

Montagnaterapia, in Piemonte sempre più persone ne apprezzano i benefici

Piemonte Top News 4 ottobre 2018 Simona Cocola 381 Views ami onlus, ASL, cai, montagnaterapia, piemonte

TORINO. Esiste un'associazione per la **montagnaterapia** nominata Ami Onlus, che ha lo scopo di applicare l'approccio metodologico della montagnaterapia, attraverso attività di promozione della salute, di prevenzione e di riabilitazione, sia in età evolutiva, per le diverse problematiche dell'area della disabilità o di quella psico-sociale, sia con adulti ancora in ambito psico-sociale, psichiatrico, cardiologico e delle dipendenze. E le testimonianze dei benefici arrivano proprio dalle persone: *«Io non so come agisca la montagnaterapia, ma so che funziona, aumenta l'autostima e la fiducia in sé stessi. Forse il segreto è la forza del gruppo: fare le cose in compagnia. L'unica cosa che vorrei aggiungere è che a me ha dato molto di più di quanto potessi immaginare»*, scrive V.S.



In Piemonte sono sempre più numerosi gli aderenti a questa “terapia”, dove la natura, e nello specifico la montagna, è vista come luogo che cura, disintossica dalla città, dalla società, regala silenzio e pace. Il termine **montagnaterapia** è stato utilizzato per la prima volta in un articolo a commento del Convegno Nazionale “Montagna e solidarietà: esperienze a confronto”, svoltosi nel settembre 1999 a Pinzolo in provincia di Trento.



A Torino, durante un recente convegno riguardante questo ambito, in cui sono attivi oltre 40 gruppi di cura nell'area della disabilità intellettiva, e 15 nei campi della salute mentale, delle dipendenze e delle problematiche sociali, l'assessore regionale alle Politiche sociali Augusto Ferrari ha sottolineato: *«Il convegno rappresenta un passaggio di maturazione che il movimento di montagnaterapia compie. È l'occasione per incontrarsi tra realtà diverse, in particolare tra servizi turistici e servizi socio-sanitari, per scrivere insieme un documento, una carta della*

montagna che punti a un turismo accogliente per tutti e rivolto a tutte le fragilità. È il primo tentativo del genere nel nostro Paese».

In generale le attività montagnaterapiche sono progettate e svolte grazie al Servizio Sanitario Nazionale, o in contesti socio-sanitari accreditati, in collaborazione con il Club Alpino Italiano e altri Enti, o associazioni accreditate del settore. “La montagna che aiuta”, ad esempio, è un gruppo di soci del Cai Torino che, per le proprie competenze e nell’ambito dell’attività istituzionale, collabora con Asl ed enti vari alla realizzazione di esperienze che utilizzano lo strumento terapeutico della montagna.

«L’obiettivo – ha affermato l’assessore regionale all’Ambiente Alberto Valmaggia – è mettere insieme tutte le esperienze per arrivare entro gennaio a redigere la carta etica della montagna, uno strumento facile con poche regole chiare, precise e utili».