale **Antonino Viti** e dato il benvenuto in questa grande realtà sportiva. Grazie all'Associazione Passione



Outdoor per aver curato l'impeccabile logistica ed al Comune di Spinea, che ci ha messo a disposizione l'aula ed il parco e onorato della presenza dei suoi rappresentanti Elia Bettin Bettin, Francesco Volpato e Vera Semenzato. Non si smette mai di imparare perchè la continua ricerca del diversamente bello è sempre stato il punto di partenza per i nuovi traguardi prima da immaginare e poi da raggiungere. **Pino Dellasega** - Responsabile Nazionale Settore Nordic Walking



## Ciclorevival per il 250esimo di Ludwig e per il 30esimo della caduta del muro

L'undicesima ciclopedalata storico rievocativa organizzata dall'associazione **Pedalando nella Storia – Maurice Garin, affiliata all'ACSI dal 2013**, è stata in forse fino all'ultimo momento a causa dell'emergenza Covid 19 e alle conseguenti limitazioni agli spostamenti per finalità turistiche tra i paesi europei. Ma alla fine, dopo aver ricevuto l'autorizzazione dal Ministero degli esteri tedesco e dell'Ambasciata italiana in Germania, venti ciclisti (tra cui due signore e un atleta non vedente sul tandem) hanno preso il via della **Ciclopedalata Busseto – Bonn: omaggio a Ludwig, organizzata per ricordare il duecentocinquantenario della nascita del compositore tedesco Ludwig van Beethoven** avvenuta nel 1770 a Bonn. Il programma originario prevedeva, come riportato nell'intestazione della manifestazione, la partenza da Busseto, città natale di Giuseppe Verdi, per realizzare una sorta di gemellaggio tra i due grandi musicisti del passato. Tuttavia, l'emergenza sanitaria in Lombardia, che i ciclisti avrebbero dovuto attraversare da sud a nord nel corso delle prime due tappe, ha indotto gli organizzatori ad effettuare solo un breve prologo a Busseto dove i partecipanti sono stati ricevuti dal vicesindaco **Gianarturo Leoni** e hanno visitato il Teatro Verdi. Di lì i ciclisti si sono trasferiti in auto e in treno a Trento, nuova sede di partenza della ciclopedalata. Il giorno successivo, venerdì 10 luglio alle 15.30, dopo la benedizione impartita da don Franco di fronte alla cattedrale di San Vigilio e il saluto dell'assessore comunale **Chiara Maule**, i ciclisti sono partiti alla volta di Merano per la prima delle nove tappe in programma, ognuna dedicata ad una delle sinfonie di Beethoven, su un percorso di circa 1.000 km attraverso quattro stati. La seconda tappa, in parte avversata dalla pioggia, ha portato i ciclisti in Svizzera ed il terzo giorno, superata la Cima Coppi della ciclopedalata, il Passo Fluella (2.383 metri sul livello del mare), i ciclisti seguendo le sponde del Reno sono giunti in Liechtenstein. La quarta tappa si è sviluppata pressoché interamente in territorio elvetico lungo la sponda meridionale del Lago di Costanza fino alle spettacolari cascate del Reno a Sciaffusa.





Il quinto giorno i ciclisti hanno affrontato il "tappone": 155 km con 2.400 metri di dislivello attraverso la Foresta Nera fino a Mummelsee, quota 1.050 s.l.m. La mattina dopo ad attendere i ciclisti alla partenza da Mummelsee c'erano pioggia, freddo e nebbia che nei primi 24 km di discesa, fino a Baden-Baden, hanno messo a dura prova la resistenza dei corridori. La tappa si è poi conclusa ad Heidelberg, bella città medioevale affacciata sulle rive del Neckar. Le successive tre tappe (con arrivo a Mainz, Koblenz e Bonn) hanno visto i ciclisti pedalare costantemente lungo le piste ciclabili (pressoché perfette) che corrono lungo le sponde del Reno. All'arrivo a Bonn, sabato 18 luglio, dopo una doverosa sosta di fronte alla **casa natale di Beethoven**, i ciclisti sono stati accolti sulla piazza del Municipio dal **borgomastro dell'ex capitale tedesca** per un saluto ed uno scambio di doni. Dalla fine della seconda guerra mondiale al 1990, Bonn, tranquilla cittadina adagiata lungo la riva sinistra del Reno, fu la capitale della Repubblica Federale Tedesca. Dopo la caduta del muro nel 1989 e la riunificazione della Germania la capitale fu nuovamente trasferita a Berlino (1990). E così, senza soluzione di continuità, il giorno successivo, domenica 19 luglio, dodici ciclisti sono ripartiti alla volta di Berlino dando vita alla **Cicloavventura delle due capitali: Bonn - Berlino**. Al termine di un percorso di 625 km, coperto in quattro tappe, i ciclisti sono arrivati mercoledì 22 luglio alla **Porta di Brandeburgo accolti da una rappresentante dell'Abgeordnetenhaus (Senato) di Berlino, dalla responsabile culturale del Ministero degli Esteri tedesco, dottoressa Irmgard Maria Fellner e dal rappresentante dell'Ambasciata italiana dottor Francesco Leoni**. In serata la dottoressa Fellner ha offerto ai ciclisti la cena di fine ciclopedalata in un ottimo ristorante italiano nel caratteristico quartiere di Shoeneberg. Durante la cena sono stati consegnati i diplomi di merito a tutti i partecipanti ed è stata svelata, dagli organizzatori, la destinazione della **ciclopedalata storico rievocativa del 2021**: si pedalerà da **Cairo Montenotte (SV) a Waterloo (Belgio)** per ricordare, nel bicentenario della sua morte, la parabola politica e militare di Napoleone Bonaparte, dalla sua prima vittoria nella battaglia di Montenotte nel 1796 alla disfatta di Waterloo nel 1815.



## Turismo equestre sostenibile: l'ACSI inaugura l'ippovia di Cima Bossola



Recentemente si è svolta l'inaugurazione dell'Ippovia Cima Bossola, in Valchiusella, il primo di un grande progetto, che apre una nuova stagione sul Turismo Equestre Sostenibile. Entro il 2021 saranno diversi i percorsi che saranno realizzati con queste finalità e requisiti.

Il tutto è stato realizzato grazie al ASD Cavalchiusella con la collaborazione del Comune di Rueglio, territorio dove si estende la stessa Ippovia. Sentieri che cambiano e si alternano, in un dislivello di oltre 600 mt, per una durata di circa 4 ore e di una lunghezza totale di 15 km.





Portando a paesaggi completamente diversi tra loro, dando sensazioni diverse a ogni passo, il tutto reso ancora più unico, dal fatto che viene svolto in sella a un cavallo. Il progetto e l'evento è stato patrocinato dall'Associazione Tre Due Uno Team Riders e l'Ente di Promozione Sportiva ACSI. Questa Ippovia entra nelle tratte riconosciute dal dipartimento Trekking Horse Italy, oltre al riconoscimento della Regione Piemonte. I Cavalieri che la percorrono, accumuleranno dei punteggi, che saranno poi utili e requisito indispensabile alla formazione, di nuove Guide Turistiche Equestri, per innalzare la preparazione di queste figure con esperienza direttamente sul campo. Impossibile dunque non consigliarvi di visitare, la Valchiusella e soprattutto di farlo a cavallo.





## Prima tappa del campionato regionale piemontese di mountain trail

Domenica 19 Luglio, presso il GF Ranch di Mauro Ferrari a Gattico, in collaborazione con l'**A.S.D. Laudina Riding Club di Veruno** si è svolta la prima tappa del **Campionato Regionale di Mountain Trail**, organizzato da IMTHA, con il patrocinio di **321 Team Riders** e **ACSI**.

Evento atteso con impazienza da un nutrito gruppo di cavalieri provenienti da Piemonte e Lombardia, come hanno dimostrato **le oltre settanta adesioni ottenute**.

Un consenso numeroso, tanto più significativo considerando il particolare periodo che stiamo attraversando. Per **IMTHA**, associazione nazionale, che si occupa della promozione di questa disciplina equestre, si tratta di un importante riscontro alla propria attività, svolta con determinazione e coraggio in una circostanza avversa.

Per gli appassionati di questa specialità, che si sono cimentati affrontando il percorso allestito per circa venti categorie di partecipazione, un'occasione di tornare a confrontarsi dopo la pausa forzata imposta dal Covid. I binomi hanno dato prova della loro perizia nell'affrontare con precisione i vari ostacoli previsti, strutturati per simulare le difficoltà che si incontrerebbero durante un trekking.

Grande soddisfazione del presidente **Andrea Iacchini** che si dice molto positivo sulla crescita della disciplina su tutto il territorio nazionale. Si ricorda il prossimo appuntamento, per tutti gli appassionati della Mountain Trail, che si svolge il 2 Agosto, presso il Centro Ippico Cavalchiusella a Lugnacco (TO).

L'evento è classificato come "SPORTIVO" secondo le disposizioni del REGISTRO CONI 2.0

# EQUI-SUMMER CUP 2020



DOMENICA 9 AGOSTO  
**SCIRER'S RANCH**  
SPECIAL SLALOM RACING TIRE

DOMENICA 30 AGOSTO  
**LA VECCHIA FATTORIA DA MARICA**  
SALTO OSTACOLI

DOMENICA 13 SETTEMBRE  
**GT QUARTER HORSE**  
SPECIAL SLALOM RACING TIRE

Per info: [info@acsiequitazionetoscana.it](mailto:info@acsiequitazionetoscana.it)  
Marica - 3407776275  
Andrea - 3479144693



## Equi-Summer Cup 2020

Il settore **EQUITAZIONE ACSI TOSCANA**, coordinato dal **COMITATO PROVINCIALE ACSI LUCCA**, si muove da 4 anni nell'area delle manifestazioni promozionali di base per consentire a cavalieri ed amazzoni di fare pratica sui campi dei centri ippici affiliati. L'obiettivo è diventare i campioni del domani! Anche quest'anno, nonostante l'emergenza Covid-19, tutto lo **staff Tecnico e Dirigenziale ACSI** ha deciso di non mollare e di organizzare momenti di gara al posto del consueto campionato. **I Protocolli di Sicurezza, appositamente redatti**, dimostrano che la passione e la voglia di fare sport vincono su tutto!

**3 gare x 3 discipline: Special Slalom Racing Tire 9 agosto, Salto Ostacoli 30 agosto, Special Slalom Racing Tire 13 settembre. Monta Inglese e Monta Western**, due settori diversi ma uniti dalla condivisione integrata uomo-cavallo nel superamento di un percorso in cui eleganza, potenza, intesa, velocità ed abilità sono elementi fondamentali. Da sottolineare anche l'importanza del contatto con l'ambiente: il binomio **SPORT e NATURA - molto diffuso nell'ACSI** - è la forza motrice di questi eventi ideati per il divertimento, il confronto, la crescita personale e professionale di tutti i cavalieri coinvolti. Un ringraziamento speciale al Presidente **Aldo Novelli**, allo Staff Dirigenziale e Tecnico di Settore **Paolo Baracchini, Giulia Pescini, Marica De Cesare, Andrea Taddei**, oltre a tutti gli **Istruttori ACSI, i Cavalieri e le loro famiglie**. Per informazioni sulle attività: [www.acsiequitazionetoscana.it](http://www.acsiequitazionetoscana.it) [info@acsiequitazionetoscana.it](mailto:info@acsiequitazionetoscana.it)



**ACSI** EQUITAZIONE  
*abbigliamento uomo-donna*



## Nell'anno del 60° l'ACSI incentiva la politica dei servizi: accordo polivalente con la "AssoTutelati"

**E' stato stipulato un importante protocollo d'intesa fra l'ACSI e la AssoTutelati.** L'accordo consentirà ai soci dell'ACSI di fruire dei servizi messi a disposizione dalla AssoTutelati che vengono di seguito esplicitati.

### Cosa è AssoTutelati?

La AssoTutelati è una associazione di promozione sociale, la cui esclusiva finalità è di tutelare, con ogni mezzo legittimo ivi compreso il ricorso allo strumento giudiziario, i diritti e gli interessi dei consumatori ed utenti, categorie socialmente deboli.

L'associazione opera a livello nazionale mediante una rete di avvocati civilisti che consentono di garantire all'associato una tutela a 360° in tutti i Tribunali d'Italia. Negli ultimi mesi la AssoTutelati ha sviluppato, al suo interno, quattro nuovi progetti:

- **Viaggiatori Tutelati:** una piattaforma nella quale i passeggeri sono tutelati gratuitamente se vittime di disagi aerei come la cancellazione o il ritardo di almeno tre ore del proprio volo.
- **Coniugi Tutelati:** una piattaforma che permette un supporto, con costi calmierati, per tutte quelle coppie che decidono di interrompere il proprio matrimonio. Il progetto prevede anche uno "sportello" legale online gratuito per gli associati.
- **Atleti Tutelati:** una piattaforma che permette, mediante l'iscrizione, di ricevere un supporto di pronto soccorso legale per tutti gli atleti o società/associazioni sportive.
- **Creditori Tutelati:** una piattaforma che permette agli associati di recuperare, mediante procedure giudiziarie o stragiudiziali, i propri crediti.



## PROGETTO VIAGGIATORI TUTELATI

In pochi sanno che il viaggiatore è tutelato dal **Regolamento Europeo 261/2004** che prevede, in caso di ritardo di almeno tre ore o di cancellazione del proprio volo, un risarcimento che, a prescindere dalla classe del biglietto e da quanto lo stesso sia costato, varia **dai 250,00 ai 600 Euro** a persona. La maggior parte delle volte il passeggero nel richiedere questo tipo di risarcimento deve aggirare una serie di ostacoli primo fra tutti l'"ostracismo" della compagnia aerea che, sicuramente, farà di tutto per impedire l'erogazione del risarcimento stesso. L'unico modo per il passeggero di ottenere giustizia sarebbe affidarsi a un legale che spesso risulta essere troppo costoso per la cifra che si dovrebbe recuperare. Viaggiatori Tutelati, con il suo team di avvocati è in grado di fornire all'**associato ACSI** una forma di tutela completamente gratuita. L'associato ACSI non dovrà preoccuparsi delle pratiche burocratiche necessarie per il risarcimento e se la compagnia aerea continuerà ad affermare di non dover pagare, Viaggiatori Tutelati citerà la compagnia stessa (sempre gratuitamente) proseguendo l'attività sui canali giudiziari. **Cosa succede se la causa in Tribunale viene persa e il passeggero viene condannato a pagare le spese del giudizio?**

In questo caso, ipotesi rarissima, sarà Viaggiatori Tutelati a corrispondere tutte le spese del giudizio!

**Quali sono le altre tutele offerte da Viaggiatori Tutelati?** Viaggiatori Tutelati supporta l'associato ACSI, sempre gratuitamente, anche nei casi di: mancato imbarco per overbooking, ritardo nella consegna della valigia, smarrimento della valigia e perdita della coincidenza. Per maggiori informazioni visitate il sito [www.viaggiatoritutelati.com](http://www.viaggiatoritutelati.com)





## CONIUGI TUTELATI

La AssoTutelati offre a tutti i soci ACSI un servizio di diritto di famiglia volto a garantire la tutela dei diritti dei coniugi che hanno intenzione di separarsi o di divorziare. Di seguito vengono indicate tutte le tipologie che il progetto tratta:

### Separarsi velocemente

I tempi e le spese giudiziarie sono spesso indicati come le ragioni che giustificano il ricorso all'istituto della separazione consensuale. Alla base della separazione consensuale, deve esserci l'accordo dei coniugi sull'affidamento dei figli, sul collocamento di questi ultimi e sulle modalità di vita, all'assegnazione della casa coniugale, sugli aspetti patrimoniali relativi sia al contributo al mantenimento dei figli sia, eventualmente, all'assegno per il contributo al mantenimento del coniuge non autosufficiente economicamente. La separazione consensuale si propone con ricorso di entrambi i coniugi, anche senza l'assistenza di un avvocato, al Presidente del Tribunale, dove entrambi o uno dei coniugi ha la residenza, indicando in modo dettagliato e completo le condizioni dell'accordo raggiunto ed allegando i documenti necessari (certificati di residenza e di stato di famiglia di entrambi i coniugi ed estratto per riassunto dell'atto di matrimonio). Il Presidente del Tribunale fisserà la data dell'udienza alla quale dovranno comparire personalmente entrambi i coniugi; se le parti insistono per separarsi il Presidente, dopo aver dato lettura delle condizioni che i coniugi dovranno sottoscrivere, rimetterà il fascicolo al Collegio per il decreto di omologazione. In tal modo si conclude con una sola udienza l'iter avanti il Tribunale che omologherà gli accordi, qualora ricorrano i presupposti di legge.



## SEPARARSI LITIGANDO

Accanto alla separazione consensuale, dove i coniugi si accordano su come regolare i loro rapporti (cfr. separarsi senza litigare) relativi all'affidamento dei figli minori, all'assegnazione della casa coniugale e all'assegno per il contributo al mantenimento dei figli e all'eventuale assegno per il contributo al mantenimento da parte di un coniuge a favore dell'altro coniuge, esiste la separazione giudiziale, dove questo accordo non c'è e il Tribunale è chiamato a regolare i rapporti tra i coniugi a seguito di un ricorso presentato dal marito o dalla moglie con l'assistenza di un avvocato. In quest'ultimo caso inizierà una vera e propria causa con la prova documentale e testimoniale e il Tribunale pronuncerà una sentenza di separazione che, su richiesta di uno dei coniugi, potrà anche essere con addebito (colpa) all'altro coniuge, qualora lo stesso dimostri la responsabilità dell'altro coniuge nel causare la intollerabilità della convivenza e il fallimento del matrimonio. L'assegno per il contributo al mantenimento del coniuge è previsto solo qualora quest'ultimo non abbia adeguati redditi per provvedere al proprio mantenimento e qualora la separazione non sia a lui addebitabile. I costi della separazione giudiziale sono superiori a quelli di una separazione consensuale e i tempi molto più lunghi. La separazione giudiziale si può trasformare, durante il giudizio, con l'accordo dei coniugi, in consensuale.

## IL DIVORZIO

La vera fine del matrimonio si realizza con il divorzio, che incide proprio sul vincolo matrimoniale e si possono contrarre nuove nozze. Si parla di scioglimento del matrimonio in presenza di rito civile o di cessazione degli effetti civili per il matrimonio concordatario.



Con la separazione, invece, si rimane coniugi anche se si sospendono gli effetti del rapporto patrimoniale. Con il divorzio vengono meno tutti i diritti ereditari, mentre con la separazione continuano, a meno che la separazione non sia stata pronunciata con addebito al coniuge superstite. A seguito della L. 132/2014, i tempi che devono intercorrere tra la separazione e il divorzio sono stati ridotti ad un anno nel caso di separazione giudiziale e a sei mesi in caso di separazione consensuale; i termini decorrono rispettivamente dalla prima udienza di comparizione davanti al Presidente del Tribunale e dalla redazione del verbale di separazione consensuale. Nel caso di separazione giudiziale, ci deve essere stata anche la pronuncia della sentenza di separazione passata in giudicato. Sono previsti un divorzio congiunto e un divorzio giudiziale (con tempi e costi maggiori) a seconda che i coniugi siano d'accordo o non sulla regolamentazione degli aspetti economici relativi al contributo al mantenimento dei figli, all'affidamento dei figli minori, all'assegnazione della casa coniugale. Nel divorzio congiunto i coniugi, con l'assistenza di uno o più avvocati, presentano un ricorso congiunto contenente gli accordi raggiunti tra di loro e verrà fissata un'udienza avanti al Presidente del Tribunale che, esperito il tentativo di conciliazione, rimetterà il fascicolo al Tribunale per l'emissione del provvedimento di divorzio. Per quanto riguarda il divorzio giudiziale, invece, le parti formuleranno ciascuna le proprie domande contrastanti e il Tribunale, dopo l'emissione dei provvedimenti in sede presidenziale per la regolamentazione degli aspetti più urgenti, deciderà a seguito di un'istruttoria emettendo una sentenza di divorzio. Una volta emessa la sentenza di divorzio, la stessa verrà annotata sui registri di Stato Civile.



## ATLETI TUTELATI

Atleti Tutelati è un progetto sviluppato per assistere gli sportivi avanti i gradi della giustizia sportiva di qualsiasi federazione o enti di promozione sportiva affiliati al CONI. Tutti i professionisti che collaborano con l'associazione sono altamente qualificati con una esperienza pluridecennale in questa materia. Oltre alla consulenza cosiddetta stragiudiziale in materia di contrattualistica è offerta una difesa avanti tutti i gradi di giudizio. Sono tutelati anche gli interessi delle società e delle associazioni sportive. Viene altresì fornita una consulenza ed una difesa in materia di doping.

## CREDITORI TUTELATI

Creditori Tutelati è un progetto sviluppato dalla AssoTutelati realizzato per assistere i cittadini nel recupero di un credito verso un debitore. Il portale offre una serie di servizi volti al recupero del credito che può avvenire di due modalità: Stragiudiziale o Giudiziale.

### **Recupero credito con modalità stragiudiziale:**

Consiste nel recuperare i crediti del cliente

tramite solleciti telefonici o in via scritta mediante l'invio di raccomandate. **Efficacia dell'Azione: Limitata. Di cosa necessitiamo per partire con il recupero crediti?**

Di attestazioni che confermino l'effettivo credito come ad esempio contratti stipulati o lettere attestanti l'ammissione del debito da parte del debitore.

### **Recupero credito con modalità giudiziale:**

Consiste nel recuperare i crediti del cliente mediante una azione giudiziaria che prevede un iter ben definito: Invio di una lettera di messa in mora al debitore. Nel caso in cui il debitore non dovesse riconoscere il debito, sarà iscritto a ruolo un ricorso per decreto ingiuntivo. Il giudice emetterà il decreto ingiuntivo e noi notificheremo l'atto al debitore. Qualora il debitore non dovesse ancora pagare spontaneamente verrà avviata una procedura di pignoramento presso terzi. **Efficacia dell'azione: risolutiva.**

### **Di cosa necessitiamo per partire con il recupero crediti?**

Di attestazioni che confermino l'effettivo credito come ad esempio contratti stipulati o lettere attestanti l'ammissione del debito da parte del debitore. **Tempistiche:** Purtroppo i tempi per ottenere il credito sono legati alla velocità del tribunale. Si stima una tempistica media di 12 mesi per il recupero del credito. **Costi fissi:** il creditore dovrà supportare dei costi fissi relativi all'acquisto del contributo unificato, marche da bollo ed eventuali indagini per verificare eventuali conti correnti e immobili da pignorare. Info: [www.acsi.it](http://www.acsi.it) - [www.assotutelati.com](http://www.assotutelati.com)



## Il ruolo della pratica fitness per il benessere psicofisico

### 7<sup>a</sup> parte

Nel prosieguo dei capitoli che registrano le varie tappe di preparazione dei futuri cicli (macro – meso – micro – seduta di allenamento) abbiamo spiegato, grazie a tecnici professionisti, come sia necessario, nell'anamnesi del soggetto, ovvero prima di iniziare qualsiasi tipo di allenamento, valutare le necessità "personali": visita medica meglio se sportiva, eventuali visite specialistiche tipo oculistica, odontostomatologica, analisi composizione corporea – Bia, esame posturologico. Il secondo passo è stabilire quale disciplina sportiva l'aspirante atleta intenda seguire, per ora anche solo in quale area energetica e gestuale, in seguito specificando in modo preciso quale disciplina sarà o potrebbe essere quella d'elezione. Il successo sarà indubbiamente più sicuro perché avremo soggetti che hanno ben valutato anche quali caratteristiche psico-fisiche possiedono ed in base alle loro migliori qualità quindi scegliere la disciplina più adatta, così già partendo da basi solide. Verranno quindi analizzate: le caratteristiche costituzionali e antropometriche – le caratteristiche neurologiche e fisiologiche – le caratteristiche psicologiche - le capacità cognitive e percettive – così stabilendo anche se più adatto a sport condizionali o sport coordinativi. Per ora limitiamoci a dividere i sistemi di allenamento che saranno la base per gruppi di sport con prevalenza muscolare o prevalenza organica o misti. Lasciamo quindi la parola al **professor Andrea Umili, già presidente della Federazione italiana pesistica dal 1999 al 2005; ora con incarico universitario a Pisa quale docente di teoria e metodologia dell'allenamento; autore di testi che sono la colonna portante degli allenamenti** anche per adolescenti e mio infaticabile e prezioso compagno di mille corsi per tecnici di tutti i livelli.

**Dott. Enrico Pierotti – Comitato Scientifico dell'Area di Formazione Motoria e Sportiva ACSI**





**Scrivi il professor Andrea Umili:** "I sistemi di allenamento si dividono in due grandi gruppi: – le sistematiche a prevalente impegno organico- le sistematiche a prevalente impegno neuro-muscolare. Le prime, a loro volta, si suddividono in tre sottogruppi principali: - **1) Lavoro di durata – 2) lavoro intervallato – 3) lavoro sul ritmo.**

**1)** In breve, il lavoro di durata si prefigge lo scopo di creare una capillarizzazione sanguigna che permette di svolgere un efficiente lavoro aerobico. In altre parole si cerca di migliorare il rifornimento locale di ossigeno e quindi di massimizzarne l'assorbimento: aumento del VO<sub>2</sub> max. Un lavoro a ritmo blando prolungato e con una bassa intensità, tale da non incorrere in acidosi e quindi da poterlo protrarre a lungo, questo costituisce il miglior metodo. Un lavoro di questo genere rappresenta il primo passo per affrontare qualsiasi preparazione fisica.

**2)** Il lavoro intervallato (interval-training) si propone di aumentare l'efficienza cardio-circolatoria; basandosi sul principio che il cuore svolge un'azione completa di massimo riempimento e massimo svuotamento delle sue cavità, quando batte a un ritmo di 120-180 pulsazioni al minuto. Sinteticamente, quindi, si arriva ad un'intensità di lavoro che fa raggiungere al cuore i 180 battiti al minuto, si effettua una pausa attiva che faccia scendere i battiti a 120, quindi si ripete il tutto un numero conveniente di volte, in modo da oscillare sempre tra questi due parametri fissi. Con questo tipo di allenamento le pareti del muscolo cardiaco, sollecitate completamente, tendono a ipertrofizzarsi, potenziandone la gittata.

**3)** Il lavoro frazionato distingue anche altre due metodiche: le corse sul ritmo intervallato, con pause che permettono i 2/3 del recupero, e le cosiddette prove ripetute, con pause di completo recupero, ad un'intensità massimale. Come si può notare l'allenamento deve procedere sempre da un lavoro aerobico a un lavoro anaerobico lattacido e infine a un lavoro anaerobico alattacido, sia considerando un macrociclo, sia un microciclo, sia una singola seduta di allenamento (**N:B: E' importante ricordare tale basilare indicazione quando compileremo sedute di allenamento da inserire nell'unità di allenamento stesso come nei vari microcicli, meso e macrocicli**).





**Le sistematiche a prevalente impegno neuro-muscolare si suddividono in: 1) allenamento alla massima velocità; - 2) allenamento con sovraccarichi.**

Eh si, allenamento con sovraccarichi, ma facendo una debita distinzione: da una parte l'allenamento della forza, dall'altra, l'allenamento dell'ipertrofia. Solo la forza, massimale o veloce, o reattivo elastica appartengono alle sistematiche a prevalente impegno neuro-muscolare. L'ipertrofia appartiene alle sistematiche a prevalente impegno organico. Questa precisazione assume un'importanza determinante, perché le sistematiche per il loro allenamento sono diversissime; in molti casi addirittura opposte.

Per esempio, per l'ipertrofia è opportuno sviluppare acido lattico, quindi ripetizioni numerose: da 6 a 12-15 talvolta di più, pause di recupero tra le serie, incomplete, sotto i 3 minuti, talvolta molto sotto. Per la forza massimale e veloce, all'opposto, dovendo limitarci al meccanismo anaerobico alattacido, poche ripetizioni (da 1 a 6), e pause di recupero complete, dai 3 ai 5'.

**E' per questo che l'allenamento per la forza, non producendosi acido lattico, od in minima quantità, può essere ripetuto più volte durante la settimana, senza attendere i lunghi recuperi degli allenamenti per l'ipertrofia. I pesisti, per esempio, allenano le gambe tutti i giorni, cosa impensabile per i culturisti che attendono da 2 a 6-7 giorni prima di riallenarle.**

1) Il primo gruppo comprende tutte quelle metodiche che consentono di sviluppare una grande velocità esecutiva del gesto atletico: quindi carico minimo, che non rallenti l'azione, miglioramento della coordinazione neuro-muscolare, lavoro aerobico a grande impegno nervoso.

2) Le metodiche con sovraccarico si suddividono a loro volta in: lavori a carico minimo, medio, elevato, massimo, allenamento alla potenza, lavoro isometrico, lavoro pliometrico. A ulteriore dimostrazione si noti come i tecnici del passato e del presente non hanno fatto altro che adottare metodiche, ora codificate, quali i metodi preparatori per gli sport."



Possiamo classificare i sistemi di allenamento sulla base dell'impegno prevalente:

## **MAPPA DEI SISTEMI D'ALLENAMENTO**

### **1) a prevalente impegno organico**

- Lavoro continuo (endurance-resistenza aerobica e anaerobica).
- Lavoro interrotto da pause complete e incomplete (endurance-resistenza aerobica e anaerobica).

### **2) a prevalente impegno muscolare**

- Contrazioni Isotoniche (o dinamiche o anisometriche) suddivise in: concentriche - eccentriche - Contrazioni isometriche (o statiche) con "attitudine" concentrica o eccentrica.
- Contrazioni in allungamento suddivise in stiramento (semplice e doppio) - pliometria (allungamento preceduto da accorciamento)- isocinetiche - auxotoniche.

### **Come dividere, concettualmente, questi sistemi?**

1- Prevalente impegno organico in cui la partecipazione del corpo allo sforzo unitario è globale per l'intervento delle grandi funzioni cardio-circolatorie, respiratorie e omeostatiche.

2- Prevalente impegno neuro-muscolare in cui la partecipazione del corpo è settoriale.

Se ne deduce, conseguentemente, che tutti i sistemi di allenamento utilizzati in discipline settoriali, quindi a prevalenza muscolare, purtroppo, spesso, tralasciano tutti i sistemi a impegno organico. Fortunatamente, tecnici illuminati hanno aggiunto o teorizzato allenamenti anche con l'aggiunta di lavori organici, con indubbi risultati positivi. Si tenterà quindi di inserire, nel programma generale, alcuni sistemi a impegno organico.

**N.B: Le sistematiche, a prevalente impegno organico, sono quelle che producano cambiamenti organici, anche quantitativi e visibili, dell'intero corpo o di una parte di esso: ampliamento delle cavità cardiache, aumento della capacità polmonare, aumento del numero dei capillari sanguigni. Ecco perché sarebbe più opportuno inserire tra esse anche l'ipertrofia. Da notare che queste modificazioni strutturali, perché siano mantenute nel tempo, necessitano di essere sempre allenate: che senso avrebbe mantenere un cuore grande o un braccio di 50 cm per un impiegato che conduce vita sedentaria?**

**Contrariamente, le sistematiche a prevalente impegno neuromuscolare, dove un sistema nervoso allenato induce effetti sulla contrazione muscolare, riuscendo a regolare la forza, tramite il reclutamento delle fibre o la frequenza degli impulsi nervosi, possono mantenerne gli effetti a distanza di tempo, anche se non vengono costantemente allenate. Col tempo si perdono velocemente le componenti organiche, massa muscolare, resistenza, ecc. ma si mantengono quasi integre quelle nervose, la forza, la coordinazione neuro muscolare, ecc.**



### **Prof. Andrea Umili**

– Presidente Federazione pesistica  
ed Allenatore squadra nazionale

– Docente alla Scuola dello Sport del CONI  
e dell'Università di Pisa

# L'IMPORTANZA DI UN CONTATTO DENTALE FISIOLÓGICO NELLO SPORTIVO: IL CORPO UMANO E' FORMATO DA CATENE E LA SUA FORZA E' DATA DALL'ANELLO PIU' DEBOLE

(segue dal numero precedente)

L'occlusione acquista un'importanza fondamentale per le patologie che essa può provocare, sia per la performance degli sportivi sia nel creare patologie muscolari che si concretizzano, quando appaiono sintomi spontanei, in cefalee e cervicalgie tensive lunghe e persistenti spesso resistenti ai farmaci. Queste poi difficilmente vengono diagnosticate dai medici o dagli stessi odontoiatri per mancanza di informazione.

Il 78% delle cefalee e cervicalgie muscolo tensive, di cui soffre la grande maggioranza della popolazione, sono di origine occlusale (malocclusione) e solo l'odontoiatra preparato può guarire questi pazienti anche se ne soffrono da decenni. Una visita gnatologica (ma si badi bene) presso un odontoiatra specialista, è sempre opportuna non solo per chi pratica sport ma per tutti.

**Nb. La gnatologia (materia tanto importante ma poco e male conosciuta anche dagli stessi odontoiatri) è quella branca dell'odontoiatria che studia i rapporti di occlusione dentale e la loro fisiopatologia. Malposizioni, causate da distonie muscolari a carico anche di una sola delle unità interconnesse, spesso si ripercuotono sulle altre, lontane dalla causa sorgente.**

S. Lentini ci fa notare che il corpo umano può essere considerato un insieme biomeccanico costituito da tre unità funzionali:

- la mandibola e il cranio, collegati dalle ATM
- la cintura scapolo-omerale, con le articolazioni acromio-clavicolare, sterno-clavicolare e scapolo-omerale
- la cintura pelvica, con le articolazioni sacro-coccigea, sacro-illiacca e ileo-femorale.

Queste unità funzionali sono collegate da due raccordi:

- il tratto cervicale
- il tratto tronco-lombare.
- malposizioni o disfunzioni a carico di una delle unità interconnesse, spesso si ripercuotono sulle altre, provocando inclinazioni o curve di compenso dei segmenti vertebrali di collegamento (= disfunzioni muscolari).



# CONCLUSIONE

La nuova tecnica terapeutica da noi scoperta porta a risultati impensabili.

Viene attuata attraverso l'applicazione di un "bite" sul quale si applicano le teorie ispirate dal feedback occlusale.

Queste permettono il riposizionamento graduale della mandibola dalla sua posizione viziata (causata dalla malocclusione) alla posizione fisiologica.



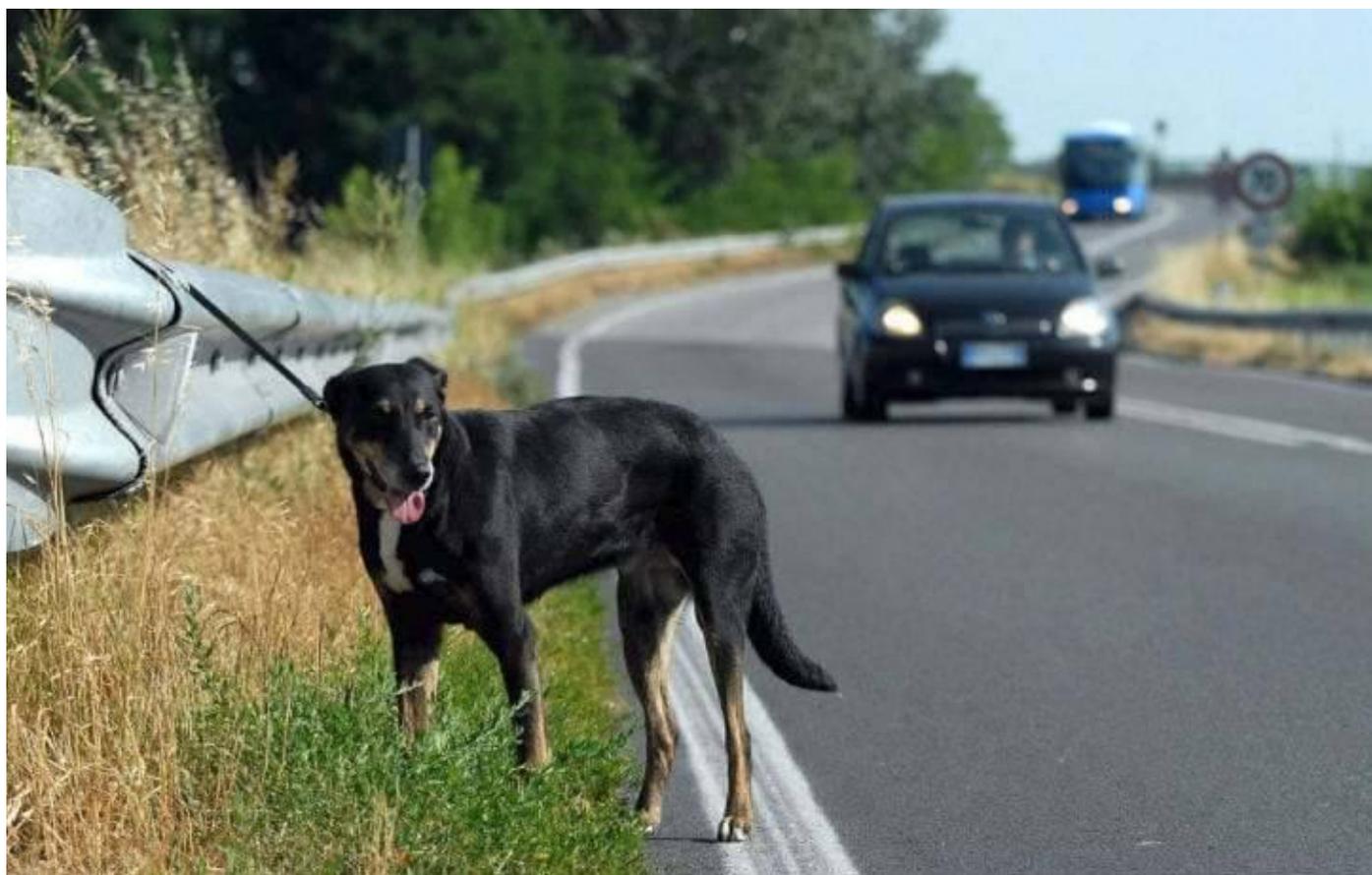
Le figure dimostrano quanto si è riposizionata la mandibola, in una sola seduta, applicando un precontatto, questa volta "terapeutico" (ecco la novità) nelle cuspidi palatine degli ultimi molari.

Il tutto avviene attraverso riflessi inibitori sui muscoli in tensione, al di fuori della volontà del paziente.



**Dott. Ivano Carotta – Laurea in Medicina e Chirurgia – Specialista in Odontostomatologia e protesi dentaria.**

Già Docente al Corso di Laurea Università di Ferrara. Insignito dalla Facoltà di Medicina e chirurgia del titolo di "Cultore della materia – Discipline Odontostomatologiche". Esperto relatore sui disordini del sistema masticatorio senza l'uso di medicinali. Direttore scientifico del Medical Center Merano. Collaboratore del Comitato ACSI Merano.



## QUALITÀ DELLA VITA

# Gli animali sono dotati di coscienza come l'uomo ma nutrono sentimenti migliori

di Sabrina Parsi

Come ogni anno nel periodo estivo si registra la punta massima del fenomeno di abbandono degli animali. Numerosi cani, per esempio, vengono lasciati ai bordi delle strade: il cucciolo tanto amato per il resto dell'anno diventa improvvisamente un peso. Ma l'estate non è l'unica causa di abbandono e non è l'unica forma di violenza nei confronti degli animali. Ancora oggi il predominio dell'uomo sulla natura si ispira alla filofopia cartesiana su cui si fonda la nostra società: "**Cogito ergo sum**" (**Penso dunque sono**).

Si tratta di una conclusione del celebre filosofo francese **Renè Descartes (Cartesio)** scaturita da un suo complesso ragionamento pubblicato nel 1637 che ha dato vita ad un **pregiudizio antropocentrico: l'uomo al centro dell'universo**. Codificare una differenza tra la nostra specie ed il resto in un certo senso ha legittimato lo sfruttamento degli animali perchè considerati inferiori.





**"Puoi  
conoscere  
il cuore di  
un uomo  
già dal modo  
in cui egli  
tratta  
gli animali"**

**(Immanuel Kant)**

Tuttavia da qualche decennio la scienza sta dimostrando che tutta la vita è interconnessa ed interdipendente: gli umani non sono gli unici esseri coscienti del pianeta.

**Il 7 luglio del 2012 un gruppo internazionale di eminenti scienziati ha sottoscritto la dichiarazione di Cambridge sulla coscienza (The Cambridge declaration on consciousness).**

La dichiarazione afferma infatti che molti animali sono coscienti e consapevoli allo stesso livello degli esseri umani (la lista comprende tutti i vertebrati e, tra gli invertebrati, il polpo). Gli animali hanno infatti emozioni, sono intelligenti e sanno bene chi sono. Sono inoltre senzienti cioè dotati di sensi e di sensibilità: un animale picchiato non solo prova dolore fisico ma si innescano in lui emozioni come la paura e l'ansia. A confermare questo non sono gli animalisti ma la scienza che in questi decenni è riuscita a dimostrare l'esatto opposto di quanto sostenuto in passato.

Considerare l'animale come un essere in grado di provare emozioni probabilmente ci induce a porci domande come queste: quali emozioni prova l'animale all'interno di un allevamento intensivo, in un laboratorio dove sta per essere utilizzato come cavia, in un canile in cui viene rinchiuso per tutta la vita?

Gli studi scientifici - indirizzati a dimostrare la capacità degli animali a provare emozioni - hanno evidenziato, ad esempio, come le capre siano in grado di emettere vocalizzi associabili a richieste di cibo, frustrazione, senso di isolamento.

Come le condizioni in cui vivono i cavalli da soli nei box: sviluppano varie forme di ansie e di paure. Anche i pesci sono esseri senzienti ed hanno sviluppato varie forme di personalità. Senza dubbio non è una scoperta di poco conto verificare scientificamente che moltissimi animali non hanno solo l'istinto che si differenzia dalla ragione umana ma hanno una vera e propria intelligenza.

Le dimostrazioni scientifiche sono un passo importante per gran parte del mondo vegetale che, come quello animale, ha proprietà senzienti e pensanti. Un animale che sta per essere ucciso lo capisce. Una pianta che sta per essere abbattuta avverte il pericolo emettendo un grido di dolore percepito dalle altre piante intorno. Questa nuova consapevolezza dovrebbe suscitare nell'uomo più umiltà e quel rispetto nei confronti degli altri esseri viventi che fino ad oggi non ha avuto.

**Secondo uno studio del 1999 del biologo Edward Wilson ogni giorno si estinguono 74 specie di animali e di vegetali.**

Oggi, a causa della globalizzazione e dei continui danni che l'uomo arreca all'ambiente, quel numero potrebbe essere decisamente superiore. Poiché abbiamo fatto dell'intelligenza una delle chiavi per distinguerci dagli animali, la questione dell'intelligenza animale è ancora oggi controversa. Tuttavia la psicologia animale - un ramo abbastanza recente della psicologia - ha iniziato solo in questi ultimi anni una vera analisi metodica della psiche animale.

## Come e dove inviare articoli e foto

**“ACSI Magazine” intende valorizzare le potenzialità progettuali e le risorse umane che operano su tutto il territorio nazionale. Saranno privilegiate le comunicazioni che annunciano gli eventi con largo anticipo (testi in word e locandine in jpg). I fotoreportages – relativi a manifestazioni già realizzate – devono pervenire in redazione entro le 48 ore successive alla conclusione dell’evento (testi in word ed immagini in jpg). Inviare comunicati stampa, locandine ed immagini all’indirizzo di posta elettronica: [comunicazione@acsi.it](mailto:comunicazione@acsi.it)**



## Colophon “ACSI Magazine”

Direttore responsabile: Antonino Viti

Condirettore: Enrico Fora

Caporedattore: Sabrina Parsi

Direzione - Redazione - Amministrazione

Via dei Montecatini n. 5 - 00186 Roma

Tel. 06/67.96.389 - Tel. 06/69.90.498

Fax 06/6794632 - Internet: [www.acsi.it](http://www.acsi.it)

E-mail: [comunicazione@acsi.it](mailto:comunicazione@acsi.it)

In attesa della registrazione della testata  
presso il Tribunale Civile di Roma