



CITTÀ DI ALESSANDRIA

---

## UFFICIO STAMPA

piazza della Libertà, 1 - 15121 Alessandria  
ufficio.stampa@comune.alessandria.it

Alessandria, 15 gennaio 2025

COMUNICATO STAMPA

# **Lo sport come strumento di prevenzione del disagio psicologico, relazionale e sociale nei bambini e negli adolescenti**

***Domenica 26 Gennaio 2025***

L'iniziativa, promossa da ASD Bsport e con il patrocinio del Comune di Alessandria, *"Il ruolo dello sport nella prevenzione del disagio psicologico, relazionale e sociale nei bambini e negli adolescenti"* si propone di evidenziare il valore educativo e terapeutico dell'attività sportiva per il benessere dei più giovani. Attraverso un approccio interdisciplinare, questo progetto mira a sensibilizzare comunità, istituzioni e famiglie sull'importanza dello sport nel contrastare ansia, isolamento sociale e difficoltà relazionali.

*"Siamo molto soddisfatti di patrocinare un'iniziativa di questo tipo in quanto perfettamente in linea con gli obiettivi dell'amministrazione, dell'assessorato allo sport e politiche giovanili"*, dichiara l'Assessora allo Sport Vittoria Oneto, *"In questi anni abbiamo cercato di sviluppare diverse proposte per incentivare e sostenere la diffusione della pratica sportiva soprattutto tra gli adolescenti, convinti che sia fondamentale per il loro benessere. La giornata del 26 sarà un'occasione per approfondire con degli esperti l'efficacia dello sport per una crescita sana e consapevole delle nostre ragazze e dei nostri ragazzi"*.

*"Viviamo anni complicati dal punto di vista del disagio giovanile, che sembra essere letteralmente esploso dopo la pandemia"*, afferma il Consigliere comunale Massimo Arlenghi, *"Secondo una indagine del 2023 il 41% dei giovani ritiene che la propria salute mentale abbia risentito negativamente dell'isolamento post covid; è un dato che deve farci riflettere. Anche l'evoluzione tecnologica, gioca un ruolo chiave esponendo sempre più le ragazze e i ragazzi a fenomeni di bullismo e cyberbullismo. Attraverso lo sport i giovani possono imparare e consolidare valori come rispetto, disciplina, lavoro di squadra, che sono fondamentali per la loro crescita personale e come cittadini. È bello vedere come le realtà sportive della nostra città si dimostrino sensibili a questa problematica, ospitando iniziative volte a sensibilizzare le famiglie su queste importanti e delicate tematiche"*.

L'iniziativa si rivolge a famiglie, insegnanti, operatori sportivi e istituzioni, con l'obiettivo di costruire un sistema di supporto condiviso. Lo sport può davvero fare la differenza, trasformando le difficoltà in opportunità di crescita e realizzazione.

---

### ***Gli Obiettivi dell'Iniziativa***

Lo sport non è solo un'attività fisica, ma un potente strumento di crescita personale e sociale. Tra i benefici principali:

- psicologici - riduzione di stress e ansia, miglioramento dell'autostima e gestione delle emozioni;
- relazionali - promozione di abilità sociali come la comunicazione e la cooperazione;
- sociali - inclusione e adattamento in contesti scolastici e ricreativi, creando reti significative.

### ***La Visione***

Secondo il Dott. Stefano De Santis, collaboratore e ideatore dell'iniziativa, *“lo sport rappresenta un'opportunità unica per prevenire il disagio giovanile, sostenendo i processi di sviluppo emotivo e sociale attraverso esperienze positive e inclusive.”*

### ***Modalità di Intervento***

Il progetto prevede:

- collaborazione interdisciplinare - coinvolgimento di professionisti del settore sportivo, educativo e terapeutico;
- accessibilità - azioni per ridurre le barriere economiche e sociali, garantendo che tutti i giovani possano partecipare;
- iniziative locali: programmi dedicati nelle scuole e nelle comunità, con particolare attenzione ai giovani a rischio.

### ***Esempi di Successo***

Studi e progetti già avviati hanno dimostrato l'efficacia dello sport nel migliorare il benessere complessivo dei giovani, riducendo ansia, depressione e difficoltà comportamentali.

***Relazione domenica 26 gennaio, dalle ore 11.00 alle ore 12.30. Colloqui gratuiti con le famiglie dalle ore 14.00 alle ore 17.00.***

Per maggiori informazioni e per partecipare al progetto:

- 0131-1714333
- [info@ilbellavita.it](mailto:info@ilbellavita.it)