

**U**mberto Guidoni ha 35 anni e una distrofia muscolare. Fa sport, gioca a wheelchair hockey nella Polisportiva Gioco. Stick di ruolo, in serie A2: è leader e capitano. Fuori dal campo, ama definirsi "attivista per i diritti delle persone con disabilità". Spesso incontra gli studenti per raccontare dell'importanza, nella vita di ognuno, di fare sport.

## Quando ha capito che lo sport poteva migliorare la sua vita?

"È stato un percorso. All'inizio mi rifiutai di entrare in una squadra di disabili. Poi cresci. Cambi. Diventi consapevole. Il fatto è che per molto tempo ho preferito rimanere addormentato nella meravigliosa bolla di illusioni che mi ero creato. Come avvolto in una coperta calda. A chi non ha ancora fatto questa scelta, dico che una volta ero come loro: ci vuole coraggio per uscire di casa, affrontare gli sguardi delle persone e rapportarsi con persone che hanno la tua stessa patologia. Mi rendevo conto



**Andrea Del Bue**  
Giornalista,  
uff. stampa Anmic Parma



# UMBERTO GUIDONI L'ATTIVISTA CON LO STICK

che era come guardarsi allo specchio. Ma che era una cosa che si poteva fare e che, superando gli ostacoli, si ottenevano soddisfazioni inimmaginabili.

## Quanto conta accettarsi?

È tutto. Non vuol dire rassegnarsi, ma semplicemente non perdere energia dietro a situazioni che non puoi cambiare, remando contro alla serenità della tua giornata. Se sei resiliente, non scappi dai problemi. Come un atleta in allenamento, abbracci le sfide e non puoi accettare una sfida finché non ne prendi il controllo". A scuola le facevano praticare sport? "No. Lì era una miseria: passavo le ore di educazione fisica guardando gli altri fare ginnastica. Oppure, che è anche peggio, facendo l'arbitro. Ed è così ovunque

## Seguitelo su Facebook per conoscerlo meglio

in Italia. In Olanda, se sei un bambino in carrozzina, ti insegnano a giocare a wheelchair hockey. Il risultato? I bambini non si sentono emarginati, si divertono, si sfogano e l'Olanda ha una della Nazionali più forti al mondo. Da noi invece ti devi buttare quando sei già grande".

## Non è mai troppo tardi...

"Non sono d'accordo. Il tempo, prima o poi, finisce. Il tempo non ti aspetta. Io mi sono buttato perché nello sport, come

in altri campi della vita, ho incontrato persone che hanno visto la vita passare davanti senza che se ne accorgessero. Credo che in certi sport trovi delle indicazioni per la vita quotidiana, una forza simbolica per le difficoltà che ci troviamo ad affrontare ogni giorno. Indicazioni per quando pensiamo che non sia più possibile, per quando avremmo voglia di mollare tutto, per quando il fisico non gira o per quando lavoriamo o stiamo insieme a una persona e siamo un po' sfasati e ci sembra di non poter fare più niente bene. E allora, forse, resistere potrebbe essere anche un modo di rispettarci, e di credere che sia possibile risolvere i problemi. In altre parole – ed è un po' paradossale che sia io a dirlo – il mio invito è di iniziare a correre. E di resistere".

**ANMIC TUTELA, RAPPRESENTA, AIUTA I DISABILI**

Via Stirone 4 - Parma - Tel. 0521 966160 - 0521966545 - info@anmic-parma.it - www.anmic-parma.it



**LA FORZA DEI DISABILI**

