

## Due storie di sport e di vita

*Sui diritti della persona, in ogni condizione si trovi, non si devono e possono fare passi indietro. Anzi, bisogna sempre guardare avanti, perché cedere vuol dire spesso non riuscire a riconquistarli. In questi ultimi mesi purtroppo è accaduto che vi siano state discussioni riguardo a questo tema: la scuola, il lavoro, lo sport e il tempo libero. DM ha sempre cercato di essere punto di riferimento per una crescita sociale. In ogni settore. Lo mostriamo anche con il racconto di storie, come quelle che seguono e quelle che trovate in tante pagine del giornale, perché nessuno diritto venga eroso, mai.*

Claudio Arrigoni  
Direttore responsabile di DM



# ALLEGRA MAGENTA, L'AMORE PER LO SPORT, L'ECCELLENZA NEL TENNIS DA TAVOLO

—  
**Barbara  
Pianca**

**“Q**uella che mi dà lo sport è una sensazione di benessere che mi riequilibria. Dalla cerbottana alla carabina, gli sport li amo tutti”: è la dichiarazione della milanese Allegra Magenta, 36 anni, atleta paralimpica nel tennis da tavolo dal 2016. Anche prima dell'incidente stradale del 2012, che le ha procurato una mielolesione e la perdita di un arto superiore, era una sportiva: giocava a softball in serie A1. “Un giorno, durante i mesi di ricovero all'Ospedale Niguarda dedicati alla fisioterapia per il riequilibrio della colonna, sono salita al secondo piano dell'Unità spinale, dove c'è una palestra. Stavano praticando la scherma in carrozzina e, guardando gli atleti, ho provato di nuovo quell'emozione speciale che mi regala lo sport”.

**E così, dopo alcuni anni dedicati alla scherma, hai incontrato la tua nuova passione, che ti ha resa una campionessa paralimpica.**

Il tennis da tavolo è uno sport inclusivo perché le regole sono le stesse da in piedi e da seduto. Anzi, allenarsi da seduti aiuta a sviluppare alcune qualità importanti per vincere. Nelle partite ci si confronta indipendentemente dalla disabilità. Nella società sportiva di Nerviano gareggiamo in serie C in sei. Io sono la più grande e l'unica in carrozzina.

**Un'esperienza di inclusione per la squadra.**

La più giovane di noi ha dieci anni. Per lei, come per me prima dell'incidente, la disabilità era una condizione sconosciuta. Ora le è diventata familiare, acquisendo consapevolezza e sensibilità.

**Oltre allo sport, di cosa è fatta la tua vita?**

Ho studiato chimica ma lavoro in ospedale, all'ufficio Relazioni con il pubblico. Un ambiente familiare perché frequentato in seguito all'incidente, ma anche perché scelto dai miei familiari, chi per lavoro e chi per volontariato. Un luogo senza barriere architettoniche e sociali.

**Vivi da sola?**

“Ni”. Dopo una esperienza fuori casa, che si è rivelata stressante per alcuni aspetti logistici, mi sono trasferita in un appartamento al piano di sopra di quello dei miei genitori. La vera libertà, però, la assaporo al volante dell'automobile. Realizzata su misura da una carrozzeria, mi permette di arrivare al posto di guida, dove è stato tolto il sedile, con la mia carrozzina. Con la mano muovo il cambio e con il moncone dell'altra gestisco la leva di acceleratore e freno. Un mezzo fondamentale per definire il mio spazio personale, per consentirmi di scegliere tra momenti di solitudine e altri di condivisione.

Se vi dicessero che la boccia è una delle discipline più antiche del mondo, ci credereste? Ebbene sì, la boccia è un gioco che affonda le sue radici in Turchia, nella città neolitica di Catal Huyuk, intorno al 7000 A.C. e che si è diffuso fino ai giorni nostri in tutto il mondo, Italia compresa.

Questa disciplina è diventata sport paralimpico soltanto nel 1984, in occasione dei Giochi Paralimpici di New York. Esponente italiano di spicco è il giovane Mirco Garavaglia, campione italiano nella categoria BC3 individuale dal 2018 al 2023 (nel 2020 il torneo non si è disputato a causa del Covid) e di coppia nel 2017, 2018, 2019 e 2023. Sarà proprio Mirco Garavaglia il protagonista dell'intervista che leggi qui.

—  
**Francesco  
Pio De Martino**

## MIRCO GARAVAGLIA, L'ASSO DELLA BOCCIA PARALIMPICA ITALIANA

**Caro Mirco, eccoci qui. Nasci a Legnano nel 1997 ma risiedi a Mesero sin da bambino.**

**Come sono state la tua infanzia e la tua adolescenza prima di fare la conoscenza di questo sport?**

Ho avuto una piacevole infanzia e adolescenza. Presto mi è stata diagnosticata la distrofia muscolare ma grazie ai miei genitori ho imparato a convivere. A 11 anni ho iniziato a utilizzare la carrozzina elettronica. Ho frequentato il liceo scientifico. Ho tante passioni e tanti amici di lunga data. Sono socio della Sezione UILDM di Monza, e quando ero più giovane ho fatto alcune vacanze insieme ai ragazzi, ai volontari e ai miei amici.

**Come e quando hai approcciato per la prima volta questa disciplina?**

Grazie al mio fisioterapista ho conosciuto la boccia. Nel 2014 ho assistito a un allenamento a Milano. Nel 2015 il mio fisioterapista e la ASD Polisportiva Superhability di Besate, società a cui appartengo, hanno aperto l'attività della boccia a Magenta e già dai primi allenamenti mi sono appassionato.



**Scendiamo nel dettaglio della tua disciplina. Potresti spiegare questo sport a chi non lo conosce?**

La boccia è uno sport riservato a disabilità gravi e gravissime. Ci sono 4 diverse categorie (BC1, BC2, BC3 e BC4) in base alla tipologia di disabilità e alle abilità residue. Si hanno a disposizione 6 bocce a parziale. I parziali di gioco sono 4, in caso di parità si gioca il tie-break. Lo scopo del gioco è realizzare più punti possibili vicino al boccino, il jack. Le bocce sono di pelle o similpelle di circa 275 gr +/- 12 gr. Si gioca in palestra su parquet, linoleum o cemento liscio in un campo di 6 metri per 12 metri e mezzo. Nella categoria BC3 gli atleti lanciano le bocce con l'aiuto di una rampa e di un assistente, che può solo aiutare l'atleta a posizionare la rampa. Assistente che in molti casi funge anche da allenatore, come nel mio caso con Martino Miorelli. L'atleta rilascia la boccia grazie a un puntatore di testa, di bocca, di mano o di piede. I costi dell'attrezzatura variano in base alla qualità del materiale che si cerca. Si può iniziare anche con poco.

**In cosa è migliorata la qualità della tua vita grazie alla pratica di questo sport?**

La boccia mi ha dato la possibilità di conoscermi meglio, ho affinato la mia precisione e la mia concentrazione e il piacere di giocare è aumentato sempre di più. Lo sport è occasione di nuove conoscenze e amicizie. Ho incontrato molte persone in Italia e in tutto il mondo, alcuni di loro sono miei amici e ci sentiamo spesso.

# SAMMY BASSO: UN INCREDIBILE TESTIMONE DI VITA

—  
**Valentina  
Bazzani**

**L'** improvvisa scomparsa di Sammy Basso, il 5 ottobre 2024, ha lasciato tutti attoniti. A soli 28 anni, con la sua brillante simpatia, la sua saggezza, il suo entusiasmo travolgente e la sua profonda dedizione alla ricerca, ha lasciato un segno indelebile in chiunque l'abbia incontrato.

Biologo molecolare, ricercatore e attivista, Sammy aveva la progeria, una rara malattia genetica che provoca un invecchiamento precoce. Durante il suo percorso, non ha mai permesso che la sua condizione fosse un limite. Anzi, ha trasformato ogni difficoltà in un'occasione per sensibilizzare l'opinione pubblica e promuovere la ricerca scientifica. Era la persona più anziana al mondo con quella patologia.

“Perché nessuno parla della mia malattia?»: era il 2005 quando i suoi genitori, ispirati dalle domande di Sammy, fondarono l'Associazione italiana progeria Sammy Basso (A.I.Pr.Sa.B.). Da questo progetto è nata una rete internazionale di medici, ricercatori, pazienti e famiglie, impegnati nella ricerca di cure e nella diffusione della conoscenza di questa rara patologia.

Nel 2018 ha conseguito la laurea in Scienze naturali con 110 e lode, e nel 2021 la laurea magistrale in Biologia molecolare.

Tra i momenti più significativi del suo percorso, il viaggio lungo la celebre Route 66 negli Stati Uniti, un'esperienza che ha raccontato nel libro e nel docufilm “Il viaggio di Sammy”, trasmesso su National Geographic, un'avventura incredibile che gli ha permesso di conoscere le comu-



nità afroamericane, gli Amish, i Navaho, di conoscere il creatore de “I Simpson” e il regista James Cameron. Nel 2015 è stato ospite al Festival di Sanremo e, nel 2019, ha ricevuto l'onorificenza di Cavaliere dell'Ordine al Merito della Repubblica Italiana, conferitagli dal Presidente Sergio Mattarella.

Jovanotti lo ricorda così: «Quando ti presi in braccio di fronte alla spiaggia piena di tutta quella gente e fu come se sul palco con me fosse apparso Elvis Presley, tutti quei sorrisi oggi ti accompagnano».

Per Sammy, la vita era molto più di una sfida da affrontare. In un'intervista per DM nel 2018, ha spiegato: «La vita è un dono e come tale va rispettato e accolto. Non è un merito né una colpa, ma un'occasione che, prima o poi, tutti dobbiamo restituire. Noi non possiamo decidere cosa accadrà, ma possiamo scegliere come vivere. La felicità è spesso una scelta». E Sammy ha scelto di vivere pienamente ogni istante, con una gratitudine incrollabile per le opportunità che gli venivano offerte. La sua energia lo ha portato ovunque.

E proprio in quell'intervista ci salutava così: «Il mio messaggio è quello di vivere pienamente, perché il nostro tempo è limitato. Vivere il qui e l'ora e agire è il miglior modo per esserci».