

N. 1/Febbraio 2026

di Antonio Lecchi - Fondatore di Basket a Colori

## FREEDOM IN BASKET: QUANDO LA PALLACANESTRO DIVENTA STRUMENTO DI LIBERTÀ IN CARCERE

Riportiamo qui un estratto dell'incontro di presentazione del progetto promosso dalla Caritas Cremonese in collaborazione con Amici di don Maurizio o.n.l.u.s. e il progetto Basket a Colori

Il progetto, promosso dalla **Caritas Diocesana di Cremona**, nasce da un'intuizione di **Antonio Lecchi**, coach professionista, e **Marco Ruggeri**, diacono ed educatore con 25 anni di esperienza nel settore penitenziario. L'obiettivo non era semplicemente "far passare il tempo" ai detenuti, ma utilizzare la pallacanestro come metafora per scardinare dinamiche di aggressività e isolamento.

Come sottolineato durante la presentazione del progetto Freedom in Basket, il carcere è spesso un luogo di "guerra di posizione", dove ogni piccolo passo verso l'umanizzazione rischia di essere vanificato dalla burocrazia. In questo scenario, il basket si inserisce come un **"piccolo miracolo quotidiano"**.

La sfida lanciata da questo progetto è anche culturale: dimostrare alle istituzioni e alla società civile, che lo sport non è un "premio" concesso ai detenuti, ma un **investimento sulla sicurezza di tutti**. Un uomo che impara a rispettare le regole su un campo di gioco è un uomo che avrà più strumenti per rispettare le leggi una volta tornato in libertà.

Se il sistema penitenziario appare spesso come un gigante immobile e immutabile, Marco suggerisce una chiave di lettura diversa, quasi spirituale nella sua semplicità. Citando l'episodio evangelico della **moltiplicazione dei pani e dei pesci**, il diacono spiega che non serve avere soluzioni preconfezionate per risolvere i mali del mondo: l'importante è offrire ciò che si ha e per Antonio, quel "poco" è il **basket**. Mettere a disposizione la propria competenza tecnica diventa un atto di resistenza contro l'indifferenza. Offrire una palla a spicchi e insegnare un modo altro di intendere il gioco significa, in ultima analisi, restituire **dignità e**

**speranza** al singolo individuo, ricordandogli che non è definito solo dalle sue colpe, ma anche dalle sue potenzialità.

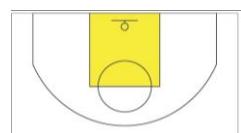
In un luogo definito dai confini (le mura, le sbarre, i cancelli), il campo da basket introduce un concetto di limite radicalmente diverso: la **regola**. Se nel regime carcerario la norma è subita come imposizione esterna, sul campo diventa lo strumento necessario per poter giocare.

La proposta del progetto non si esaurisce all'aspetto sportivo in sé ma si allarga ad aspetti fondamentali quali: la gestione dell'errore; il rispetto delle decisioni arbitrali; la scoperta dell'identità di squadra; la consapevolezza che sbagliare un canestro non è un fallimento definitivo ma uno stimolo a riprovare; all'accettazione di una decisione esterna (senza reagire violenza verbale o fisica). Infine, l'identità di squadra: smettere di essere "un numero" o "un reato" ma essere semplicemente un compagno di squadra, *"sul campo non conta cosa hai fatto fuori, conta come ti muovi per aiutare chi hai accanto"*, è qui, che la metafora sportiva diventa riabilitazione sociale.

Il progetto non si è basato su una concessione gratuita, ma su un **patto di corresponsabilità**. Prima di iniziare l'attività, ogni detenuto ha sottoscritto un **Codice Etico** che si impegnava a rispettare.

In caso di violazione, in un ambiente dove la trasgressione è solitamente seguita da una sanzione disciplinare, abbiamo scelto la via della **rieducazione**; la vera rivoluzione non è la punizione ma il dialogo: al detenuto viene offerta la possibilità di riflettere, di riprovarci e di **sottoscrivere nuovamente l'impegno**. È la pedagogia della





"seconda occasione" che prende forma sul campo da basket.

Il percorso non si è limitato a sessioni di allenamento standard, ma si è articolato in **cinque moduli didattici** dove ogni fondamentale del basket è diventato uno specchio della vita. In questo laboratorio, il gesto tecnico ha trovato un corrispettivo educativo immediato:

- 1. Il Palleggio come mindfulness:** imparare a controllare la palla richiede una concentrazione totale, un ritmo che isola dal resto. Per un detenuto, palleggiare significa "staccare" la mente dai pensieri opprimenti della detenzione, trovando un baricentro nel presente e nel controllo di sé.
- 2. Il Passaggio e la scelta:** a differenza di sport che possono alimentare l'individualismo, il basket obbliga a cercare l'altro. *"Senza il passaggio non si gioca"* è diventato il mantra del campo: un esercizio forzato di alterità che insegna l'importanza di relazionare con gli altri e soprattutto scoprire che a volte la differenza tra fallimento e successo si nasconde nelle piccole azioni che scegliamo di fare (o non fare) ogni singolo giorno.
- 3. Il Tiro e la Vocazione:** mirare al canestro è stato associato al concetto giapponese di *Ikigai* o alla vocazione personale. È l'atto di puntare a un obiettivo, scoprendo chi si vuole essere "nonostante" il peso degli errori passati. Ogni parabola descritta dalla palla è un tentativo di riscatto.
- 4. La Difesa e la Collaborazione:** rappresenta forse la sfida più complessa. Difendere il canestro senza commettere fallo significa proteggere un bene comune rispettando l'integrità dell'avversario. In un ambiente dove il contatto fisico è spesso sinonimo di scontro, la difesa pulita diventa una lezione di convivenza civile.

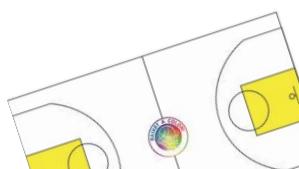
**5. Il Gioco di Squadra e la Libertà:** Il culmine del progetto è il superamento dell'io per approdare al "noi". Non è un caso che i partecipanti abbiano scelto proprio **"Libertà"** come urlo di battaglia prima di ogni palla a due. Una libertà che, tra quelle mura, non è assenza di sbarre, ma presenza di spirito e coordinazione collettiva.

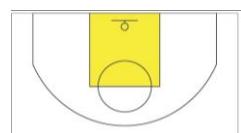
La validità di un progetto non si misura solo sui grandi numeri, ma nelle piccole, radicali trasformazioni individuali. Tra le storie nate sul campo, ne spicca una che incarna perfettamente lo spirito di **"Freedom in Basket"**. La seconda settimana un detenuto all'inizio della seduta si era dimostrato e rivendicativo per alcune richieste relative al suo vissuto contingente approcciandosi all'operatore in una modalità marcatamente aggressiva e dimostrando poca disponibilità all'ascolto. Al termine della seduta si è mostrato incline all'ascolto e al dialogo costruttivo, capace di accettare un confronto più equilibrato e sereno. Non è stata una sottomissione, ma una **scoperta**: la scoperta che esiste un modo diverso di vivere le situazioni anche quelle più tese, dove il rispetto reciproco genera più risultati della prevaricazione.

L'esperienza ha dimostrato che, persino in un luogo dove il tempo sembra essersi fermato, è possibile generare sorrisi autentici. Trasformare detenuti inizialmente ostili in atleti capaci di collaborare è il vero canestro della vittoria e vederli ridere dopo una faticosa azione corale ci dice che la sofferenza non deve essere l'unica lingua parlata in carcere.

Il progetto non si esaurisce dentro il perimetro del campo da basket come evidenziato da **Suor Maria Grazia Girola** operatrice della **Caritas Diocesana**, queste attività devono necessariamente connettersi a una visione più ampia: la **"giustizia di comunità"**.

L'obiettivo finale non è solo il benessere temporaneo durante la detenzione, ma la **riabilitazione profonda**. La sfida è trasformare il detenuto, nell'immaginario collettivo e nella realtà dei fatti, da "persona che ha commesso un reato" a **risorsa per la società**.





Questo passaggio avviene attraverso percorsi di:

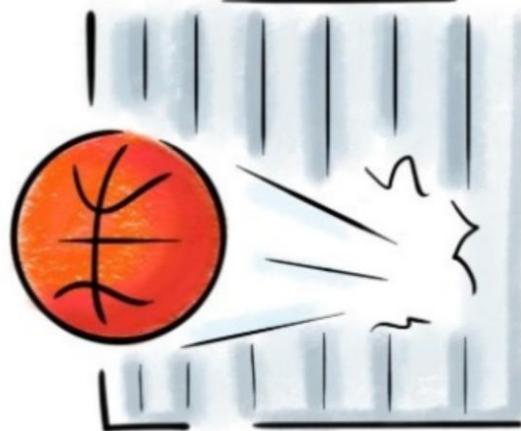
- **Messa alla prova:** dove la responsabilità individuale viene testata in contesti reali.
- **Lavori di pubblica utilità:** per restituire valore alla comunità che è stata ferita dal reato.
- **Riparazione simbolica e concreta:** trasformando l'energia che prima era distruttiva in impegno civico.

La pallacanestro, in questo senso, è l'allenamento generale per la vita "fuori". Se in campo si impara a rispettare il compagno e l'avversario, all'esterno si deve imparare a rispettare il patto sociale. La collaborazione con enti come la Caritas garantisce che, una volta varcati i cancelli in uscita, l'ex detenuto non trovi il vuoto, ma una rete pronta a sostenere quel nuovo desiderio di partecipazione scoperto sotto canestro.

"La giustizia riparativa non cancella il passato," commenta Suor Maria Grazia, "ma permette di costruire un futuro dove il colpevole si prende cura delle conseguenze delle proprie azioni, trasformandosi in un cittadino attivo."

**Antonio Lecchi**

## FREEDOM IN BASKET



*Antonio Lecchi*

Fondatore del progetto *Basket a Colori*

*Marco Ruggeri*

Life Coach presso il carcere di Cremona

*Suor Maria Grazia Girola*

Operatrice Caritas Diocesana

Promotore del progetto Caritas Cremonese

Con il contributo dell'associazione Amici di don Maurizio o.n.l.u.s.

[Guarda il video](#)

