



Simone Barlaam
posa come
testimonial della
campagna EA7
Emporio Armani

SIMONE BARLAAM

UN TALENTO FORGIATO NELL'ACQUA. Dall'infanzia in città ai trionfi internazionali, fino ai riconoscimenti più prestigiosi. Una conversazione intensa con un atleta paralimpico tra i più acclamati d'Italia, che rivela ambizione, disciplina e uno sguardo sempre rivolto oltre l'orizzonte

di MARCO TORCASIO

Lo abbiamo incontrato in occasione di *Tedofori - 21 parole per un abbecedario sportivo*, il progetto di BookCity Milano promosso da Regione Lombardia nell'ambito delle Olimpiadi della Cultura. Simone Barlaam, classe 2000, si è presentato sorridente, timido quel tanto che basta, ma con la sicurezza naturale di chi ha costruito il proprio percorso bracciata dopo bracciata. A dialogare con lui Matteo Piano, ex pallavolista della Nazionale e conduttore radiofonico. Il pluricampione paralimpico e mondiale, insignito dell'Ambrogino d'Oro e protagonista ai Para Sport Awards, ha guidato il pubblico dentro la parola "Performance": un'occasione per ripercorrere l'infanzia milanese, i traguardi internazionali e quella determinazione che lo ha reso un punto di riferimento dello sport paralimpico italiano.

Milano è la città in cui sei nato. Che rapporto hai avuto con lei negli anni?

Sono cresciuto in via Canonica fino al 2007, poi con

la mia famiglia ci siamo trasferiti a Cassinetta di Lugagnano per una maggiore comodità. È un luogo al quale sono molto affezionato. Da lì ho anche partecipato a una gara di nuoto in acque libere di 24 chilometri fino alla Darsena di Milano. Dopo il liceo, nel 2019, sono tornato stabilmente a Milano, con la consapevolezza che sarebbe diventata il punto da cui costruire non solo il mio percorso sportivo, ma anche quello umano, fatto di scelte, responsabilità e nuove direzioni.

Cosa porti con te di autenticamente "milanese" quando ti alleni o gareggi?

Direi la velocità, l'idea di non fermarsi mai. Il lato positivo dell'essere milanese: lavorare tanto, essere costanti e guardare avanti. Milano ti abitua ad avere uno sguardo internazionale, e questo mi ha aiutato a creare collegamenti e collegiali con atleti di altri Paesi, esperienze che hanno arricchito profondamente il mio modo di interpretare l'allenamento e la competizione.

“Il corpo racconta qualcosa della nostra storia, ma non la definisce interamente. Lo sport mi ha insegnato a non partire da pregiudizi”

Da ragazzo ti sei allenato anche a Varese. Cosa puoi raccontarci di quel percorso?

La mia società era la Polha Varese. Nel 2014 ho conosciuto il progetto “AquaRio”: arrivavo da un periodo in cui avevo bisogno di ritrovare motivazione e, cercando informazioni online, mi sono imbattuto nel sito della Federazione Italiana Nuoto Paralimpico. Lì ho trovato il contatto del delegato regionale della Lombardia, che sarebbe poi diventato il mio allenatore. Gli ho scritto una mail molto semplice. Da lì è iniziata una nuova fase: mi allenavo con un gruppo composto in gran parte da atleti della Polha, molti dei quali avrei ritrovato in seguito a Milano negli anni dell’università. La società, negli anni successivi, ha aperto anche un distaccamento nel capoluogo lombardo, creando una continuità naturale in cui mi sono sentito sempre a casa.

Ti eri iscritto alla facoltà di Ingegneria del Politecnico. A che punto è oggi quel capitolo?

Mi ero iscritto a Ingegneria Meccanica al Politecnico di Milano, ci sono rimasto qualche anno e poi ho deciso di non rinnovare più l’iscrizione. È un capitolo chiuso per ora, ma non escludo di ri-

prenderlo in futuro. Oggi frequento un’accademia a Roma, dedicandomi a quella che è sempre stata una delle mie grandi passioni: l’arte. Ho sempre disegnato, soprattutto nei momenti più silenziosi della giornata, come la notte o la mattina molto presto. Lavoro soprattutto con la china su carta, ma sto imparando anche a usare il digitale: character design, storyboard, progettazione di oggetti di scena. È un ambito in cui ritrovo un’altra parte di me, più istintiva e immaginativa.

Se dovessi descrivere la tua fase giovanile con alcune parole chiave?

Direi “picchi”: vivevo alti e bassi emotivi molto forti, giornate in cui mi sentivo invincibile e altre in cui sembrava andare tutto storto. Col tempo ho imparato a gestire questa altalena. E poi “passione”: ero curioso, passavo ore a studiare le gare dei più grandi su YouTube. Molti di quegli atleti li avrei ritrovati come avversari.

Il vero punto di svolta della tua carriera coincide con le Paralimpiadi di Tokyo?

Dal punto di vista mediatico sì, perché i Giochi Paralimpici di Tokyo 2020 mi hanno fatto conoscere a un pubblico molto più ampio. Ma il primo reale

salto di qualità è arrivato nel 2017, ai Campionati Italiani di Società di Lignano Sabbiadoro, quando, all’ultima occasione utile, ho conquistato la qualificazione per i Campionati Mondiali di Nuoto Paralimpico 2017, a Città del Messico. Dovevano tenersi a ottobre, ma il terremoto li ha fatti slittare a dicembre. Subito dopo ho trascorso in Australia il quarto anno di liceo: un’esperienza di vita enorme, che mi ha fatto maturare tantissimo. Poi è arrivato il 2020, un anno complicato per tutti. Io mi sono trovato a confrontarmi con le mie fragilità, a guardarle in faccia e a costruire su di esse qualcosa di più solido, sia come atleta sia come persona.

In che modo le operazioni che hai affrontato hanno cambiato il tuo rapporto con il corpo e con lo sport?

Mi hanno insegnato che non bisogna fermarsi alle apparenze. Il corpo racconta qualcosa della nostra storia, ma non la definisce interamente. E lo sport, parallelamente, mi ha insegnato a non partire da pregiudizi: ogni atleta ha il proprio percorso, il proprio bagaglio, la propria unicità. Capirlo ti cambia la prospettiva e ti permette di vedere la forza dove all’inizio non l’avresti cercata.

Negli ultimi anni sei diventato un punto di riferimento anche fuori dall’acqua: premi, riconoscimenti, esposizione mediatica. Persino l’Ambrogino d’Oro. Che effetto ti fa?

L’invito a candidarmi all’Ambrogino d’Oro è arrivato in modo un po’ inatteso. Ero in Comune con il mio allenatore per definire gli spazi acqua, perché a Milano non esiste una struttura federale paralimpica e dovevamo coordinarci con il Comune e con Milano Sport. Fino ad allora non avevo ricevuto particolare attenzione, nonostante i risultati. Durante la riunione il mio allenatore ha esclamato: “Siete seduti accanto a quello che potrebbe diventare il Michael Phelps di Milano”. In quel periodo avevo vinto cinque ori e un argento. Quella frase ha acceso l’entusiasmo dei presenti e poco dopo è arrivata la candidatura. Il mondo paralimpico ha ancora molte barriere culturali, ma quando vengono superate, spesso chi ti osserva rimane colpito in modo molto positivo. Da allora si è creato un ottimo rapporto con il Comune e con il Sindaco, ed è bello – da milanese – sentirsi riconosciuto dalla propria città.

Tra tutte le tue medaglie conquistate ce n’è una più speciale?

Ogni medaglia è la fotografia di un momento preciso. Non ne ho una sola nel cuore: ce ne sono di-

verse che racchiudono significati importanti.

Come immagini Milano dopo le Olimpiadi Invernali 2026?

Mi auguro che la legacy olimpica sia concreta e duratura. Mi piace l’idea che gli eventi sportivi lascino qualcosa di tangibile, come è successo all’Arena di Verona, resa più accessibile proprio per accogliere la cerimonia dei XIV Giochi Paralimpici. Vorrei che tutte le città italiane seguissero questa direzione e che Milano, come spesso accade, facesse da apripista, mantenendo vive le strutture e valorizzandole anche dopo i Giochi.

Quali sono i tuoi luoghi del cuore a Milano?

Via Canonica, dove sono cresciuto. La Pizzeria da Mimmo, un rituale della mia infanzia. Via Paolo Sarpi, dove esco con gli amici. Piazzale Leonardo e la residenza Einstein degli anni universitari. E poi le piscine in cui mi alleno: il Centro Balneare Saini, il Bocconi Sport Center e la piscina Mecenate. Milano, per me, è un mosaico di ricordi.

“Mi sono trovato a confrontarmi con le mie fragilità, a guardarle in faccia e a costruire su di esse qualcosa di più solido, sia come atleta sia come persona”



Simone Barlaam durante i Campionati Mondiali di nuoto 2025, a Singapore. Foto di Augusto Bizzi