SaronnoNews

Cittadini del Mondo Varesina: lo spazio per stare bene

Damiano Franzetti · Wednesday, October 21st, 2026

L'avvio di una **nuova stagione sportiva** offre tanti stimoli, soprattutto se si tratta di unire insieme **molteplici aspetti** che riguardano non soltanto l'implemento della performance e la soddisfazione calcistica, ma anche quel **benessere psicofisico** che ogni intento riabilitativo dovrebbe perseguire.

La **salute mentale** è stata di recente **celebrata nella giornata a essa dedicata del 10 ottobre;** è senz'altro un promemoria importante, ma sappiamo bene che non si può ridurre soltanto a questo: dietro le quinte di questo palcoscenico v'è un **lavoro costante e continuo da parte dei Servizi territoriali** per onorare e sostenere le storie e le vicende di tante persone la cui vita è segnata da una ferita che spesso è invisibile e che altrettanto spesso è ancora stigmatizzante.

Nel corso del tempo gli **interventi riabilitativi si sono moltiplicati** e, grazie all'impegno, alla dedizione e alla creatività di tanti operatori vengono offerte svariate **occasioni di incontro** volte al miglioramento delle condizioni di salute e di vita per coloro che afferiscono ai servizi psichiatrici. **Alcune di queste proposte si sono radicate** in modo forte nel territorio e duraturo nel tempo e rappresentano senza dubbio **un'eccellenza** qualitativa di intervento; tra esse, la nostra esperienza sportiva con la squadra dei ***Cittadini del Mondo Varesina*** che si presenta sui campi da gioco come **team provinciale dei Servizi di Salute Mentale** per il 17° anno da quando gli operatori delle ASST e di alcune strutture del privato hanno scelto di unire le forze per dare vita a **uno dei progetti più longevi,** riconosciuti e significativi nell'ambito della riabilitazione sportiva e psicosociale.

Abbiamo avuto occasione già molte volte di raccontare quale sia **l'intenzionalità che sta alla base di questo percorso,** ma vale la pena ribadirlo ancora. È vero che il ritrovarsi in un centro sportivo e su un **campo da calcio** è qualcosa che nasce dalla **condivisione di una passione:** siamo lì perché ci
piace; ma è pur vero che tutti coloro che hanno dato vita a questo sogno che ancor oggi vive, si sono messi in gioco per **trasformare questa passione in competenza** e consentire alle persone che continuano ad aderire al progetto e frequentare l'attività di trovare una **contesto** che non solo permetta loro di **divertirsi,** ma che sia anche **orientato e finalizzato alla costruzione** di occasioni di **benessere** – parola questa riconducibile a tanti ambiti di esistenza e che, nel nostro caso specifico, si cala dentro importanti aree di intervento.

Quella sportiva, senza dubbio, perché è risaputo quanto l'attività fisica influisca non solo sul miglioramento della salute corporea, ma anche sullo scarico dello stress emotivo e sulla fruizione delle risorse motivazionali interne al soggetto.

Quella sociale, poiché l'attività si svolge in gruppo e dentro il gruppo si sviluppano e si affinano dinamiche inerenti la condivisione, il rispetto, il confronto, il raggiungimento di traguardi comuni.
Quella intrinseca e personale dell'individuo che è chiamato (e sostenuto) a portare avanti con costanza un'esperienza che occupa gran parte dell'anno (cominciamo a settembre e finiamo a giugno) e che impegna due volte a settimana consentendoci di lavorare sugli stimoli motivazionali e sul coinvolgimento attivo inteso come rendere ciascuno consapevole del valore della sua presenza all'interno del gruppo.

Tutto ciò si concretizza in **tempo speso per organizzare al meglio l'attività** e in volontà di definire costantemente il progetto con quell'impronta realizzante e inclusiva che da sempre lo caratterizza. **L'ambiente ospitale della Varesina Calcio** è un sostegno **fondamentale** perché ciò avvenga, così come il **circuito UISP regionale** che ci offre la possibilità di sperimentarci nei **campionati** (l'invernale comincerà tra breve, alla fine di ottobre) dove questa nostra esperienza territoriale incontra quelle delle **altre realtà lombarde** che si occupano di salute mentale. A tal proposito, **il 21 ottobre** sarà proprio il **Varesina Sports Center a ospitare l'evento di apertura** dell'anno sportivo nel quale si incontreranno tutte le squadre del torneo per le premiazioni dei campionati della stagione passata.

Questo progetto dei **Cittadini del Mondo continua dunque a essere** nello stesso tempo un grande **sogno** e una robusta **realtà:** è il desiderio che continua ad alimentarsi e realizzarsi di dare vita a qualcosa che **si cali nella vita delle persone in modo significativo, indimenticabile** e, soprattutto, come spazio esistenziale dello stare bene.

Emanuele Martignoni
Referente attività Cittadini del Mondo,
Sport Coach area tecnica CONI

SPECIALE UISP – Tutti gli articoli su VareseNews

This entry was posted on Wednesday, October 21st, 2026 at 10:25 am and is filed under Sport, Varesotto
You can follow any responses to this entry through the Comments (RSS) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.