Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 53 (1996)

Heft: 5

Artikel: Lo sport degli anziani nella FSG : "insieme è più simpatico"

Autor: Schäfer, Marianne

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-999199

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Lo sport degli anziani nella FSG

«Insieme è più simpatico»

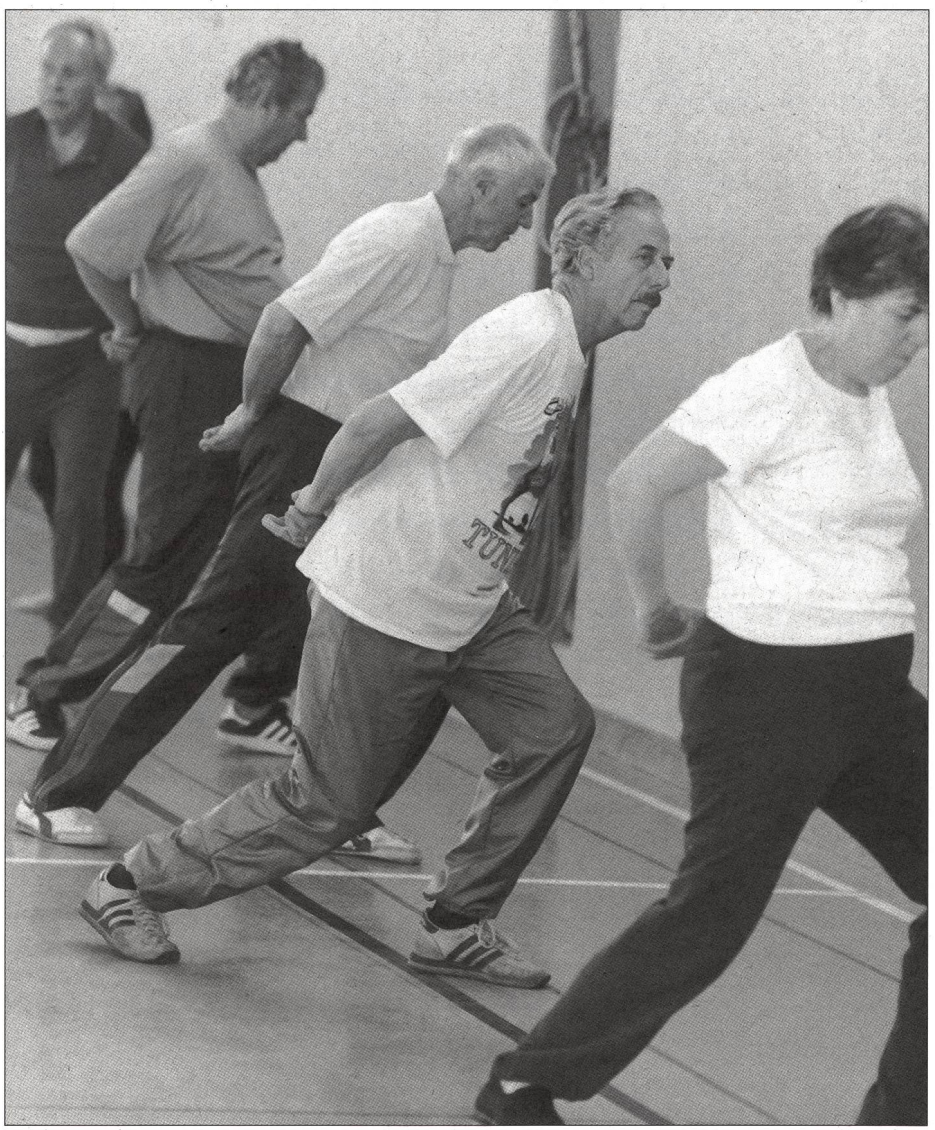
di Marianne Schäfer
traduzione di Vanessa Giorgio

«Mente sana in corpo sano»: con questo motto la Federazione Svizzera di Ginnastica (FSG) vuole consolidare il proprio impegno a favore dello sport degli anziani e la propria responsabilità verso i suoi 500'000 membri.

Lo sport degli anziani, a causa del continuo mutamento della struttura della popolazione, sta assumendo sempre più importanza e costituisce perciò a breve ed a medio termine, per la FSG quale maggiore associazione polisportiva, uno dei punti principali della sua attività.

Punti chiave dell'attività

Nel 1993 il comitato centrale ha costituito un gruppo di lavoro che aveva il compito di formulare un progetto di promozione dello sport degli anziani. La fase di preparazione di questo progetto, la cui durata prevista è di tre anni, è stata sponsorizzata dalle assicurazioni Winterthur, quali partner della FSG.
Secondo l'analisi della situazione effettuata all'interno della FSG, esistevano circa 400 società sportive di 34 associazioni cantonali e regionali che si occupavano in modo particolare dello sport degli anziani. Sia nella sezione ginnaste che nella sezione ginnasti vi era in quel periodo un concetto ben definito di formazione dei monitori ed una corrispondente offerta di corsi. Tuttavia, nell'ambito del marketing della FSG, allo sport degli anziani in passato non era stata attribuita la dovuta importanza.
L'obiettivo di questo gruppo di lavoro era quindi di ottenere un'offerta che fosse in grado di soddisfare le esigenze degli anziani nella FSG. La FSG vuole creare le condizioni affinché ogni ginnasta possa trovare all'interno della sua società un'offerta adeguata alle esigenze dello sport degli anziani. La FSG vuole inoltre fare in modo che tutti quanti possano praticare il più a lungo possibile della ginnastica sotto la guida di esperti ed in una comunità caratterizzata da un'atmosfera cameratesca. La FSG si è proposta di far dirigere fino al 1997 a ciascuna squadra femminile e maschile un gruppo composto da anziani.
Allo scopo di incitare le federazioni associate e le rispettive società a creare un maggior numero di gruppi di ginnastica per anziani, il gruppo di lavoro che si occupa di questo progetto ha presentato al comitato centrale le seguenti posizioni ed obiettivi:



Posizione della FSG

1. La FSG è responsabile nell'ambito della ginnastica per anziani.
2. La FSG collabora con l'Interassociazione svizzera per lo sport degli anziani (IASA), con la Scuola federale dello sport di Macolin (SFSM), e con la Pro Senectute (PS), a favore dello sport degli anziani.

Obiettivi della FSG

- La FSG e le associazioni cantonali e regionali si impegnano congiuntamente a diffondere ed a promuovere l'idea dello sport degli anziani.
- La FSG garantisce alla ginnastica per anziani lo stesso trattamento riservato alle altre discipline presenti nella FSG.

- La FSG si occupa della formazione dei monitori ed offre alla ginnastica per anziani adeguate prestazioni competitive e non.

Obiettivi delle società e delle associazioni

- Ogni società ed associazione all'interno della FSG promuove un'attività sportiva adeguata alle esigenze dello sport degli anziani, con la formazione, ad esempio, di gruppi di ginnastica per anziani.
- I monitori attivi nell'ambito della ginnastica per anziani sono persone competenti che vengono istruite in modo specifico secondo le direttive della FSG.
- Gli insegnanti di ginnastica per anziani sono finanziati per la loro attività tramite i sussidi delle società e delle associazioni.
- Le società e le associazioni si sono proposte di estendere il progetto di una creazione di gruppi di ginnastica per anziani ai vari comuni ed alle rispettive sedi sportive.

Procedimento

Le associazioni sono state esortate ad indicare e ad annunciare responsabili o persone di contatto in grado di occuparsi delle esigenze degli anziani. La dipendenza ad un'esistente commissione tecnica o l'istituzione di una propria commissione per la ginnastica degli anziani è questione interna delle associazioni. Le associazioni sono state inoltre esortate dalla FSG a sensibilizzare le proprie società a tener conto, durante la formazione di una sezione di ginnastica, delle capacità, delle esigenze e delle attitudini dei singoli gruppi di età.

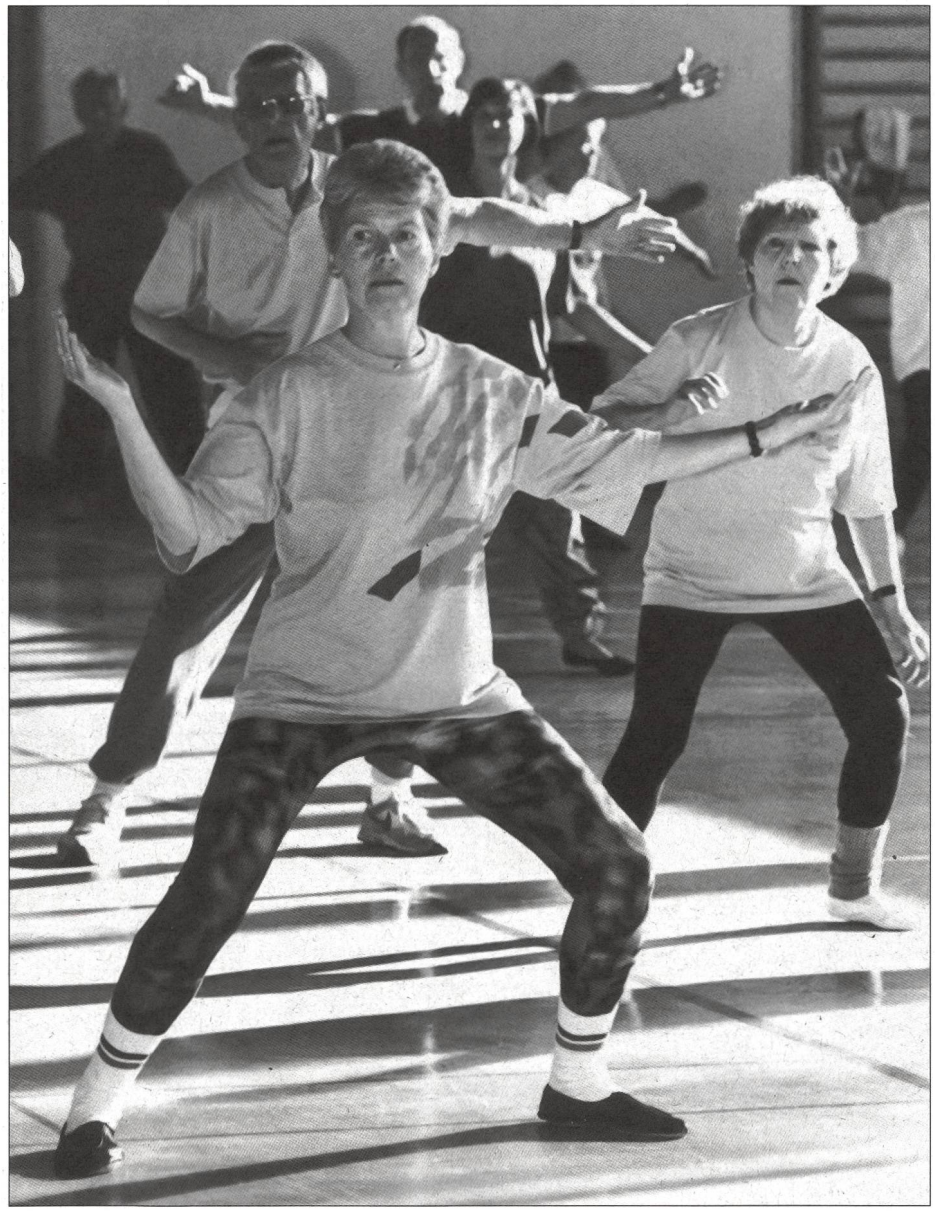
Marketing

«Chi non fa pubblicità, è perduto» è la formula adottata dai pubblicitari, formula che è stata compresa perfettamente anche dalla FSG! Il gruppo di lavoro che si occupa di questo progetto è riuscito soltanto grazie all'energico sostegno ed al know-how tecnico e di marketing messo a disposizione dal proprio reparto d'informazione a mettere in moto e, cosa ancora più importante, a diffondere il tema «sport degli anziani» all'interno ed all'esterno della FSG in modo nuovo, dinamico, e per molti insolito. In quell'occasione è stato possibile elaborare opportuni mezzi pubblicitari, che si sono rivelati molto importanti per la realizzazione degli obiettivi:

- Il logo «Insieme è più simpatico» / «Gemeinsam statt einsam» / «Ensemble c'est plus drôle» è stato utilizzato per visualizzare ed identificare la ginnastica per anziani: «Noi anziani siamo attivi insieme piuttosto che da soli, amiamo la nostra ginnastica e la gioia che deriva dall'atmosfera di cameratismo presente all'interno della società». Il logo può essere inserito in diverse grandezze in tutti quegli spazi pubblicitari dove solitamente appaiono, in modo vistoso, le comunicazioni e gli articoli all'interno delle pubblicazioni delle società e delle associazioni.
- Alle società è stato distribuito un nuovo opuscolo di grande diffusione contenente un accenno all'indirizzo della sezione ed al rispettivo orario di ginnastica, che dovrebbe contribuire a diffondere rapidamente l'offerta di un'attività sportiva per anziani all'interno della società o del cantone: «Anche noi offriamo lezioni di ginnastica per anziani – unisciti a noi!»
- Per meglio pubblicizzare lo sport degli anziani, la FSG ha creato una maglietta, che si può già notare in molte palestre, raffigurante l'emblema «Insieme è più simpatico».
- In collaborazione con la Scuola federale dello sport di Macolin (SFSM), la FSG vorrebbe creare una sua conclusione alla videocassetta già esistente «Vita in movimento».

Coinvolgimento di base

La FSG è soltanto un ambito, nel quale è necessario diffondere il riconoscimento e l'importanza dell'attività sportiva per le persone anziane. Tuttavia, sono solo i cantoni ad offrire, con le loro innumerevoli società sportive e sezioni, il terreno propizio per la crescita ed il progresso di tali sezioni. Anche in questo caso è importante elaborare un'efficace pubblicità in grado di diffondere le attività delle proprie associazioni e società.
È stato inoltre necessario sfruttare degli effetti sinergici. «La FSG, le federazioni a lei associate e le rispettive società fanno in modo che un gran numero di anziani possa esercitarsi insieme piuttosto che da soli». Il gruppo di lavoro che si occupa di questo progetto ha condotto come incentivo di base quattro workshops: due nella Svizzera tedesca, uno nella Svizzera francese ed uno in Ticino. Questi workshops, aperti a tutti gli interessati, avevano lo scopo di far conoscere e di far provare lo sport degli anziani.
Il successo è stato enorme. Più di 300 ginnaste, ginnasti, monitrici, monitori, ed incaricati di associazioni sportive si sono potuti informare sulle possibilità di formazione, sulle strategie di marketing e naturalmente sulle ultime tendenze all'interno ed all'esterno delle palestre per i loro anziani.



I workshops, durante i quali era possibile prendere parte ad una lezione di ginnastica per anziani, furono seguiti, in tutte le parti del paese, da una serie di interventi in occasione dell' «Arena della FSG». Il pubblico, composto sia da esperti di ginnastica che da esponenti e partner di altre istituzioni che si occupano dello sport degli anziani, si è interessato molto alle esigenze dei «nuovi anziani». Si è infatti notato un passaggio dall'età cronologica all'età funzionale. Le società ginniche offrono quindi anche agli anziani un'importante occasione di incontro sociale e di cameratismo.
A Zurigo, in occasione delle giornate dedicate allo sport degli anziani ed alla relativa fiera, si è subito diffuso un clima di gioia, di benessere e di qualità di vita.
In questo modo la FSG ha cominciato con grande slancio ed entusiasmo ad estendere ed a diffondere lo sport degli anziani nel suo interno e nelle federazioni e società a lei associate.

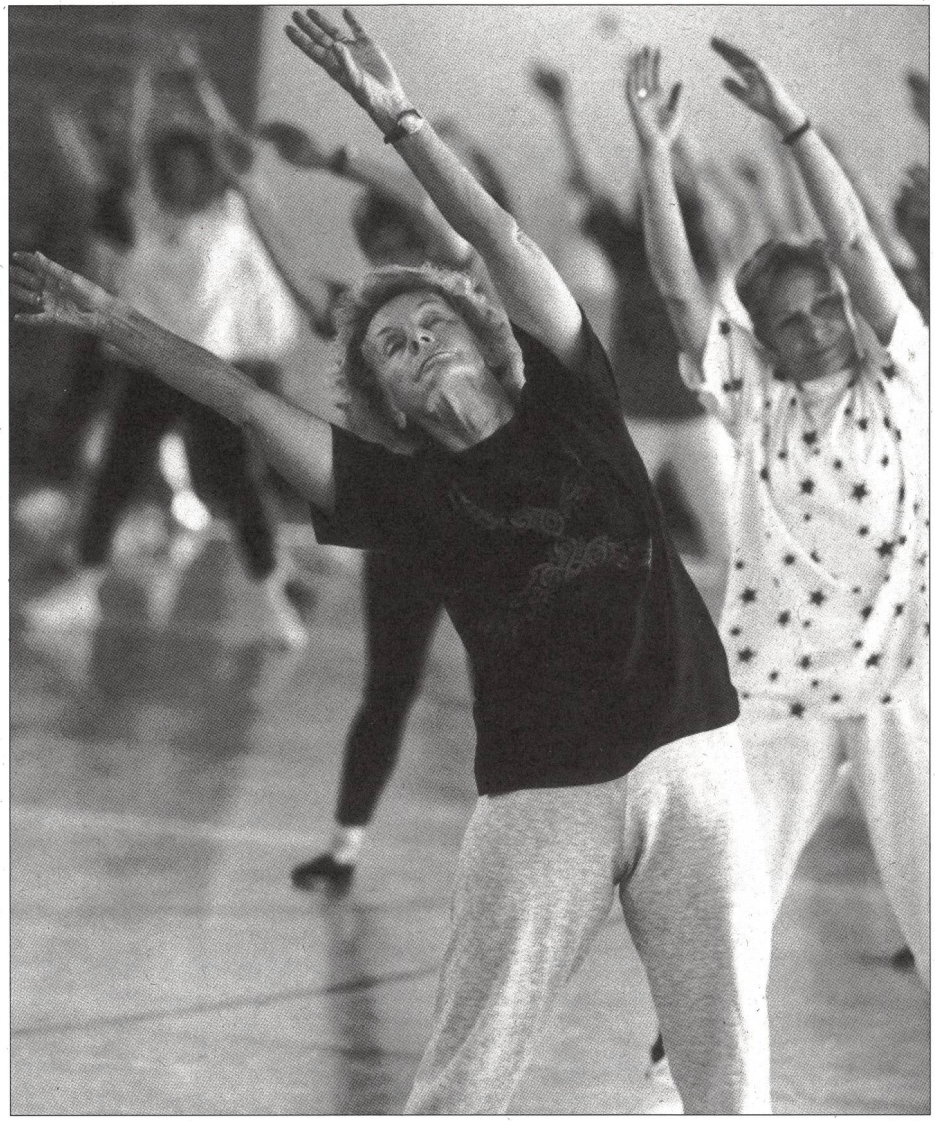
Risultati raggiunti

Già dopo un anno dall'inizio del progetto, la FSG ha potuto constatare, in occasione di una sua indagine, un aumento del 25% dei partecipanti ai gruppi di ginnastica per anziani.
Alla fine del 1994 è stato messo gratuitamente a disposizione di oltre 3800 società sportive (sezioni attive, sezioni maschili, sezioni femminili) un manuale intitolato «Sport degli anziani». Questo manuale, ottenibile sia in tedesco che in francese, contiene degli articoli sulla situazione generale dello sport degli anziani e articoli sulla pianificazione della FSG. In esso sono inoltre elencate le strutture delle sezioni e delle prestazioni all'interno della FSG come pure le esistenti formazioni di monitore di ginnastica per anziani, suggerimenti e liste di controllo per la formazione di una sezione per anziani e per l'organizzazione di avvenimenti sportivi.
Dall'inizio del progetto, le associazioni cantonali e regionali hanno organizzato le seguenti attività: feste con gare ginniche a cui partecipano

persone anziane, tornei di pallavolo e di palla a pugno, test di fitness, competizioni sportive singole e di gruppo, pomeriggi di animazione, ed offerte di atletica leggera.
In occasione della seconda conferenza della FSG dei responsabili cantonali e regionali dello sport degli anziani tenutasi nel novembre del 1995, si contavano oltre 1'000 gruppi di ginnastica per anziani. 24 associazioni registravano nuove formazioni di gruppi. 9 associazioni conoscono la ginnastica collettiva per anziani. In 13 associazioni esistono gruppi che offrono dei corsi di ginnastica per anziani indipendenti dalle società.
Alla conferenza dei delegati della FSG tenutasi nel 1995 ad Einsiedeln, è stato approvato il nuovo modello della FSG. Sotto il titolo «Norme strategiche» si legge: «Noi elaboriamo delle offerte adeguate alle esigenze dello sport degli anziani». Gli anziani possono essere orgogliosi del fatto che questa frase appare nel modello della più grande associazione polisportiva della Svizzera. La discussione sullo sport degli anziani in seno alla FSG ha introdotto un nuovo orientamento negli aspetti tecnici fra sport prettamente degli anziani e sport di competizione. Un gruppo di lavoro si occupava allora delle questioni riguardanti la nuova struttura. In seguito alle riflessioni su tale struttura si era giunti alla conclusione che tutti i livelli dovevano avere lo stesso diritto di essere rappresentati indipendentemente e con un voto all'interno del comitato centrale della FSG.
Gli anziani avrebbero potuto avere una propria sezione.

Senza freni

Nel 1996 si terrà a Berna la festa della Federazione di ginnastica a cui parteciperanno circa 70'000 persone. Fra queste sarà presente un enorme numero di anziani. Essi provengono da 22 associazioni, e parteciperanno a speciali competizioni ed a dimostrazioni alle manifestazioni delle attività concomitanti, visto che per chi fa parte della FSG è ancora troppo presto per accontentarsi di un posto in tribuna!



Prospettive

Il gruppo di lavoro che si occupa del progetto «Sport degli anziani nella FSG» ha terminato la sua fase di progettazione. La sensibilizzazione è riuscita a tutti i livelli. Ora si tratta soltanto di rafforzare le proprie aspirazioni e la promozione dello sport degli anziani, e di sostenere le società sportive in modo pratico ed efficace.
Il gruppo di lavoro sta quindi elaborando un'ultima campagna pubblicitaria: «Bus per anziani». Con un veicolo speciale e corrispondenti sussidi, la FSG, sotto la guida di un team di animazione e di formazione per lo sport degli anziani, vuole raggiungere direttamente nelle sezioni e nei cantoni i potenziali consumatori ed interessati.
Con la preparazione di alcune lezioni, al pubblico interessato deve essere offerta, a seconda delle sue esigenze ed i suoi desideri, l'esperienza dello sport e dell'animazione, sia nella rappresentazione come pure a livello pedagogico.
Nel corso del 1996 il gruppo di lavoro sottoporrà il corrispondente concetto a discussione del comitato centrale della FSG.
Nel 1997, ogni sezione maschile e femminile dovrà guidare un gruppo di ginnastica per anziani. Le associazioni e le relative società e sezioni sono, con la FSG, attive insieme piuttosto che da sole. ■

Marianne Schäfer è membro del comitato centrale della FSG ed è a capo del progetto «Sport degli anziani nella FSG».