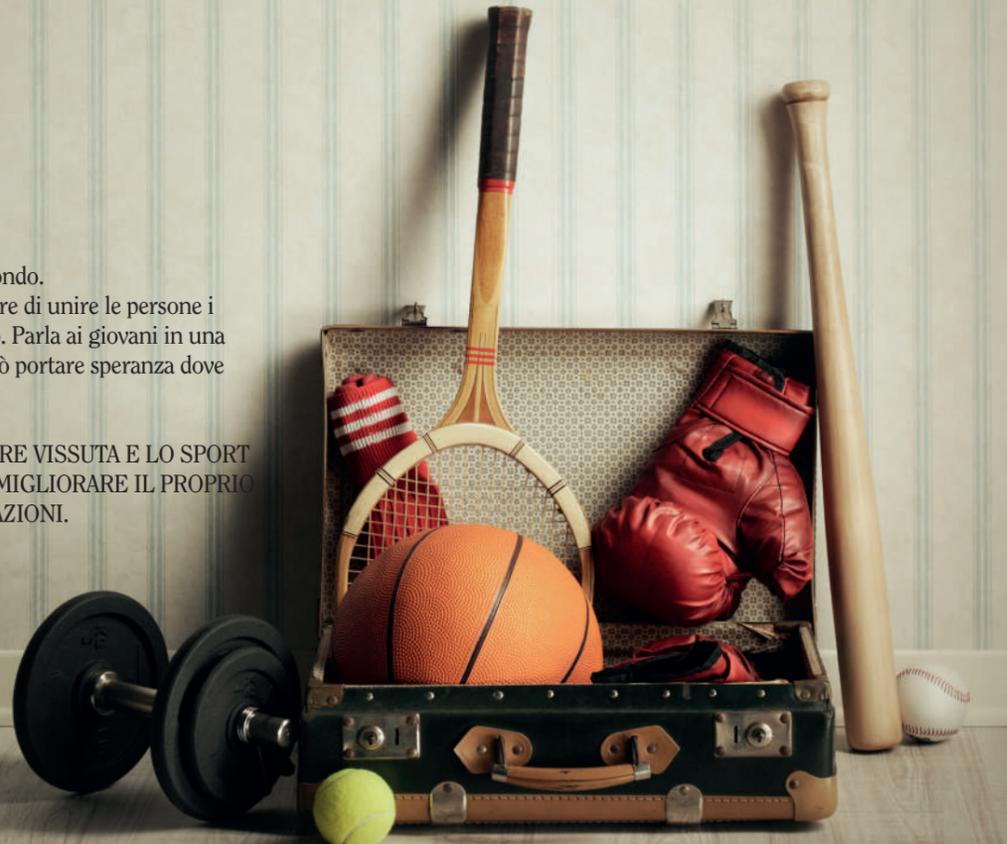


SPORT

Lo sport ha il potere di cambiare il mondo. Ha il potere di ispirare. Esso ha il potere di unire le persone in un modo che poche altre cose fanno. Parla ai giovani in una lingua che comprendono. Lo sport può portare speranza dove una volta c'era solo disperazione.

LA VITA È SEMPRE DEGNA DI ESSERE VISSUTA E LO SPORT DÀ POSSIBILITÀ INCREDIBILI PER MIGLIORARE IL PROPRIO QUOTIDIANO E RITROVARE MOTIVAZIONI.

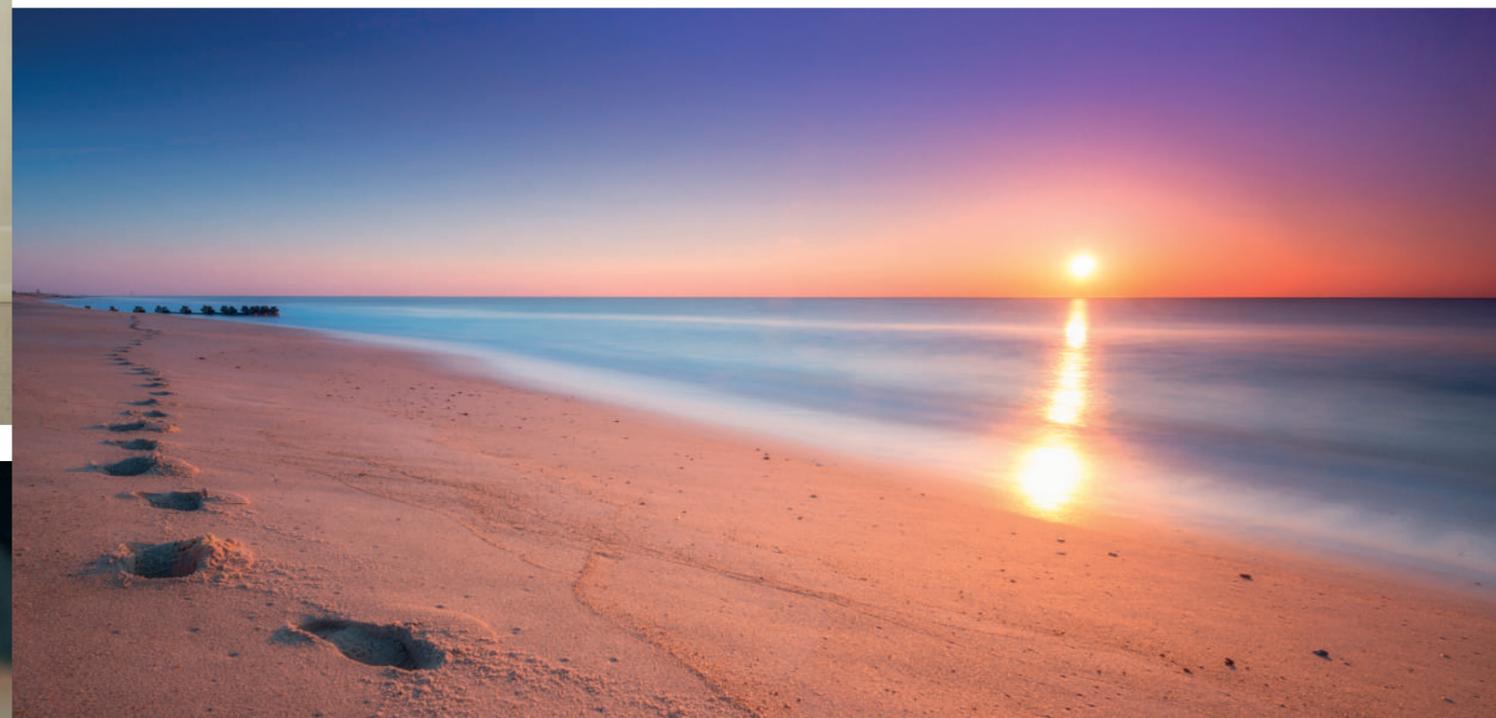
Alex Zanardi, pilota



Anno 10 - N° 1 - aprile / maggio / giugno 2024
Supplemento al periodico "Per mano" n. 99 - Codice Fiscale dell'Associazione: 90028420272
COPIA GRATUITA

PAUSA CAFFÈ

Cinque minuti di serenità



COME SOSTENERE AVAPO MESTRE

- Come **volontario**, donando il tuo tempo;
- Con una offerta libera, presso la sede AVAPO Mestre, V.le Garibaldi, 56;
- Effettuando un Bonifico bancario ad AVAPO Mestre Onlus
BANCA UNICREDIT con IBAN: IT10G0200802003000105794106
- Effettuando un versamento su c/c postale n. 12966305;
- Scegliendo di fare testamento a favore di AVAPO Mestre Onlus;
- Destinando il **5 per mille** all'AVAPO Mestre: basta una semplice firma nella prossima dichiarazione dei redditi scrivendo il seguente **Codice Fiscale: 90028420272**.

PUBBLICATO IL MESE DI APRILE 2024

SUPPLEMENTO AL PERIODICO PER MANO N°90.

Periodico bimestrale di informazione e formazione dell'AVAPO. Mestre ONLUS - C.F. 90028420272 - Autorizzazione del Tribunale di Venezia n.9/06 Registro Stampe.

DIRETTORE RESPONSABILE Valettr Esposito - Poste Italiane Spa - Spedizione in abbonamento postale - d.L. 353/2003 (Conv. in L. 27/02/2004 n°46) art.1, c.2, DR Venezia.

Legge sulla tutela dei dati personali. I dati personali dei lettori a cui viene inviato il nostro periodico verranno trattati con la massima riservatezza e, ai sensi e per gli effetti del Reg. UE 2016/679. In qualsiasi momento sarà possibile chiedere l'annullamento dell'invio e, gratuitamente, consultare, modificare e cancellare i dati o, semplicemente, opporsi al loro utilizzo scrivendo a: Associazione Volontari Assistenza Pazienti Oncologici Mestre, Viale Garibaldi, n. 56 - 30173 Mestre. (VE).

PROPRIETARIO

AVAPO MESTRE ODV

EDITORE

AVAPO MESTRE ODV

REDAZIONE

Viale Garibaldi 56, 30173 Mestre (VE)

COMITATO DI REDAZIONE:

Michieletto Annapaola, Cavinato Giusto, Balabani Barbara, Da Lio Riccardo, Bullo Stefania, Michieletto Sonia.



AVAPO MESTRE
TEL. 041 5350918
www.avapomestre.it
info@avapomestre.it

PASSI

di Carlo Marconi

Se muovi passi calma passi pace
respiri quieti detta l'andatura,
risuonano tamburi del torace
a tempo lieve di villeggiatura.

Se muovi passi corsa passi lena
divampa impetuosa la riscossa
di piedi gambe e insieme braccia e schiena,
di muscoli di tendini e di ossa.

Se muovi passi gioco passi festa
germogliano i pensieri nella testa.

**Cammino è un invito all'avventura che ci attende oltre la soglia di casa.
È coraggio e scoperta sul sentiero, è conquista e stupore tra le foglie.
Il cammino è poesia che si fa vita. E nei tuoi piedi ancora non lo sai,
ci sono tutti i passi che farai.**

QUANDO LO SPORT TI SALVA LA VITA

Ci sono persone che, grazie all'attitudine mentale acquisita facendo sport, sono riusciti a combattere malattie grandi, e altri che grazie allo sport hanno trovato la voglia di rinascere e di rimettersi in gioco, Bebe, Vio è una di queste.

**Tratto dal libro di Bebe Vio
"Se sembra impossibile allora lo puoi fare"**

È la sera del 16 settembre 2016 alla Carioca Arena 3 di Rio de Janeiro.

Loredana Trigilia, Andrea Mogos e io ci giochiamo il Bronzo paralimpico nel fioretto a squadre contro le atlete di Hong Kong che, insieme alle cinesi che ci hanno fermato in semifinale, sono fra le avversarie peggiori in assoluto, temibilissime, vere macchine da guerra della scherma in carrozzina. Al momento le uniche cose che so con certezza sono che: le stoccate sono 40 a 38 per loro; quella medaglia deve essere nostra. La cosa che non so, anche se me lo sogno da quando avevo cinque anni, è che quello sta per diventare il giorno più bello della mia vita... devo salire in pedana e mi sento addosso tutta la tensione del

mondo... Mi dico: "Non perdere la concentrazione". E parto all'attacco. Così, io segno stoccata dopo stoccata: 44 Hong Kong, 43 noi. E segno quella dopo ancora: 44 pari! Lo stadio grida: «Italia! Italia!» e io, giuro, praticamente non lo sento. Sono concentratissima. Ne manca solo una, una stoccata e ce l'abbiamo fatta, la medaglia è nostra. Ed eccolo, il momento più bello di tutti, quello più bello perché è il più carico di tensione: sul 44 pari, segno la stoccata, la segno, si vede, lo vedono tutti, la mia squadra, lo stadio, i telecronisti, tutti. Esplodo in un grido di gioia. La gente urla, io sento un'euforia pazzesca, Simone si alza, gli occhi della Yu si stanno già spegnendo mentre i miei s'infuocano perché capisco che qualcosa non è andato: con la coda dell'occhio vedo che quella luce verde che tanto mi piace non c'è... al suo posto la luce bianca. Non ci posso credere: ancora?! Provala! grida Simone per la terza volta. Io la provo e per la terza volta il passante è staccato, il giubbetto non è elettrificato. Mi parte una parolaccia che è meglio non ripetere qui. Ero arrabbiata nera, ma non con la Yu. La conosco e so che è onesta. Il passante si staccava, ma lei non lo faceva apposta, assolutamente no perché è davvero una persona fantastica, super brava, carinissima. Ero arrabbiata nera... con l'arbitro! Il suo compito era guardare che il passante non si staccasse e che la Yu non si alzasse dalla carrozzina (regola della scherma in carrozzina: non devi alzare le chiappe dalla sedia, altrimenti è cartellino giallo). Doveva farlo lui quello, allora perché cavolo non l'ha fatto? La verità è che a quel punto non cambiava niente capire perché o prendersela con l'arbitro, tanto la nostra stoccata della vittoria non ce la ridava nessuno. Quando una cosa va

storta, non fa differenza sapere perché. Se vuoi fare la differenza, resta concentrato. Ed è quello che faccio perché ho una responsabilità: faccio parte di una squadra. Quindi, la situazione è criticissima, ma bellissima: siamo 44 pari, abbiamo già segnato la stoccata della vittoria, ma un passante staccato si è messo di mezzo. Il pubblico fischia, tre giudici (tre!) sistemano il cavalletto della Yu, sistemano il mio, ma io sento solo Simone che mi dice «Ce l'abbiamo! Dai, Bebe!». All'in guardia, pronti, a voi, parto all'assalto e vado in bersaglio non valido. Secondo assalto, secondo bersaglio non valido. Terzo assalto, terzo bersaglio non valido. Senza che Simone me lo gridi, provo di nuovo la Yu, non vorrei che il passante si fosse staccato di nuovo, ma no, funziona tutto, devo solo stare calma e pensare alla mia squadra, Bebe!». a Simone che dice: «Vai, Bebe!». Sì, vado, adesso vado. Adesso andiamo. Sapete cosa? Me lo sono sentita che quello lì era l'ultimo, proprio quell'assalto lì. Prima di partire mi sono detta: "È questo, è quello buono. Vado dritta!". E Simo: «No! Cosa fai? Para!». Io sono convintissima che la cosa giusta da fare sia andare in attacco diretto, e posso pensare quello che voglio ma so che (purtroppo, perché in realtà mi rosica ammetterlo) Simo ha sempre ragione, devo ascoltarlo. Lui mi urla di parare, c'è un boato di sottofondo, sento la voce dell'arbitro che dice: «En garde» e lì, in quel momento, inizio a sentire perfettamente il respiro della Yu che prende il ritmo con il mio. Siamo in simbiosi, tutto è contemporaneamente ordine e casino. La guardo dritta negli occhi, lei ha la paura addosso, io la rabbia, talmente tanta che senza rendermene conto mi metto di nuovo a ringhiare. Poi sento l'arbitro dire: «Prêt!» e in quel momento cala il silenzio.

Ci siamo solo io e lei, distolgo lo sguardo dai suoi occhi e lo focalizzo nel punto preciso in cui voglio mettere l'ultima stoccata. Prendiamo entrambe un sospiro, al rallenty sento la voce dell'arbitro che dice: «Allez!» e tutto dentro di me va lento. Parto... paro... faccio una cavazione... e finalmente rispondo! Il silenzio si rompe e tutto ritorna casino, urla, pianti, gioia! Lancio via la maschera e mi giro verso la mia squadra: voglio solo vedere Lori e Andre, vederle finalmente felici!

Eccolo, il momento più bello della mia vita: è lunghissimo, va dal 44 pari ai festeggiamenti e ci metto dentro la stoccata "persa", le facce delle mie compagne, degli allenatori, degli sparring partner, tutta la premiazione, la mia famiglia, lo stadio, i brasiliani che tifano per noi, l'Italia del fioretto femminile paralimpico che torna sul podio dopo vent'anni esatti da Atlanta 1996 quando Mariella Bertini, Laura Presutto e Rosalba Vettrano avevano vinto l'Argento nella stessa specialità.

Più bello dell'Oro che avevo vinto due giorni prima? Sì, probabilmente meno importante, ma certo più emozionante perché la gara a squadre è veramente quella in cui tutti devono dare il proprio contributo per arrivare ai 45 punti della vittoria. È quella in cui senti il vero spirito di squadra, il vero spirito dello sport. Io la considero la gara più bella in assoluto perché ognuno deve dare il massimo di sé per recuperare, se serve, lo svantaggio del compagno di squadra che ha tirato prima e per lasciare nella migliore condizione possibile quello che tirerà dopo. Non lavori mai per te, ma per i tuoi compagni.

E poi, questo Bronzo è stupendo anche perché l'ho condiviso con le persone a cui voglio bene: la mia squadra...