

N° 17
Novembre 2015

In questo numero:

Lo sport con i nostri animali
di Dott.ssa Ludovica Nasi

Insieme salviamo l'ambiente
GRAZIE a volontari e cittadini
di Mauro Ottavi

Recensioni libri

- **I Papi e lo sport.**
- **Calciatori di sinistra.**
- **Sla. Il male oscuro del pallone.**
- **Il sudore nella maglia**
- **Subacqua. Gocce di storia.**



Centro
Informazione
Documentazione
AICS

Telefono & Fax
051461147

Posta elettronica:

info@cid-aics.it

Indirizzo pagina Web:

www.cid-aics.it

Lo Sport con i nostri animali

Il significato etimologico di Sport consiste nell'abbreviazione della parola inglese *disport* che significa divertimento. *Disport* deriva dalla parola antica francese *de-sport* che, a sua volta, origina dal latino *deportare*, composizione della parola *de*=allontanamento, e *portare*, proprio del suo significato. Quindi *deportare* indica portarsi lontano, uscire fuori porta dalle mura cittadine per svolgere attività fisiche.

Dunque Sport significa divertimento, parola proveniente dal verbo latino *divertere*=allontanarsi...

E cosa c'è di più divertente che praticare questa attività con il proprio amico a quattro zampe?

Gli sport cinofili sono attività agonistiche che richiedono un'energia ed una disponibilità di tempo che non tutti possono permettersi, ed in origine avevano l'obiettivo di mettere in risalto le qualità di ciascuna razza canina. Ad oggi ci sono altre discipline che possiamo praticare: dalla passeggiata, alla corsa, all'andare in bicicletta e tanti altri sport sia individuali che collettivi possono essere svolti non solo per rafforzare il legame con il nostro cane, ma anche per mantenerci in forma allenandoci piacevolmente, coltivando la salute di entrambi.

Per prima cosa è importante capire che il nostro sport deve essere un'attività graduale intrapresa in modo responsabile e sicuro, modulando gli allenamenti in base alle esigenze e caratteristiche dell'uno e dell'altro: non possiamo pretendere da noi stessi e dal nostro povero cane, abituato a dormire tutto il giorno sul divano, di percorrere 15 km di corsa già dal primo giorno di esercizio!

Per una piacevole passeggiata è bene pensare al "come" e "dove" praticare questa attività: se il nostro cane non è abituato e si spaventa facilmente alla folla ed ai rumori forti, è bene scegliere luoghi poco affollati, come parchi pubblici, aree suburbane o percorsi in mezzo alla natura. A volte la camminata può non essere sufficiente come valvola di sfogo, soprattutto per i cani di taglia grande, quindi può essere piacevole e divertente anche la corsa come attività fisica, godendo dei benefici fisici che comporterà ad entrambi: controllo del peso corporeo, aumento della resistenza all'esercizio e mantenimento dell'apparato muscolo-scheletrico. Come l'uomo, anche l'animale più avrà la possibilità di correre, più ne sentirà la necessità, per la sensazione di benessere ed euforia legata alla liberazione dall'organismo di sostanze neurochimiche. Un'altra attività è andare in bicicletta col proprio amico peloso, ma deve essere abituato a correre accanto al proprietario, altrimenti tende a tirare o muoversi a zig-zag rendendo pericoloso ed inadatto questo sport. Tuttavia con un regolare addestramento possiamo abituarlo a prendere confidenza con la bicicletta ed a restare al nostro fianco, prima fermi, poi muovendoci tenendo la bici in mano ed infine possiamo passare alla vera passeggiata in sella. Il momento in cui è più facile cadere è la partenza, ma una volta partiti, il cane solitamente tende a camminare in avanti; è inoltre importante che il peso del cane e quello del ciclista siano proporzionati per riuscire a controllare l'animale e limitarlo nella trazione. Nel rispetto del codice della strada, questa attività deve essere svolta in zone di campagna o zone urbane non aperte al traffico automobilistico.

Avere un cane è quindi un'opportunità per mettersi in forma: dalla camminata alla più complessa performance, saremo in grado di apprezzarne i numerosi benefici, raggiungendo gli obiettivi prefissati insieme al nostro piccolo (o grande) personal trainer a quattro zampe.

Dott.ssa Ludovica Nasi
VMD, Bologna



Ludovica Nasi

Dottoranda in Medicina Veterinaria
Laureata all'Università di Medicina Veterinaria
Ozzano dell'Emilia (Bologna) nell'anno 2013,
abilitata ed iscritta all'Ordine professionale di
Bologna, accresce la sua passione per gli animali
grazie al suo lavoro ed ai suoi animalotti di casa.

N° 17
Novembre 2015

In questo numero:

Lo sport con i nostri animali
di Dott.ssa Ludovica Nasi

Insieme salviamo l'ambiente
GRAZIE a volontari e cittadini
di Mauro Ottavi

Recensioni libri

- **I Papi e lo sport.**
- **Calciatori di sinistra.**
- **Sla. Il male oscuro del pallone.**
- **Il sudore nella maglia**
- **Subacquea. Gocce di storia.**



Centro
Informazione
Documentazione
AICS

Telefono & Fax
051461147

Posta elettronica:

info@cid-aics.it

Indirizzo pagina Web:

www.cid-aics.it

L'Amministrazione ringrazia



San Lazzaro di Savena, 12/10/2015

Gentilissimo Mauro Ottavi
Presidente CID-AICS
c.a. Volontari "Insieme salviamo
l'ambiente"

OGGETTO: ringraziamento

Gentilissimi Volontari,
con la presente desideriamo inviarvi i nostri più sentiti ringraziamenti per quanto avete svolto in occasione della giornata di pulizia ambientale "Insieme salviamo l'ambiente".
Ai volontari che hanno dedicato parte del loro tempo libero per contribuire sensibilmente al miglioramento della percezione della pulizia e conseguentemente anche della qualità di vita di tutto il nostro territorio, vanno il nostro appoggio e apprezzamento.
Comunità significa anche saper lavorare insieme, per il bene di tutti, e voi avete dimostrato di essere sensibili sia all'ambiente che al benessere di un'intera città.
Nella speranza di poter patrocinare nuovamente il prossimo anno la vostra attività, vi inviamo i più cordiali saluti.

L'Assessore all'Ambiente
Marina Malpensa

Il Sindaco
Isabella Conti

Comune di San Lazzaro di Savena • Sindaco
Piazza Bracci, 1 • 40068 San Lazzaro di Savena • (BO) • www.comune.sanlazzaro.bo.it

Iniziativa

Insieme Salviamo l'Ambiente. 2015

Anche l'edizione di quest'anno dell'iniziativa di Insieme Salviamo l'Ambiente si è svolta grazie alla buona partecipazione di volontari, di cittadini attivi ed alcuni amministratori comunali, i quali hanno dedicato tempo e passione per bonificare e riqualificare un percorso che dalla Casa dei Risvegli (Ospedale Bellaria) scende verso la Ponticella. Un'azione che oltre al coinvolgimento diretto da parte delle associazioni promotrici: **CID-Aics**, Centro sociale **La Terrezza**, **Polisportiva Paolo Poggi**, **Savona Live Sport**, ha trovato una partecipazione del **CAI** con i suoi referenti di zona.

A loro rivolgiamo il nostro grande ringraziamento e, nostro tramite, quello del **Sindaco Isabella Conti** e dell'**Assessore all'Ambiente Marina Malpensa**, per aver raccolto l'invito e per essersi fortemente impegnate, nonostante le avversità climatiche, per migliorare la qualità ambientale e di nuovo riutilizzo di una porzione di territorio urbano in prossimità del polo ospedaliero e del centro abitato della Ponticella.

Un percorso di collegamento tra zone urbanizzate significativa alternativa all'uso dei mezzi motorizzati in funzione di una maggiore e migliore mobilità dolce (pedonale, escursionistica, ciclabile e trekking). Un percorso interessante che rientra nei tracciati escursionistici ma che può trovare, a nostro avviso, una maggiore fruizione da parte dei cittadini che risiedono nei territori urbani ad est ed ovest del polo ospedaliero.

Una giornata molto positiva in quanto ha consentito alle persone coinvolte (35/40) di trovare condivisione in un'azione, disponibilità a ritrovarsi insieme ad altre in un'azione di interesse pubblico, grande volontà ad essere presente nonostante le iniziali avversità climatiche.

Un rinnovato ringraziamento ed un arrivederci alla prossima edizione.

Mauro Ottavi

N° 17
Novembre 2015

In questo numero:

Lo sport con i nostri animali
di Dott.ssa Ludovica Nasi

Insieme salviamo l'ambiente
GRAZIE a volontari e cittadini
di Mauro Ottavi

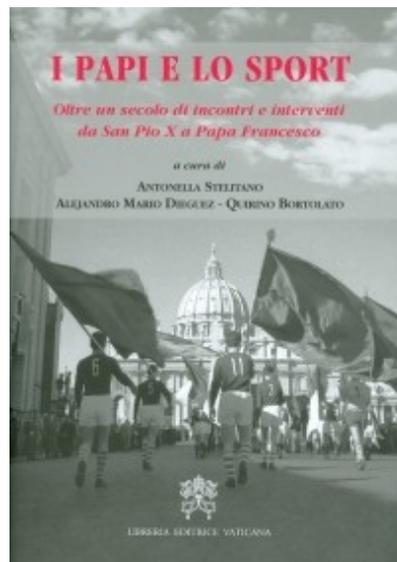
Recensioni libri

- **I Papi e lo sport.**
- **Calciatori di sinistra.**
- **Sla. Il male oscuro del pallone.**
- **Il sudore nella maglia**
- **Subacquea. Gocce di storia.**

RECENSIONI

I PAPI E LO SPORT

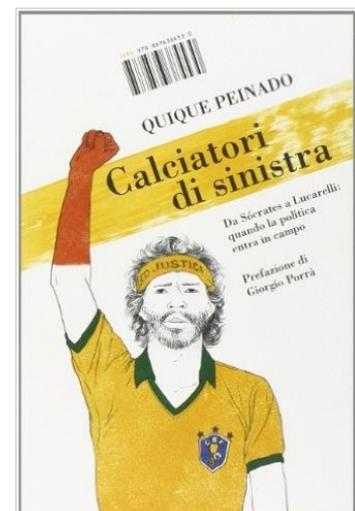
a cura di Antonella
Stelitano, Alejandro
Mario Dieguez, Quirino Bor-
tolano
Libreria Editrice Vaticana



Dalle immagini sbiadite in bianco e nero, che ritraggono Pio X e i giovani impegnati nei primi concorsi ginnastici in Vaticano, ai tweet di Papa Francesco. Il rapporto dei Pontefici con lo sport vive un profondo cambiamento lungo l'arco di oltre un secolo, ma mantiene sempre vivi alcuni elementi di fondo: la centralità dell'uomo, il rispetto della sua dignità, la sua crescita completa, la sua educazione, il suo rapporto con gli altri. Nel tracciare la storia di questa relazione si riesce perciò a cogliere quel valore di universalità che rende il messaggio sportivo uno strumento di promozione di valori quali la fratellanza, la solidarietà, la pace. Tutte preoccupazioni che anche lo sport ha sempre manifestato e che, in fondo, accomunano i due soggetti che, non a caso, si ritrovano concordi nell'accogliere la filosofia olimpica come codice etico dello sport. Questo volume raccoglie l'elenco degli incontri tra i Pontefici e il mondo sportivo, una selezione di 120 discorsi e messaggi e un profilo sportivo di ciascun pontefice che ne riassume gli aspetti salienti della "pastorale sportiva" e le novità rispetto ai predecessori. L'obiettivo è quello di offrire al mondo sportivo, ma non solo, una nuova prospettiva di indagine, che copre un segmento di storia dello sport fino ad oggi poco, o comunque non completamente, esplorato. Nel rapporto tra Pontefici e sport si legge infatti l'evoluzione dello sport nella società del XIX e del XX secolo, il suo progredire da strumento di educazione del singolo a strumento di pace e solidarietà, come le stesse Nazioni Unite hanno riconosciuto nella Dichiarazione del Millennio. Emerge la necessità, che si fa sempre più pressante, di non perdere mai di vista un codice etico unico, universale e trasversale, che metta al centro l'uomo e la sua dignità. Un bisogno che anche il mondo dello sport reclama a gran voce.

CALCIATORI DI SINISTRA

di Quique Peinado
Edizioni léeme



Il calcio è una cosa seria, molto spesso più vicina alla politica di quanto si possa pensare. Questa raccolta di storie lo conferma: in ogni epoca e luogo ci sono stati calciatori che non hanno avuto paura di svelare il proprio impegno, anche fuori dal rettangolo di gioco. Da Agustín Gómez Pagola - inviato in Unione Sovietica durante la Guerra civile spagnola e poi diventato agente del Kgb - al più famoso Sócrates, colonna della Nazionale brasiliana degli anni Ottanta. La politica è entrata in campo attraverso gesti coraggiosi come quello di Carlos Humberto Caszely, bomber cileno che si rifiutò di stringere la mano a Pinochet, o romantici come la fuga dal calcio di "Javi" Poves, che alla notorietà ha preferito una vita in giro per il mondo; ma anche grazie a personalità insospettabili, come Vicente del Bosque, David Villa, Liliali Thuram e Vikash Dhorasoo, e tra gli italiani Cristiano Lucarelli, Damiano Tommasi, Riccardo Zampaglia, Paolo Sollier. Spaziando dal Sudamerica alla Russia, dalla Spagna all'Italia, Peinado offre una panoramica completa sui "calciatori di sinistra" attraverso il racconto delle storie e dei conflitti che hanno segnato le loro vite.



Centro
Informazione
Documentazione
AICS

Telefono & Fax
051461147

Posta elettronica:

info@cid-aics.it

Indirizzo pagina Web:

www.cid-aics.it

N° 17
Novembre 2015

In questo numero:

Lo sport con i nostri animali
di Dott.ssa Ludovica Nasi

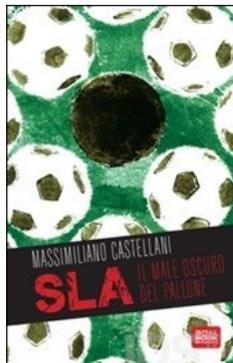
Insieme salviamo l'ambiente
GRAZIE a volontari e cittadini
di Mauro Ottavi

Recensioni libri

- **I Papi e lo sport.**
- **Calciatori di sinistra.**
- **SLA. Il male oscuro del pallone.**
- **Il sudore nella maglia**
- **Subacquea. Gocce di storia.**

SLA. IL MALE OSCURO DEL PALLONE

di Massimiliano Castellani
Book Edizioni

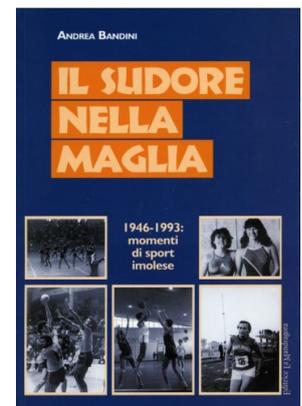


Come mai il numero dei malati di SLA nel calcio italiano è di 5-6 volte superiore alla media universale? Perché, dati alla mano, si parla di morbo del pallone, scientificamente noto come morbo di Gehrig? Questo libro vuole essere un atto d'accusa verso il mondo del calcio che, sotto le panchine e negli spogliatoi, ha arsenali di farmaci dopanti, e che, in nome del business, non solo ha compromesso generazioni di calciatori passate ma comprometterà anche quelle future, visto che il 56% dei medicinali somministrati ai ragazzi tra i 12 e i 18 anni sono privi di autorizzazione medica. Storie mai raccontate, alle quali, in queste pagine, vogliamo dare una voce e un volto sperando in una soluzione che ponga fine al silenzio sulla piaga più grave del pallone italiano.

Nel corso degli ultimi decenni sui territori bolognesi si sono sviluppate interessanti specificità societarie le quali hanno favorito la promozione e la crescita della pratica sportiva. Una di queste riguarda il territorio imolese che il prof. Andrea Bandini ha raccontato e descritto nel libro "Il sudore nella maglia. 1946-1993: momenti di sport imolese". Andrea Bandini professore scolastico attaccato all'insegnamento, alla famiglia ed allo sport nel libro trasmette quella sua passione che inizia con la scelta del colore rosso della maglia della Sempre Avanti per poi estendersi all'Assi Imola, ai Falchi Rossi per arrivare alla Polisportiva Andrea Costa, all'AC Imola, l'Olimpia nuoto, l'Imola pallamano femminile e l'AICS Imola basket. Un impegno verso l'insegnamento e la pratica sportiva quale grande elemento di scuola per la vita che viene trasmessa attraverso le idealità del socialismo riformista legato al pensiero politico dell'imolese Andrea Costa. Con questo libro l'autore trasmette tante chiavi di lettura dalla ricostruzione storica alla passione politica e all'impegno sociale e sportivo che nel corso dei decenni ha visto crescere i suoi praticanti nelle diverse discipline sportive praticate.

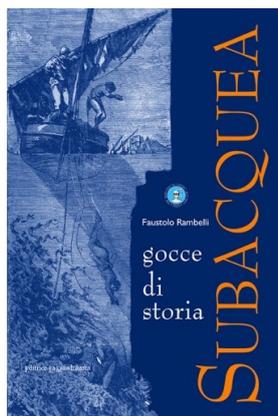
IL SUDORE NELLA MAGLIA

di Andrea Bandini
Editrice La Mandragora



SUBACQUEA-GOCCE DI STORIA

di Faustolo Rambelli
Editrice La Mandragora



In questo volume, nato quasi per caso, l'autore raccoglie tutti i suoi articoli apparsi sulla rivista di subacquea "HDS Notizie". Lo scopo del libro, che è legato alla storia della subacquea ma non nel senso ampio e generico dell'argomento, è quello di divulgare ed approfondire la conoscenza di alcuni specifici momenti e attrezzature poco noti o totalmente sconosciuti fino a pochi anni fa, di cui mai, o raramente, si è parlato. In sintesi il volume vuole essere un modesto contributo a quella che è la missione culturale di "The Historical Diving Society Italia".



Centro
Informazione
Documentazione
AICS

Telefono & Fax
051461147

Posta elettronica:

info@cid-aics.it

Indirizzo pagina Web:

www.cid-aics.it