

**Il libro “Il treno dello sport” sarà presentato presso Mangiaparole il 18 gennaio ore 18
*Dott. Matteo Simone***

Il libro “Il treno dello sport. Fatica e impegno, sfide e sogni da realizzare”, Edizioni Progetto Cultura, sarà presentato presso Mangiaparole – Libreria caffè letterario Roma, Via Manlio Capitolino 7/9 (M Furio Camillo) il 18 gennaio ore 18.



L'evento ha ricevuto la concessione del patrocinio gratuito del:

CONI - Comitato Regionale Lazio

Comitato Regionale FIDAL Lazio

Roma Capitale - Municipio Roma VII.

Interverranno:

Matteo Simone (autore del libro, psicologo, psicoterapeuta)

Roberta Pirone (fondatrice associazione “Ruote a spasso”)

Diana Vitali (Presidente SOD Italia Running Team - Joelette Team)

Massimo Scarabattoli (atleta alfiere di Ruote a spasso e SOD Italia)

Simone Menichetti (Presidente UISP Roma)

Moderà

Luciano Giovannini (poeta, professore, atleta, vicepresidente ASD Primavalle).



In tale giornata di svolgimento della “La Corsa di Miguel”, a coloro che si presenteranno con il pettorale o la medaglia, il libro sarà venduto a 15€ anziché 18€.

Nel libro vi è la presentazione a cura di Valerio Piccioni che scrive le seguenti parole:

"Una gioia che però non è solo tua perché sport è anche condivisione, è anche capacità di applaudire l'altro, è anche fare gruppo, squadra. Come dimostrano i fantastici 'cortei' festosi che accompagnano la joelette, questo mezzo che ormai non manca mai sulle nostre strade podistiche e che dà la possibilità a persone senza autonomia motoria di essere trasportate da compagni e amici nella 'pancia' della gara".

Inoltre, vi è un paragrafo dal titolo "1.6 Sfide difficili ma non impossibili per tutti i componenti delle joelette" e di seguito riporto uno stralcio:

"I componenti delle joelette sono squadre di eroi, da chi occupa la joelette e viene spinto in allenamento e in gara per strade e sentieri, salite e discese, agli spingitori che si mettono in gioco facendo esperienza con apprensione e generosità.

***Perché partecipare?** Per esserci con il cuore, il corpo e la mente; per condividere lo sforzo e la fatica insieme raggiungendo traguardi importanti o simbolici; un'occasione per conoscere gente*

uguale a noi, diversa da noi, ordinaria o straordinaria, veloce o lenta, abile o con altre abilità. Tanti incontri, tanti amici per fare parte di un team e condividere fatica e divertimento.



La corsa con le joelette è una corsa speciale per favorire il più possibile l'inclusione, per permettere a tutti di esserci e mettersi in gioco insieme, con tanta voglia di esserci con proprie modalità, partecipando ad allenamenti, eventi e gare. Un'opportunità per avvicinare persone di età diverse,

culture diverse, abilità diverse, per confrontarsi, aiutarsi, fidarsi, affidarsi, condividere momenti preziosi e intensi di fatica, sudore, gioia, partenze, arrivi.

Correre con le Joelette cos'è? *Un'opportunità per diffondere i verbi dell'aiutare, essere presenti, partecipare, fare con/per, faticare e gioire insieme, partire e arrivare insieme, fidarsi e affidarsi. Squadre di persone, gruppi di persone, team che hanno deciso di lasciare il cronometro a casa e non pensare alla performance ma solamente al benessere emotivo, affettivo, relazione, psicofisico.*

Perché esserci? *Per incontrare amici prima della partenza, durante il percorso, dopo l'arrivo; per incontrare nuovi amici; per apprendere da se stessi mettendosi in gioco, per apprendere dagli altri diversi o più esperti.*

Gli atleti in Joëlettes sono persone straordinarie *che rendono uniti famiglie e gruppi, rendono felici persone che gli stanno vicine con i loro silenzi, sorrisi, richieste strane e bizzarre, con la loro voglia di stare per strada come gli altri scorrazzando per le vie della capitale, su sanpietrini,*

sopra e sotto i ponti osservando il mondo in modo diverso lontani dalla zona di confort, non a casa, non al chiuso ma all'aperto.



Lo sport è come un treno dove c'è posto per tutti, avanti o dietro e si può salire o scendere quando e come si vuole, non c'è un'età giusta, non c'è una modalità giusta; si è sempre in tempo per salire o scendere dal treno dello sport.

Lo sport diventa la metafora della vita, la fatica e la salita, le crisi e le difficoltà non sono per sempre, si può fare soprattutto insieme, ognuno diventa una risorsa per l'altro e lo sport risulta essere un grande strumento e palestra di resilienza.

Attraverso lo sport si conoscono nuove persone, avvengono incontri e confronti; lo sport abbatte muri e barriere anche generazionali, lo sport rimette al mondo; si può notare e apprezzare la ciclicità della vita: partenze e arrivi, fatica e riposo”.

La Prefazione del Prof. Luciano Giovannini, di seguito uno stralcio

“Matteo Simone ci conduce, con le sue domande sempre acute e mai banali, verso la scoperta delle ambizioni e dei sogni, raggiunti o irraggiungibili, di alcuni più o meno noti atleti. La delicatezza con la quale l'autore pone le domande fa sì che gli intervistati si trovino a proprio agio, come in un ipotetico salotto di casa dove conversare amabilmente con un amico. Ma il caso vuole che questo amico sia anche uno psicologo e uno psicoterapeuta dello sport che riesce, con

semplicità ma con estrema professionalità, a scandagliare le profondità e a rovistare negli angoli dell'essere.



Quello che davvero mi ha colpito nel leggere questo libro è la naturalezza con la quale Matteo riesce ad interagire con i suoi interlocutori. Sicuramente il fatto di essere un runner e uno psicologo e psicoterapeuta di lunga e comprovata esperienza lo ha aiutato molto, ma io sono convinto, conoscendo l'autore da tempo, che un ruolo fondamentale l'ha giocato la sua profonda sensibilità, dote questa che non si acquisisce soltanto con la corsa e la pratica professionale ma che si affina vivendo il quotidiano in mezzo alla gente, respirando la stessa aria, condividendo le stesse passioni.

Buona lettura, o meglio, buona corsa tra i vicoli sempre illuminati della passione”.

https://www.progettocultura.it/index.php?id_product=1788&rewrite=il-treno-dello-sport-matteo-simone&controller=product

Dott. Matteo Simone 380-4337230 - 21163@tiscali.it
Psicologo, Psiconcologo, Psicoterapeuta Gestalt ed EMDR
<https://ordinepsicologilazio.it/albo/matteosimone>
http://www.unilibro.it/libri/f/autore/simone_matteo