

Allocuzione d'apertura della sessione di febbraio 2019

Presidente del Gran Consiglio Tina Gartmann-Albin

(fa fede il testo pronunciato)

Stimate colleghe e stimati colleghi,
Stimati membri del Governo,
Stimati rappresentanti dei media e ospiti,

a inizio anno Frau Holle è stata attiva. Direi quasi iperattiva. La neve è caduta in quantità abbondanti, regalando un'eccellente base per una stagione invernale di successo! Fortunatamente siamo stati risparmiati da eventi naturali di più ampia portata che avrebbero messo in pericolo la popolazione e i turisti. In questo modo i comprensori sciistici, gli alberghi e i ristoranti beneficiano del via vai e dei numerosi turisti! Ciò è molto importante per i Grigioni, poiché il successo del turismo invernale rappresenta un pilastro molto importante della nostra economia.

Ma come si sono sviluppati gli sport invernali nei Grigioni?

Le mie ricerche mi hanno condotta al Museo degli sport invernali di Davos. Lì è davvero possibile farsi un'idea della storia degli sport invernali. Oltre a vecchi sci di legno, il museo presenta materiale da curling, la famosa slitta Davos, abbigliamento sportivo risalente ai tempi che furono e getta uno sguardo alla storia dell'Hockey Club Davos (HCD), società nota in tutto il mondo e fondata nel 1921. Dal sito web graubunden.ch si apprende che oltre 150 anni fa i primi ospiti giunsero a Davos per soggiorni di cure invernali in alta quota e che l'albergatore di St. Moritz Johannes Badrutt, nel frattempo divenuto leggendario, ebbe l'idea di persuadere attraverso una scommessa gli ospiti britannici che trascorrevano da lui l'estate dei pregi delle giornate invernali engadinesi. Qualora il soggiorno non fosse stato di loro gradimento, si sarebbe fatto carico delle spese di viaggio. Almeno questa scommessa la vinse e non dovette farsi carico delle spese.

Secondo me è questo il modo in cui le località di sport invernali nei Grigioni devono presentarsi: fedeli alle origini, autentiche, innovative e sempre visionarie. Nonostante numerose misure edilizie e investimenti in infrastrutture per gli sport invernali eccellenti, le montagne grigionesi non hanno perso pressoché nulla del loro fascino e della loro natura intatta. Le nostre piste da sci alpino e da sci di fondo, i sentieri escursionistici invernali e le piste da slitta dovrebbero essere utilizzate il più spesso possibile. Ma noi le usiamo a sufficienza? È chiaro che uno stile di vita attivo e il movimento all'aria aperta contribuiscono in misura importante a fare prevenzione e a salvaguardare la salute.

Due tesi (o ragionamenti) riguardo al tema "movimento in inverno e prevenzione":

1ª tesi: lo sci di fondo è lo sport invernale n. 1 per la salute.
Le spese per lo sci di fondo non dovrebbero essere assunte dalle casse malati?

Lo sci di fondo rientra tra le discipline di sport invernali più salutari e sta vivendo un vero e proprio boom. Da un lato lo sci di fondo beneficia senza dubbio dell'effetto "Dario Cologna". Tuttavia anche la leggerezza del materiale, l'esperienza a contatto con la natura e le spese contenute per la pratica dello sport lo rendono molto interessante.

Tutti noi sappiamo che un'attività fisica regolare come lo sci di fondo protegge dalle malattie cardiovascolari. Durante la pratica dello sci di fondo si consuma energia, cosa che ha effetti positivi sulla pressione arteriosa e sul colesterolo. In questo modo è possibile ridurre il sovrappeso e il rischio di diabete. Un altro punto a favore è rappresentato dall'effetto positivo sulla psiche: è dimostrato che l'attività fisica contribuisce a combattere il malumore invernale.

Sovrappeso, mancanza di attività fisica e stress cronico figurano tra i principali fattori di rischio per quanto riguarda le nostre malattie legate allo stile di vita, che generano elevati costi sanitari e molta sofferenza individuale. Per tale motivo la "Fondazione svizzera di cardiologia" e l'associazione "Loipen Schweiz" hanno dato avvio al progetto "Herz-Loipen". Desiderano attirare ancora più persone verso uno sport sano a contatto con la natura. Lo sci di fondo non è uno sport semplicissimo da praticare,

ma chiunque lo può imparare ed è un'attività adatta a ogni età. Un anno fa a Davos è stata inaugurata la prima delle 13 "piste del cuore" previste!

L'offerta è destinata ai principianti. Queste piste si caratterizzano per il loro percorso breve e circolare pressoché privo di pendenze. Le "piste del cuore" dispongono di una buona infrastruttura nonché di una scuola di sci di fondo presente in loco. Inoltre tutte le "piste del cuore" sono dotate di un defibrillatore esterno (AED) per casi di emergenza.

Trovo formidabile l'impegno della Fondazione svizzera di cardiologia a favore della prevenzione. Oltre che a Davos, le "piste del cuore" si trovano anche a Lenzerheide, in Engadina e a Trin. Anche la popolazione grigionese dovrebbe fare capo a queste offerte ed essere motivata a seguire uno stile di vita attivo.

Per convinzione sono contraria alla pratica secondo la quale la cassa malati concede "incentivi finanziari" per motivarci a fare sport. Il nostro modello di assicurazione malattia dovrebbe rendere le spese di malattia sostenibili per tutti e non rendere più economiche le offerte per il tempo libero. Per la prevenzione sono necessarie la nostra convinzione personale a seguire uno stile di vita attivo nonché buone condizioni quadro come appunto ad esempio le "piste del cuore".

2ª tesi: **Io sport uccide. Chi d'inverno si reca sulle piste rischia di cadere e nel peggiore dei casi finisce all'ospedale, generando costi elevati. Non faremmo meglio a starcene a casa?**

La stringa di ricerca "sport della neve" sul sito della SUVA produce risultati interessanti.

La SUVA fornisce suggerimenti per evitare gli infortuni durante la pratica degli sport invernali e riporta i seguenti dati: in Svizzera circa 2,5 milioni di persone, ossia oltre un quarto della popolazione residente, praticano sport invernali. Ogni inverno oltre 33 000 lavoratori subiscono un infortunio sulle piste in Svizzera o all'estero. Per gli interessati le conseguenze sono fatte di dolori e di immobilità, mentre gli assicuratori si trovano a sostenere costi pari a circa 286 milioni di franchi all'anno.

Sì. Per i datori di lavoro non è facile far fronte all'assenza di collaboratori a seguito di infortuni subiti durante la pratica sportiva. Ciononostante desidero esprimermi a favore degli sport invernali.

Oltre il 90 per cento degli infortuni occorsi durante la pratica di sport sulla neve avviene per colpa di chi ne è vittima. I principali fattori di rischio sono:

- insufficiente consapevolezza dei pericoli
- velocità eccessiva
- condizione fisica carente
- capacità individuali insufficienti
- resistenza fisica insufficiente
- assenza di equipaggiamento di protezione
- attacchi regolati male
- organizzazione dello spazio di piste e snowpark.

Chi prende sul serio la prevenzione tiene presenti i punti appena menzionati. In questo modo è possibile contenere il crescente numero di infortuni durante la pratica degli sport invernali. Rimanere semplicemente a casa non è un'alternativa!

Per me è chiaro che dobbiamo impegnarci a favore di uno sviluppo sostenibile in termini economici ed ecologici delle nostre offerte di sport invernali, investendo anche nella prevenzione.

In questo senso auguro a tutti voi di poter svolgere molte splendide attività nel nostro meraviglioso Cantone senza subire infortuni. E questo non solo d'inverno, ma anche nelle altre stagioni. Infatti anche belle escursioni e altre attività sportive contribuiscono a migliorare la nostra salute e a

mantenerci attivi. Possiamo praticare sport semplicemente uscendo dalla porta di casa e lo possiamo fare in qualsiasi stagione. Cogliamo questa opportunità e rallegriamocene!

Grazie per la vostra attenzione.

La sessione è aperta.