



**Associazione
Italiana
Arbitri**

**SEZIONE
"DINO BATTISTELLA"
CONEGLIANO**

Data: 27.gennaio.2012

C
A
M
P
I
O
N
I

Editoriale:

Carissimi lettori e colleghi, riecoci di nuovo in stampa in occasione della RTO.

Questa sera avremo come gradito ospite il collega Luca Giacomini, al quale faccio il mio personale benvenuto, della Sezione AIA di Mestre, arbitro a disposizione della CAN 5. Sarà una serata particolare per molti di noi che non conoscono o conoscono marginalmente il calcio a 5 o futsal, ma Luca saprà, con il suo carisma, trasmettere entusiasmo e, spero, curiosità per questo sport che in pochi anni è cresciuto in maniera esponenziale trovando sempre più spazio sui media nazionali (partite in diretta su Rai Sport Sat, pagine dedicate sulla Gazzetta dello Sport, eventi come le Final Eight di campionato e coppa seguiti con molto interesse dagli addetti e non solo) e mi auspico possa far nascere la voglia di provare e di cimentarsi in questa disciplina in molti nostri colleghi del calcio a 11. Qui di fianco ho riportato una breve biografia di Luca per descrivere la sua carriera arbitrale nel mondo del calcio a 5. Auguro a Giacomini di poter trascorrere una bella serata in nostra compagnia e a tutti noi di poter apprendere qualcosa in più sul calcio a 5.

In seconda pagina ho pubblicato l'intervista realizzata da Umberto Crainich a Steven Zanette per il suo debutto in 3^a Categoria.

Vi invito a leggere a pagina 3 la rubrica Per Essere Informati dove vi sono numerosi impegni e appuntamenti per i prossimi mesi da segnarsi nella propria agenda, dove evidenzio il convegno del 5 marzo, la gita sezionale a Strasburgo e l'elezione del Presidente Sezionale.

Vi auguro una buona serata, una buona lettura e vi aspetto al prossimo numero del 10 febbraio.

Luca Zanardo

**Campioni presenta l'Ospite:
Luca Giacomini arbitro
della CAN 5**



la professione di assicuratore.

E' stato promosso alla CAN D 5 (attuale CAN 5) nel luglio del 2002 ed è stato nominato internazionale nel gennaio del 2008. L'esordio nella serie A di calcio a 5 è avvenuto nel maggio del 2005 nella gara Perugia - Lazio finita 5 - 3. Nel maggio 2007 ha diretto la semifinale play-off scudetto di ritorno Lazio - Montesilvano finita 3 - 3. Nel giugno 2008 ha diretto la finale scudetto di andata Arzignano - Luparense finita 2 - 6.

Luca Giacomini della Sezione AIA di Mestre è nato il 23 settembre 1972 ed è diventato arbitro di calcio nel 1991. Nella vita privata è sposato con Rachele dal 1° ottobre 2005 e ha 2 figlie: Chiara (4 anni) ed Elena (2 anni e mezzo).

E' libero professionista svolgendo

L'esordio da internazionale è avvenuto nel febbraio 2008 nella gara di qualificazione ai Mondiali di Futsal che si è svolta a Sarajevo tra Bosnia Herzegovina - Lituania finita 1 - 1.

Nel maggio 2009 ha diretto gara tre di semifinale scudetto tra Luparense e Arzignano finita 4 - 3. Ha vinto il Premio Presidenza AIA come miglior arbitro italiano di calcio a 5 per la stagione 2007-2008.

Questo è Luca Giacomini.

INDICE:

| | |
|---|--------|
| • Editoriale | Pag. 1 |
| • Campioni presenta l'Ospite: Luca Giacomini | Pag. 1 |
| • L'Angolo di Gigi | Pag. 2 |
| • Steven Zanette debutta in 3 ^a Categoria | Pag. 2 |
| • La Mente è come un Paracadute Funziona solo se è Aperta | Pag. 3 |
| • Per Essere Informati | Pag. 3 |
| • Curiosità | Pag. 4 |
| • Gita Sezionale a Strasburgo | Pag. 4 |

Spadino

L'angolo di Gigi

AMARE E ODIARE

Gli uomini amano in fretta, ma odiano con tutta calma.

GEORGE G. BYRON

Questo, come tutti i veri aforismi, ha una dote indispensabile, la brevità incisiva. Essa prende la frase del famoso poeta inglese George G. Byron (1788-1824) particolarmente adatta alla riflessione. Essenzialità e icasticità caratterizzano dunque questo monito facilmente comprensibile e memorizzabile. Un po' meno immediata ne è, invece, l'applicazione. Sì, perché come già diceva san Agostino, "la collera è un'erba, ma l'odio è un albero". Con una variante, potremmo affermare, sulla scia di Byron, che l'amore è un fiore che presto appassisce, mentre l'odio è una gramigna sempre verde che attecchisce nel cuore e si ramifica nell'anima e persino nel corpo. Non per nulla lo stesso Byron ha fatto precedere la frase iniziale, che si trova nel poema satirico *Don Juan*, da queste parole: "L'odio è di gran lunga il più durevole dei piaceri". Sì, purtroppo si riesce a distillare questo vizio radicale quasi come un'essenza preziosa o un liquore che si deve poi gustare goccia per goccia. E nella vita qualcuno di questo terribile sentimento si è depositato nello spirito di ciascuno di noi. Anzi, ci sono persone – bisogna riconoscerlo – che non riescono quasi a vivere se non ce l'hanno con qualcun altro. Forse dovremmo più spesso pensare a questa considerazione: quando odiamo qualcuno, probabilmente detestiamo qualcosa che abbiamo dentro di noi e che non osiamo confessare.

Gianfranco Ravasi

Gli articoli della presente rubrica sono tratti dal Libro "Le parole e i giorni" (nuovo breviario laico) scritto da Gianfranco Ravasi.

Steven Zanette debutta in 3^a Categoria



Caro Steven è arrivato il tuo turno per l'intervista: si sta parlando di una promozione in Terza Categoria. Complimenti davvero! Raccontaci intanto un po' chi sei e cosa fai nella vita.

Ciao a tutti, grazie per i complimenti e per questo spazio. Nella vita oltre all'arbitraggio studio economia aziendale presso l'università di Udine; sono un donatore di sangue e quando è il caso do una mano a mio papà che fa impianti elettrici ed automazione. Ultimamente mi hanno coinvolto anche nel gruppo giovani comunale ed in quello parrocchiale.

Adesso parliamo di arbitraggio. Quando sei diventato arbitro e quale è stato un po' il tuo percorso arbitrale?

Sono arbitro dal 2006 su consiglio del mio professore di educazione fisica di allora che mi vedeva arbitrare le partite tra compagni di classe. Nel 2007 ho preso un congedo per ingranare al meglio con l'università. Dopo di che mi sono davvero appassionato all'arbitraggio impegnandomi per prima cosa nella preparazione atletica e nella conoscenza del regolamento divenendo un arbitro affidabile, ed in seguito, anche con l'esperienza e la fiducia concessami da organi tecnici ed osservatori, sono riuscito a salire le categorie.

Si sale, si sale, si sale di categoria finché arriva il momento della Terza.

Che partita hai arbitrato? E Come è andata la partita?

Ho arbitrato Breda – Basalghelle, partita ricca di emozioni ed abbastanza tesa data la non facile posizione in classifica di entrambe. E' finita due pari con un'espulsione per gioco violento a testa ed una fitta nebbia nel finale che non ha agevolato il mio compito, ma contribuendo se non altro a calmare il vociare di pubblico e panchine che invitava ad un eccessivo agonismo data la scarsa visibilità.

Non si può dire che non sia stato un debutto scarso di emozioni. Nonostante queste condizioni climatiche poco favorevoli c'era un osservatore a vederti? Quali consigli ti ha dato?

Sì a seguirmi c'era Enrico Scaglia che con mia gioia è rimasto favorevolmente impressionato oltre che infreddolito e mi ha consigliato di richiamare maggiormente alla calma le panchine e di fare più attenzione ai cambi di ritmo dato che atleticamente sono preparato.

Cerca di "fare tuo" quello che ti ha detto l'osservatore in questione e anche altri osservatori perché loro sono qui solo per noi e per accompagnarci nel nostro cammino di maturazione arbitrale. Ultima domanda: quali sono i tuoi obiettivi stagionali?

Nella seconda parte della stagione spero di confermarmi con ottime prestazioni in terza categoria e di dare il mio contributo nelle fasi più calde, in più mi piacerebbe fare un altro salto di qualità e meritarmi la categoria superiore prima della fine della stagione almeno per vedere che aria si respira.

Spero che tu riesca a fare quel salto di qualità che vorresti. In quel caso pronto per un'altra intervista. Per concludere ti lascio pure carta bianca per dire quello che vuoi.

Ringrazio voi di Campioni e chi ha avuto la pazienza di leggermi e di farmi sentire il "famiglia" qui a Conegliano, speriamo di rivederci presto per la prossima intervista. Un saluto a tutti.

Umberto Crainich

La Mente è Come un Paracadute: Funziona solo se è Aperta!

Lo Sapevate Che...?

Medicina: nuovo test sangue per scoprire sesso nascituro
Già poche settimane dopo concepimento, chiave e' rapporto enzimi

Non saranno più necessari esami invasivi o lunghe attese oltre i primi tre mesi per conoscere il sesso di un bambino nella pancia della madre. Un gruppo di ricercatori coreani a messo a punto un test, unico nel suo genere, capace di individuare il genere del neonato già poche settimane dopo il concepimento, attraverso un semplice prelievo del sangue della madre. Gli esami disponibili ad oggi per identificare, (non solo), il sesso del nascituro sono l'amniocentesi e l'analisi dei villi coriali, entrambe procedure invasive che non possono essere fatte prime di undici settimane di gestazione e che comportano un rischio, seppur basso, di aborto spontaneo. A questi test si aggiunge la nota ecografia ma per sperare di vedere di che sesso e' il bambino occorre attendere oltre il primo trimestre. Per i genitori ansiosi, invece, potrebbe essere presto disponibile il test realizzato dai coreani dell'università di KwanDong, a Seoul che hanno descritto il meccanismo di funzionamento in un articolo pubblicato sul FASEB Journal. La chiave rivelatrice del sesso e' la combinazione di due enzimi (DYS14/GAPDH) che può essere rilevata dal plasma materno, in cui e' presente Dna circolante del feto, come hanno dimostrato i risultati delle analisi dei ricercatori fatte su 203 donne incinta arruolate nello studio e confermati dal sesso alla nascita dei loro bambini

Il profumo si sceglie in base al proprio odore
Quello personale influenza anche il gusto per quello degli altri

La scelta di un profumo che una persona decide di indossare dipende dal suo odore naturale. Di questo sono convinti gli scienziati della Charles University di Praga, guidati da Jan Havlicek, esperto di profumi. E l'odore personale influenza anche l'apprezzamento del profumo che porta un'altra persona. Secondo i ricercatori per questo è molto difficile individuare una fragranza per un partner o un amico.

Al contrario, per sé stessi è facile azzeccare la scelta. Anzi, con il profumo 'giusto' si diventa subito più attraenti per il sesso opposto, spiega Havlicek al Daily Mail, perché una fragranza che sta bene non maschera il proprio odore personale, ma lo esalta con una magica combinazione di aromi che si mescola perfettamente con quello naturale. Il problema, quindi, non sussiste per sé stessi, quanto piuttosto per gli altri, se si vuole donare o consigliare un profumo. Altro che prendere in considerazione i gusti e le inclinazioni altrui, l'unico criterio che guida per fare un regalo profumato è il proprio 'aroma naturale'. Il legame tra l'olfatto e il cervello non è una novità. L'aromacologia già all'inizio degli anni 80 aveva cominciato a studiare gli effetti delle fragranze sull'organismo, delle risposte del corpo e della mente alle stimolazioni olfattive, sia per quanto riguarda le variazioni ormonali, sia la frequenza cardiaca. "Ognuno impiega circa il 3 % del proprio Dna per decifrare i segnali olfattivi - dice Carlo Introini, biologo specialista in cosmetologia - È un dato considerevole: il cervello è capace di decodificare circa 10.000 sostanze diverse. Sono tante, come se fossero le parole di una lingua, alcune sono inodori, ma ciononostante, raggiungono il sistema limbico, la zona del cervello che insieme all'ipotalamo regola la sfera emotiva e agiscono sul sistema nervoso in modo subliminale». Gli odori del corpo sono molto importanti per comunicare, soprattutto a livello sessuale. Un uomo che ha l'abitudine di profumarsi acquisisce una maggior disinvoltura ed è più sicuro con le donne. Lo ha accertato lo psicologo inglese Craig Roberts con un esperimento su un gruppo di persone: una parte ha utilizzato un profumo, un'altra l'ha sostituito con una boccetta riempita d'acqua. Durante il corso del test, che è durato diversi giorni, i partecipanti dovevano riferire il loro stato d'animo. Quelli 'profumati' erano più sicuri di loro stessi, si sentivano meglio e piacevano di più a un gruppo di donne rispetto a chi non aveva usato profumo. La cosa sorprendente è che le donne non li avevano visti di persona, ma è stato sufficiente per loro vederli in un filmato senza sonoro, per trovarli più attraenti e sessualmente desiderabili. Se il profumo può essere un'arma di seduzione, molto dipende anche dalla quantità. Mai eccedere: una fragranza che risulta piacevole può diventare persino repellente, poiché una delle ragioni che determinano la sgradevolezza di un odore è l'eccessiva intensità. Yehuda Shoefeld, medico e specializzato nello studio delle malattie autoimmuni allo Sheba Medical Center di Tel Aviv, ha scoperto che le donne depresse perdono parzialmente il senso dell'olfatto e questo le porta a esagerare nella quantità quando si profumano.

PER ESSERE INFORMATI

- Domenica 29 gennaio Mattia Zambon debutta in 3^a Categoria nella gara Morosini Biancade—Basalghelle.
- Il 10 febbraio ci saranno i test atletici, tecnici sezionali e la discussione delle medie.
- Il 5 marzo si terrà il convegno organizzato dalla nostra sezione presso il Teatro Accademia dal titolo: SPORT: una passione FARLO, un dovere DIFENDERLO.
- Gita sezionale a Strasburgo dal 16 al 18 aprile (vedi pagina 4 per un programma di massima).
- Il 25 maggio ci sarà l'elezione del Presidente Sezionale.
- Il 9 giugno ci sarà la festa di fine stagione sportiva a San Vendemiano.



F.I.G.C. - Associazione Italiana Arbitri - Sezione di CONEGLIANO "D. Battistella"

diventa anche tu

ARBITRO di CALCIO



IL CORSO E' GRATUITO ADESIONI ed INFO: Tel. 0438.33461 Fax 0438.35713 - www.aiaconeigliano.it

Curiosità

Haloterapia: i benefici del sale

L'Haloterapia è una delle ultime frontiere del benessere

E' il fiore all'occhiello delle spa più esclusive di tutta Italia. Dal CastaDiva Resort sul Lago di Como al Romeo Hotel di Napoli, dove di recente e' stata inaugurata un'area di 1000 metri quadrati chiamata La Dogana del Sale, l'haloterapia, che sfrutta le proprietà benefiche del sale, è una delle ultime frontiere del benessere.

In che cosa consiste esattamente? Si tratta di **grotte artificiali saline** dove e' stato ricreato il microclima esistente nelle miniere di salgemma ricche di oligoelementi. Merito di uno speciale aerosol che micronizza le particelle saline le quali, penetrando nelle vie respiratorie, migliorano ogni tipo di disturbo, dalla rinite alle allergie, all'asma. Non solo, alleviano la fatica aumentando la circolazione sanguigna, svolgono un'azione

drenante, decongestionante e antibatterica anche nei confronti di problemi dermatologici come la psoriasi e la dermatite.

Si entra vestiti in un ambiente dove il tasso di umidità è del 45-55 % e la temperatura tra i 18 e i 24 gradi. **Gli esperti assicurano che una seduta di circa quarantacinque minuti porta che gli stessi benefici che un soggiorno di tre giorni al mare.** Del resto le virtù del sale erano note sin dai tempi Marco Polo, quando questo prezioso elemento era chiamato "oro bianco". E l'haloterapia nel Nord Europa è una realtà da molti anni: nacque a fine '800 quando si notò che i minatori polacchi delle miniere di salgemma, nonostante il duro lavoro e le scarse condizioni d'aria del sottosuolo, godevano di una salute migliore della media della popolazione.

A parte le beauty farm, le grotte di sale in Italia sono circa una ventina. Una anche ad Oderzo. L'haloterapia prevede dieci sedute consecutive da ripetere ogni tre mesi, anche se già dopo quattro si riscontrano notevoli miglioramenti.

"E' molto adatta anche ai bambini che sono tra i più colpiti dalle patologie respiratorie come l'asma - dice Sabrina Tassari,

titolare di Halosal, la prima stanza di sale che è stata inaugurata nel centro di Milano poco più di un anno fa - Senza contare che nelle grotte di sale i bambini si divertono molto giocando con la sabbia e la paletta come se fossero in spiaggia".

Gita Sezionale a Strasburgo

16/04: Partenza la mattina in pullman da Conegliano, sosta pranzo e arrivo a Colmar (Francia), cena e pernottato.

17/04: Spostamento al Parlamento Europeo di Strasburgo, ritorno per cena e pernottato a Colmar.

18/04: Visita a città da definire, dopo il pranzo partenza per il rientro in serata a Conegliano.

Soste e visite guidate durante il viaggio.

Costo approssimativo di partecipazione di circa € 100,00

Adesioni entro il 6 febbraio.

Auguri ai nati in Gennaio

In questo mese, compiono gli anni i seguenti colleghi:

| | |
|---------------------------|-------|
| ULIANA Riccardo | il 01 |
| CODEN Dino | il 03 |
| DA RE Giovanni | il 04 |
| ZANETTE Steven | il 06 |
| PIAZZA Alessio | il 08 |
| FARAON Mario | il 12 |
| CALLEGARI Mauro | il 14 |
| DE MARTIN Paolo | il 16 |
| ZUCCOLOTTO Firmino | il 20 |

Nella saletta corsi, sono stati preparati dei cartoncini da legare alla bottiglia che gentilmente voi porterete in sezione a cui tutti brinderemo ogni qual volta avremo sete.



Luca Giacomini (a sinistra) assieme a Massimo Cumbo (in centro) attuale responsabile della CAN 5 e Francesco Massini (a destra)

ITALIA F.I.G.C. - Associazione Italiana Arbitri - Sezione di CONEGLIANO "D. Battistella"

diventa anche tu

ARBITRO di CALCIO

BANCA PREALPI

IL CORSO E' GRATUITO ADESIONI ed INFO: Tel. 0438.33461 Fax 0438.35713 - www.aiaconegliano.it