



La montagna che aiuta

RIABILITAZIONE PSICHIATRICA, UN TREKKING INTORNO ALL'ETNA

La montagna produce dei cambiamenti molto efficaci ai fini riabilitativi: le prime esperienze di "montagnaterapia" in Italia, applicate a pazienti, risalgono alla seconda metà degli anni '90. Grazie alla collaborazione tra sodalizi di montagna, aziende sanitarie ed organizzazioni varie, da allora vengono portate avanti esperienze che condividono lo strumento terapeutico ed educativo della montagna rivolte anche alle aree del disagio psichico, dell'emarginazione e della diversa abilità. Dal 16 al 21 maggio 2012 si è svolto un trekking dell'Et-

na organizzato dal Dipartimento di Salute Mentale dell'ASL Cuneo1 e dal CAI di Torino a cui hanno partecipato 7 utenti del Gruppo Montagna del Centro Diurno accompagnati da 4 soci (di cui 2 infermieri professionali psichiatrici e 2 istruttori AE della scuola di Escursionismo E. Mentegazzi della Sezione di Torino) con il supporto logistico di ACLI (CN) e di accompagnatori del CAI della storica Sezione Linguaglossa (CT). Il trekking svolto è un evento realizzato nell'ambito di un progetto pilota piemontese, denominato "La montagna che aiuta", rivolto a persone con disagio psichico, che prevede un percorso comune a tappe intermedie: da oltre 10 anni il gruppo della psichiatria territoriale di Cuneo utilizza le uscite in montagna, a cadenza settimanale, ai fini riabilitativi, quale integrazione degli altri interventi istituzionali farmacologici, psicologici e di sostegno alla domiciliarità ed al lavoro; gli obiettivi specifici di queste attività sono i miglioramenti della qualità della vita, dell'autostima e dell'autonomia.

La scelta di questa meta, nello specifico la cima più alta dell'Italia del Sud, ha un alto valore simbolico perché ha voluto lanciare un messaggio di vicinanza e unità fra persone che amano le montagne della nostra penisola, in una ideale staffetta tra sezioni del CAI dal Piemonte alla Sicilia, ad un anno dalla ricorrenza del 150° della fondazione del sodalizio ad opera di Quintino Sella.

Altre Sezioni CAI hanno fatto e stanno tuttora facendo attività simili: l'invito di Osvaldo Marengo, Presidente del CAI Torino, è di condividere le reciproche esperienze, continuando a percorrere la strada dell'anima solidale del nostro Club.

Ornella Giordana e Marco Battain

Accompagnatori della scuola di escursionismo Ezio Mentegazzi

