

I dieci anni del Club del cuore

DI FELICE MEREGALLI

Si sono conclusi nel mese di dicembre i festeggiamenti del decennale del Club del cuore, con ben 117 tra soci e simpatizzanti che si sono dati convegno nelle sale dell'Hotel de La Paix di Paradiso per questa significativa ricorrenza. La serata, animata dal socio nonché pittore-artista Felix Balestra, ha registrato un ottimo successo. Tra gli invitati anche i coniugi Tony e Romilde Molnar del circo Tonino, che hanno offerto ai presenti – unitamente alla figlia Désirée – numeri spettacolari di scuola circense. Ma gli inizi della storia del Club del cuore risalgono al 20 aprile del 1990, presso il Ristorante «Al Lago» di Origgio, quando una trentina di persone con problemi cardiovascolari, sotto l'egida del Servizio di ricerca cardiovascolare dell'Ospedale Civico di Lugano, presente il prof. dr. Tiziano Moccetti accompagnato da alcuni suoi collaboratori nonché da alcune fisioterapiste dello SRC (Servizio di ricerca cardiovascolare), hanno gettato le basi per la costituzione di questo Club cui è stata data una denominazione pertinente e affettuosa piaciuta subito a tutti. L'assemblea costituente ha avuto luogo il 16 maggio 1990 a Breganzona e, a ricoprire gli organi societari, sono stati chiamati il prof. dott. Tiziano Moccetti (presidente onorario), dr. Fausto Sulmoni (presidente), Franco Jelmini (vice-presidente), Cornelio Guidetti (segretario), Claudio Nevano (cassiere), Giovanna Quarantini (membro), Sergio Luban (consigliere medico) e



Sandra Morini (consigliere fisioterapista). Con l'aiuto di uno sponsor (IBSA, Casa farmaceutica di Massagno) e contributi volontari, il Club si è dotato di un'attrezzatura di pronto intervento, con defibrillatore, monitor elettronico per elettrocardiogramma istantaneo e valigetta di pronto soccorso. Il tutto depositato (pronto per un eventuale bisogno) nell'armadio del Club nella palestra del Liceo Lugano 2 a Savosa, dove il lunedì e il giovedì (dalle 17.45 alle 19) vengono impartite lezioni di ginnastica diversificata con i due nuovi monitori, Loretta ed Emanuele. Durante le sedute ogni partecipante è controllato dal dottor Edhem Kobilic. Gli obiettivi che il comitato – presieduto da Ferruccio Bonito – si è prefisso sono stati raggiunti, il che ha alimentato la voglia di promuovere nuove iniziative. Tra queste le passeggiate settimanali (il mercoledì) di circa 2-3 ore, programmate trimestralmente; con-

tinuazione delle cene prenatalizia e estiva, tornei di tennis durante le vacanze scolastiche con annesso spuntino conviviale, corsi di acqua-gym in piscina il giovedì, walking, torneo di bocce, sci alpino e fondo e altre attività organizzate dai soci, mostre di pittura dei soci Barbara Giorzi e Felix Balestra, conferenze mediche con il dottor Vincenzo Liguori, corsi di pronto intervento teorico e pratico in collaborazione con la sezione Samaritani di Castagnola.

Gli scopi

Lo scopo, come da statuto, è divulgare e sviluppare attività fisiche sotto controllo di personale specializzato, in palestra o all'esterno; organizzare incontri di istruzione e dibattiti concernenti tematiche cardiovascolari; tutto quanto può servire ad un miglioramento di una condotta di vita ideale, fisica e psichica, in merito alla riabilitazione.

L'esigenza della costituzione del club è scaturita da un dato di fatto: in Ticino le persone colpite ogni anno da infarto e con problemi inerenti alla cardiopatia e coronaropatia sono in costante aumento. Difatti, circa 250-300 sono le persone che vengono operate annualmente, e vengono poi indirizzate in istituti specializzati per la riabilitazione. L'iniziativa ha conosciuto un notevole successo, e a tutt'oggi il club conta 170 soci i quali, sotto il controllo di personale specializzato e dopo un accurato esame di idoneità, hanno la possibilità di frequentare due volte la settimana la ginnastica, esercitandosi fisicamente anche in altre discipline sportive, come marcia settimanale, tennis, nuoto, rampichino ed altro. Il Club è aperto anche a coloro che non hanno problemi cardiovascolari, proprio perché è convinzione che tutto ciò sia un ottimo strumento di prevenzione.

IL COMITATO

Ferruccio Bonito
presidente
Aldo Pescia
vice-presidente
Marco Isenburg
segretario
Claudio Nevano
cassiere
Daria Bottani
membro
Emiliano Scascighini
archivista
Felix Balestra
resp. passeggiate



Qui sopra: a sinistra, l'attuale presidente Ferruccio Bonito; a destra, il responsabile delle passeggiate Felix Balestra. In alto, il gruppo passeggiate al parco San Grato di Carona; qui a lato, foto di gruppo durante gli allenamenti settimanali presso la palestra del Liceo Lugano 2 a Savosa.