



Massaccesi presenta Maratona bullismo 2026: "Bisogna dare ai ragazzi esempi da seguire"

## Descrizione

(Adnkronos) "Per diventare un campione, per riuscire a raggiungere livelli importanti la prima persona che devi capire, conoscere e combattere è te stesso. Perché in ognuno di noi c'è un bullo, c'è un presuntuoso. E se tu vuoi raggiungere risultati importanti nello sport, devi iniziare a conoscere esattamente i tuoi limiti, i tuoi difetti e anche le tue capacità di dominare le emozioni. Quindi bisogna dare ai ragazzi degli esempi da seguire. Io parlo a loro e dico: "Occhio perché fare il bullo non serve a niente". Ma voglio accendere anche le loro passioni, il loro cuore. E la maratona serve proprio a questo". Così, in un podcast di Adnkronos Luca Massaccesi, già campione italiano e olimpico di Taekwondo e presidente dell'Osservatorio Nazionale sul Bullismo e Disagio Giovanile, presenta la Maratona sul Bullismo 2026, promossa da Accademia dei Campioni in collaborazione con Adnkronos, in programma il 20-21 maggio 2026 a Roma, presso il Palazzo dell'Informazione Adnkronos.

Una giornata intensa e partecipata, dedicata a riflettere sui fenomeni del bullismo, del cyberbullismo e del disagio giovanile, e sulle risposte concrete che il mondo educativo, scientifico, sportivo e sociale può offrire. "Sapete perché non ho vinto alle Olimpiadi? Perché in semifinale il mio bullo è uscito fuori, e con presunzione si è avvicinato con una strategia sbagliata alla gara. E questo mi è costato una finale olimpica", ricorda.

E Massaccesi spiega come è nato l'impegno contro il bullismo e le discriminazioni. "Quando diventi una medaglia olimpica inizi a girare le scuole, il campione è il testimonial. Allora ci siamo detti: ma perché parlare solo di sport, di medaglie? Parliamo ai ragazzi del nostro percorso, perché alla fine un campione non è quello che ha vinto, è quello che ha perso tante volte ed è riuscito, cadendo, a rialzarsi, è riuscito a rispettare le regole, è riuscito a darsi degli obiettivi. Quindi il segreto del successo poi alla fine sta proprio nella capacità di conoscersi e riconoscersi, cercando appunto di ottimizzare quello che sei", sottolinea.

"Quando vai di fronte ai ragazzi diventa tutto bellissimo, perché loro ti ascoltano, ti applaudono, ti fanno mille domande. Tu diventi uno di loro perché parli appunto di sconfitte, di paura. Questo è quello che più mi ha esaltato. Quindi poi ho coinvolto 20 campioni olimpici di tutti gli sport e ci siamo

---

ritrovati ad andare insieme in giro per le scuole?», continua.

E nella Maratona del 20-21 maggio l'impegno sar  massimo. Avremo 20 gazebo su piazza Mastai, l'esercito porter  l'arrampicata sportiva. Dalla Germania verranno con dei giochi elettronici con dei visori per far provare ai ragazzi delle attivit . Avremo Poste Italiane con l'annullo filatelico e 12 campioni olimpici che si alterneranno sul palco nel parlare ai ragazzi. Ci saranno 1.000 studenti ogni mattina, bellissimo, tantissime associazioni una festa per i ragazzi?», continua.

L'abbiamo chiamata la piazza del rispetto, non a caso -sottolinea- perch  ci si rispetter  I  dentro rispettando non solo le istituzioni che intervengono, ma anche tutti i ragazzi tra di loro. Poi per  ci sar  una cosa fondamentale: nella sala convegni di AdnKronos faremo nove panel, ognuno con un tema preciso e particolare, e vogliamo chiamare a raccolta gli stakeholder di tutti i giovani, per temi. E parleremo della famiglia, dello sport, della scuola, ma anche della salute. Ci saranno neuropsichiatri, psicologi, psicoterapeuti, pedagogisti, ma ci sar  anche un panel sulla tecnologia?». Stretto il rapporto con il mondo accademico. Arriveranno cinque universit . Abbiamo firmato un protocollo d'intesa con Tor Vergata, firmeremo una convenzione con l'Universit  di Cagliari di Ingegneria, con la Federico II, gli atenei di Bari, di Foggia?», conclude.

  

cronaca

[webinfo@adnkronos.com](mailto:webinfo@adnkronos.com) (Web Info)

## Categoria

1. Comunicati

## Tag

1. Ultimora

## Data di creazione

Maggio 6, 2026

## Autore

redazione