



Imola. Si è svolto lo scorso venerdì 2 dicembre alla Casa delle Imprese, la sede di Confartigianato Assimpresse Bologna Metropolitana, l'incontro fra artigiani, imprenditori e partite Iva e il vice presidente della Camera dei Deputati, Luigi Di Maio. Presenti all'incontro anche il presidente regionale di Confartigianato, Gianfranco Ragonesi, e i segretari delle Confartigianato di Modena-Reggio Emilia, Ferrara e Cesena. «La nostra è un'associazione indipendente - ha precisato il segretario di Confartigianato Assimpresse Bologna Metropolitana, Amilcare Renzi nel suo saluto -, e siamo sempre stati aperti e disponibili a ricevere i rappresentanti delle istituzioni. Noi riteniamo che il dialogo diretto e il confronto siano valori, anche e soprattutto nella diversità di opinioni». L'incontro è stato occasione per parlare dei temi cari all'Associazione che lo stesso Renzi ha elencato in apertura dei lavori: «Da sempre diciamo che servono infrastrutture adeguate, serve un

CONFARTIGIANATO / Il vice presidente della Camera Luigi Di Maio a Imola incontra gli artigiani

Venerdì 2 dicembre alla Casa delle Imprese, dialogo con imprenditori e partite Iva sul piano Industria 4.0, taglio della burocrazia e finanziamenti alle imprese.

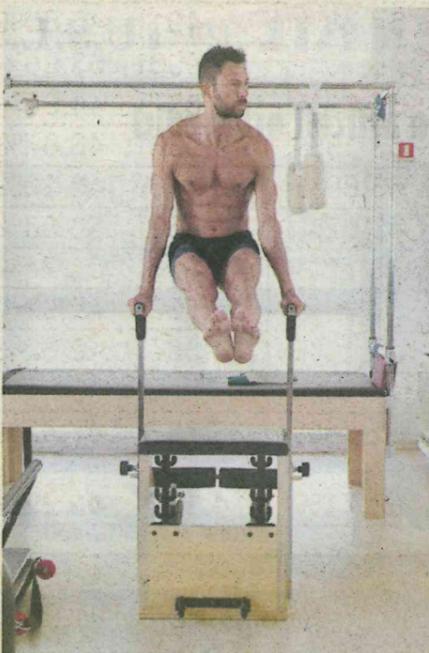
taglio della burocrazia, servono poche regole ma chiare. Serve un taglio concreto delle tasse e della burocrazia perché dobbiamo liberare risorse da investire in tecnologia, innovazione e formazione. Oggi si parla tanto di formazione e infrastrutture. E si parla di industria 4.0, la quarta rivoluzione industriale, iper tecnologica e automatizzata. Se non sapremo formarci e se non potremo investire nel modo giusto, dopo la grande crisi arriverà questa inarrestabile rivoluzione tecnologica a spazzare



via ciò che resta del ceto medio. Possiamo restare fermi davanti a questa prospettiva? Abbiamo le risorse per un nuovo Welfare che possa assorbire il disagio sociale che ne conseguirebbe?». L'onorevole Di Maio si è intrattenuto per una mezz'ora e nel suo intervento ha affrontato tutte le principali tematiche di interesse per gli imprenditori. In particolare l'ospite della Casa delle Imprese si è soffermato sulle performance delle leggi e sulla riduzione della spesa pubblica per enti o leggi inefficienti, sull'accesso ai servizi, sul made in Italy, sulla lotta alla corruzione, sul rapporto con l'Unione europea, sulle questioni delle normative e dei parametri per l'accesso al credito, sulla digitalizzazione delle imprese, sulle prospettive offerte dall'innovazione e dalla promozione dei prodotti italiani all'estero e sulle politiche energetiche. ▲

NELLE FOTO: IL VICE PRESIDENTE DELLA CAMERA, LUIGI DI MAIO; SOPRA, LA PLATEA DEGLI ARTIGIANI

FILIPPO RAVAGLIA E IL CENTRO EQUILIBRIO DI IMOLA



Filippo Ravaglia, titolare del Centro Equilibrio, ci aggiorna sulle più recenti scoperte legate al sistema nervoso, sulla fascia e l'attività motoria.

Filippo quali sono stati i tuoi impegni negli ultimi anni?

È stato un periodo molto intenso. Oltre alla gestione tecnica dell'intera struttura, in via Primo Maggio ad Imola, in questi ultimi mesi ho partecipato a molti incontri formativi; recentemente sono stato a Montegrotto Terme, Roma, Treviso e Verona dove ho partecipato a convegni sulla "fascia", sarò al Pilates on tour a Venezia il 9,10 e 11 dicembre a febbraio di nuovo a Roma e a Padova, in fine a marzo andrò a Monaco a studiare un nuovo metodo per allenare sempre il sistema fasciale, per essere uno dei tre master trainer italiani di questo metodo. Approfondire lo studio del sistema nervoso e della fascia, per comprenderne il ruolo nel movimento è stato importantissimo, l'applicazione di questa analisi al metodo Pilates ha rappresentato un cambio di prospettiva con risultati molto interessanti. **Perché dare un tale rilievo ai nuovi studi sulla Fascia e sul Sistema Nervoso?**

Credo sia fondamentale sapersi tenere al ritmo con la scienza quando si insegna qualsiasi attività motoria. Una vera "scienza motoria" dovrebbe mettere più a fuoco come ci muoviamo, piuttosto che quanto, e valutare meglio come ci muoviamo nelle diverse fasi della vita. Per me questo cambio di prospettiva implica che si dovrebbe uscire da una visione rigida e statica dell'attività fisica. Il sistema nervoso e la fascia sono stati a lungo trascurati dimenticando che sono alla base della nostra abilità e capacità motoria.

E questa nuova visione come influenza l'insegnamento del Pilates?

La maggior parte dei clienti di uno studio Pilates, e sempre di più anche nei centri fitness, non ricerca esclusivamente un risultato estetico, per il quale basterebbe

fare una attività aerobica di 30-40 minuti al giorno, integrata con una dieta equilibrata, ma soprattutto uno stato di benessere complessivo, in cui contano elementi quali la flessibilità, la coordinazione, la postura e la consapevolezza corporea. Questi fattori vengono oggi percepiti non solo come indici di benessere, ma anche di efficienza. Per questo dobbiamo riconsiderare l'allenamento come una delle attività che influenzano anche la nostra capacità di rispondere alle sollecitazioni dell'ambiente esterno, con una forte influenza sul nostro equilibrio psichico.

Questo ci dovrebbe suggerire che non possiamo più ignorare che l'attività fisica ha un rilevante effetto sul nostro sistema neuroendocrino, e dunque sul nostro stato mentale oltre che fisico. Dovremmo riconsiderare l'eccesso di attenzione prestato alla forza durante l'attività motoria dei nostri clienti e l'allenamento sportivo, e analizzare l'esecuzione del gesto motorio o atletico esaltandone altri aspetti come la percezione, l'attenzione, la concentrazione, il ritmo, la coordinazione, la velocità. Questi sono, notoriamente, anche principi del Metodo Pilates. Un'altra attenzione, infine, va posta anche alle diverse esigenze dei nostri clienti che oggi noi accompagniamo in un arco di vita diverso, con richieste differenti a seconda della loro età. Premesso che una sana attività motoria è

alla base di un buono stato di salute fisica e mentale, come predicato dallo stesso Joseph Pilates, la pratica del metodo può contribuire a migliorare la capacità di muoversi di giovani, adulti ed anziani.

Questi studi sono applicabili anche in altri ambiti di movimento?

Certamente! Avrebbero una grande utilità se fossero integrati ed applicati anche nel cosiddetto mondo dell'allenamento funzionale, per prevenire possibili traumi e migliorare la prestazione atletica. Nel futuro mi auguro che la figura dell'allenatore sia in grado di lavorare più sullo stato di salute, piuttosto che restringere la sua ottica alla semplice prestazione di forza.

