

Udine, 12 maggio 2016

**Spett. Organi di informazione**  
**Loro sedi**

| <b>Notizie in breve / Comunicato stampa / Invito</b> |  |
|--|--|
| Oggetto  | <b>“IL TANDEM: LA BICICLETTA CHE TI INCONTRA”</b><br><b>convegno a carattere divulgativo</b>   |
| Data e ora   | <b>venerdì 13 maggio 2016</b><br><b>ore 18.00</b>  |
| Sede   | <b>Sala Ajace</b><br>Palazzo D’Aronco - Udine  |
| Interventi   | <b>RAFFAELLA BASANA</b> , Assessore allo Sport, all'Educazione e agli Stili di Vita<br><b>ANTONELLA NONINO</b> , Assessore ai Diritti e all'Inclusione Sociale<br><b>ENRICO PIZZA</b> , Assessore alla Mobilità e all'Ambiente<br><b>CLAUDIO BARDINI</b> , Ufficio Educazione Motoria, Fisica e Sportiva per la Provincia di Udine<br><b>MASSIMO BARALDO</b> , Cattedra di Farmacologia Clinica - Università degli Studi di Udine  |
| Descrizione  | <p><b>L’Associazione Nuovi Cittadini Onlus</b> in collaborazione con l’Associazione Dilettantistica Sportiva “SMS - Sport Movimento Salute”, organizza una conferenza rivolta a tutta la cittadinanza che verterà su due temi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il superamento di barriere fisiche e culturali per poter praticare attività motoria e godere dei molteplici benefici che questa comporta</li> <li>- Il corretto utilizzo di farmaci, medicinali e integratori anche in chi pratica attività sportiva non agonistica</li> </ul> <p>La bicicletta “TANDEM” è metafora per veicolare importanti contenuti: alcuni fattori limitano la possibilità di andare in bicicletta autonomamente: disabilità, età, cultura; la possibilità per un normodotato di mettersi “in tandem” con una persona con limitazioni, permette di superare non solo l’handicap fisico donando un buon grado di indipendenza “a due”, ma genera solidarietà, socializzazione e inclusione (conoscenza dell’altro, abbattimento barriere), divertimento (attività ludica), movimento e benessere (attività fisica), spostamento sul territorio.</p> <p>La testimonianza di una persona paraplegica che non ha rinunciato a fare attività fisica anche in bici e di una signora straniera che non ne conosceva l’uso e ha appreso ad andare in bicicletta nel nostro Paese, mettono in evidenza che i limiti si possono superare se c’è la volontà di farlo.</p> <p>L’uso di sostanze quali integratori, bevande energizzanti e farmaci sembra affermarsi sempre più quale pratica necessaria per poter fare attività fisica ed essere riconosciuti “sportivi” sia a livello amatoriale sia professionale. Ma sarà poi vero? Appare necessario educare al corretto uso di farmaci, medicinali e integratori anche chi pratica attività sportiva non agonistica.</p> <p>Oltre la citata conferenza l’Associazione Nuovi Cittadini Onlus partecipa alle iniziative di BICIMAGGIO del Comune di Udine proponendo una serie di attività volte a creare <b>occasioni di socializzazione e integrazione tra cittadini italiani e stranieri</b>, tra soggetti abili e diversamente abili, tra “ciclisti” di diverse generazioni d’età, in un’ottica di superamento delle barriere fisiche e culturali, di uso consapevole della bicicletta e di promozione della cittadinanza attiva.</p> |

## Il tandem: la bicicletta che ti incontra

### Programma

Introduzione

**ROSSNA MARINI**, presidente dell'Associazione Nuovi Cittadini Onlus

Saluti iniziali

dott.ssa **RAFFAELLA BASANA**, Assessore allo Sport, all'Educazione e agli Stili di Vita

dott.ssa **ANTONELLA NONINO**, Assessore ai Diritti e all'Inclusione Sociale

Interventi

**1° In tandem per superare barriere e limiti fisici e culturali, per generare solidarietà, socializzazione, e integrazione, per conoscere insieme il territorio, per il proprio e altrui benessere psico-fisico.**

- cura prof. **Claudio Bardini** (Coordinatore dell'Ufficio Educazione Motoria, Fisica e Sportiva per la Provincia di Udine) e **Alessio Mattiussi** laureato in scienze motorie, ciclista scalatore e tecnico della Cycling Team Friuli

Presentazione della bicicletta "Ciclone"

Testimonianze

- **Cristiano Picco**, atleta paraplegico dell' Associazione Sportiva Disabili "Basket e non solo"
- **Mariarosa Loffreda** e **Lindita Hoti**, associazione La Tela, progetto "Due ruote per l'autonomia"

**2° Doping, uso abuso e misuso di farmaci nello sport. Meglio acqua o integratori? Cosa sapere su gli energy drink! Educare al corretto uso di farmaci, medicinali e integratori anche in chi pratica attività sportiva non agonistica?**

- a cura prof. **Massimo Baraldo** (Cattedra di Farmacologia Clinica - Dipartimento di Scienze Mediche Sperimentali e Cliniche Università degli Studi di Udine)

Interventi del pubblico

Conclusioni

dott. **ENRICO PIZZA**, Assessore alla Mobilità e all'Ambiente

Per  
informazioni e  
contatti

**per Nuovi Cittadini onlus**

**Laura Rossi**

335.1775632 – laurarossi@nuovicittadini.com

[info@nuovicittadini.com](mailto:info@nuovicittadini.com)

[www.nuovicittadini.com](http://www.nuovicittadini.com)

Si allega il calendario con tutti gli appuntamenti proposti nell'ambito dell'iniziativa.