

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 5 (2003)  
**Heft:** 5  
  
**Rubrik:** Vetrina

#### **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:** 11.02.2026

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

**Novità alla redazione  
di «mobile»**

**E**ticinese, ha alle spalle un diploma della Scuola svizzera del turismo, seguito da una formazione giornalistica e dallo scorso 1° luglio è la nuova redattrice italofona di «mobile». Il suo nome? Lorenza Leonardi. Il suo rapporto con lo sport? Nutre un profondo rispetto per questo mondo e ammira molto chi lo pratica ma la pigrizia ha sempre la meglio sulle sue buone intenzioni e il tempo libero lo dedica ad altre attività. Quali? Principalmente la lettura e la scrittura. È un'appassionata di libri per l'infanzia che colleziona dalla sua più tenera età e ora di questa raccolta fanno parte anche storie nata dalla sua fantasia. E chissà... forse un giorno la rivista potrebbe consacrare qualche pagina alle avventure «harry-potteriane» di un piccolo mago in versione sportiva...

**Ginnastica per adulti****Un adulto sano farà un anziano vitale**

Finalità e problematiche della ginnastica per adulti. È questo il tema che la Società italiana di educazione fisica (SIEF) affronterà durante il suo prossimo congresso nazionale che avrà luogo il 22 novembre prossimo nella sede del Museo di storia naturale del Mediterraneo di Livorno. In una società bombardata di migliaia di offerte dal punto di vista dell'attività fisica, è più che mai necessario fare delle scelte razionali di esercizi e attività da proporre nelle palestre. Attraverso dibattiti e tavole rotonde, la SIEF vuole dimostrare che solo un adulto che ha imparato a gestire correttamente il proprio fisico diventerà un anziano vitale, efficiente e sano.

L'iscrizione al congresso costa 30 euro (studenti: 10 euro) per i soci della SIEF e 80 euro per i non soci (studenti: 60 euro). Rivolgersi a: Istituto Duchenne, Via R. Bardazzi 36/38, I-50127 Firenze, e-mail: info@duchenne.it, www.duchenne.it

**Prossimo numero *anteprima*****Preparazione psicologica**

**U**n altro fiasco. Per la terza volta consecutiva, il risultato non corrisponde affatto alle aspettative, agli sforzi profusi e la mente lascia spazio a dubbi, demotivazione e persino alla depressione. A questo punto, la psicologia può essere di grande aiuto; porre le domande giuste, cercare i motivi più reconditi per spiegare l'ennesimo smacco ed elaborare delle strategie sono infatti degli ottimi impulsi per riemergere dal buio. Attenzione, però! Dare il meglio di sé non è una cosa innata, ma implica un lavoro non indifferente.

Nel prossimo numero, metteremo due opinioni a confronto, ossia quelle di due grandi atleti che ci parleranno della loro preparazione seguita anche da uno psicologo. Dal canto suo, il direttore dell'Istituto di scienza dello sport di Macolin tenterà di definire i criteri di un lavoro in ambito psicologico, mentre un altro capitolo della rivista sarà dedicato al ricorso alla psicologia nelle scuole. L'inserto pratico si occuperà invece dell'applicazione delle diverse conoscenze sotto forma di brevi esercizi d'allenamento mentale.

«mobile» 6/03 sarà pubblicato a fine novembre.

**Reti locali sportive****Una valida iniziativa!**

Come si presenta nella pratica una rete locale di attività fisica e di sport? Cosa e chi può riunire? E a cosa serve? Nello sport, esempi concreti di reti locali più o meno strette esistono già da tempo. La novità, ora, consiste nella volontà della Confederazione di sostenere, nei prossimi anni, comuni, città e regioni che desidereranno costituire un progetto in tal senso. L'argomento vi interessa? Troverete tutte le risposte alle vostre domande in un piccolo opuscolo pubblicato dall'UFSPO.

Per ulteriori informazioni o per sottoporre il vostro progetto rivolgetevi a: Ufficio federale dello sport di Macolin, Lorenz Ursprung, 032 327 64 24, e-mail: lorenz.ursprung@baspo.admin.ch, www.baspo.ch

**Campagna LaOla****Lo sport insegna a dominarsi**

Lo sport, in particolare quello di squadra, può contribuire a promuovere la prevenzione? «Certo non è un rimedio per prevenire tutte le tentazioni di questo mondo, tuttavia rappresenta un terreno di sperimentazione adatto che permette di imparare a dominare meglio le proprie pulsioni», si legge nella prefazione dell'opuscolo «Le sport et ses plus-values» pubblicato in francese nell'ambito della campagna LaOla. Gli autori hanno elaborato sei «strategie di azione preventiva e promozione della salute» che contribuiscono a migliorare le capacità specifiche dello sport e il modo di vita in generale.

Per saperne di più e per ordinazioni: Ufficio federale dello sport, 2532 Macolin, Corinne Hanselmann, e-mail: corinne.hanselmann@baspo.admin.ch, www.baspo.ch

**Promozione della salute****È anche una questione politica**

Le azioni per la promozione della salute necessitano di una certa continuità. Per tale ragione, Promozione Salute Svizzera organizza ogni anno una conferenza a livello nazionale, una vera e propria piattaforma di scambio per esperti in questo campo. La sesta edizione di questa due giorni si terrà al Palazzo dei congressi di Lugano il 29 e il 30 gennaio 2004 e avrà come tema «Democrazia e promozione della salute – verso politiche pubbliche attente alla salute».

Durante i vari incontri saranno garantite delle traduzioni simultanee in italiano, tedesco e francese.

Informazioni e iscrizioni all'indirizzo: Organizer (Suisse) S. à r. l., Tel. +41 (0)61 836 98 76, e-mail: congress@organizer.ch, www.promotionsante.ch

**Un grazie di cuore ai nostri partner:**

**rivella**

**BIOKOSMA**  
NATURAL COSMETICS

**VISTA**  
WELLNESS

Rivella garantisce un'ultima pagina sempre attraente e presenta offerte nel mobileclub.

Bioskma organizza corsi di massaggio per i membri del mobileclub.

VISTA Wellness propone interessanti prodotti ai membri del mobileclub.



# *Vederci chiaro in ogni situazione*

Lenti a contatto per una visione ottimale nello sport.

Ora controllo della vista gratuito per associazioni sportive. Questa azione gode del sostegno dei maggiori ottici svizzeri!

Per ulteriori informazioni consultare: [www.cibavision.ch](http://www.cibavision.ch)

**contactlens center**  
approved by





Che colore ha  
la tua sete?



**rivella rossa.**