

# M **Biancazzurra** 03 **MAGAZINE**

[www.biancazzurramagazine.it](http://www.biancazzurramagazine.it)



Anno 12 . n°04 - Novembre 2020

**“Ho due sogni: il primo è giocare un Mondiale, il secondo è vincerlo”** *Diego Armando Maradona*



## CALCIO

Ciao Diego,  
per sempre.



SPORT

### LO SPORT PIANGE MARADONA

**P** /EDITORIALE  
**Parola d'ordine:**  
RESPONSABILITÀ



EDITORIALE



“Ho odiato ogni minuto di allenamento, ma mi dicevo: non rinunciare. Soffri ora e vivrai il resto della tua vita come un campione.” Muhammad Ali

“Nel mondo dei tuffi si dice: migliore il tuffatore, più instabile la personalità.” Elmore Leonard

NUOVA FIAT 500. 100% ELETTRICA.  
BENTORNATO FUTURO.

FCA  
CONCESSIONARIE  
SICURE

LE CONCESSIONARIE  
FIAT SONO APERTE E  
VI ASPETTANO  
IN TUTTA SICUREZZA.

500

FIAT

La Nuova 500 Action - listino 26.150€ Immagini illustrative. Caratteristiche/colori possono differire da quanto rappresentato. \* Consumo di energia elettrica gamma Fiat 500 (kWh/100km): 14 - 14,9; emissioni CO<sub>2</sub> (g/km): 0. Valori omologati in base al ciclo misto WLTP. I valori sono aggiornati al 31/10/2020 e indicati a fini comparativi.

Gruppo  
**zatti**  
www.gruppozatti.com

LENTIGIONE (RE) - Via Cisa 51/1 - Tel. 0522 484711

## UN LUNGO PERCORSO Parola d'ordine responsabilità Per questo pazzo 2020

EDITORIALE  
ATTUALITÀ



**Dicembre sta per cominciare, e con lui l'inverno vero, reso più gioioso e vivace grazie alla presenza degli agrumi: arance, mandarini e clementini che con il loro colore arancione ci mettono subito di buonumore, forse.**

Sì, perché a dirla tutta

in questo pazzo 2020, se oggi dico arancione rischio di far bloccare il fiato alla maggior parte delle persone. Basta quella parola per gettare un'ombra su tutta la smania prenatalizia, i pranzi, gli auguri, i regali e portare immediatamente i pensieri all'emergenza Covid19. Già, strega comanda colori per noi in Emilia-Romagna ha detto arancione e poteva andarci anche peggio, potevamo essere zona rossa.

**E noi che siamo della "squadra arancioni" cosa dobbiamo fare?**

Tanto per cominciare pregare di non essere un ristoratore, barista o pasticciere!

Purtroppo queste categorie, insieme a tutto il mondo della cultura (teatro, cinema, arte e musica) già in ginocchio dal primo lockdown, sono costrette a chiudere senza se e senza ma; l'unica possibilità di sopravvivere è inventarsi o migliorare un sistema di delivery per poter continuare a lavorare per coprire, non sempre, i costi di gestione attività e del personale.

Viviamo da inizio anno in uno stato di allarme, ansia, emergenza e sembra quasi di essere all'interno di uno di quei film di fantascienza che trattano di virus letali o mondi scomparsi per chissà quale evento catastrofico. Forse non arriveremo agli scenari del film "Io sono

leggenda", ma abbiamo la responsabilità di non sottovalutare questa situazione che continua a provocare tante vittime e una contrazione economica a livello globale pari solo al periodo post guerre mondiali.

Ma noi come stiamo? Come viviamo questa Italia divisa per colori? Lasciando perdere i terrapiattisti o i negazionisti fondamentalisti che potrebbero negare perfino l'esistenza della vita sulla terra, quello che mi capita spesso di notare e che francamente mi sconcerta non poco è il concetto piuttosto diffuso del "a me non capita" e inevitabilmente si abbassa il livello di guardia.

Non esistono fasce di età, classi sociali o sesso delle persone che si distinguono per negligenza, qui si tratta di un comportamento diffuso a macchia di leopardo.

La non-capacità di fare un passo indietro rispetto alle abitudini e ai presunti agi acquisiti è preoccupante. D'altronde lo sappiamo tutti che l'aperitivo è più importante di una noiosa pandemia.

La festa di compleanno di nostro figlio è più importante di una stupida pandemia.

Lo shopping al mercato è più importante di una insensata pandemia.

Siamo diventati zona arancione da domenica 15 novembre e ho trovato imbarazzante vedere così tanta gente (e non è un fake) riversarsi in centro prima della chiusura creando una situazione di assembramento stile accensione dell'albero di Natale in Piazza.

Il nostro atteggiamento ancora una volta è dettato dal menefreghismo, dall'egoismo e dalla superficialità. Essere individui socialmente evoluti significa anche tenere conto dei soggetti più deboli e dal senso di protezione e tutela di essi.

Magari un giovane e aitante ragazzo può prendere il virus e smaltirlo come un normale raffreddore oppure risultare asintomatico. Per lui il virus risulterà un'esperienza banale e indolore. Ma la domanda che vorrei fare a questi ragazzi (e a tutti coloro che non rispettano le regole): **come ti sentiresti se per colpa tua uno dei tuoi genitori dovesse perdere il lavoro o ancora peggio perdere la vita? Come ti sentiresti?** Non è bello e non è facile limitarci e limitare la nostra libertà e le nostre abitudini. Non ci siamo abituati e facciamo fatica, lo capisco. Tuttavia finché continueremo a lamentarci e a fare finta di niente non ci libereremo mai da questa minaccia invisibile. Forse meglio indossare la mascherina e attenerci a tutte le direttive che ci vengono date (spesso opinabili) ma che non possiamo permetterci di non rispettare.

Andrea Fiore

Lo Scarabocchio

CARTOLERIA · GIORNALI  
GADGET · GIOCATTOLE

Via I. Focherini, 19  
0521 690412 - 340 2454117

“Il modo migliore per imparare uno sport è di guardare e imitare un campione.”  
Jean-Claude Killy

## ADIOS Ciao Diego, per sempre. Lo sport piange Maradona

SPORT  
ATTUALITÀ



**Chi c'era lo racconta ancora: ogni volta che il San Paolo intonava il coro dedicato a Maradona, lo stadio tremava come mai aveva tremato prima.**

E come mai ha tremato dopo. Perché Diego Armando Maradona regalava emozioni ogni volta che entrava sul terreno di gioco. Dava speranza a chi quel terreno di gioco lo guardava solamente. La speranza di potercela fare. Di poter andare oltre la propria quotidianità e vincere la sfida con la vita. Così come aveva fatto lui, fronteggiando le rivali del nord e vincendo lo scudetto con una società e una squadra che, per la prima volta (e anche per una seconda) ha messo il suo nome davanti a tutte le altre.

Ecco perché Napoli ama Maradona: perché il suo successo in campo è il successo della città stessa e di tutti i suoi abitanti fuori dal terreno di gioco. È lì che il Pibe De Oro ha dato il meglio di sé, ha trascinato compagni e annichilito gli avversari con una supremazia tecnica seconda solo al timore che, con il passare degli anni, il suo nome incuteva alla sola lettura dell'elenco degli undici titolari.

Già perché con quel sinistro, Diego, faceva ciò che voleva. Contro qualsiasi avversario. Da qualunque posizione. Come dimenticare la punizione segnata alla Juventus, il 3 novembre 1985: qualcosa di irreali, con la palla che, dall'interno dell'area, supera la barriera e si infila sotto l'incrocio dei pali alle spalle di Stefano Tacconi, allora estremo difensore dei bianconeri: “Ancora oggi mi chiedo come possa aver fatto a disegnare quella traiettoria. Era un gol impossibile per il semplice motivo che la barriera era vicinissima. Per di più si trattava di una

punizione indiretta. Io non vedevo il pallone. Mi feci guidare dall'istinto ma lui aveva già previsto come sarebbe andata a finire. Un vero colpo di genio”. Genio e sregolatezza.

Noi, però, vogliamo ricordare solo la magia che ha reso Maradona unico. Forse “ancora più unico” di Messi e di Pelè, anche se i confronti tra ere calcistiche differenti, sono sempre difficili. Oltre che ingiusti. E a proposito di ingiustizie, chissà cosa hanno pensato gli inglesi che, ai mondiali di calcio in Messico nel 1986, hanno subito il gol più bello della storia della Coppa del Mondo cinque minuti dopo la famosa “mano de Dios”. Quella con cui Diego superò Peter Shilton depositando il pallone in rete. Per farsi perdonare mise ai suoi piedi l'intero universo pallonaro, partendo dalla sua metà campo, lasciandosi alle spalle cinque giocatori inglesi e dribblando anche l'estremo difensore avversario. Semplice onnipotenza su un campo da calcio. Una schiacciante superiorità che bacia una persona, forse due, ogni 50 anni.

E allora aspettiamo che arrivi in terra un nuovo Diego Armando Maradona, perché anche i figli della generazione Z meritano di vivere grandi emozioni e di poter dire: “Ho visto il migliore”. I nostri nonni hanno ammirato Pelè. I nostri papà hanno vissuto Maradona. A noi, il cielo ha dato Messi.

**Chi sarà il prossimo con cui poter giocare a “Chi è il top di tutti i tempi?”. Io non saprei rispondere. E allora mi affido alla penna di un fuoriclasse che scrive per la Gazzetta dello Sport, Luigi Garlando: “O Rei non avrebbe avuto problemi con i difensori europei, ma basta rivedere il fallaccio con cui il basco Goikoetxea gli frantumò la caviglia ai tempi del Barça, per intuire che Maradona ha combattuto battaglie che Pelè in genere ha evitato, specie in patria. Nei vecchi filmati, la Perla Nera ha il tempo di fermarsi, fintare in surplace, danzare la ginga, il calcio ballato derivato dalle danze degli schiavi, e ripartire. Maradona ha vissuto l'evoluzione adulta della professione, esasperata in tutto: negli interessi economici, nella visibilità, nei ritmi di gioco, nella fisicità dei protagonisti. Diego non poteva permettersi di fermare il pallone, perché sapeva che sarebbero piombati tacchetti a scolpirgli le caviglie”. E mentre i suoi avversari cercavano di scolpirgli le caviglie, lui ha scolpito un monumento al calcio con un'abilità degna del miglior Michelangelo, o Bernini, o Canova... semplicemente con il suo piede mancino.**

Pietro Razzini

## TOUR VIRTUALE La concessionaria digitale: Acquistare una vettura da casa si può!

GRUPPO  
ZATTI



**Il particolare periodo che stiamo vivendo, contraddistinto da una pandemia mondiale che ovunque ha portato a restrizioni e limitazioni della mobilità personale, ci ha permesso di scoprire il valore del digitale in tutti gli ambiti della vita quotidiana.**

Fin dall'inizio dell'emergenza abbiamo notato un vertiginoso aumento di utilizzo di strumentazione digitale per svolgere attività prima svolte esclusivamente “in presenza”: pensiamo ad esempio allo smart working, agli acquisti online, alle riunioni in videoconferenza e gli ordini a domicilio di ogni tipo.

Ma l'innovazione tecnologica ha toccato anche settori prima poco coinvolti dal processo di digitalizzazione, come ad esempio quello dell'automotive: il processo di acquisto di una vettura, oggi, è molto diversa rispetto al passato e per certi versi anche più semplice.

Mentre fino a qualche anno fa (ma in alcuni casi anche solo mesi fa) per visionare un particolare modello o esplorare lo stock usato di una concessionaria occorreva recarsi fisicamente presso lo showroom di riferimento, adesso si può fare tutto dal divano di casa propria e in pochi minuti.

### TOUR VIRTUALE

Direttamente dallo smartphone o da un pc/tablet è



possibile effettuare il tour virtuale dei nostri saloni, configurare la vettura desiderata o ricercare la vettura usata preferita grazie a pochi click: basta visitare il sito internet e richiedere una videochiamata con un consulente pronto a mostrare “in diretta” la vettura e a stilare insieme a Voi il preventivo, proprio come se ci si recasse fisicamente in salone.

La digitalizzazione degli ultimi mesi ha quindi reso “smart” anche l'acquisto di una nuova vettura, permettendo anche a chi è impossibilitato a recarsi di persona in concessionaria di ricevere un servizio professionale, moderno e veloce.

### IL FUTURO

Siamo sicuri che anche il futuro sarà caratterizzato sempre di più dall'utilizzo di nuovi strumenti digitali, quindi all'interno dei nostri saloni lavoriamo ogni giorno per migliorare i nostri servizi digitali e rendere la Vostra esperienza di acquisto indimenticabile, proprio come abbiamo sempre fatto da oltre 38 anni.

“Sono il più grande. Non solo li metto K.O, ma scelgo anche il round.”

Muhammad Ali

“Un vincitore è un sognatore che non si è mai arreso.”  
Nelson Mandela

## UN/RUGBY COLORNO Un albero per la vita: Inaugurato il progetto green del Rugby Colorno

RUGBY  
Colorno



Sabato 21 Novembre, presso il centro sportivo di via Pertini, il Rugby Colorno ha ufficialmente inaugurato il progetto “Un Albero Per La Vita”, iniziativa con cui il club si impegna a piantare un alberello per ogni nuovo nato all'interno della Famiglia Biancorossa.

L'idea, nata da un'intuizione del Presidente di Sostegno Ovale Stefano Cantoni, costituisce un ulteriore passo avanti lungo quella strada “Green” intrapresa con l'adozione della politica “Plastic Free” e battuta recentemente con l'installazione dell'impianto di illuminazione a LED.

La data scelta per l'inaugurazione di “Un Albero Per La Vita”, il 21 Novembre, non costituisce un caso: si tratta infatti della giornata in cui viene celebrata la ricorrente “Festa dell'Albero”. Non sono un caso nemmeno il tipo di piante a cui verranno assegnati i nomi dei neonati, gli eleganti ornielli colornesi, simbolo del territorio e del club biancorosso. Le piantine che il Rugby Colorno ha preso oggi in custodia, sono le stesse che il Comune di Colorno aveva donato nel 2017 ai ragazzi dell'Istituto Comprensivo Belloni e che oggi, esattamente 3 anni dopo, passano di consegna dagli alunni della quarta elementare ai pargoli colornesi.

“Tre anni fa abbiamo aperto un cerchio e oggi qui lo chiudiamo”, asserisce entusiasta il Consigliere Comunale con delega al Verde Maurizio Segnatelli. “Voglio semplicemente ringraziare i ragazzi dell'Istituto Belloni per la cura con cui hanno vegliato sulle nostre piantine e fare un

grosso in bocca al lupo al Rugby Colorno per l'inizio di una nuova avventura. Il concetto di RESPONSABILITA' SOCIALE ha sempre distinto questo club, in cui tutto il territorio si riconosce ... Troveranno sempre il nostro sostegno lungo questa strada”.

“Ci siamo posti come obiettivo quello di voler crescere insieme, regalando ai ragazzi del domani un qualcosa in cui potersi riconoscere”, commenta Stefano Cantoni. “Saranno loro nel tempo a prendersi cura del nuovo giardinetto biancorosso, accudendo quegli alberi che fioriranno col loro nome”.

“Il Rugby Colorno per noi rappresenta una seconda casa”, commentano Flavio Tripodi e Daniele Goegan, freschi genitori di due splendide bimbe coinvolte nel progetto. “È fantastico sapere che tra qualche anno, proprio qui dove abbiamo giocato tante partite, cresceranno le piantine coi nomi delle nostre figlie”.



# DALL'ASTA MAURIZIO MANUTENZIONE PARCHI E GIARDINI



SORBOLO {PR} TEL. 0521 690415



Panificio Pasticceria

Pollastri srl

Via Marconi, 31 - SORBOLO (PR)  
Tel./Fax 0521/694214



PIAZZA LIBERTÀ 10  
43058 SORBOLO (PARMA)

### Edicola Savioli

- EDICOLA
- CONSEGNA A DOMICILIO GIORNALI E RIVISTE
- LIBRI
- GIOCHI
- ARTICOLI DI CARTOLERIA
- RICARICHE TELEFONICHE
- SERVIZI POSTALI
- PUNTO RITIRO E SPEDIZIONE PACCHI

Via Martiri della Libertà, 25 43058 Sorbolo (PR)  
0521 977167 - 333 895387



MUSCLE & FITNESS - INTEGRATORI ALIMENTARI  
Via Imperiale III, - 42041 Lentigione di Sorbolo (PR)  
Cell. 348 4125900  
mail: info@musclefitness.it - internet: www.musclefitness.it  
Partita IVA: 02369510361

“Non è vero che non mi piace vincere: mi piacevincere rispettando le regole.” Zdenek Zeman

“Lo sport è una grande palestra di valori. Chi non lo pensa non è un vero atleta.”  
Alessandro Del Piero

“Lo sport non costruisce la personalità. La rivela.”  
Alex Zanardi

“Se hai paura di fallire, allora probabilmente fallirai.”  
Kobe Bryant

# S /BAR PIPPO Santa Claus is coming to Sorbel...

Al Pippo è già Natale!

SORBOLO  
ATTUALITÀ



FOTO DI MATTEO GALIMBERTI



Prendi una bottiglia e bevila in famiglia...  
Prendila al Pippo ovviamente!  
Scegli tra varie proposte la tua Box ideale.



Vi aspettiamo tutte le mattine per l'asporto colazioni e pranzi dalle ore 7.00 alle ore 14.00.  
Aperitivi e cene, asporto e domicilio, previa prenotazione al 3755513647.



Menù sul sito [www.barpipposorbolo.it](http://www.barpipposorbolo.it)  
Seguiteci su Facebook e Instagram!

VI ASPETTIAMO!

Lo Staff



marketing-mix.it

# What you need

Mi hanno chiesto:  
“Perchè corri?”  
Io ho risposto:  
“Perché tu sei fermo?”  
(Jeremy Wariner)



Le distanze non si misurano in km, ma in possibilità.

mm  
marketing-mix.it

communication - media content - photo - video  
new technologies - printing solution - promotional

# Fiorista Monti

Via Gramsci, 31 - 43058 Sorbolo (PR)  
tel. 0521 694122 · fax 0521 698828  
e-mail [monti.posta@libero.it](mailto:monti.posta@libero.it)

“I limiti sono spesso soltanto delle illusioni.”  
Michael Jordan

“I rigori li sbaglia solo chi ha il coraggio di tirarli.”  
Diego Armando Maradona

“Un vincente vuole sempre la palla quando la partita è sul filo.”  
Jimmy McGinty

“Vola come una farfalla, pungi come un'ape.”  
Muhammad Ali



FARMACIA DI SORBOLO S.N.C.  
di BUSANI DR. FRANCO & C.

VIA ITALO FOCHERINI  
TEL: 0521 694132

STUDIO LEGALE BENASSI

*Avv. Mariaelena Benassi*

Via V. Veneto, 13/A 42022 BORETTO (RE)

Tel. 0522 965387 - Cell. 335 5852050

me.benassi@avvocatomariaelenabenassi.it



*Estetica Alice*

349 7530966 (su appuntamento)



*New Look*

VIA GRUPPINI, 19 - SORBOLO  
0521 1552472 (su appuntamento)



**Ciclo2005**

- **VENDITA BICI** di nostra produzione personalizzate a richiesta
- **RIPARAZIONI** cicli e **RESTAURI**
- **RITIRO E CONSEGNA** a domicilio

VIA G. VERDI, 9 SORBOLO (PARMA) - CELL. 348 7118558  
**WWW.CICLO2005.COM**

## /IN QUESTA DURA ANNATA... La ginnastica rallenta, ma non si ferma!

Dopo la pubblicazione degli scorsi DPCM atti al contenimento della propagazione del virus COVID-19, la situazione per l'ambiente sportivo si è complicata molto.

Tutte le discipline sportive hanno subito un grosso stop per quanto riguarda l'attività di base di tutti i bambini con età inferiore agli 8 anni. La Ginnastica Sorbolo si è vista quindi costretta a dover trovare soluzioni alternative per poter affrontare nuovamente questo periodo di difficoltà.

Mentre infatti le ginnaste ed i ginnasti tesserati agonisti, stanno continuando gli allenamenti in presenza in palestra, osservando attentamente tutte le norme dettate dai protocolli anti contagio, le piccole ginnaste dei corsi Gymgiocando, Base e alcune ginnaste preagoniste sono costrette a seguire da casa gli allenamenti.

Le insegnanti si sono subito organizzate per poter rendere possibile l'attivazione delle lezioni on line tramite collegamenti attraverso piattaforme di video conferenze direttamente dalla palestra, in modo da poter continuare il lavoro anche con le ginnaste impossibilitate nella frequentazione in presenza, ma soprattutto per non perdere l'entusiasmo e l'unione tra gli atleti.

Per i gruppi dei più piccoli, sono state proposte lezioni



**NUOVA  
STAGIONE**

**GINNASTICA  
SORBOLO**



A.S.D. GINNASTICA SORBOLO

all'aperto in modo da continuare a vedersi e fare attività alternative che, in questo periodo di grande incertezza e difficoltà, sono un toccasana per questi bambini, che in questo modo, possono godersi qualche momento di spensieratezza e normalità tutti insieme.

La società ringrazia in primis le insegnanti che non si sono fatte prendere dallo sconforto ma, anzi, con grande entusiasmo, hanno subito pensato a come poter cercare di andare avanti nel pieno rispetto delle norme vigenti e dei protocolli di sicurezza. Quest'anno sarà forse l'annata più dura da portare a termine, ma la Ginnastica Sorbolo c'è e andrà avanti con tutte le proprie forze per garantire alla totalità dei propri iscritti l'attività sportiva di cui ha bisogno.

Per info, contattaci via mail al nostro indirizzo:  
[ginnasticasorbolo@libero.it](mailto:ginnasticasorbolo@libero.it)



“Più difficile è la vittoria, più grande è la felicità nel vincere.”

Pelè

“Nello sport non potrà mai esistere un momento uguale ad un altro.”

Michael Schumacher

“Pattino per soddisfare me stessa, non ho bisogno di compiacere.”

Carolina Kostner

“Se vuoi avere tutto dallo sport devi prima dargli tutto.”  
Filippo Magnini

## L'EX FANTASISTA SI RACCONTA

### Benito Carbone: “I miei assist per i +3 dei compagni”

PIUTRE  
www.piu3.it



#### L'ex fantasista di Inter, Napoli e Parma racconta a Piutre aneddoti speciali della sua carriera.

“Stai attento altrimenti quest'anno riceverai carbone”. La minaccia dei genitori ai propri figli è sempre la stessa quando si avvicina il Natale. Ma pensate se le stesse parole fossero state pronunciate da un Presidente di Serie A al proprio allenatore intorno alla metà degli anni '90. Sicuramente qualsiasi mister sarebbe stato soddisfatto e non avrebbe chiesto nulla di meglio. Già perché in quel periodo, Benito Carbone era uno dei più richiesti trequartisti che il calcio italiano poteva ammirare, in un campionato, è bene ricordarlo, ritenuto da tutti “il migliore del mondo”.

E allora Piutre Fantacalcio ha deciso di parlarvi di lui. Di raccontarvi qualche aneddoto rivelato durante una splendida intervista al canale Youtube di Piutre Fantacalcio. Per chi ancora non lo conoscesse, Piutre è il primo brand di abbigliamento legato al mondo del Fantacalcio (www.piu3.it). Sui suoi social racconta questo appassionante gioco e il mondo del calcio nelle sue diverse sfaccettature (se guardate su Facebook, Instagram e Youtube di “Piutre Fantacalcio” troverete tanti campioni che sono venuti in contatto con la nostra realtà) sempre cercando di esaltare i valori positivi che lo sport dovrebbe mostrare. Valori che Piutre mette ben in evidenza nei suoi capi, grintosi, vivaci e alla moda. Con personalità. Ora più che mai è il momento di andare a visitare il sito [www.piu3.it/collezioni](http://www.piu3.it/collezioni) perchè nel

mezzo di dicembre sono previsti sconti pazzeschi (anche del 30%) sui capi invernali (felpe e tute) e primaverili, le T-shirt linee Gol Plus e Bomber.

E a proposito di bomber, si può tranquillamente affermare che Benito Carbone non sia mai stato un fenomenale goleador. Benny ha sempre preferito l'assist alla marcatura, il passaggio vincente rispetto alla gioia personale: “È vero: gli attaccanti che hanno giocato al mio fianco, hanno sempre segnato molto. Ne ricordo tanti ma in particolare vorrei soffermarmi sull'anno della mia consacrazione. Era la stagione 1993/94, Emiliano Mondonico sulla panchina del Torino e Andrea Silenzi come centravanti. Segnò 17 gol in campionato, secondo solo a Signori e Zola (in maglia Parma)”. Proprio Emiliano Mondonico fu fondamentale per la sua esplosione: “Io sono nato calcisticamente al Torino, mi sento un figlio del Filadelfia. Ringrazierò per sempre il mister. Fu lui a volermi in rosa a tutti i costi. All'epoca mi infortunai mentre ero in prestito ad Ascoli e la dirigenza del Toro mi fece tornare in sede per curarmi sotto i loro occhi. Quando ero ormai in fase di guarigione, dopo tanti allenamenti da solo, Mondonico mi chiese di fare una seduta con il gruppo: in quell'occasione sbocciò un feeling unico tra me e lui”. Nella sua carriera ha condiviso lo spogliatoio con campioni indimenticabili: “Uno di questi fu Enzo Francescoli. Arrivò da Cagliari: un fenomeno a livello tecnico e un ragazzo d'oro fuori dal campo. Mi insegnò come ricevere palla, come mettere i tacchetti per proteggermi quando il difensore pressava da die-

tro, come posizionare il corpo. E poi Andrè Cruz, a Napoli. Ricordo bene quando lo affiancavo, a fine allenamento, e iniziavamo a battere i calci di punizione. Su 10 tentativi, lui ne metteva 9 sotto il sette e in 1 colpiva la traversa. Le mie statistiche erano completamente diverse (afferma ridendo ndr). A fine anno, con impegno e dedizione quotidiana, ero molto migliorato proprio grazie al suo esempio”. Non tutti sanno, forse, che proprio a Napoli Carbone ebbe l'onore e l'onore di vestire la casacca numero dieci, dopo che era stata indossata da Diego Armando Maradona e Gianfranco Zola: “Era una maglia pesantissima: io ho dato tutto per onorarla. I tifosi l'hanno capito e mi hanno sempre sostenuto”. Un altro grande combattente che ha condiviso lo spogliatoio con Carbone è stato Paul Ince: “Un giocatore immenso con un cuore grandissimo. Lui trascinava tutti, durante le gare e in allenamento. Un aneddoto curioso: mentre noi facevamo riscaldamento durante il prepartita, lui non usciva mai sul campo ma si preparava facendo boxe. Poi arrivava in zona sottopassaggio, prima del fischio d'inizio, sempre a petto nudo, in qualsiasi stagio-

ne: si spalmava il “vicks” sul petto. Da quel momento iniziava a correre e non si fermava più per tutti i 90 minuti”.

E il suo Parma? Quello della stagione 2003/04? “Era un mix di grandi promesse e di giocatori già affermati. Arrivammo alla penultima partita con la prospettiva di entrare in Champions ma lo scontro diretto contro l'Inter a Milano fu deciso proprio da Adriano che aveva fatto tutta la prima parte di stagione con noi e, a gennaio, era tornato a vestire la maglia nerazzurra. Noi avevamo un grande allenatore: Cesare Prandelli fu incredibile quell'anno, tenendo unita la squadra durante il crack Parmalat. È stato proprio lavorando con lui che ho deciso di diventare allenatore”.

Pietro Razzini  
Piutre Fantacalcio

PIUTRE

An advertisement for Piutre winter clothing. It features a dark blue turtleneck sweater on the left and a woman wearing a dark blue long-sleeved top on the right. The background is a snowy landscape. Text in the center reads: "A Natale fa' felice il tuo FANTALLENATORE" and "-30% SUPER PROMO". Below this, there are social media icons for Facebook, Instagram, and YouTube, and the text "Scopri la collezione su www.piu3.it". The Piutre logo is visible in the top right corner of the ad.

ASSOCIAZIONE  
GIOCAMICO  
ODV

ODDI Gioielli  
RUBINIA GIOIELLI  
FILOD'AMORE

Acquistando FILOD'AMORE a chi vuoi bene, regali un sorriso ai bambini dell'Ospedale di Parma. Parte del ricavato sarà devoluto all'ASSOCIAZIONE GIOCAMICO ODV che dal 1998 esplora, gioca e sogna con i bambini ricoverati in ospedale...  
**perché il gioco è una cosa seria!**

- donazione minima 25€
- disponibile presso la Gioielleria Oddi, Piazzale della Steccata, Parma.



“Il pallone è per tutti. Il calcio è per pochi.”

Claudio Lotito



“Niente come lo sport sa dare gioie pazzesche che durano un attimo.”

Dino Zoff

-30% SUPER PROMO

“Nel canottaggio bisogna essere un po’ ballerine e un po’ boscaioli.”

Giampiero Galeazzi

“Una componente importante dello sport è lo spirito di emulazione.”  
Sandro Ciotti

## /SQUASH Lo squash guarda avanti con speranza: Parola d’ordine sicurezza

**SQUASH**  
Halley Squash Parma



Per maggiori informazioni, o per iscrizioni, i contatti sono i seguenti:

☎ Palestra Body Center: 0521-690371

✉ halleysquash01@gmail.com

📌 Halley Squash Parm 📌 HalleySquash01

**La stagione Agonistica è iniziata, ma l’anomalia dovuta al Covid-19 non rende le cose affatto semplici. Purtroppo, complice il peggioramento nelle scorse settimane del quadro epidemiologico, e complice l’inasprirsi delle misure restrittive ad esso collegate, i nostri ragazzi sono stati costretti ad un altro “Stop”.**

La Federazione Italiana Giuoco Squash, sta supportando al meglio l’attività, mantenendo attivi tutti i Tornei a livello Nazionale, come i Campionati Italiani Giovanili che sono terminati il primo Novembre al Centro Tecnico Federale di Riccione.

Dopo un confronto con i vari genitori, e avendo visto le incertezze e i dubbi da parte anche dei ragazzi stessi, abbiamo dovuto prendere l’amara decisione di non partecipare all’edizione dei Campionati di quest’anno, con la speranza però, di tornare in campo appena sarà possibile, in condizioni di sicurezza per tutti.



I prossimi appuntamenti Nazionali saranno sempre al Centro Tecnico Federale di Riccione, e saranno nell’ordine: Campionati Italiani Individuali Assoluti (Maschile e Femminile) dal 4 al 6 Dicembre, mentre i Campionati Italiani Assoluti a Squadre saranno dal 10 al 13 Dicembre.

In conclusione di quest’annata, altri due tornei sono stati fissati in calendario, un Torneo Nazionale Giovanile, e un Torneo Nazionale cat. “Elite”, entrambi dal 19 al 20 Dicembre, sempre al Centro Tecnico Federale di Riccione.

Data la situazione generale, relativa anche alle palestre chiuse, risulta molto difficile anche per i nostri Atleti Seniores, continuare gli allenamenti e di conseguenza partecipare ai Tornei.

Abbiamo valutato a fondo la situazione, e considerando la numerosità dei nostri Agonisti che fanno attività Nazionale, in relazione ai costi da sostenere nel tenere acceso e funzionante un impianto a porte chiuse, si verrebbero a creare degli esborsi economici che sarebbero proibitivi da sostenere per tutti.

È un lungo inverno questo, che obbliga tutti ad un sacrificio comune, nell’interesse di ognuno di noi. Nella speranza di rivederci tutti in campo, l’A.S.D. Halley Squash, augura a tutti un Natale sereno con i propri affetti, e un Anno Nuovo ricco di speranza, verso un futuro che costruiremo insieme.

**Paolo Allevato**

Presidente A.S.D. Halley Squash



# NEWLAB

ABBIGLIAMENTO / TECNICO SPORTIVO

**NEWLAB SRL**

Via caduti del lavoro 7, Sorbolo 43058 (PR)

[info@newlabsrl.it](mailto:info@newlabsrl.it)



“Se fossi invincibile mi sarei dedicato a qualche sport estremo.”

Tom Welling

“I campioni si riconoscono da come si rialzano dopo una sconfitta.”

Niccolò Campriani

“Quando stacchi tutti e arrivi da solo, la vittoria ha il sapore del trionfo.”

Marco Pantani

“Arrivare secondo vuol dire essere solo il primo tra gli sconfitti.” Kobe Bryant

# Non sai cosa regalare?

Ci pensa la nostra gift card “Ottica Allodi”

/IL NATALE SI AVVICINA...

ALLODI  
OTTICA



Quest'anno più che mai abbiamo pensato a TE...

Per gift card si intende una “carta regalo”, assimilabile ad un “buono acquisto”.

La card ha un valore economico, come un buono da spendere nel nostro negozio.

Se, per esempio, sai che a tua mamma o a tuo papà piacerebbe cambiare montatura oppure ricevere un occhiale da sole, in questo modo potrà scegliere il regalo corrispondente al valore della card che tu hai acquistato.

Oppure puoi regalare questo buono alla tua amica/o se, per esempio porta le lenti a contatto... oppure potrà scegliere tra tante altre proposte in base ai suoi gusti e alle sue necessità.



PER I TUOI REGALI DI NATALE  
REGALA UN BUONO ACQUISTO!



OTTICA ALLODI



SEGUICI »

Benessere visivo e Professionalità al servizio del cliente

Via Gramsci, 19/21 - 43058 Sorbolo (PR) Tel/Fax 0521 690261 - info@otticaallodi.it  
www.otticaallodi.it

# ERREUNO AUTOMAZIONE & INNOVAZIONE



Erreuno fornisce sistemi e componenti per l'automazione industriale, sia di tipo hardware che software. L'azienda, che sarà presente anche quest'anno all'evento SPS IPC Drives Italia, si offre principalmente come partner tecnologico, in grado di offrire soluzioni integrate e avanzate attraverso la distribuzione di sistemi hardware e software, servizi di progettazione su misura del cliente e prodotti per l'automazione di marchi prestigiosi. Tra i principali brand proposti da Erreuno figurano Advantech, di cui è rivenditore ufficiale in Italia, Adel System, Amplicon, Arestech, Armagard, Automa, Eaton, Kyland, Philips, Winmate, Unitronics.



Eagle-Eye è il sistema di teleassistenza Erreuno, che permette di accedere da remoto a qualsiasi periferica che abbia una connessione ethernet e seriale (PC, PLC, schede di controllo, HMI, inverter, etc..). Erreuno mette a disposizione anche Eagle-View, un sistema di teleassistenza audio/video che permette di “vedere” e comunicare con l'operatore sull'impianto tramite l'ausilio di un server dedicato lato desk e occhiali per la realtà aumentata (o dispositivi Android). La sicurezza del sistema, garantita attraverso connessioni protette e crittografate, è data anche dalla presenza di una chiave fisica presente su tutti i gateway Eagle-Eye, che permette di abilitare o disabilitare il collegamento. In questo modo l'utente stesso decide quando la connessione può essere attiva. Gli accessi ai pannelli di controllo sono gestiti tramite un login. Tutti i Pc client e i gateway devono essere opportunamente abilitati per accedere al sistema.

ERREUNO S.R.L.

Via Novella 13 - 43058 Sorbolo ( Parma ) Italy tel +39 0521 694164 info@erre1.it  
www.erre1.it www.syby.it

“Chi vince festeggia, chi perde spiega.”

Julio Velasco

“Non tutti i cavalli sono nati uguali. Alcuni sono nati per vincere.”

Mark Twain

“Abbiamo provato quarantaquattro difese per lui,  
ma lui ha avuto quarantacinque modi per segnare.” *Al Attles*

**UFFICIO PROMOZIONI ITALIA**  
Parma  
www.ufficiopromozioni.it  
www.facebook.com/UfficioPromozioni  
TEL 0521 709063

**GROWING UP YOUR BUSINESS**  
Gadget personalizzati - Articoli promozionali - Merchandising - Regalistica

## Scarlino Massimo

Agente di commercio bulloneria e utensileria

Via XXV Aprile, 6 43018 Trecasali Parma  
Tel 366 4132876 . Email [scarlino.massimo@comercialdado.it](mailto:scarlino.massimo@comercialdado.it)  
P.I. 02495300341

## Simone Campanini

fisioterapista

riceve c/o  
centro medico fisioterapico  
via ospedale vecchio 10  
Viadana

Tel 0375 833159

“I record sono come le bolle. Scompaiono velocemente.”  
*Ethelda Bleibtrey*

“Non chiederti cosa i tuoi compagni di squadra possono fare per te. Chiediti cosa tu puoi fare per i tuoi compagni di squadra.” *Magic Johnson*

“Se non credi in te stesso, nessuno lo farà per te.” *Kobe Bryant*

“posso accettare la sconfitta, ma non la resa.” *Michael Jordan*

## **I** /BASKET SORBOLO **Il nostro team si racconta:** Come avranno iniziato ad avvicinarsi al basket, scopriamolo insieme!

**SORBOLO**  
BASKET SCHOOL



**Non ricordo bene se fossi in prima o in seconda media quando il professore di ginnastica ci disse che avremmo partecipato ai Giochi della Gioventù giocando a basket.**

Non vi preoccupate anche se non avete mai giocato, ci disse, è uno sport semplice, basta mettere la palla in un canestro.

Fummo eliminati dopo due partite contro altre scuole di Parma, dove però la cultura cestistica era ben consolidata, perdendo con inusuali risultati, loro a ben più di 100 e noi a ben meno di 10.

Avevamo approcciato a questo sport senza nessuna preparazione e conoscenza.

Non fummo certo felici noi che avevamo perso così malamente, ma penso che non lo furono nemmeno i vincitori. Non avevamo certo onorato il basket come invece avrebbe meritato.

Pensai che questo sport non facesse per me; l'avevo vissuta come un'esperienza terribile e mi dedicai ad altro.

Venti anni dopo il basket è ritornato invece a fare parte della mia vita; è diventato il mio lavoro, mi ha intrigato e travolto trasportandomi in scenari entusiasmanti. Mi ha fatto vivere emozioni importanti e mi ha fatto conoscere persone autorevoli che mi hanno completato come uomo e come professionista.

Il basket era tornato a me sotto un'altra forma spazzando via l'immagine negativa che mi ero fatto.

**Una magia... che il basket spesso riserva.**

**Così è nato anche il Sorbolo Basket School.**

**Non avrei mai immaginato niente di tutto ciò ma la vita ha molta più fantasia di noi.**

**Antonello Cantoni**



**DAMIAN PAULIG**  
**La mia storia con la pallacanestro ebbe inizio ancor prima di nascere.**

Mia madre ha giocato fino al quinto mese di gravidanza quindi quando sono nato, da mamma giocatrice, papà giocatore ed allenatore, sorella giocatrice e nonno ex giocatore, tutti pensarono che ci sarebbe stato un altro cestista in famiglia. E da lì cominciarono tutta una serie di esercizi/giochetti che non sono altro che esercizi individuali della pallacanestro, a un certo punto, mentre tutti i bambini di 3-4 anni giocavano con le macchinine, io mi divertivo a fare slalom avanti e indietro tra le sedie palleggiando nel mio giardino.

**Arrivò il momento di andare a giocare in una squadra (avevo 5 anni, non di più). Ricordo il primo e unico allenamento, presi la palla e mi feci tutto il campo. L'istruttore fischiò... non avevo mai fatto un palleggio!!!!**

Con questo ricordo si chiuse la mia carriera cestistica, o almeno così credevo. Correva l'anno '90 e dopo il Mondiale di calcio in Italia volli imitare Goycochea (il para rigori) e così mi dissi che volevo diventare un portiere. E così per tanti anni ho fatto il portiere, però passavo più tempo su un campo da basket che su quello in erba. Dopo di che, dopo tanti tentativi da parte di mia madre e vedendo mia sorella in nazionale mi decisi a riprovare con il basket e fu amore a... primo terzo tempo!  
**Ho 35 anni e tutt'ora gioco e vivo grazie alla pallacanestro. Grazie mamma di non esserti mai arresa!**

**Damian Paulig**



**FABIO FIORI**

Se dovessi raccontare la mia storia di cestista avrei bisogno di molte righe. Una storia fatta di passione nata all'età di 6 anni quando ho cominciato a calcare il campo del palazzetto dello sport di Lerici, così come il campetto all'aperto. Eh già sono ligure e chi è nato a Lerici è impossibile che non abbia giocato a basket nella gloriosa società **Landini Lerici** fondata nel lontanissimo 1945.

Quindi diciamo che, come tutti i bambini, ho cominciato a dare confidenza alla palla a spicchi e da lì ne è nata una passione incredibile che mi portava a giocare a basket tutti i giorni, che ci fosse allenamento o meno. Ed ogni cosa era buona per immaginare un canestro, ricordo che si tirava anche dentro i cestini dei rifiuti lungo la passeggiata, oppure mentre si percorreva la strada per andare verso il palazzetto con il proprio pallone si centravano i numeri civici delle abitazioni immaginando che fosse un canestro.

Quindi ogni occasione era buona per giocare a basket 7 giorni su 7 per 365 giorni l'anno, bastavano anche pochi tiri... quasi una malattia... sana malattia.

Ricordo con piacere le partite che facevo in cameretta usando una tavola al quale avevo attaccato l'anello del retino da pesca che già aveva la retina opportunamente tagliata sul fondo. Aggiungo 2 ganci ed il canestro da attaccare alla porta è pronto, come dimenticare la palla che per necessità era quella di spugna. E via! Si liberava la fantasia immedesimandosi nei beniamini NBA, tanto Magik Johnson come Larry Bird o Doctor J.

Con il passare dei tempi la mia passione e quella dei miei compagni di squadra aumentava a dismisura tanto che ci portava a fare sfide infinite nel campo all'aperto, ricordo si arrivava ai 100 come minimo e nessuno voleva mai perdere, tantissimo agonismo ma poi amici più di prima pronti ad un tuffo in mare tutti insieme.

Ancora oggi quando torno a Lerici ed incontro qualche ex compagno di squadra ci perdiamo nei ricordi fatti di

mille emozioni e di tante soddisfazioni, grazie ai numerosi campionati vinti ed a 2 partecipazioni alle finali nazionali di categoria. Per farla breve mai un campionato perso nei 16 anni di basket giocato e questo perché avevamo più fame degli altri quando scendevamo in campo ma soprattutto perché eravamo una squadra unita sia in campo che fuori.

**Ricordo con piacere che ad un certo punto mi è stato chiesto di iniziare ad insegnare il minibasket e con gioia ho iniziato, intanto giocavo gli ultimi campionati fino alla serie D.**

Poi il trasferimento a Parma per lavoro e questo mi ha portato a quello che ancora oggi non riesco a spiegarmi. Da una full immersion a non entrare più in palestra. Non so, come se si fosse azzerato tutto.

La storia di oggi dice che ho ripreso ad insegnare basket ed avere un ruolo di dirigente nel Sorbolo Basket School. Insomma come un vulcano... la passione si è risvegliata. Uno sport unico il basket, difficile, avvincente, in una frazione di secondo devi fare la scelta giusta. **In un secondo puoi cambiare il destino di una partita. Insomma uno Spettacolo!**

**Fabio Fiori**



“Sbagliare una schiacciata è un momento imbarazzante, ci si sente soli al mondo. O almeno, così mi hanno detto...” *Julius Erving*

“Quando perdi e sei sicuro di averci messo il cuore, hai già vinto... lo dice uno a cui perdere non piace affatto.” *Kobe Bryant*

DAMIAN PAULIG

“Non chiederti cosa i tuoi compagni di squadra possono fare per te. Chiediti cosa tu puoi fare per i tuoi compagni di squadra.” *Magic Johnson*

“posso accettare la sconfitta, ma non la resa.” *Michael Jordan*



JUAN BELTRAN

**Non dimenticherò mai il primo tiro... in realtà non ricordo bene di averlo segnato o meno, ma, dopo 22 anni, provo ancora la stessa sensazione di quel giorno.**

Nessuno mi ha accompagnato in palestra per provare la pallacanestro, è successo perché l'universo e il mio destino volevano che così fosse.

I primi anni di sport li ho passati giocando a calcio, con un livello di passione e dedizione proprio esagerato, come per quasi tutti i bimbi “Argentini”.

Ad 11 anni, quando iniziavo ad avere alcune responsabilità in famiglia, i miei genitori mi chiedono di accompagnare mio fratello in palestra per il suo allenamento di basket. Non avrei mai immaginato che in quel momento stava per iniziare una bellissima avventura.

Mentre lui si allenava insieme ai suoi compagni io ero a bordo campo. Non nascondo che nemmeno dopo 5 minuti avevo una voglia incredibile di buttarmi in campo. Pochi minuti dopo prendo il coraggio di chiedere in prestito una palla per giocare fuori dal campo. Finito l'allenamento siamo tornati a casa e l'unica cosa che ho detto ai miei era di portarmi a fare la prova.



Il giorno dopo ci presentiamo in palestra e quel primo allenamento è stato l'inizio di tutto: minibasket, giovanili, viaggi, tornei, esordio in prima squadra, primi passi come istruttore, esperienza europea...

**In sintesi... la costruzione della mia vita... il mio combustibile per vivere ogni giorno.**

Gracias Basquet!

Juan Beltran



LICIA CORRADINI

**Vorrei raccontare qualcosa di romantico sui miei primi passi cestistici, ma la realtà è un'altra: la società maschile in cui giocava il mio migliore amico aveva un pulmino, la possibilità di avere un passaggio convinse i miei e decise la mia sorte.**

De Gregori diceva più o meno così. Non ho scelto

di avvicinarmi alla pallacanestro come tanti, perché qualcuno in famiglia aveva giocato prima di me, ma me ne sono innamorata completamente e follemente, in modo naturale. L'amore per il gesto tecnico, la fatica e il sudore degli allenamenti, la sete di miglioramento, sono arrivate dopo. All'inizio c'era solo una passione immensa da condividere con i miei compagni di squadra. Questa sincera dedizione non è mai passata e non passerà con gli anni, nemmeno ora che ho smesso con il basket giocato. Nel mezzo c'è stata una carriera da professionista, con l'onore di vestire la maglia della nazionale, molte gioie, qualche amarezza per le sconfitte, una marea di esperienze e tante compagne di squadra che sono diventate amiche. **Ne è valsa la pena?** Certo, e sceglierei ogni giorno di rifare i sacrifici che ho fatto. In modo naturale, così come per me è iniziato tutto, spero un giorno di riuscire a trasmettere questa passione alle ragazze e ai ragazzi che avrò la fortuna di allenare. Incrociando le dita, perché sia il più presto possibile...

Licia Corradini

## /CARISSIMI GENITORI E ATLETI... Lettera del Presidente

**Carissimi genitori ed atleti, innanzitutto spero stiate tutti bene. Vi scrivo per fare alcune considerazioni sull'attuale situazione e per motivare le nostre scelte.** In questo periodo di massima incertezza sulla gestione del contrasto al contagio da Covid rileviamo che, purtroppo, la diffusione del virus sta avendo un impulso drammatico per quanto riguarda non solo l'aumento esponenziale del numero di coloro che risultano positivi al tampone ma, soprattutto, per il numero dei ricoverati sia in reparto che nelle terapie intensive e quello dei morti.

Visto lo scenario appena descritto abbiamo scelto di sospendere gli allenamenti. Se avessimo scelto con il cuore, la passione, che ogni giorno mettiamo per portare avanti la società e questo sport fantastico per la crescita

**Con buona probabilità non fu un terzo tempo, ma almeno un quarto o un quinto. Lanciai la palla a pochi passi dal canestro senza che nessun altro bambino fosse riuscito a togliermela.**

Quando la palla, così insolita nell'aspetto, entrò all'interno dell'anello scuotendo la retina, provocando un rumore soffice, accogliente, provai un inatteso istante di felicità. Seppi che quel momento doveva essere ripetuto, avrei potuto essere un bambino felice.

Mio fratello più piccolo mi chiese se volevo provare un nuovo sport. Nel pomeriggio, nella palestra della scuola elementare Martiri di Cefalonia in Via Pelicelli, quartiere Montanara, il maestro Mauro Zardi avrebbe insegnato il gioco della pallacanestro.

Fu così, per curiosità e perché a mia mamma la parola palestra piuttosto che la parola strada piaceva molto di più.

All'epoca, anni '70, spesso il campo da calcio era la strada sotto casa dove le porte erano i cancelli dei passi carrabili.

Frequentai i corsi dello CSI, mi immaginavo prodezze guardando le partite su TV Capodistria di Drazen Dalipagic, cominciamo ad avere i miei campioni preferiti,



Pierluigi Marzorati, e poi in un breve rincorrersi del tempo con le televisioni private arrivò anche quello che consideravamo il campionato degli inarrivabili, la NBA, forse su Tele Alto Milanese o Tele Lombardia, ed elessi come super campione personale Julius Erving, il Doctor J.

Vedere quelle partite era una fonte inestinguibile di ispirazione. L'imitazione dei gesti, dei movimenti, dei salti decisamente meno, la mettevamo in pratica nei campi di basket della Cittadella, ai tempi di quando ancora l'Ostello era aperto.

**Poi venne il tempo di partecipare ai campionati veri e mi iscrissi nell'Audace. Così passò la mia infanzia, la mia adolescenza e la mia giovinezza, cercando di far canestro.** La mia carriera, si fa per dire, terminò con la conclusione dei campionati giovanili ma rimasero gli amici e la passione.

Ogni volta che passo dalla Cittadella non posso fare a meno di fermarmi ad osservare i ragazzi che giocano come giocavo io. Ora, da pochi giorni, i campi rimangono vuoti a causa del virus.

Ma se chiudo gli occhi quella palla a spicchi, che tornerà presto a disegnare parabole nel cielo, non cessa di generare un istante inatteso di felicità.

Luca Tegoni

dei nostri figli, ci avrebbe portato a continuare le attività. Abbiamo seguito il principio di precauzione che fino ad ora abbiamo, con coerenza, adottato

Nel primo periodo in cui sono state sospese tutte le attività abbiamo cercato di essere vicini ai nostri atleti con iniziative a distanza; successivamente, quando la diffusione del virus ha cominciato a regredire e si sono aperte le porte per svolgere attività individuale all'aperto non ci abbiamo pensato un attimo a proporle, nel rispetto di tutti i protocolli indicati dalla FIP e approvati dal Comitato Tecnico Scientifico che collabora con il Governo. In questo momento, invece, ci troviamo nella situazione in cui la diffusione dell'epidemia è in forte crescita in uno scenario che coinvolge l'intero Paese.

Crediamo che in questo periodo dell'anno svolgere attività all'aperto non sia agevole in quanto ci troveremo a dover comprimere gli orari di allenamento in un orario compreso tra le 14:00 e le 16:00 divisi per gruppi, chiedendo corse ai ragazzi e di conseguenza alle famiglie, dopo il rientro da scuola.

Siamo in autunno e presto sarà inverno, quindi le tem-

perature si abbasseranno. Senza la disponibilità degli spogliatoi i ragazzi potrebbero con la sudorazione raffreddarsi e quindi ammalarsi. Oltre a perdere la scuola, ammalarsi in questo periodo comporterebbe generare dubbi sull'origine dell'influenza creando grosse difficoltà all'interno delle famiglie.

Fare allenamento al freddo e su un campo di cemento faciliterebbe la possibilità di infortuni articolari o muscolari e di conseguenza di dover ricorrere alle cure del Pronto Soccorso, causando criticità inopportune per gli ospedali che presto potrebbero trovarsi nuovamente in una situazione di grave emergenza.

Credo che le motivazioni che ci hanno portato a questa scelta siano ampiamente giustificabili e speriamo condivise. Non immaginate quanto ci piacerebbe poter continuare gli allenamenti, ma vorremmo farlo con la serenità che in questo momento non è totale. Terremo monitorata la situazione e, quando si presenteranno le condizioni per poter riprendere l'attività, sarà nostra cura avvisarvi.

Il Vostro Presidente - Antonello Cantoni

“Sbagliare una schiacciata è un momento imbarazzante, ci si sente soli al mondo. O almeno, così mi hanno detto...” *Julius Erving*

“La fatica non è mai sprecata: soffri ma sogni.” *Pietro Mennea*

# F /THE ENGLISH CORNER amous people of England Ed Sheeran

ENGLISH  
C o r n e r



**Edward Christopher Sheeran was born in February 1991, in Halifax, West Yorkshire.**

As a child, he lived in Framlingham, Suffolk, England. He then moved to London in 2008 to start a music career.

He is a British singer-songwriter and guitarist. He also writes and produces songs on his own and created his label, Paw Print Records.

In 2005, Sheeran started publishing some EP albums

In 2011/2013 he made his first album, called +.

In 2014/2016 he made his second album x (multiply).



In 2017/2018 he made his third album ÷ (“divide”).

In 2019, Sheeran released the song “I Don't Care” (with Justin Bieber) as the first single from his then-upcoming album, No. 6 Collaborations Project.

### CURIOSITY

Despite his popularity and fame, Sheeran has been spotted smoking several times. In an interview with Ryan Seacrest, published on YouTube on 5 March 2014, Sheeran revealed that smoking is his worst habit.

After ten years as a smoker, he now claims to be smoke-free. However, in an article published on the Daily Mail website, on 19 March 2015, he was spotted smoking a roll-up cigarette, outside a hotel in Brisbane. He has since quit smoking again.

Sheeran announced that he became engaged to his girlfriend, Cherry Seaborn, over Christmas 2017.

They married the following year. Today they give birth to their daughter Lyra Antarctica Seaborn Sheeran.

His full name is Edward Christopher Sheeran.

Ed shares the same birthday as Paris Hilton.

He played 312 gigs in 2009!

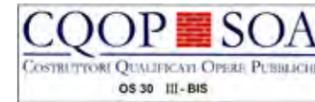
His official website is edsheeran.com

Susanna Binacchi

### Ed Sheeran and Taylor Swift attend the 58<sup>th</sup> Grammy Awards



www.valferpr.it



## Automazioni Elettriche – Elettroniche Quadri Elettrici Impiantistica Elettrica - Pneumatica

Una realtà dinamica e flessibile  
che può contare su uno staff di oltre 200 tecnici motivati  
e disposti a condividere la propria esperienza con il cliente  
avvalendosi di una struttura completamente attrezzata di oltre 3500 mq.

CAD elettrici e Software utilizzati



VAL.FE.R. SRL Elettromeccanica - Strada Privata del Commercio, 13 – 43044 Lemignano di Collecchio – PARMA – ITALY  
Tel. 0039.0521.804246 – 0039.0521.804431 – Fax. 0039.0521.304690 – mogliapaolo@valferpr.it – service@valferpr.it  
Capitale sociale € 500.000 i.v.

# Family Bar

FAMILY BAR di Ghidoni Gianluca  
Via GRuppini 43/3 - 43058 Sorbolo (PR)

SI ORGANIZZANO CENE E FESTE DI COMPLEANNO SU PRENOTAZIONE

“Per essere il numero uno, devi allenarti come se tu fossi il numero due.”  
Maurice Greene

**L** /GIOCHIAMO CON GLI ACQUERELLI  
**Le nostre attività a colori:**  
Tra gioco e apprendimento

**SCUOLA**  
B. AGAZZI



Anche noi come gli artisti siamo in grado di trasformare una macchia in un'opera d'arte...



 **CONAD SUPERSTORE**

**CAMPUS**



**Orari Conad**  
**dal lunedì al sabato**  
**8.30 - 20.30**  
**domenica**  
**9.00 - 19.30**

**Via Bruno Schreiber, 15/E/Int. 7,**  
**43100 Parma PR - Telefono: 0521 255961**

<https://www.facebook.com/centrocommercialecampus>

“Non esiste una curva dove non si possa sorpassare.”  
Ayrton Senna

“Nello sport il gioco deve essere una costante. Quando questa componente viene a mancare è ora di smettere.” Josefa Idem



“Lo sport deve insegnare a dare il massimo, a dire: più di così non potevo fare.”  
Gabriella Dorio

“Darei mille libri per poter correre veloce come te.”  
William Shakespeare

“Lo sport ha bisogno di progettazione, innovazione, impegno costante.”  
Pietro Mennea

## **P** /NOVEMBRE 2020 **Progetto HAPPY FOOD:** Costruiamo insieme il nostro orto

**NONTISCORDARDIME**  
ASSOCIAZIONE



**Buongiorno a tutti... sono Marzia uno dei soci fondatori di NONTISCORDARDIME con questo intervento voglio raccontarvi del progetto Happy Food che ci ha dato l'occasione per realizzare un orto nella nostra casa a Mezzano Inferiore.**

Progetto realizzato dalle associazioni di Sorbolo Mezzani: AUSER, CENTRO SOCIALE RICREATIVO CULTURALE AUTOGESTITO, CRI, L'ABBRACCIO, NON TI SCORDAR DI ME, CON LA PARTECIPAZIONE DI CARITAS E PUNTO DI COMUNITÀ finanziato dalla Regione Emilia Romagna col bando del 2019 che sostiene le associazioni nella realizzazione di progetti utili alla comunità di appartenenza.

### **Le associazioni partecipanti concretizzano**

Tre importanti progetti, uno di questi ci riguarda direttamente e coinvolge i nostri ragazzi/e nella realizzazione di un orto prima, attraverso laboratori ludici e pratico manuali condotti dalle educatrici di coop nativa cigno verde nella sede di casaltone nella campagna Sorbolese.

Dopo qualche settimana gli incontri si sono spostati nella nostra casa a Mezzano Inferiore e a poco a poco ha preso forma il nostro orticello... I partecipanti sono

entusiasti e hanno collaborato con le educatrici in modo continuativo e assiduo per portare a termine prima dell'inverno le semine di aglio e piselli... ed interrato la prima Rosa.

### **L'orto è stato battezzarlo "ORTO ALLEGRO"**

Vogliamo ringraziare LE ASSOCIAZIONI CHE CI SOSTENGONO E CI ACCOMPAGNANO NELLA REALIZZAZIONE DEL NOSTRO ORTO PER FARE IN MODO CHE DIVENTI UN'ATTIVITÀ STABILE E COSTRUTTIVA PER IL FUTURO DELLA NOSTRA CASA E DEI NOSTRI RAGAZZI CHE VOGLIAMO SEMPRE PIÙ INSERITI NEL TESSUTO SOCIALE.

GRAZIE A COOP NATIVA CIGNO VERDE per la realizzazione educativa e pratica del progetto.

Ci fermiamo giusto il tempo che serve al ciclo della natura per fare il suo corso, noi nel frattempo sorvegliamo e te-



niamo in ordine.

A questo proposito se qualche volontario volesse impegnarsi ed aiutarci nella cura di ORTO ALLEGRO ne saremo felicissimi!

A presto... prestissiiiiimo... COVID19 permettendo!

**Rettifichiamo quanto scritto nel numero precedente: il progetto "Ortogiardino" per i ragazzi del Nontiscordardime rientra nel progetto Happyfood finanziato da Regione Emilia Romagna.**



“Lo sport deve essere patrimonio di tutti gli uomini e di tutte le classi sociali.”  
Pierre De Coubertin

“I record sono come le bolle. Scompaiono velocemente.”  
Ethelda Bleibtrey

“Credi in te stesso quando nessun altro lo fa. Ciò ti rende all’istante un vincitore.”  
Venus Williams

“Non importa quanto segni. Quello che conta è uscire dal campofelice.”  
Kobe Bryant

# S3 sistemi

## Elettricità Sicurezza Automazione

Impianti di allarme, videosorveglianza e antincendio, impianti elettrici civili e industriali, automazioni per cancelli, porte basculanti, persiane e avvolgibili, domotica e buiding automation.



[www.s3sistemi.it](http://www.s3sistemi.it)



[s3sistemi](https://www.facebook.com/s3sistemi)



[info@s3sistemi.it](mailto:info@s3sistemi.it)



certificati knx standard mondiale  
per il controllo di case ed edifici

## **P** /CALO DELLE DONAZIONI Perchè e cosa significa donare il sangue

### Un gesto buono per sè, fondamentale per gli altri

CULTURA  
P A R M A



**Ormai da diversi giorni si segnala un calo delle donazioni di sangue in tutta Italia dovuto principalmente alla paura del coronavirus, e se il trend dovesse continuare si rischiano gravi ripercussioni sulle terapie necessarie ad oltre 1800 pazienti al giorno.**

Lo affermano il Centro Nazionale Sangue e il Civis, il coordinamento delle associazioni dei donatori, che ricordano come chi non è considerato a rischio di contagio ed è in buona salute può andare tranquillamente a donare, contattando prima il punto di raccolta per evitare affollamenti.

Negli ultimi giorni la bacheca Sistra, che monitora la compensazione tra regioni, ha registrato un forte calo nelle eccedenze, praticamente azzerate, un segno che anche dove storicamente si raccoglie di più ci sono delle difficoltà, e si cominciano a vedere le prime richieste da parte di alcune regioni, a partire da quelle che oltre al Covid-19 devono supportare i centri di trapianti organi, quelli terapeutici per talassemici e i malati di emoglobinopatie: particolari condizioni e patologie per le quali il sangue è un vero e proprio farmaco salvavita e non esistono ad oggi alternative possibili alla donazione.

I segnali sono di un calo generalizzato, che al momento il sistema sta assorbendo anche per la verosimile ridu-

zione di alcune attività chirurgiche in elezione, ma non si può più aspettare, anche perché l'autosufficienza delle regioni che sono normalmente compensate da quelle con maggiori capacità di raccolta del sangue, senza il loro supporto si rischia di andare in sofferenza.

Anche i referenti delle associazioni donatori lamentano una riduzione della raccolta nonostante le donazioni possono essere fatte in sicurezza, seguendo le precauzioni valide per evitare il contagio. Il consiglio è di contattare prima Avis o Fidas le associazioni di riferimento per prenotare la donazione, in modo da evitare possibili assembramenti, ricordando che le stesse sono impegnate anche a garantire, a tutto il personale operante presso le Unità di raccolta, la diffusione capillare e costante delle informazioni inerenti all'applicazione delle indicazioni fornite dal Ministero della salute per la sanificazione e la disinfezione degli ambienti.

Associazioni e medici non smetteranno mai di ripetere quanto donare il sangue sia un gesto di grande generosità verso gli altri, e quanto faccia bene sia al corpo che alla mente di chi dona. Non perchè si sottopone a un salasso, ma perchè l'azione comporta una presa di coscienza dell'individuo, che è stimolato a mantenere uno stile di vita sano e a nutrirsi nel modo giusto. Per chi dona ci sono controlli medici gratuiti che permettono di tenere d'occhio la propria salute e in particolare il proprio sistema cardiovascolare. Inizialmente viene effettuato un accurato colloquio con un medico per valutare lo stato di salute anche attraverso il controllo dei parametri, segue un prelievo venoso per gli esami ematochimici, poi sul lettino per la donazione nelle modalità sangue o aferesi.

Dunque donare il sangue rende più consapevoli dell'importanza di stare in salute, non solo per i controlli a cui si è sottoposti o per i benefici legati alla diminuzione di metalli, ma anche per dare credito ad alcune ricerche dalle quali è scaturito che chi dona sangue è meno soggetto ad attacchi di cuore e ictus.

Nella serie di controlli vengono inoltre garantiti test specifici gratuiti per scoprire valori ematochimici che potrebbero rivelare malattie nascoste del donatore, congiuntamente ad un accurato controllo del sistema epatico, renale e metabolico, con particolare attenzione a colesterolo, glicemia e trigliceridi.

**La donazione di sangue, quindi, non è pericolosa per nessuno, né per chi lo dà e né per chi lo riceve.**

Roberto Ghirardi

“Lealtà e comunicazione sono sempre ricompensate nello sport.”  
Cheech Marin

# TEAM MATTIAZZI

Stazione di servizio carburanti  
Lavaggio automobili - Tappezzerie -  
Ricarica climatizzatori - Accessoristica varia



Via Colorno,41 - 43122 Parma  
0521606191  
METANO e GPL  
LAVAGGIO CAMION



Via Emilio Lepido,239/D  
43122 S.Prospero (PR)  
0521640083  
GPL



Via Marconi,41  
43058 Sorbolo (PR)  
0521655662  
SERVITO AL PREZZO DEL SELF



**LA DEMOLIZIONE DELLA TUA AUTO NEL RISPETTO DELL'AMBIENTE**



**RITIRO VEICOLI FINE VITA CON MEZZI PROPRI A DOMICILIO  
NOLEGGIO CASSONI E RITIRO RIFIUTI RICICLABILI  
VENDITA RICAMBI USATI PLURIMARCHE**



Via Chiozzola 11 - 43058 Coenzo di Sorbolo (PR) - Tel. 0521 699250 · Fax 0521 699201  
[artonidemolizioni@libero.it](mailto:artonidemolizioni@libero.it)

## /DAVIDE BONI Attività cardio: Qual è la migliore per dimagrire?

**PERSONAL  
TRAINER**



**Qual è l'attività fisica migliore per dimagrire, cioè quella che ti consente di bruciare più grassi in un ora di allenamento?**

So già che la mia risposta ti deluderà, ma devo darti una brutta notizia. Non esiste un'attività migliore o peggiore di un'altra. Perché quello che fa la differenza in termini di dimagrimento, è l'intensità con la quale svolgi l'allenamento e non il tipo di allenamento.

Ovvero la frequenza cardiaca che mantieni durante l'attività fisica. Che tu vada a correre, a nuotare o a pedalare, al tuo metabolismo non importa. Quello che a lui interessa, è essere stimolato nel modo corretto a consumare i grassi come principale fonte di energia.

Tutto questo lo ottieni monitorando i battiti del tuo cuore durante lo sforzo. Esiste un range di frequenza cardiaca specifico per il dimagrimento. In grado cioè di stimolare il tuo organismo ad utilizzare maggiormente i grassi come principale fonte di energia.

Quindi se ti alleni con l'obiettivo di dimagrire e perdere peso, ricorda che non conta tanto cosa fai, ma come lo fai.

Utilizza il cardio frequenzimetro come strumento di lavoro, in modo da poter monitorare i battiti del tuo cuore e mantenere un range di frequenza cardiaca compreso tra il 60 ed il 75% della tua frequenza cardiaca massima.

Lo so che adesso starai pensando... *"Ma come Davide? lo se vado a correre ho i battiti più alti rispetto a quando vado in bici ad esempio. Vorresti dirmi che questo non influisce in nessun modo sul mio metabolismo e la perdita di peso?"*

Ti do ragione, ma questo è un altro discorso. Un aspetto che sicuramente nella scelta degli allenamenti, va preso in considerazione, ma che comunque è secondaria.

Esistono attività, come ad esempio la corsa, che per loro natura e meccanica, coinvolgono un maggior numero di distretti muscolari. Nella corsa infatti utilizzi non solo gambe, come in avviene in bici, ma anche il busto e le braccia. Tutto questo costringe il tuo cuore a inviare una maggior quantità di ossigeno e di sangue al corpo e quindi ad alzare più facilmente i battiti del cuore.

Ma come ti dicevo questo è un fattore secondario. Ricordati che il tuo obiettivo è mantenere un determinato range di frequenza cardiaca.

Quindi che tu corra e pedali, dovrai comunque modulare l'intensità dello sforzo, in base ai battiti del tuo cuore.

**Ci sentiamo presto e Buon Allenamento!**

**Davide Boni**  
Personal Trainer

Via Emilia Ovest 129 Parma - Tel. 0521 941275

davide.boni@iltuoallenamento.it

www.personaltrainerparma.com

**Davide Boni**  
Personal Trainer



## /OSPEDALE DEI BAMBINI DI PARMA Associazione GIOCAMICO: Il nostro lavoro continua



**Nella vita di tutti i giorni i bambini corrono, protestano, giocano, esplorano, fanno amicizia e tanto altro e questo è significativo per la loro crescita.**

Purtroppo ogni tanto accade che alcuni debbano trascorrere un periodo più o meno lungo in Ospedale: questo è fonte di preoccupazione ed ansia per loro e le loro famiglie.

Il nostro intento è che un bambino che affronta il difficile momento dell'ospedalizzazione possa continuare a giocare perché ha desideri, curiosità, energia positiva ancora forti una volta entrato in Ospedale.

Crediamo che debba essere riconosciuta e valorizzata la sua capacità espressiva rispetto a quello che sta vivendo, in modo da costruire dentro sé una continuità con la vita precedente il ricovero.

È nostra convinzione che un bambino e la sua famiglia debbano avere al proprio fianco qualcuno che li aiuti a gestire con più agio alcuni momenti particolari che caratterizzano la vita in Ospedale.

Questo e tanto altro è sancito dalla Carta dei Diritti dei Bambini e delle Bambine in Ospedale (Carta di E.A.C.H.) alla quale ci siamo sempre ispirati.

**Dal 1998 GIOCAMICO è presente nei Reparti Pediatrici dell'Ospedale dei Bambini di Parma dal lunedì alla domenica, e porta avanti tutte le nostre convinzioni tramite un'attività ludico - espressivo - relazionale grazie a splendidi Volontari che nel corso degli anni sono diventati sempre più numerosi.**

Un'équipe di 13 professionisti (Psicologi Psicoterapeuti ed educatori) si occupa della formazione dei volontari, del coordinamento di tutte le attività di gioco e dei

progetti specifici per il sostegno e l'accompagnamento dei bambini e delle loro famiglie in momenti particolari della loro permanenza in Ospedale.

### ALLA SCOPERTA DEL PIANETA S.O.

Nell'ambito della visita anestesologica dei pazienti che devono affrontare un intervento programmato è stato strutturato un momento di accoglienza e supporto che, tramite un linguaggio ludico facilmente comprensibile e la visione dei presidi medici utilizzati in sala operatoria, prepara il bambino e la famiglia al momento delicato dell'ingresso in sala e dell'anestesia.

A seconda della fascia d'età la preparazione può essere più un gioco esperienziale (fascia 3-8 anni) o più colloquiale (9-18 anni) con la visione di filmati della sala operatoria tramite Ipad.

### CONOSCERE IL DOTT. NANZA

Per i bambini che devono affrontare l'esame di Risonanza magnetica è stato pensato un percorso di accompagnamento alla difficile pratica del "restare immobili" durante l'esame e del non rimanere impressionati dai rumori dell'apparecchiatura.

Per rendere veritiera l'esperienza l'operatore di Giocamico si avvale di una Risonanza giocattolo dove il bambino può fare una vera e propria prova, ascoltando i veri suoni registrati, restando completamente immobile e sperimentando l'assoluta mancanza di dolore fisico.

L'attività diventa formativa anche per i genitori che, affrontando con il bambino questo momento e visionando successivamente la Risonanza magnetica vera e propria, riducono la propria ansia a beneficio della serenità del figlio.

La preparazione è effettuata sui pazienti dai 5 ai 18 anni, anche in presenza di lievi disabilità o ritardi.

Anche in questo momento particolarmente difficile lo Staff di Giocamico è riuscito, pur con molte limitazioni, a mantenere il proprio operato all'interno dell'Ospedale dei Bambini di Parma ed a convogliare le energie verso nuovi bisogni emersi dai reparti e dalla comunità.

In pieno lockdown essendo impossibile la presenza dei volontari all'interno dei reparti, è stato attivato il servizio di baby sitter per i figli dei dipendenti ospedalieri e un servizio di accoglienza per persone sole tramite chiamate telefoniche.



**PER ESSERE AL FIANCO DEI BAMBINI IN OSPEDALE... PUOI AIUTARCI IN DIVERSE MANIERE:**

- 5x mille**  
Effettuando una donazione tramite bonifico bancario IBAN: IT98 1330 3212 7050 1000 0002 943 IT93 0662 3012 7810 0003 6084 591
- 5x mille**  
Effettuando una donazione tramite C/C POSTALE 1024995308
- 5x mille**  
Effettuando una donazione tramite il nostro sito [www.giocamico.it/associazione-giocamico/ostetrici.html](http://www.giocamico.it/associazione-giocamico/ostetrici.html)
- 5x mille**  
Destinando il 5x1000 nella dichiarazione dei redditi indicando il CF dell'Associazione 92159030342
- 5x mille**  
Diventando volontario partecipando al nostro corso di formazione gratuito
- 5x mille**  
Chiedendo di realizzare bomboniere solidali per eventi speciali come Battenti, consumi, creme e marmosini [bomboniere@giocamico.it](mailto:bomboniere@giocamico.it)

"Se fossi invincibile mi sarei dedicato a qualche sport estremo."

Tom Welling

"Negli sport di squadra bisogna sempre sacrificare qualcosa."

Marc Blucas



“Fare sport è una fatica senza fatica.”  
Gabriele D'Annunzio



Mascherine chirurgiche adulto



Mascherine FFP2



Mascherine chirurgiche bambino

Lampada sterilizzante UV-C



Gel disinfettante



Distributore automatico gel disinfettante



Salviette disinfettanti

Distributore esclusivo

Ufficio Promozioni Italia  
piazza Deledda 1/B  
43122 Parma  
0521.709063



**CORO MARKETING**  
Loyalty Experience. Since 1994.

**Marketing e loyalty strategies  
che aumentano le vendite  
e fidelizzano i clienti**

Via Abruzzo 12, Rottofreno (PC)  
0523.7808  
[www.coromarketing.it](http://www.coromarketing.it)  
[info@coromarketing.it](mailto:info@coromarketing.it)

SOSTIENE



**FANTASIE EQUINE**  
Pregastronomia  
Via L. Focherini, 22 - SORBOLO (PR)  
c/o Centro Commerciale "La Sovrana"  
Cell. 346 8441224

*Segnali di fumo*  
TABACCHERIA  
SEGNALI DI FUMO  
di Stefania e Diego  
via Martiri della Libertà 29  
43058 SORBOLO (PR)  
0521 690669

**PECCHINI S.M.C.**  
di DE SALVE ANTONIO & C.  
**FRUTTA  
&  
VERDURA**  
SORBOLO (PR) - Via XXV Aprile, 4/6  
Tel. 0521 694216  
BOGOLESE (PR) - Via Bogolese, 2  
Tel. 0521 604451

**GELATERIA  
K2**  
Via Gramsci, 33 - Tel. 0521 697021  
SORBOLO  
seguici su facebook

ARRETRATI DA BIRILLA E PER FUMATORI  
**TABACCHERIA  
"FUMO & OLTRE"**  
DI BALLI AGLIO SINONA  
RICEVIZIONE LOTTO N° 997 RIVENDITA TABACCHI N°7  
BILANZI TELEFONICI PAGAMENTO UTILE  
Via Marconi 34 - 43058 Sorbolo - PR  
Tel.: 0521 697018 Fax 0521 698388  
E-mail: tob.fumooltre@alice.it  
DA OGGI ANCHE EDICOLA  
APERTO TUTTE LE DOMENICHE MATTINA

**MACELLERIA CORRADI**  
DAL 1928  
CARNI, SALUMI E FORMAGGI  
Via Martiri della Libertà 11  
43058 Sorbolo (PARMA)  
Telefono 0521 694661  
Email [paolo.corradi@libero.it](mailto:paolo.corradi@libero.it)

**Pierpaolo Cavatorti**  
AGENTE DI COMMERCIO  
AREA BASSA REGGIANA  
MATERIALE SIDERURGICO,  
UTENSILERIA E FERRAMENTA  
Tel. +39 349 1640790  
Email [pierpaolo.cavatorti@gmail.com](mailto:pierpaolo.cavatorti@gmail.com)

“Un atleta non può correre con i soldi in tasca. Deve correre con la speranza nel cuore e sogni nella sua testa.” Emil Zatopek

"Lo sport è bello perché non è sufficiente l'abito. Chiunque può provarci."  
Pietro Mennea

"Lo sport abitua al confronto offrendo lo stimolo per superare se stessi."  
Margherita Hack

## /BACK TO SCHOOL Happy Food:

Il cibo per creare relazioni e condivisioni

**SCUOLA**  
SorboLO



"Happy food" è un progetto che, mettendo al centro il cibo, favorisce relazioni e condivisioni. È sostenuto dal Comune di Sorbolo Mezzani e da diverse associazioni del territorio: Auser, Centro Sociale Ricreativo Culturale Autogestito, Croce Rossa, L'Abbraccio e Nontiscordardimé con la partecipazione di Caritas e Punto di Comunità e finanziamento della Regione Emilia Romagna.

Il progetto parte da un esperimento attuato dal 2018 da Caritas, Auser, Comune e mensa scolastica per il recupero delle risorse alimentari, altrimenti sprecate, a favore di chi si trova in uno stato di necessità.

Il bando regionale 2019 ha offerto la possibilità di coinvolgere altre associazioni del territorio sui temi del recupero e non spreco del cibo; del cibo per tutti; del cibo sano, buono e sicuro e del cibo a km zero.

Il finanziamento regionale ha permesso alle associazioni di programmare azioni per divulgare questi valori partendo, in primis, dalla scuola per far crescere nei ragazzi e nelle famiglie una nuova sensibilità riferita al cibo, basata su valori di condivisione, inclusione e solidarietà.

In questa ottica sono nati tre importanti progetti:

1. L'incontro con un esperto sul tema per 12 classi della scuola primaria;
2. "Orto Allegro" rivolto ai ragazzi dell'Associazione Nontiscordardimé;
3. Un accordo con i negozi di vicinato del territorio per il recupero del cibo in scadenza da destinare alle persone o ai nuclei famigliari in difficoltà.



A lavori iniziati, in ottemperanza ai decreti emanati per il Coronavirus è stato rimodulato il progetto.

Alcune iniziative non si sono potute attuare a causa delle normative antiCovid e parte delle risorse economiche liberate, con approvazione regionale, sono state destinate all'acquisto di devices tecnici da destinare alla scuola per affrontare meglio i compiti educativi nella situazione di pandemia.

Ringraziamo la Regione Emilia Romagna per le azioni che ha reso possibili e per aver stimolato la collaborazione, il confronto e la condivisione tra associazioni con missioni diverse, ma con valori comuni di sostegno e solidarietà rivolti al territorio che resta l'unico obiettivo delle attività di volontariato.

## /BACK TO SCHOOL Il progetto "Last Minute Market": Per imparare a non sprecare il cibo

**SCUOLA**  
SorboLO

"Last Minute Market" è un progetto educativo contro lo spreco alimentare che ha l'intento di insegnare agli studenti le corrette pratiche per evitare lo spreco di cibo. L'attività di formazione e monitoraggio degli scarti alimentari ha coinvolto 12 classi delle scuole primarie di Sorbolo Mezzani.

Sul piano pratico si è svolto un primo incontro con gli insegnanti per la loro formazione e la programmazione delle attività. Il passaggio successivo è stato l'incontro in classe, a diretto contatto con gli studenti, du-

rante il quale sono stati trattati i temi dello spreco alimentare con l'analisi di un campione di prodotti scartati da negozi e abitazioni, al fine di individuare le principali cause dello spreco.



C'è stata poi la fase del monitoraggio dello spreco a casa con la compilazione di un diario del consumo e dello spreco domestico nel quale sono stati annotati i prodotti consumati/non consumati a casa nell'arco di una settimana. I referenti di "Last Minute Market" hanno raccolto ed elaborato i

dati per poi discuterne con gli studenti al fine di individuare buone pratiche di riduzione dello spreco.

Infine vi è stata una fase conclusiva di restituzione con la realizzazione di un documento di sintesi con il quale presentare i risultati del progetto.

Crediamo fermamente nel valore educativo di progetti come questo che, attraverso un'esperienza pratica come quella del monitoraggio degli sprechi, permettono di trasmettere ai nostri studenti fondamentali informazioni sulla corretta gestione del cibo.

Ciò che viene imparato a scuola può poi essere condiviso con tutta la famiglia con benefici ritorni per la formazione di tutta la nostra comunità.

**Sandra Boriani**  
Assessore ai servizi educativi



"Lo sport consiste nel delegare al corpo alcune delle più elevate virtù dell'animo."  
Jean Giraudoux

"Un atleta in corsa è una scultura in movimento."  
Edwin Moses

NON SPRECATE

“Lo sport è l'unico spettacolo che non sai mai come andrà a finire.”

Neil Simon

“Gli altri si allenano per vincere gli scudetti, io gioco per essere felice.”  
Antonio Cassano

## /LE ORIGINI

# La storia del Ving Tsun (Wing Chun): Dalla leggenda alla storia...

FENICE  
WINGCHUN



**“La leggenda narra che la fondatrice del sistema di Kung Fu Ving Tsun, fu la giovane Yim Ving Tsun.**

*Ving Tsun era una donna giovane ed affascinante che colpì l'attenzione di un ricco signore del luogo: egli decise che doveva sposarla e le sue insistenze la spaventarono al punto da chiedere alla Monaca Ng Mui, profonda conoscitrice del Kung fu, di insegnarle le tecniche, al fine di sfidare il pretendente in un combattimento. Se lei avesse vinto l'incontro, lui avrebbe rinunciato a sposarla.*

*Ving Tsun si esercitò giorno e notte per imparare il Kung Fu e ne perfezionò le tecniche creando il Ving Tsun (da lei il nome).*

*Quando si sentì pronta, affrontò l'insistente pretendente e lo batté: in questo modo Ving Tsun poté andare in sposa a Leung Bok Chau, l'uomo che amava.*

Arrivando ai giorni nostri, ricordando che nel XX Secolo il Ving Tsun fu tramandato a noi da Ip Man, oggi il massimo esponente di quest'arte marziale è il figlio, Ip Ching.

### GRAN MASTER IP CHING

**“Senza dubbio è difficile per un allievo scegliersi l'insegnante, ma è altrettanto difficile per l'insegnante scegliere l'allievo”. (Ip Man)**

Ip Ching il figlio più giovane del defunto Gran Maestro Ip Man, nacque a Foshan, in Cina nel 1936.

In quegli anni il padre dovette trasferirsi lasciandolo insieme alla madre e al fratello maggiore a Foshan.

All'età di 11 anni iniziò a studiare il Ving Tsun insieme al fratello fino al 1962, anno in cui, dopo la Laurea, Ip Ching si ricongiunse con Ip Man con il quale raggiunse una piena conoscenza dell'arte e del metodo di insegnamento tradizionale.

Poco prima della morte, Ip Man decise di farsi riprendere con una cinepresa a 8mm mentre eseguiva le forme Siu Lim Tau, Chum Kiu e Muk Yan Jong, affidando il film ai suoi due figli.

Dopo la morte di Ip Man, la casa passò in possesso di



Ip Ching dove tuttora vive ed insegna. Egli fondò la Ving Tsun Athletic Association dove ogni giorno si recano i praticanti di Wing Chun di tutto il mondo per apprendere dalla fonte.

### LA GENERAZIONE “OCIDENTALE”

#### Master Ron Heimberger

Master Ron Heimberger (che ci ha lasciati prematuramente) fu un discepolo personale del Gran Master Ip Ching ed fu un'autorità di fama mondiale nell'arte del Wing Chun.

Presidente della Wing Chun Kung Fu Council avente scuole attraverso il Nord ed il Sud America, l'Europa, il Medio Oriente e l'Asia, fu un direttore della Ip Ching Wing Chun Athletic Association.

La sua eccezionale abilità ed esperienza nell'insegnamento gli consentirono di creare programmi specifici per l'istruzione di corpi militari, forze di polizia e comunità locali.

Egli fu inoltre un esperto sviluppatore di programmi d'istruzione. Heimberger fu anche un autore esperto e scrisse numerosi testi sul Wing Chun e i suoi diversi aspetti. Come autore, artista marziale ed

insegnante, Heimberger è da considerare uno dei massimi esponenti mondiali del Ving Tsun di sempre.



### LA TRADIZIONE CONTINUA CON SIFU ANTONIO

**Fu proprio grazie a Master Ron Heimberger che Sifu Antonio Bacino divenne allievo diretto di Ip Ching**

La novità di quest'anno sarà l'apertura della nostra nuova sede presso Lo Stadio di Lentigione (Biancazzurra) e la collaborazione con il Sifu Paolo Delmonte, con il quale siamo certi di poter arricchire la nostra conoscenza nel mondo del WingChun Kung Fu.

### LE ATTIVITÀ DI FENICE E DI STUDI YOGA

- Wing Chun Tradizionale
- Autodifesa Maschile e Femminile
- Autodifesa e Wing Chun Genitori e Figli
- Antibullismo (scuole e privati)
- Corsi Team Building (autodifesa)
- Chikung

### I CORSI DI FENICE

- Consapevolezza respiratoria col ChiKung
- Teoria ed approfondimenti sulla filosofia del ChiKung
- Teoria ed approfondimenti sul WingChun

Massimo Orsini

Visitate i nostri siti:

[www.fenicekungfu.it](http://www.fenicekungfu.it)

[www.animayoga.it](http://www.animayoga.it)

Potete seguirci anche su FB: Fenice Wingchun

TEL. 3492459130 (MASSIMO)



## TERMIDRAULICA Benassi Cristian

INSTALLAZIONE E MANUTENZIONE IMPIANTI  
CIVILI · INDUSTRIALI · SANITARI  
RISCALDAMENTO GPL METANO · CONDIZIONAMENTO

Strada Provinciale di Beneceto, 21  
43122 Vicopò (Parma) - cell. 335 6743005

“Lo sport va a cercare la paura per dominarla, la fatica per trionfarne, la difficoltà per vincerla.” Pierre de Coubertin

“Un campione ha paura di perdere, tutti gli altri hanno paura di vincere.”  
Billie Jean King

“È difficile battere una persona che non si arrende mai.”  
Babe Ruth



LA SALITA È DURA,  
ma quando arrivi in cima il panorama è fantastico.



Via Castone di Rezzonico 4, 43123 Parma · 0521 988008 · [commerciale@net-project.it](mailto:commerciale@net-project.it)

[www.net-project.it](http://www.net-project.it)

#### /BIANCAZZURRA MAGAZINE

**Direttore responsabile**  
Marcello Tosi

**Coordinamento generale**  
Andrea Fiore

**Grafica e impaginazione**  
Nicole Noberini ~ Net Project S.r.l.

**Fotografie**  
Daniela Morini

**Redazione**  
Matteo Russo, Manuel Piazza, Susanna Binacchi, Ombretta Sarassi Binacchi, Antonello Cantoni, Beatrice Spaggiari, Marzia Allegri, Alessandra Lombardi, Davide Boni, Massimo Orsini, Sandra Boriani, Pietro Razzini, Luca Tegoni, Antonello Cantoni

**Testata**  
“Biancazzurra Magazine”

**Editore**  
Associazione Sportiva Dilettantistica “Biancazzurra”

**Stampa**  
Tipografia Donelli - Sorbolo

**Registrazione:**  
Tribunale di Parma n.18/09 del 11/09/2009

#### /LA SOCIETÀ

<b>Presidente</b> Pierfrancesco Deusebio	<b>Vice Presidente</b> Brenno Lasagni
<b>Segreteria e Amministr.</b> Daniela Gatti	<b>Direttore sportivo</b> Brenno Lasagni
<b>Direttore area tecnica</b> Brenno Lasagni	<b>Dir. Accompagnatore</b> Vittorio Mazzali
<b>Pubbliche relazioni</b> Giovanni Bellu	<b>Ufficio stampa</b> Andrea Fiore
<b>Consiglieri</b> Vittorio Mazzali, Fiore Andrea, Pierfrancesco Deusebio, Brenno Lasagni, Yuri Bertasi, Daniela Gatti, Giovanni Bellu, Olga Motrevich	
<b>Allenatore 1ª Squadra</b> Enzo Aiolfi	<b>Vice Allenatore</b> Matteo Russo
<b>Allenatore portieri</b> Mario Dodi	
<b>Responsabile Arbitri</b> Attilio Reggiani	
<b>Responsabile Sicurezza</b> Yuri Bertasi	

[www.facebook.com/biancazzurra.it](https://www.facebook.com/biancazzurra.it)  
[www.instagram.com/a.c.d.\\_biancazzurra](https://www.instagram.com/a.c.d._biancazzurra)



Stampato su carta  
CYCLUS

Carta naturale al 100%, realizzata impiegando fibre riciclate e materiali di recupero. Nulla di ciò che viene utilizzato nel processo produttivo viene eliminato e anche gli scarti provenienti dalla lavorazione sono a loro volta riutilizzati per la combustione, la produzione di fertilizzanti e di materiali per l'edilizia. Quindi, non solo una carta riciclata ma anche completamente riciclabile.



Da Lady Anna puoi trovare la meravigliosa pasticceria **tradizionale** e la pasticceria **senza glutine**, realizzata in appositi laboratori, il tutto curato nei minimi dettagli, a partire dalla selezione delle migliori materie prime.

Mignons, biscotti, monoporzioni, gelato, macarones, aperitivi, torte per tutte le vostre ricorrenze speciali... tante golosità preparate da pasticceri esperti e competenti.  
**Fatti tentare!**

Via XXV Aprile, 25 bis - 43058 Sorbolo (Parma) - Italia  
Email: [ladyanna@pasticcerialadyanna.it](mailto:ladyanna@pasticcerialadyanna.it) Web: [www.pasticcerialadyanna.it](http://www.pasticcerialadyanna.it)  
Per prenotazioni.: 0521 697026

Aperto dalle 6:30 alle 13:00 e dalle 16:00 alle 19:30  
Chiuso lunedì pomeriggio e domenica pomeriggio

Lady Anna Srl ladyannasrl

“Se ci si arrende una volta, diventa un’abitudine. Mai arrendersi!”  
Michael Jordan

**OPEM**  
*solutions to package your quality*



**OPI.....LA MASCOTTE DI OPEM!!**