



A.S.D. SPERANZA AGRATE

NEWS



INTER
Grassroots
Program

PERIODICO INFORMATIVO A.S.D. SPERANZA AGRATE - DISTRIBUZIONE GRATUITA - NUMERO 16 DICEMBRE 2020



ORATORIO
**PADRE
CLEMENTE
VISMARA**
VIA MONTE GRAPPA 20
AGRATE BRIANZA

CAMPO SINTETICO

MASSIMO A 9 OPPURE A 5
TUTTI I GIORNI DALLE 19.00 ALLE 23.00

PRENOTAZIONI E INFORMAZIONI
329.1465479 (dalle 11.00 alle 22.00)

PER INFORMAZIONI E RISULTATI, SEGUITECI SU www.speranzaagrate.it

LA NOSTRA SPERANZA QUOTIDIANA

a cura di Don Davide

Le mie giornate ormai trascorrono tutte uguali. Sempre chiuso in casa davanti al PC. Da qualche mese ho imparato a usarlo per farci di tutto: ascoltare (più o meno) le lezioni di scuola, chiacchierare con i miei amici, giocare, seguire la catechesi e a volte addirittura per piccole festicciole. Pensa che il mio diciottesimo l'ho festeggiato davanti ad uno schermo. Ho stappato una bottiglia con i miei amici ed abbiamo brindato, ognuno a casa sua. Bello vedersi, ma il vero regalo sarebbe stato festeggiare insieme.

Mai avrei pensato di dover arrivare a giocare solo con la mia console. Mi mancano gli allenamenti e le partite. Mi manca perfino stare in panchina a vedere i miei compagni giocare!

Da quando non faccio più gli allenamenti mi sento appesantito. Ho paura della bilancia, forse sto facendo troppi spuntini.....

Ho deciso di uscire fuori a correre. Non potrò giocare con i miei amici ma una corsetta vorrei proprio farmela!

Ieri mi sono deciso. Ho chiuso lo schermo del PC e sono andato a cambiarmi. Ho provato un pò di nostalgia a rimettere la mia divisa da allenamento. Mi sono guardato allo specchio, ho sorriso ricordando i miei compagni di squadra. Il mio sguardo, per la prima volta si è soffermato sul logo della mia società, in mezzo c'è scritto "Speranza Agrate". Forse, per la fatica che sto vivendo, questa parola ha risuonato nel mio cuore con un'intensità mai provata. Ho provato un brivido e mi sono chiesto: "io ho speranza!". Speranza di tornare a giocare a calcio, speranza di rivedere i miei amici, speranza in un futuro migliore!

Cari ragazzi e ragazze, genitori, dirigenti ed allenatori, il nostro cuore non deve smettere mai di sperare. Nessuno può rubarci la speranza.

In un periodo storico così difficile, possiamo, anzi, dobbiamo continuare a farlo, perché la nostra speranza si fonda su Gesù Cristo. Il suo Natale deve farci ritrovare quella serenità che abbiamo smarrito. La serenità nasce dal fatto che Dio ci ama al tal punto da desiderare di poter incontrare ogni uomo e donna di buona volontà.

Possiamo continuare a sperare perché Dio ama a tal punto la nostra vita da decidere di visitarla ogni giorno e di camminare con noi. Ne abbiamo la certezza perché abbiamo sperimentato che la sua fedeltà dura per sempre. Il logo della nostra società ci ricordi ogni giorno che possiamo gareggiare nella partita della vita perché abbiamo imparato non tanto a vincere un campionato ma sperare in Gesù Cristo, sceso in mezzo a noi ed alle nostre fragilità, ieri come oggi.

AUGURI DI BUON NATALE E FELICE ANNO NUOVO!



Caf Nazionale del Lavoro

CENTRO RACCOLTA DATI

Assistenza compilazione Mod. 730 e Unico

Via Marco d'Agrate, 7/b - 20864 AGRATE BRIANZA
Tel. 039.650612 - e-mail: centroraccoltadati@alice.it



RADAELLI
stefano s.n.c.

di Antonio, Erminio e Giuseppe Radaelli

floricoltura

Una tradizione nel verde per il Vostro giardino

SEDE E VIVAL: Via D. Chiesa, 2 - Omate di Agrate Brianza

Tel. 039.650884/652904 - Fax 039.651598 - www.radaelliflor.it - e-mail: radaelli@radaelliflor.it

PAROLA AL PRESIDENTE

a cura di *Alfredo Bosisio - Presidente*

Credo che nessuno, ad oggi, possa sapere come e quando usciremo da questa situazione di emergenza causata dalla pandemia.

Credo anche che non potremo uscirne isolandoci o peggio ancora rassegnandoci; questo perchè dobbiamo vivere il lockdown ed il distanziamento in modo da non affievolire il nostro desiderio di relazionarci con gli altri.

Certo che è triste vedere vuoti i nostri campi di gioco, i nostri spogliatoi, le nostre strutture, ma dobbiamo "modificare" il nostro modo di vivere in modo da sopportare questo momento difficile per tutti, nella certezza che ritorneremo a correre, a giocare sui campi, a disputare le partite, a vivere l'amicizia con i nostri compagni di squadra, con i nostri allenatori ed i nostri dirigenti.

Non dobbiamo mollare ma dobbiamo essere pronti, appena la condizione della pandemia ce lo permetterà, a riprendere tutte le nostre attività.

Dobbiamo inventare qualcosa di innovativo per stare tra di noi vicini. Per questo ci siamo quindi messi al lavoro per offrire a tutti, delle modalità "on-line" aiutandoci a "stare insieme" in questo periodo, in attesa di poter uscire e ritrovarsi come prima.

Abbiamo allora posto in essere alcune iniziative.

- In queste settimane, dopo la chiusura del centro, abbiamo continuato ad organizzare incontri "on-line" con tutte le categorie e durante questi incontri virtuali, oltre al ritrovarsi, i ragazzi seguono dei momenti di allenamento con i loro preparatori atletici;
- Alla nostra società è stato concesso dalla Federazione il titolo di "Scuola Calcio Elitè" e pertanto tra molte incombenze è richiesto di organizzare corsi di aggiornamento e di formazione. A questo proposito, come per gli anni scorsi, abbiamo continuato ed ampliato la collaborazione con il C.P.P.A. - Centro di psicoterapia e psicotraumatologia avanzate, con lezioni da parte di psicologi riservate a tutti. Questi incontri in parte già svolti ed altri in programma per i prossimi mesi, al momento dato il periodo di emergenza vengono effettuati "da remoto" riscuotendo una grande partecipazione. Abbiamo inoltre predisposto uno sportello di primo ascolto/aiuto psicologico sempre in modalità "da remoto", con incontri che si terranno ogni ultimo mercoledì del mese. Sul sito della nostra società si può trovare la comunicazione che descrive la modalità per aderire a questo servizio.



- La nostra società utilizza anche questo strumento del giornalino e del calendario 2021 che andremo ad approntare e ci ricorderà l'anno che abbiamo vissuto per qualche tempo "in prigione".
- Approfittando anche dell'assenza degli atleti/e abbiamo intrapreso alcuni lavori per migliorare il nostro centro. Abbiamo provveduto ad allungare le panchine sui campi e sostituire le paratie danneggiate. Abbiamo sistemato le reti sia sul campo in erba sintetica in quello sabbia, dove abbiamo provveduto a installare una nuova illuminazione con luci a led. Stiamo provvedendo a sostituire anche i fari del campo a 11 in erba naturale del San Luigi con un nuovo impianto a led. Teniamo in efficienza tutte le nostre strutture per poterle ritrovare in ordine, pulite e sanificate. Certo che queste iniziative, con l'aiuto della nostra amministrazione comunale hanno necessità di mezzi economici; la nostra attenzione alla gestione finanziaria, l'aiuto dei nostri sponsor ci danno la possibilità di poter fronteggiare queste spese che affrontiamo con parsimonia.

Qualche soddisfazione comunque ce la possiamo togliere: a settembre alla riapertura del centro e delle attività, ci siamo impegnati ad adottare tutte le precauzioni con protocolli appositamente predisposti, per evitare possibili contagi tra di noi. Ebbene possiamo dirci contenti che nessuno ha contratto il virus all'interno del nostro centro e se qualche nostro giocatore è risultato positivo, questo non è avvenuto al nostro interno.

Siamo nelle vicinanze delle festività di fine anno; eravamo abituati a festeggiarle alla grande con incontri, feste e cerimonie. Quest'anno tutto questo purtroppo non sarà possibile, però non possiamo esimerci di poter scambiarci gli auguri anche se virtuali.

Cerchiamo di scambiarci delle belle cartoline o messaggi di augurio per rendere questi giorni meno tristi e sorridere insieme.

Personalmente, approfitto di questa opportunità per augurare a tutti un grandissimo Buon Natale e, sicuramente un grandissimo Buon Anno 2011 che speriamo sia ricco di speranze e di positività per tutti.

Un grosso abbraccio.



CASA FUNERARIA
VARISCO
ONORANZE FUNEBRI

24 ore su 24 - Servizi funebri completi
Agrate Brianza - Via Garibaldi 20
Tel. 039.650183 - E-mail: ofvarisco@tiscali.it

LA TIPOGRAFIA
STAMPA E GRAFICA

- Brochures
- Scansioni e Plottaggi
- Biglietti da visita
- Calendari personalizzati
- Manifesti e Poster
- Etichette
- Stampa su abbigliamento
- Adesivi prespaziati
- Pellicole su materiali speciali
- Timbri e Targhe
- Pannelli
- Depliant e Volantini
- Tesi di laurea
- Distribuzione volantini
- Inviti nozze e cerimonie
- Scritte in rilievo
- Vetrofanie
- Allestimenti

Info-line e preventivi: ☎ 039.6892433 - ✉ stampe@latipografia.eu
via Lecco 69/71 - 20864 Agrate Brianza - 🌐 www.la-tipografia.eu

SETTORE AGONISTICO

a cura di Valerio Amati

Sicuramente, sotto ogni aspetto della nostra vita, il 2020 passerà alla storia come un anno "diverso". Un anno dove per la prima volta abbiamo realmente capito l'importanza delle piccole cose, dal caffè con gli amici alla semplice battuta negli spogliatoi. Quest'anno per l'ormai classico "giornalino della Speranza" abbiamo deciso per un qualcosa di diverso rispetto al solito, perfettamente in linea con quello che abbiamo vissuto. Si potrebbe parlare dei tanti traguardi raggiunti sul campo, come il primo storico approdo della nostra Prima Squadra in Eccellenza o della magnifica cavalcata dell'Under di Panara nello scorso campionato, passando anche per l'acquisizione della categoria *Élitè* per i Giovanissimi A. Avremmo potuto, ma con la società si è pensato a qualcosa, come detto, diverso. Infatti abbiamo sentito tutti i capitani delle nostre squadre agonistiche cercando di farci raccontare da loro, in un anno così complicato, cos'è per loro e cosa rappresenta la Speranza.

PRIMA SQUADRA: SIMONE CAROLLO

Capitano di mille battaglie, sempre il primo quando bisogna lottare in campo ed il primo a dare una mano quando un compagno è in difficoltà. Pur non essendo né agratese né cresciuto nel nostro vivaio Simone Carollo rappresenta in pieno quello che è l'animo Speranza. Lotta e sacrificio sono le sue armi migliori. Vero da un attaccante ci si aspetta sempre il gol, ma lui è un bomber diverso. Lui è un gigante gentile che, negli spogliatoi come in campo, è sempre pronto a quella corsa in più per aiutare il compagno in difficoltà o la squadra. Seppur non verrà ricordato per le sue valanghe di gol, il suo nome comunque rimarrà per sempre impresso nella storia di questa società, essendo lui il capitano della nostra Eccellenza. Arrivato sette stagioni fa, in punta di piedi, in questi anni Simone si è da subito ritagliato uno spazio importante mettendo più volte la sua firma su campionato di Prima Categoria che ha riportato i rossoverdi in Promozione. Ora a distanza di anni è lui la voce di questa società. «La nostra forza – ammette Simone – è sempre stata il gruppo. Diciamocelo francamente: se dovessimo puntare solo sulle nostre qualità tecniche sappiamo benissimo che ci

sono diverse squadre più attrezzate di noi. Ma a differenza loro, noi abbiamo appunto questa forza che incarna perfettamente i valori di questa società». Una società che anche in quest'anno particolare è sempre stata molto vicina ai suoi ragazzi, come conferma lo stesso capitano: «Non ci hanno mai fatto mancare nulla, ci sono sempre stati vicini assicurandoci sul futuro. Quest'estate poi non è stata un'estate facile visto che fino alla fine non sapevamo che categoria avremmo fatto a settembre. Ma anche su questo verso abbiamo sempre sentito molto vicina la società e alla fine abbiamo anche festeggiato insieme questo grande traguardo chiamato Eccellenza. Ammetto che in questi anni qualcosa in meglio è cambiato. E anche semplicemente quest'anno si è capito come la dirigenza abbia voluto affrontare con maggiore serietà questa nuova categoria». Ora, però, a Simone come a tutti il campo manca. Manca ricorrere il pallone, gioire insieme, manca l'ansia pre partita. Insomma: manca tutto. Manca soprattutto il rapporto con i compagni, specialmente con quelli più giovani e nuovi: «Sono tanti bravi ragazzi – conclude Simone – che visto il poco tempo avuto non sono riusciti, forse, a captare in pieno il peso e l'importanza di questa maglia. Ma, come detto, sono bravi ragazzi e credo che quando si ritornerà in campo lo capiranno alla svelta».

CSI A 7: JACOPO PARMA

Fino ad ora abbiamo parlato, o meglio scritto, del valore che la società trasmette. Eppure la grande novità di quest'anno in casa Speranza, oltre all'Eccellenza, è la creazione della squadra di CSI a 7. Una squadra composta quasi esclusivamente da ex giocatori della Speranza (1995 e 1996) che dopo tanti anni lontani da "casa" sentivano proprio il bisogno e la necessità di tornare a giocare per i colori rossoverdi. Infatti sono proprio tanti i giocatori che hanno lasciato la società da ragazzi e sono tornati da uomini, perché spesso si dice "certi amori fanno giri immensi e poi ritornano". Tra questi c'è uno dei nostri fitoterapisti, Alessandro Leggieri, il giornalista Valerio Amati che è sempre in prima linea per seguire la nostra società, Jacopo Parma che malgrado



**PREMIAZIONI E ABBIGLIAMENTO SPORTIVO
PRODUZIONE TROFEI PERSONALIZZATI**
Trofei realizzati e ideati completamente da noi,
personalizzabili con loghi e targhette

**Contattaci senza impegno,
per info generali sui servizi da noi offerti**
e-mail: ottagon@netdb.it - cell. 347.7501653
Via Anna Frank, 11 - 20021 Bollate (MI)



ILLUMINAZIONE PROFESSIONALE



Faeluce
DOING IT BETTER



www.faeluce.com

F.LLI BERETTA



F.LLI BERETTA s.n.c.
Via Roma 90 - Cavenago di Brianza (MB)
Tel. 02.95335410 - Fax 02.95335409
e-mail: cbitita@tiscali.it

AUTOMAZIONE

Cancelli automatici
Barriere automatiche
Basculanti box

SICUREZZA

Rilevazione incendi
Impianti antintrusione
Impianti videocontrollo

IMPIANTI

Impianti elettrici civili e industriali
Quadri elettrici distribuzione e aut.
Cabine di trasformazione MT/BT
Rete dati
ATEX

SETTORE AGONISTICO

abbia deciso in questi anni di giocare per il Pessano ha sempre gravitato attorno all'ambiente rossoverde; Federico Gandolfini che ha vissuto tutta la sua vita calcistica con questi colori; Francesco Pisani che giovanissimo ha lasciato Agrate per lidi più blasonati per poi tornare in Juniores; William Beretta che è stato grande protagonista nel campionato vinto dai 1996 e Davide Commissario, uno dei grandi capitani della nostra Under 19 Regionale. Ma anche lo staff, composto da mister Francesco Simini e Alessandro Biondi sono vecchi volti di questa società. Insomma una grande rimpatriata, condita da qualche elemento nuovo per vivere nuovamente l'emozione di giocare per il proprio paese in quella società che li ha visti crescere, li ha visti diventare prima ragazzi e ora uomini. A spiegare il perché di questa decisione ci ha pensato il capitano Jacopo Parma: «La voglia di giocare ancora tutti insieme e con la stessa maglia di quando più meno 5/6 anni fa, finita l'ultima stagione di juniores, le nostre strade calcistiche si sono divise. Ma questa estate pensando a come potessimo ritornare a giocare tutti insieme abbiamo pensato che tornare a lottare per la stessa maglia sarebbe stato fantastico proprio come gli ultimi anni passati insieme». E guardando l'unica partita di campionato disputata (e tra l'altro vinta) ascoltando le parole del Capitano Parma, non è stata una partita come tante altre. Ma è stata

una partita con un significato diverso, con un sapore diverso quasi nostalgico, ma che testimonia il grande sentimento che lega questi ragazzi alla società: «Alla prima partita giocata in casa sembrava di essere tornati indietro nel tempo, quando ci cambiavamo negli spogliatoi dell'oratorio con il solito Omar a fare da magazziniere. La partita era iniziata bene con noi che da subito abbiamo proposto un bel gioco, ma senza segnare infatti siamo andati sotto nel punteggio. Però non ci siamo persi d'animo e piano piano siamo riusciti a ribaltare il risultato per ben due volte. Peccato per questo stop perché dopo un mese di allenamenti, due volte la settimana (penso nessun csi l'ha fatto) stavamo proprio iniziando a divertirci».



Ma quello iniziato dai ragazzi di mister Simini e Alessandro Biondi non è un qualcosa di campato per aria. Ma nelle intenzioni di tutti è un progetto destinato a continuare negli anni e a divenire un modello per tutti i tesserati di questa grande famiglia chiamata Speranza Agrate: «A mio avviso – afferma Parma - penso che questo sia solo l'inizio di un progetto che andrà avanti nel tempo. Spero che la società tenga presente di questa squadra anche quando noi "fondatori" smetteremo, si spera il più tardi possibile. Per ora ringraziamo la società, Presidente e tutto il consiglio per averci dato questa occasione e speriamo, virus permettendo, di portare a casa delle belle soddisfazioni»



bucchi
FERRAMENTA - UTENSILERIA

F.LLI BUCCHI srl

Via Guglielmo Marconi 80
AGRATE BRIANZA

Tel. 039 6059985
bucchifratelli@virgilio.it
www.fratellibucchi.com

SETTORE AGONISTICO

UNDER 19: MATTEO VILLA

Grande annata della Prima squadra quest'anno, che però non deve mettere in ombra quanto fatto dalla formazione Under 19 guidata saldamente dallo strano duo Panara-Bianchi. Un'annata particolare, sotto tutti i punti di vista, visto che mai nella storia di questa società la formazione Under 19 è stata ad un passo dalla vetta del massimo campionato Regionale di categoria. Un traguardo sicuramente prestigioso e importante che il capitano Matteo Villa prova a spiegare così: «Io venivo dalla Casatese e l'anno scorso per me era la prima stagione ad Agrate. Fin da subito ho percepito grande tranquillità e senso di famiglia. Venivamo da una stagione difficile e in estate siamo partiti con grandi obiettivi, senza però mai avere o sentire troppa pressione da parte della società. L'inizio non è stato folgorante, ma con il lavoro sul campo siamo arrivati a fare ben 7 vittorie di fila che ci hanno portato a ridosso della vetta. Oltre a noi, gran merito di questo va dato al lavoro svolto dalla società, dallo staff che ci sono sempre stati vicini: nel bene e anche nel male». Ma per l'Under 19 lo stop è arrivato proprio sul più bello. Il lockdown di fatto ha interrotto il sogno di gloria dei giovani rossoverdi. Ma anche in quel periodo la società non ha mai mancato di far sentire la propria vicinanza ai ragazzi: «La presenza – afferma Villa – da parte della società durante il lockdown c'è sempre stata. Diciamo che ci hanno aiutato, ci hanno anche tranquillizzati in alcuni casi. Poi quando si è potuto tornare ad allenarsi è stato bellissimo. Personalmente ricordo che alla ripresa ho apprezzato tutte quelle piccole cose che prima davo per scontato, come la battuta in spogliatoio o il lavoro sul campo». Ciò che però ha testimoniato la scorsa annata dell'Under 19 è che la maglia della Speranza pesa. Pesa il suo blasone, pesa la sua storia, ma soprattutto pesa la sua serietà. Tutte caratteristiche che visto il poco tempo avuto sul campo, forse non tutti sono riusciti a captare nei nuovi arrivi e, infatti, l'inizio di stagione non è stato dei migliori. «Personalmente – continua Matteo – io credo che il gruppo sia molto valido. Però nella prima parte di stagione non abbiamo lavorato molto sul campo e quindi i ragazzi che provenivano da fuori o dagli Allievi ancora non

avevano ben compreso quale fosse il reale peso di questa maglia. Tutti sapevano che vestire questa maglia non era una passeggiata, ma assorbire i suoi valori è un processo che avrebbe richiesto ancora un po' di tempo. Sono sicuro che quando si potrà tornare in campo, "nuovi" e "vecchi" saranno sintonizzati sulla stessa frequenza proprio per il bene di questa società».

UNDER 17: LUCA COMINA

Dando un rapido sguardo nelle società attorno a noi, sono poche le annate come la nostra 2004. Un'annata, quella di mister Brambilla, che è da tre anni saldamente in testa al proprio campionato. Ma è sempre da tre anni che, per colpe non sue, non riesce a fare il balzo nei provinciali. Ecco loro con ogni probabilità rappresentano a pieno quel senso di appartenenza ai colori rossoverdi che la Speranza incarna. Pienamente in linea con questo è il capitano dei nostri 2004 Luca Comina, rossoverde da ben quattro anni. «Il nostro – afferma Comina – è un gruppo molto unito e compatto. Quest'anno non abbiamo avuto tanti innesti, solamente due. Questi ragazzi già li avevamo affrontati da avversari. Quando sono arrivati da noi già sapevano la nostra mentalità. A prescindere dall'avversario, forte o scarso che sia, noi vogliamo sempre dare il massimo e avere grande intensità anche in allenamento. Devo dire che i ragazzi nuovi si sono calati con grande velocità nella nostra realtà e nella nostra mentalità e questo non può che essere un bene per i nostri colori». Un'analisi, quella del giovane capitano rossoverde, molto lucida e che fa capire come seppur lui non sia né agratese né cresciuto nel nostro vivaio abbia fatto suoi tutti i valori che questa società vuole portare avanti: «Io sono arrivato dall'Enotria. A dire il vero l'anno del mio passaggio ad Agrate ero stato confermato in Enotria, però avevo sentito dire che mister Loglisci era un grande allenatore e quando venni a parlare qui il DS Ferreri mi fece da subito una grande impressione. Mi piacquero molto il progetto e la voglia che le parole di quel colloquio fecero trasparire. A quattro anni di distanza posso tranquillamente dire che mai scelta fu più giusta». Eppure anche per loro la stagione, culminata con un'altra vittoria, è stata molto complicata. «Sì, be la stagione che abbiamo vissuto è stata diversa. Però fin da subito la società ci è sempre stata molto vicina e ci ha seguito con allenamenti in videochiamata che hanno comunque tenuta accesa la nostra fiamma».



UNDER 16: FRANCESCO COLECCHIA

Continuando a cavalcare il sentimento di appartenenza tra tutti i capitani rossoverdi, forse, quello investito di maggiori responsabilità è Francesco Colecchia faro dei nostri strepitosi 2005. Senza voler togliere niente a nessuno, non è un eufemismo affermare che il gruppo di mister Nettarella sia una, se non la, annate più forti che mai il nostro vivaio abbia prodotto. Un gruppo, questo, come detto molto forte dove è sempre stato preminente, oltre al senso di

VERIFICHE E ADEGUAMENTI IMPIANTI CON RILASCIO DICHIARAZIONE DI RISPOSTENZA O DI CONFORMITA'

PAOLO PIAZZA IMPIANTI
elettrici - domestici - telefonici
sicurezza - videosorveglianza
climatizzazione

AGRATE BRIANZA - VIA C. BATTISTI 92
paolopiazzaimpiantieletrici@gmail.com

039.650.257
366.33.46.084

ELLEPI. II PARTNER IDEALE per la VOSTRA SICUREZZA sul LAVORO.

FORNITURE - ANTINFORTUNISTICA
ASSISTENZA - ANTINCENDIO

Sede legale: 20060 MONZA (MI) - Via Valcava, 20
Reg. Imp. - RI, e C.F. 05484110969

Uffici e magazzini: 20064 AGRATE BRIANZA (MI) - Via Luca, 1/B
Tel. 039.6892957 - Fax 039.6893047 - info@ellepi.it

Ellepi offre un **Check Up GRATUITO** e senza alcun impegno, per la Vostra Azienda.

www.ellepisrl.com
039.6892957

SETTORE AGONISTICO

appartenenza, il senso di agratesità. Eppure nelle ultime stagioni, visti i grandi traguardi raggiunti sotto la severa e ferrea guida di mister Loglisci diversi elementi di spicco hanno cercato fortune altrove, in società professionistiche. Ad incarnare il vero spirito di lotta e sacrificio che la Speranza vuole dunque ora c'è Francesco Colecchia, il Capitano. «A differenza di molti miei compagni – afferma Francesco – io ho iniziato a giocare a calcio tardi non subito. Però fin da quando varcai per la prima volta la porta degli spogliatoi il mio desiderio è sempre stato quello, un giorno, di poter divenire il capitano di questo gruppo. Ora che è così sono davvero molto contento, ma mi sento anche molto responsabile per questo». Come detto però nei 2005 visto l'alto livello i tanti ragazzi che in questi anni sono approdati hanno dovuto capire presto il valore della maglia: «Il calcio è così, dove spesso i giocatori vanno e vengono, ma la società resta e va sempre messa al primo posto. Devo dire che in questa stagione, come in quella passata, i ragazzi nuovi non hanno mai fatto troppa fatica a capire il peso della maglia e l'importanza che ha». Anche in una stagione così difficile, anche per il capitano dei 2005 la sensazione di vicinanza da parte della società è stata percepita: «Devo dire – afferma Francesco – che anche in una stagione così particolare la società ci è sempre stata molto vicina, con videochiamate e quant'altro cercando anche di stimolarci o tenerci sul pezzo quando magari ci vedeva un po' sottotono. Personalmente mi sento orgoglioso di vestire ogni domenica questa bellissima maglia rossoverde».

UNDER 15 SIMONE CAVENAGHI

Se per chi magari è da più tempo abituato a giocare per vincere e per questa maglia sentire il senso di appartenenza, può essere invece più difficile per chi è da poco che si è affacciato al calcio dei "grandi". Ma anche per loro, per i nostri 2006 Elité, la Speranza rappresenta un faro, un punto di riferimento. Esempio lampante di quest'affermazione sono le parole del capitano Simone Cavenaghi: «Per me la speranza è stata molto importante perché anche quando eravamo chiusi in casa i mister ci continuavano a scriverci come stavamo e ora da due settimane stiamo anche facendo allenamento da casa in videochiamata oltre all'allenamento dato dal nostro mister da fare da soli o con un compagno, ma non in videochiamata durante il resto della settimana perché il venerdì lo facciamo tutti insieme». Quindi la Speranza non è una società impegnata solo con le categorie più grandi. La grande società rossoverde cerca di abbracciare con calore familiare ogni suo atleta, di qualunque età. E anche nei 2006 questo è stato percepito e non solo dai "vecchi", ma anche da tanti nuovi che fin da subito hanno capito di non essere arrivati in una società come le altre: «I nostri nuovi compagni si sono subito ambientati e qualcuno di loro veniva già da squadre che avevano fatto un campionato importante come l'Élite e ci hanno anche aiutato a cambiare di mentalità. Noi abbiamo capito che bisognava cambiare mentalità e così abbiamo fatto tutti e i nuovi compagni sono venuti con la voglia di fare bene nei regionali

Élite e anche loro anche cambiato mentalità senza molto aiuto da parte nostra perché tutti l'abbiamo capito che sarebbe stato molto più faticoso rispetto ai provinciali e anche il mister è stato molto importante nell'aiutarci a fare questo cambio di mentalità». Dunque un sentimento forte e radicato quello che la Speranza ha instaurato con i suoi ragazzi, come ad esempio testimonia lo stesso Cavenaghi nel raccontare la sua prima volta con la maglia rossoverde: «Mi ricordo che ero molto felice di giocare in questa squadra. La mia prima volta alla Speranza era un torneo poi anche vinto da noi e io ho pure segnato con una punizione subito alla prima volta».

UNDER 14: MATTEO SOZOGNI

Chi forse ha pagato maggiormente, sul campo, quest'annata così particolare è stato il gruppo dei 2007 che dagli esordienti si è trovato catapultato nel mondo dei grandi quasi senza accorgersene. Un passaggio, questo, spesso traumatico che però la società ha cercato di agevolare in ogni modo come conferma il capitano della squadra di mister Loglisci Matteo Sozogni: «La Speranza per me, come per tutto il gruppo, è un punto di riferimento. Una società che non ci ha mai fatto mancare nulla e che ci ha permesso di iniziare questa nuova avventura nel calcio dei grandi con un grande allenatore come mister Loglisci». Seppur molto giovane, il capitano dei 2007 ha già le idee molto chiare su quello che deve trasmettere ogni domenica in campo la società rossoverde: «Prima di tutto – afferma Sozogni – bisogna vincere per questi colori. Oltre alla vittoria, però, è molto importante il comportamento. Noi siamo ambasciatori di questa società e dobbiamo sempre cercare di avere un comportamento adeguato, in primis con l'arbitro. Poi personalmente dico che io già percepisco il peso di questa maglia. Essendo capitano della mia squadra io devo sempre cercare di dare l'esempio ed essere un riferimento per i compagni. Questi sono i valori che la Speranza mi ha trasmesso». Come per le altre categorie anche per i giovani 2007 la vicinanza con la società c'è sempre stata: «Quando non ci si poteva allenare – continua il giovane capitano – abbiamo fatto tante videochiamate che ci hanno sempre tenuto in sintonia con la società. Poi, quando si poteva, noi ragazzi (per lo meno quelli di Agrate e Omate) ci trovavamo per andare a correre tutti insieme per tenere unito il nostro gruppo».



GARDEN
Agrate Brianza
caffè & cucina

AGRATE BRIANZA
Via Monte Grappa, 29
Tel. 039 8964103


**FIOCO
DI PANNA**
GELATERIA DA ASPORTO
Produzione Artigianale

Agrate Brianza - Via Matteotti, 62
Tel. 389.1353138 - www.fioccodipanna.it

**PANIFICIO
VARISCO**
bakery&café

PASTICCERIA
Agrate Brianza - Piazza S. Eusebio, 14
Tel. 039 2188490

“ OGNI VOLTA CHE SI FERMA QUALCOSA, SI POSSONO COGLIERE NUOVE OPPORTUNITA’ ”

Lavoriamo ogni giorno per far crescere il calcio femminile della SperanzaAgrate, ma per riuscirci dobbiamo far emergere la specificità del nostro sport e dare la possibilità a ragazze che amano giocare a CALCIO.

STOP! – STOP! - STOP!

STOP = Allieve C.S.I.:

Quattordici ragazze si sono impegnate in allenamenti sotto la guida dei mister Marco e Alessandro ad una preparazione intensa e in allegria di gruppo per iniziare il campionato CSI. Purtroppo sospeso a data da destinarsi causa COVID 19 che non gioca in nessun campionato. Si approfitta di questo spazio per lanciare un invito a ragazze per provare a giocare a calcio. Per informazione al D.S. Danilo BRAMBILLA cell. 338 7028440 e Dirigente Roberto COLNAGO cell. 3385630100



STOP = Juniores Under 19 :

Visto il buon lavoro svolto e poi interrotto dallo stop del campionato causa virus la società ha riconfermato i mister Matteo e Davide.

Alcune ragazze sono andate in altre realtà, alcune sono rimaste e altre ragazze sono arrivate a rinfoltire la rosa e hanno ripreso ad allenarsi in attesa dell'inizio del campionato, e anche loro si sono dovute fermare proprio alla vigilia della prima partita. Ora me li immagino che scalpitano facendo allenamenti individuali in casa " *sperando che non distruggano qualcosa*" Pazientate



ARTE & FORME
Arredamento Design Architettura

Tante soluzioni, grandi progetti e sogni realizzati. www.arteeforme.com

AGRATE BRIANZA - VIA MATTEOTTI 55/57
TEL. 039.65.08.40 - FAX 039.633.03.66
info@arteeforme.com

AGRIVERDE

Agrate Brianza
Via Lecco 30
Tel. 039.652837
Fax 039.6056425
www.agriverdeagrate.it
e-mail: info@agriverdeagrate.it

STOP = Femminile Serie " C " Nazionale

Anche in questa categoria " c'è il va e vieni ", alcune ragazze hanno voluto provare altre esperienze in altre realtà. Quest'estate, dopo un gran lavoro certosino di Danilo BRAMBILLA, D.S e MISTER della prima Squadra " Serie C " è riuscito ad assemblare tutti i tasselli con ragazze provenienti da altre società allestendo una rosa giovane di ventiquattro atlete. Atlete che si sono preparate con allenamenti intensi per partire in questo campionato anomalo e incerto. Prima partita pareggiata (1-1) ma ben giocata dalle ragazze in trasferta contro l' Alessandria. Nella

seconda gara, casalinga contro il Real Meda, arriva la beffa della sconfitta al 94°. Nella terza partita trasferta contro il GENOA dopo un assedio permanente nell'area avversaria subiamo gol negli ultimi minuti. Questa brutta partenza ci penalizza solo nei risultati, la squadra ha sempre espresso gioco e alcune volte superiore alle squadre incontrate. Ma anche loro si sono dovute fermare e veder vanificare il miglioramento del lavoro svolto. Da informative della F.I.G.C. si sta pensando alla ripresa allenamenti e ripresa campionato verso metà Gennaio 2021.



Comunque TUTTO lo staff, le Ragazze del Calcio Femminile della Speranza Agrate augurano " Buon Natale e un Buon Anno " a tutti gli appassionati di calcio



ROCCA

Vini Superiori

www.roccavini.com

ANGELO ROCCA & FIGLI srl

Agrate Brianza

Via G. Matteotti, 143/145

Tel. 039.650.151

info@roccavini.com

orari enoteca:

martedì - venerdì 16.00 - 18.30

sabato 8.00 - 12.00

PROGETTO INTER GRASSROOT PROGRAM

a cura di Daniele Asnaghi

Nonostante le limitazioni e i problemi odierni, la Speranza Agrate ha deciso di continuare a portare avanti il progetto Inter Grassroot Program; quest'anno, il progetto vede la nostra società collaborare con l'Inter "a stretto contatto" soprattutto tramite il mondo online; infatti, la situazione vissuta ha spostato il lavoro e il suo conseguente sviluppo prevalentemente sulla piattaforma Zoom, attraverso incontri formativi per i tecnici (e non solo) delle categorie che vanno dai Piccoli Amici fino agli Esordienti. Queste categorie restano la base da cui

certi standard nelle proposte; bisogna essere sempre aggiornati e al passo coi tempi per il bene dei nostri ragazzi". La società ha poi voluto mettere a disposizione nuovo materiale e sta cercando sempre più di migliorare le proprie strutture per garantire ai propri campioni il miglior servizio possibile, senza dimenticare il divertimento.



la società vuole continuare ad attingere e formare nuovi talenti, in quanto sono le annate con più ampi margini di miglioramento. Gli obiettivi del progetto restano gli stessi degli scorsi anni: l'ottimizzazione dei tempi di lavoro fino alla quasi totale eliminazione dei tempi morti, l'intensità delle proposte di allenamento sia per i ragazzi che per i tecnici, la multilateralità delle proposte stesse in cui vengono inseriti più obiettivi e più richieste nello stesso momento; a questo, cercando di trasformare in opportunità la situazione attuale, si aggiunge l'attenzione sulla formazione individuale dei tecnici e il loro costante aggiornamento in ambito tecnico e organizzativo tramite il continuo confronto con tavole rotonde e discussioni con Istruttori qualificati Inter o figure di rilievo e la formazione sul campo degli stessi, appena sarà possibile. Il nuovo Responsabile Tecnico del Settore Giovanile Daniele Asnaghi spinge molto in tal senso: "se noi uomini di campo non siamo formati e preparati, non possiamo garantire



le bontà di Giampietro
SPACCIO ALIMENTARE

Via Vignolina 1 - Agrate Brianza
Tel. 039.651222 - Fax 039.6895066
www.lebontadigiampietro.it

Pizza Pub
KLAXON
Grill-Restaurant

VIA MONTE ROSA 28
c/o interno DOGANA
CONCOREZZO
Tel. 039.647980

Per amministrare un condominio...



... E' la soluzione ai tuoi problemi

M. P. Service s.p.a. di Trezzi Maurizio & C.
Via delle Gerole 2/C - 20867 Caponago (Mb)
Tel. e Fax 0295743102 - e-mail: trezzi_maurizio@libero.it

Un Passo in più: PROGETTO SCUOLA ELITE

a cura di Daniele Asnaghi

A partire dal 1° luglio 2020, con l'avvento della nuova stagione, la società e il nuovo Responsabile Tecnico del Settore Giovanile Daniele Asnaghi hanno cercato di porre le basi per un nuovo progetto di formazione e crescita dei propri piccoli; hanno lavorato insieme cercando di capire quali altri miglioramenti e novità potessero essere portate per garantire gli standard già proposti in passato e, contemporaneamente, alzare il livello della società e la qualità del lavoro proposta. Si è deciso, di comune accordo, di tentare di ottenere la qualifica della società come Scuola Calcio Elite, cercando di fare quello che viene definito come "passo in più" rispetto alla Scuola Calcio Riconosciuta. Ma cosa vuol dire esattamente ottenere questo tipo di qualifica? Cosa comporta? Questo attributo viene dato alle società, su richiesta della stessa, dopo un attento esame di determinati requisiti obbligatori e facoltativi che vanno dalla qualifica federale dei tecnici tramite i vari patentini all'organizzazione, alla partecipazione ad eventi federali di caratura regionale e nazionale, al seguire la metodologia proposta dalla FIGC e dal Settore Giovanile Scolastico con il Programma di Sviluppo Territoriale; come requisito a scelta, la società ha deciso di incentivare, in quanto già presente, il progetto di Psicologia dello Sport con la dottoressa Lucia Chiarioni e il CPPA, aumentando il numero di incontri possibili e inserendo nei target di riferimento non solo i tecnici e gli atleti, ma anche i genitori e i dirigenti. L'obiettivo di questa scelta è evidente: ottenere una crescita a 360 della società, sia dal punto di vista organizzativo che tecnico che ambientale, affiancando al progetto IGP un altro mattone che consolida il già fatto e porta allo stesso tempo novità importanti; inoltre, la società si inserisce in un progetto di scala nazionale, che vuole portare a un miglioramento del contesto calcistico in tutta Italia e garantire qualità nel lavoro. Bisogna sottolineare come in Brianza ci sono poche società che possono vantare questa qualifica e la Speranza Agrate vuole imporsi come punto di riferimento per il territorio, oltre che essere per tutti i propri componenti un modello. La proposta è stata formalizzata e accettata dalla FIGC a fine settembre; pertanto, comincia un nuovo viaggio verso una realtà moderna, nuova e importante.



**SCUOLA
CALCIO ELITE**
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO



**3A
impianti
elettrici**

di Giambelli Andrea,
Ortolina Andrea Ermanno
e Pecis Andrea & C. s.n.c.

**installazione, manutenzione e riparazione
impianti elettrici civili e industriali
automazione e controllo**

Via Gramsci, 19 - BURAGO MOLGORA

Tel. e Fax 039.6260977

info@3a-impiantielettrici.com

Limitiamo i danni psicologici della Pandemia da covid-19 sulla psiche dei nostri ragazzi che praticano sport

Consigli pratici a cura della Dott.ssa Lucia Chiarioni Psicologa Psicoterapeuta e Psicologa dello Sport

Non lo riconosco più? E' stanco svogliato e non so più cosa inventarmi per aiutarlo e motivarlo. Questo il grido di aiuto di molti genitori ed allenatori, rispetto ai ragazzi che praticano sport di età compresa tra i 6 e 16 anni.

Che fare? Tutto ciò è normale?

La svogliatezza e la demotivazione generata dal lungo periodo di assenza dalle attività sportive, vissuto e prospettato come periodo prolungato e non prevedibile, sono manifestazioni comportamentali nei ragazzi, anche i più determinati, abbastanza normali in questo momento.

L'emergenza sanitaria in corso da diversi mesi ci ha portato ad evidenziare alcune riflessioni utili alla popolazione e agli adulti che in particolare lavorano con soggetti minori e fasce più deboli. Dobbiamo inevitabilmente portare l'attenzione al «dramma del distanziamento sociale» e ai possibili effetti delle imposte restrizioni affettive e scambi relazionali tra le persone come un tema che ha colpito anche i ragazzi, soprattutto pre-adolescenti ed adolescenti deprivati anche dai nuovi provvedimenti governativi della frequenza scolastica.

Per l'essere umano il contatto fisico è un'esigenza primaria, biologica, necessaria quasi come l'aria che respiriamo dietro le mascherine da troppo tempo. Questo bisogno di vicinanza nasce dalla necessità di sopravvivenza dentro il sistema di attaccamento con le figure primarie e poi diviene nutrimento affettivo nelle relazioni durante la crescita ed anche in età adulta.

Baci, abbracci, carezze, strette di mano, pacche sulle spalle: da quando è esplosa la pandemia ogni gesto d'affetto è vietato. Guardiamo l'altro da una distanza di almeno un metro e siamo costretti a decifrare il suo stato d'animo dagli occhi, non potendo vedere nemmeno se sorride o se è imbronciato, perché coperto dalla mascherina. È allora che cosa accade quando ne veniamo improvvisamente privati? E cosa accade se il contatto affettivo viene elargito ed esperito solo nelle relazioni con i congiunti? A questa astinenza da contatto con l'altro è stato dato un nome fortemente evocativo: **“skin hunger”, letteralmente “fame di pelle”,** e può avere effetti negativi sull'umore, e sul rapporto con il proprio corpo, imponendo altri tipi di “consolazione”, cibo e farmaci, aumentando anche altre forme di dipendenza.

Il bisogno di vicinanza, di calore, il contatto fisico è la necessità che l'essere vivente tende a soddisfare sin dalle primissime ore di vita, ecco perché se il tono dell'umore è basso e notate nei bambini una maggior richiesta di vicinanza fisica dovete pensare che sono risposte comportamentali normali ad un evento critico anormale che dura da troppo tempo e al quale l'essere umano fa fatica ad adattarsi con nuove strategie di coping.

Il contatto pelle a pelle stimola anche il nostro cervello: il tocco è in grado di evocare una risposta piacevole, di rilassamento, che può far diminuire la frequenza cardiaca e la pressione arteriosa. E non solo protegge e rinforza il nostro sistema immunitario e ci tiene alla larga da possibili disturbi di natura depressiva.

Il contatto con gli altri esseri umani e con gli animali domestici o da pet -therapy favorisce la produzione di alcuni neurotrasmettitori fondamentali per la regolazione del tono dell'umore e la motivazione, oltre ad attivare il circuito cerebrale della ricompensa. Questo è uno dei motivi per cui chi si è trovato isolato durante il lockdown ha affrontato meglio la solitudine alla presenza del proprio “amico peloso”.

Il neurotrasmettitore ossitocina si è guadagnato la fama di “ormone dell'amore” perché favorirebbe l'attaccamento e i rapporti sociali. Un nuovo studio dimostra che ha un ruolo anche nel comportamento sociale dei cani, la cui socievolezza verso gli esseri umani dipende da questo ormone.

Ai nostri ragazzi mancano molto i contatti diretti con i coetanei e i loro compagni di squadra, manca l'attività sportiva vissuta in condivisione e lo spirito grupppale.

Rispetto alla dimensione del piacere, altrettanto ridotta da questa pandemia un altro neurotrasmettitore risulta carente nel nostro cervello: la dopamina e le endorfine, responsabili della regolazione del tono dell'umore e l'attivazione dei circuiti del piacere, garantita dallo sport come attività motoria e condivisa, soddisfazione personale e motivazionale all'obiettivo.

Non ci deve stupire perciò che i ragazzi e i bambini facciano maggiormente fatica ad attivare i circuiti motivazionali positivi che potrebbero invece rinnovare e mantenere vivo l'interesse per lo sport.

Non è certo facile inventarsi alternative all'altezza delle esperienze che vivevano nella normalità della frequentazione dei centri sportivi ma fondamentale resta che l'adulto non perda la sua resilienza e funga da esempio.

Vediamo alcuni consigli generici per uscire dal “distanziamento sociale” e alcuni consigli più specifici per mantenere la motivazione verso l'attività sportiva non appena potrà essere ripresa.

Con i bambini 6- 10 anni

Utilizzare il corpo per favorire il movimento, il radicamento nel mondo e l'orientamento come risorse corporee esperite di autoregolazione. La voce e la musica possono diventare strumenti educativi e rassicuranti importanti. A questa età il disegno si fa creativo e si arricchisce di stili e colori diversi. Aiutarli a mettere in parole il significato di quanto raffigurato.

Insegniamo ai bambini la risorsa della scrittura per comunicare i sentimenti, anche a distanza.

Con i pre-adolescenti ed adolescenti:

Aiutiamoli a non isolarsi davanti al computer, tablet e telefonino e aiutiamoli ad esprimere la rabbia e la paura per il futuro.

Siamo di esempio nel rispetto delle norme di protezione e aiutiamoli a diventare degli «influencer» per i loro coetanei.

Il gruppo dei pari se guidato da un leader responsabile può essere di aiuto.

Con i giovani adulti:

Aiutiamoli a coltivare interessi diversi e incoraggiarli, rinforzando la fiducia che attiva la speranza in un futuro migliore

Rinforziamo la cooperazione rispetto alle strategie di coping funzionali

Impariamo ad essere adulti resilienti per noi vale tutto quanto detto per loro.

Per la motivazione versus lo sport: parliamo ai ragazzi con onestà e poche semplici regole

- Aiutiamoli dando informazioni sincere e chiare: non abbiamo certezze rispetto a quando la sua attività sportiva potrà riprendere, ma vogliamo aiutarlo a non perdere il suo entusiasmo, sappiamo che quello che si può fare è limitato ma decidiamo insieme di percorrere la strada più sana: non lasciarsi andare all'inerzia del momento;

- Progettiamo semplici attività motorie: in casa, in giardino, in terrazzo, aiutando il ragazzo con tutorial sportivi dei suoi coach allenatori e ove è possibile allenandosi un po' con lui, per mantenere il tono muscolare, farà bene allo spirito di entrambi (genitori -ragazzi) oltre che alla mente

- Ricordiamogli i suoi successi (soddisfazioni vissute nel mondo dello sport), e aiutiamo a visualizzare questi eventi nella sua mente, perché presto torneremo a vivere una nuova dimensione ludica e divertente della vita

- Investiamo per loro del tempo di qualità per attivare i circuiti di vicinanza ed evitare gli esiti del distanziamento.

- Rimaniamo collegati tra genitori e atleti dello stesso gruppo/società sportiva .

ImmagineFiera

• allestimenti fiere • design interni
• show room • corners display

Via della Tecnica 8/N
AGRATE BRIANZA
Tel. 039.6058397
Fax 039.6058398
www.immaginefiera.it

Gioielleria - Argenteria
Orologeria - Cristalleria
Laboratorio di Oreficeria
Riparazione Orologi Antichi e moderni



Agrate Brianza
Via Madonnina 22 - Tel. e Fax 039.650100
info@gioielleriagalbiati.it

**Dimensione Laser**
**LAVORAZIONI
INDUSTRIALI
MEDIANTE LASER**

Via della Tecnica 4 - Agrate Brianza
Tel. 039.605.83.45 - 605.83.47
Fax 039.605.75.23
www.dimensionelaser.it

....a proposito di Coronavirus

a cura del medico sociale Dr. Ottorino Gervasoni

I coronavirus fanno parte di una vasta famiglia di virus, circa 80 tipi diversi, che possono causare un raffreddore comune, una forma lieve simile all'influenza ma anche malattie più gravi come la sindrome respiratoria mediorientale (MERS) e la sindrome respiratoria acuta grave (SARS). Il virus responsabile dell'epidemia che ci sta attualmente interessando, è un nuovo ceppo di coronavirus - denominato SARS-CoV2 - mai identificato in precedenza nell'uomo.

I pazienti presentano una vasta gamma di sintomi: febbre, tosse secca, mal di gola, difficoltà respiratorie. Le informazioni ad ora disponibili suggeriscono che il virus possa causare sia una forma lieve, simil-influenzale, che una forma più grave di malattia come polmonite, sindrome respiratoria acuta grave, insufficienza renale e persino morte.

La maggior parte dei casi attualmente confermati sembra avere una malattia lieve o essere completamente asintomatici, e circa il 20%

sembra progredire verso una malattia grave: polmonite, insufficienza respiratoria e in alcuni casi morte. Le informazioni disponibili al momento permettono di affermare che la malattia è caratterizzata da una letalità (numero di morti sul totale dei malati) sensibilmente inferiore rispetto a quella osservata per altri coronavirus responsabili di epidemie in passato come SARS e MERS, anche se la sua contagiosità risulta maggiore, cioè si diffonde e può contagiare più persone più velocemente e in poco tempo.

La popolazione a maggior rischio di subire le conseguenze sanitarie più gravi è rappresentata dagli anziani, in particolare coloro che hanno un sistema immunitario indebolito a causa di comorbilità (più patologie presenti contemporaneamente) o precedenti interventi chirurgici (soprattutto chirurgia maggiore).

Sintomi

I sintomi più comuni di COVID-19 sono: febbre $\geq 37,5^{\circ}\text{C}$ e brividi, tosse di recente comparsa, difficoltà respiratorie, perdita improvvisa dell'olfatto (anosmia) o diminuzione dell'olfatto (iposmia), perdita del gusto (ageusia) o alterazione del gusto (disgeusia), raffreddore o naso che cola, mal di gola, diarrea (soprattutto nei bambini). I sintomi dell'influenza, almeno in una fase

iniziale, sono molto simili a quelli di altre infezioni respiratorie, compreso il nuovo coronavirus SARS-CoV-2. Come evidenziato dall'ISS dal recente studio sui casi italiani, febbre e difficoltà respiratorie insieme sono i sintomi iniziali più comuni per la Covid-19.

Alcune persone si infettano ma non sviluppano alcun sintomo. La maggior parte dei casi attualmente confermati - soprattutto i bambini e i giovani adulti - sembra avere una malattia lieve, simil-influenzale, e a inizio lento. Ma la malattia può progredire verso una forma più grave: polmonite, insufficienza respiratoria acuta grave, insufficienza renale e in alcuni casi morte. Chi si ammala gravemente e presenta difficoltà respiratorie ha bisogno del ricovero in ambiente ospedaliero. I dati preliminari provenienti dall'Ufficio Statistico mostrano che circa il 20-30% dei casi di COVID-19 vengono ospedalizzati e il 4% sviluppa una forma grave della malattia. I tassi di ospedalizzazione sono più elevati per le persone di oltre 60 anni

Incubazione

È il periodo di tempo che intercorre fra il contagio e lo sviluppo dei sintomi clinici. Recenti evidenze fornite dallo Centro Europeo Controllo e prevenzione delle Malattie sul periodo di incubazione del virus delimitano il periodo tra 2 e 12 giorni, fino ad un massimo di 14 giorni.

Contagiosità e letalità

La malattia è caratterizzata da una letalità (numero di morti sul totale dei malati) inferiore rispetto a quella osservata per altri coronavirus responsabili di epidemie in passato come SARS e MERS, anche se la sua contagiosità risulta maggiore rispetto a quella osservata nei due coronavirus concorrenti.

Come si trasmette la malattia

Molti coronavirus possono essere trasmessi da persona a persona, di solito dopo un contatto stretto con un paziente infetto, ad esempio tra familiari o in ambiente sanitario. Anche il nuovo coronavirus responsabile della malattia respiratoria COVID-19 può essere trasmesso da persona a persona tramite un contatto stretto con un caso probabile o confermato.

Contatto stretto.

Il nuovo coronavirus è un virus respiratorio che si diffonde principalmente attraverso il contatto stretto con una persona infetta. La via primaria di trasmissione sono le goccioline del respiro delle persone infette ad esempio tramite:
- saliva, tossendo e starnutendo
- contatti diretti personali
- mani, ad esempio toccando con le mani contaminate (non ancora lavate) bocca, naso o occhi

Per evitare il contatto con queste goccioline, è importante stare ad almeno 1 metro di distanza dagli altri, lavare frequentemente le mani e coprire la bocca e naso con un fazzoletto o con un gomito piegato, quando si starnutisce o si tossisce. Quando il distanziamento fisico (in piedi a un metro o più di distanza) non è possibile, una misura fondamentale per proteggere gli altri è quella di indossare una mascherina ed è importante lavarsi frequentemente le mani.

Sembrano banali regole, ma attuandole fin dai primi momenti in cui si è verificato il problema e facendo attenzione alle regole della federazione, nel nostro centro sportivo non si sono verificati casi di malattia o contagio, i ragazzi che erano stati posti in quarantena o isolamento fiduciario perché a scuola o sul luogo di lavoro erano venuti a contatto con casi conclamati o sospetti, avvertivano prontamente loro responsabili e venivano sospesi dalle attività fino alla risoluzione del problema secondo i termini di legge.

CHE COSA PUÒ DISTRUGGERLO NELL'AMBIENTE?

Come ogni virus, anche il coronavirus SarsCoV2 si inattiva alla temperatura di 37 gradi; è inoltre sensibile a saponi, detergenti e disinfettanti, come alla radiazione solare. Resiste invece molto bene al freddo, anche a temperature sotto lo zero.

I FIORI DI TINA
di Cavenaghi Walter
AGRATE BRIANZA
Via Ugo Foscolo 25
Tel. 039 65 28 98
Fax 039 63 30 356

GarageBrianza
di Brambilla Massimo e C. s.n.c.

VENDITA VETTURE
NUOVE - USATE - KM. ZERO - AZIENDALI
Agrate Brianza - via G. Matteotti, 129
tel. 039 650328 - 039 6056020
www.garagebrianza.it

Modulviva s.r.l. 
Via U. Foscolo 6
Agrate Brianza
Tel. e Fax 039.65.33.55
www.modulviva.it
info@modulviva.it
da lunedì a venerdì:
8.30-12.30 e 14.30-19.00
sabato: 8.30-12.30

PUBALGIA

Con il termine pubalgia o meglio sindrome retto-adduttorica, si intende una sindrome dolorosa caratterizzata da dolore in sede inguinale e/o pubica e/o sulla faccia interna delle cosce.

L'incidenza nei calciatori è circa il 15% sulla totalità degli infortuni.

Classificazione:

TENDINOPATIA INSERZIONALE: la pubalgia è causata da microtraumi ripetuti a carico dei muscoli adduttori della coscia e dei muscoli addominali. Il punto critico di queste inserzioni muscolari è la sinfisi pubica che rappresenta la zona in cui le forze ascendenti e discendenti dei muscoli coinvolti si scaricano.

SINDROME SIFISIARIA: causata da microtraumi indotti dai muscoli adduttori che agendo in allungamento e in modo non bilanciato fra i due arti creano una sorta di cedimento a livello della sinfisi. Questa situazione porta ad uno squilibrio della stabilità e dell'equilibrio del bacino. È questa una situazione che si viene a creare soprattutto nell'età dello sviluppo durante la quale la sinfisi è già di per sé più debole.

SINDROME DELLA GUAINA DEL RETTO ADDOMINALE O DEL NERVO PERFORANTE DEL RETTO ADDOMINALE DEL CALCIATORE: la pubalgia è causata dal gesto del calciare durante il quale si ha una forte tensione a livello della muscolatura addominale. Questa tensione a volte crea una fissurazione della fascia superficiale con conseguente stiramento e compressione a carico del nervo perforante che dà vita poi alla sindrome algica.

INSORGENZA

Subdola come un fastidio pre o post-allenamento/partita che migliora con l'attività.

Aumento progressivo del dolore fino ad avere difficoltà nel camminare e impossibilità a svolgere l'attività sportiva.

TRATTAMENTO

Il goal standard è il trattamento conservativo, con un ricorso alla chirurgia dopo 6-10 mesi di terapie infruttuose.

In cosa consiste il trattamento?

Massoterapia: adduttori, ileo psoas e addominali.

Terapia manuale: anca, sacro iliaca, sinfisi pubica, colonna lombare.

Esercizi: con carico adeguato e progressivo, finalizzati al bilanciamento muscolare, recupero dell'articolarià e miglioramento della propriocezione.

Per coadiuvare si può integrare il trattamento con farmaci antinfiammatori e terapie fisiche (tecar, laser e onde d'urto) soprattutto nella fase iniziale.

TEMPI DI RECUPERO

Sono variabili e difficili da prevedere. Nella maggior parte dei casi tra i 2 e i 6 mesi si torna ad una attività fisica completa.



FISIO 3

Agrate Brianza - Via Lecco 11
(c/o Polo Sanitario)
Cell. 328.8750843
E-mail: fisiotre@libero.it

ESPOCOLOR



**CONCOREZZO
VIA BRODOLINI 4/6**

**TEL .039.6042582
FAX 039.6042584**

ESPOCOLOR@ESPOCOLOR.IT - WWW.ESPOCOLOR.IT

**PRODUZIONE ESPOSITORI
VERNICIATURA INDUSTRIALE**

ER.CO.L.FER. SRL

LAVORAZIONE FERRO E INOX



Via Archimede 35
AGRATE BRIANZA
Tel. e Fax 039.65.28.90
Cell. 338.85.55.084
ercolfer@libero.it



CAFFE' PAREN

Caffetteria - Bistrot
Wine Bar - Cocktails

Agrate Brianza
Via G. Matteotti 43
Tel. 346.7355882



Milano

AGRATE BRIANZA
VIA MAZZINI 6
TEL. 039 6890096
www.bccmilano.it



Floricoltura Angelo Radaelli ...
di Giovanni Walter S.C.

AGRATE BRIANZA - Via Dante 17
Tel. 039.65013 - Fax 039.6046919
info@radaelligarden.it
www.radaelligarden.it

- MATRIMONI
- CREAZIONE E
MANUTENZIONE GIARDINI
- GESTIONE VERDE PUBBLICO
- IMPIANTI DI IRRIGAZIONE
- VIVAIO DI 60.000 mq



Pizzeria da asporto **Pizza & Rehab**
Consegna a domicilio
Zio Joe



Via G.M. Ferrario 61/63
20864 - AGRATE BRIANZA (MB)
Tel. 039 6056421 - Cell. 347 7266570
www.pizzeriaziojoe.it



CEREDA CARLO SRL

CEREDA CARLO SRL
CONCOREZZO
VIA LIBERTA' 185
Tel. 039.6040265
Fax 039.6042460

IMPIANTI ELETTRICI
ILLUMINAZIONE STRADALE
AUTOPIATTAFORMA
ELETTRODOMESTICI
RADIO . TV . HI-FI
CASALINGHI . LISTA NOZZE

EDIL OTTINI Snc

VIA BRENNERO 3/A - VIMERCATE

Tel. e Fax 039.6898075 - e-mail: edilottini@libero.it
Ottini ALBERTO 338.8511587 - Ottini DANIELE 338.4062157

WWW.EDILOTTINI.COM



RICAMBI - AUTOACCESSORI

23900 LECCO - Via dei Riccioli, snc
Tel. 0341360385 - Fax 0341361906

VENUS

Concessionaria Mercedes-Benz dal 1962



MONZA
Viale Sicilia, 98
Tel. 039.2830.1
monza@venus-spa.it



MILANO
Viale Fulvio Testi, 326
Tel. 02.66151.1
milano@venus-spa.it



SEREGNO
Via Strauss, 38
Tel. 0362.327658
seregno@venus-spa.it



PIOLTELLO
Via G. Deledda, 15
Tel. 02.92162393
pioltello@venus-spa.it



CORNATE D'ADDA
Via E. Berlinguer, 31
Tel. 039.6956637
cornate@venus-spa.it

www.venus-spa.it



Mercedes-Benz
The best or nothing.



Progettazione e costruzione stampi
Stampaggio materie plastiche

Via XXV Aprile, 31/E - BELLUSCO
Tel. 039.6863281 - Fax 039.6202657
fcsca@tin.it - www.calamaristampi.it



Agenzia Guerriero
Pratiche auto e amministrative



Via G. Matteotti 54
AGRATE BRIANZA
Tel. 039 651382 - Fax 039 6057143
guerriero@sermetra.it
www.agenziaguerriero.net

**ORTOFRUTTA
MARIUCCIA**

di Galbiati Flavio



AGRATE BRIANZA
Via Garibaldi 7
Isola Pedonale
Tel. 039 650138
Cell. 333 4277423
Servizio a domicilio

PRODET



BEAUTY & CLEAN

VIA UGO
FOSCOLO
2/B

AGRATE
BRIANZA

COMPRESSORI
VENDITA • ASSISTENZA • RIPARAZIONI • RICAMBI



MILANO COMPRESSORI S.r.l.
Via Val d'Ossola, 31/33 - VIMERCATE
Tel. 039.6057688 • Fax 039.6895491
www.milanocompressori.it
info@milanocompressori.it

Servizio Assistenza: 345 0578018 - 345 0577934



Carate Brianza

Via Matteotti, 52 - Agrate Brianza

Tel. 039.6892994 - Fax 039.6892993 - www.bcccarate.it

ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE

AVIS Comunale
AGRATE BRIANZA

Sezione GEROLAMO PALEARI

AGRATE BRIANZA

Via Lecco 11

c/o Polo Sanitario

Tel. e Fax 039.6210101

SPORTIVI DONATE SANGUE