



EXTREME WAVES
RAFTING IN
VAL DI SOLE - TRENTO



Gazzetta delle Valli

News dalle Valli Lombarde e Trentine

Montagnaterapia, trekking con pazienti psichiatrici nell'Italia colpita dal terremoto

domenica, 13 maggio 2018

QUANDO:

15 maggio 2018@18:00–
19:00Europe/Rome Fuso orario

Che la montagna faccia bene all'anima e alla salute lo si sente ripetere spesso. Ma certe retoriche hanno declinazioni concrete e possono essere spiegate e comprese solo con esperienze, storie e progetti. Come quello del **Rifugio sociale Erterle**, in trentino. O come le **attività di montagnaterapia che in Toscana coinvolgono non vedenti, tossicodipendenti e pazienti psichiatrici**. E poi c'è chi, come accade in Piemonte, ha pensato bene di **organizzare escursioni con pazienti psichiatrici nelle zone del Centro Italia colpite dal terremoto** per promuovere (anche) l'economia del territorio.

Storie, queste, che il Cai – Club alpino italiano ha deciso di raccontare al Festival del volontariato in corso a Lucca organizzando l'incontro *“Montagnaterapia, tra cura e inclusione”*. **Il progetto che in estate porterà un gruppo di ospiti del centro diurno nelle zone terremotate si chiama “Passaggi in quota” e a promuoverlo è la sezione Cai di Torino**

insieme al dipartimento di salute mentale dell'azienda sanitaria torinese. «Insieme a loro camminiamo da un pezzo. So bene che sono pronti ad affrontare questo trekking estivo» spiega **Marco Battain (Cai Torino).** «Alcuni pazienti della salute mentale sono diventati soci Cai e partecipano alle attività ordinarie della sezione, dalla scuola di escursionismo e alle gite». Insieme a **Ornella Giordana,** Marco fa parte anche del gruppo di montagnaterapia “La montagna che aiuta”. **Hanno siglato un protocollo con la Regione Piemonte** e da anni lavorano anche con comunità terapeutiche per persone con doppia diagnosi; cioè con chi, oltre a problemi di dipendenza, ha anche difficoltà di natura relazionale e psichiatrica. «Quando parliamo di montagnaterapia dobbiamo pensare a un approccio di tipo terapeutico e riabilitativo» spiega Ornella. Infermiera di mestiere, da 15 anni è accompagnatrice e istruttrice in una scuola di escursionismo, mentre da 8 è responsabile del gruppo “La montagna che aiuta”. A Lucca, all'incontro moderato da **Luca Calzolari** (direttore del mensile *Montagne360*), Ornella Giordana è arrivata accompagnata dal suo cane da pet therapy. **«La montagna restituisce attività perdute e ha un forte potere trasformativo. Qua il gruppo non è competitivo, ma cooperativo.** Ci si aiuta e s'impara a contenere le ansie, condividendo però le emozioni. Entrare in contatto con la fatica è anche un modo per prendere consapevolezza del proprio corpo» aggiunge. L'attività però non si concentra solo in ambito psichiatrico. «Ci occupiamo di disabilità motoria, sensoriale e cognitiva. Ma anche delle dipendenze. Gioco, alcol, droghe. Poi lavoriamo con i minori, favorendo l'inclusione. E infine c'è la promozione della salute. Affrontiamo situazioni patologiche come l'infarto e il diabete e **promuoviamo progetti che coinvolgono i bambini che hanno concluso trattamenti oncologici**». Dal Piemonte al Trentino-Alto Adige il passo è relativamente breve. A legare queste due regioni è la solidarietà cooperativa. **E così la montagnaterapia si fa inclusiva anche in**

ambito professionale grazie al Rifugio sociale Erterle, aperto dalla Sat – Società alpinisti tridentini nel cuore del Lagorai, in Valsugana. «Durante un’escursione è nata in noi l’idea (e la voglia) di aprire un rifugio sociale. E così abbiamo fatto» racconta **Giliola Galvagni (Sat)**. Fa parte dell’associazione “Montagna per tutti” ed è volontaria nel gruppo di trekking “Stella Polare”, nato a Trento. Dopo aver coinvolto undici cooperative del territorio, il rifugio è stato aperto nel 2013. «I ragazzi del centro di salute mentale di Trento hanno cominciato a lavorare nel rifugio, grazie alla borsa lavoro. Abbiamo ottenuto ottimi riscontri. Non abbiamo mai ricevuto una lamentale per il servizio» spiega Giliola. **«Questo progetto ha permesso a venti ragazzi di fare un’importante esperienza di lavoro».**

A tre anni di distanza, il progetto prosegue. Anzi, da quest’anno ci saranno perfino nuovi sviluppi con il coinvolgimento di altri 7 rifugi del trentino gestiti da Sat. **«A partire da questa estate i rifugi apriranno le porte a ulteriori borse lavoro»** racconta **Sara Foradori**. Anche lei fa parte della Società alpinisti tridentini. «I ragazzi, accompagnati dagli operatori, lavoreranno in turni di quattro giorni. Ovviamente tutto questo avverrà in un contesto di grande normalità».

E una straordinaria normalità è quella che lega **Giuseppe Comuniello**, alpinista cieco, e **Aldo Terreni**, istruttore della sezione Cai di Firenze e fondatore, insieme a **Eleonora Bettini**, del gruppo “La montagna per tutti”. Al Festival del volontariato c’erano anche loro. Durante le arrampicate, indoor e outdoor, Aldo è la voce guida di Giuseppe. Attraverso radio e ricetrasmittenti, per indicare le posizioni delle mani Aldo utilizza i riferimenti dell’orologio e del corpo. **«Di lui mi fido ciecamente»**, scherza **Giuseppe**. «Quella corda che ci lega in parete – racconta invece l’amico istruttore – è una metafora della relazione che ci unisce».

f t e p +