

18 MAR. 2013

# pensionati

A cura della Segreteria Nazionale  
della Federazione Pensionati UGL

## news

Lo sport, finalizzato ad attività non solo motorie per anziani, sembra stia prendendo piede anche in Italia dove si ritiene, erroneamente, che soltanto i giovani siano in grado di "sgambettare" sui campi sportivi o nelle palestre.

E' stato ormai abbondantemente dimostrato che il movimento ( adeguato, studiato, controllato ) determinato da talune attività sportive può aiutare moltissimo che tende a mettersi in poltrona e muovere soltanto alcune dita per far funzionare il telecomando del televisore.

Può giovare moltissimo anche alla psiche favorire contemporaneamente il recupero graduale ma costante dell'uso di determinati arti "intorpiditi" dalla pigrizia. E' chiaro che tutto ciò deve avvenire sotto stretto e continuo controllo dei medici sportivi dotati di tutte le attrezzature necessarie.

Un anziano "più sano" è anche un anziano "meno costoso" per la società.

E' opportuno quindi un intervento degli enti locali per "sovvenzionare" direttamente o indirettamente quei centri sportivi che intendono mettere a disposizione degli anziani istruttori specializzati.

Istruttori che potrebbero essere formati direttamente dall'ISEF o prelevati dalle folte schiere di diplomati - ISEF disoccupati, opportunamente istruiti per le esigenze degli anziani.

Sarebbe anche opportuno favorire le attività degli anziani legate alla caccia ed alla pesca sportiva, rendendo gratuiti i "patentini" per gli ultrasessantacinquenni.

**LO SPORT**

**E LE ATTIVITA'**

**MOTORIE**



**IL PENSIONATO ITALIANO**

**CAMPIONE DI "SALTO DEL PASTO"**

Segreteria Nazionale - 00187 Roma, via Margutta 19

Telefono diretto: 0632482248 - fax 0632482251 -

Internet: [uglpensionati.it](http://uglpensionati.it) - e-mail: [pensionati@ugl.it](mailto:pensionati@ugl.it)

Pagina facebook: [www.facebook.com/ugl\\_federazione\\_nazionale\\_pensionati](http://www.facebook.com/ugl_federazione_nazionale_pensionati)