

VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

“La montagna che aiuta”, una risorsa per il corpo e per la mente

Redazione VcoNews · Monday, October 5th, 2020

“**Meno fragili, più forti**”: è dedicata alla **montagnaterapia**, definita una risorsa per il corpo e per la mente, la copertina del numero di ottobre di **Montagne360**, la rivista del Cai. “Tutti dentro, nessuno escluso. È questa l’estrema sintesi di quel che rappresenta per noi la Montagnaterapia”, scrive il direttore della rivista **Luca Calzolari**. “Al netto di tutti i benefici che da questa disciplina derivano, il valore più assoluto è quello dell’inclusione”.

Negli articoli spazio alla sempre maggior diffusione di **una pratica terapeutica-riabilitativa** rivolta a pazienti con disabilità, dipendenze, malattie rare o invalidanti e disturbi mentali o del comportamento, portata avanti nell’ambito del **Servizio Sanitario Nazionale**, o in contesti socio-sanitari accreditati, con la fondamentale collaborazione delle Sezioni del Cai.

«L’esperienza vissuta in montagna aiuta ad affrontare meglio gli ostacoli dell’esistenza», afferma **Ornella Giordana** nell’intervista che apre il focus dedicato al tema. Ornella, una delle promotrici del gruppo “**La montagna che aiuta**” dei **Cai Torino**, è ora referente per la montagnaterapia all’interno della **Commissione Centrale Escursionismo del Cai**, che sta studiando interessanti prospettive di evoluzione di questo tipo di approccio.

Il focus riporta diverse buone pratiche, come quella del **Cai Alessandria**, che ha declinato in pianura queste iniziative, e il **progetto “Di Passo in Passo” di ASST Spedali Civili di Brescia e Cai locale**, rivolto ad assuntori di cocaina e a giocatori d’azzardo patologici, che ha trovato una declinazione efficace anche durante la pandemia. E ancora, le escursioni del **Diab3king**, trekking di tre giorni in quota con ragazzi diabetici promossi dal **Cai Tortona**.

In apertura di numero, oltre al consueto editoriale del Presidente generale, il direttore **Luca Calzolari** si chiede nel suo *Peak & Tip* se l’alto numero di presenze turistiche in montagna lo scorso agosto sia stato **un assalto o un’opportunità**: «questi flussi concentrati e anomali per la montagna estiva, confermati anche dai rifugisti con cui abbiamo parlato, qualche problema lo hanno evidenziato. Primo fra tutti **la sostenibilità di numeri troppo alti**. Avremo tempo di capire meglio e riflettere su cosa fare e cosa evitare per trasformare questi numeri in un’opportunità stabile e sostenibile».

M360 dedica diverse pagine al **Sentiero Italia CAI**, raccontando la prima tranche di riprese (in Piemonte, Valle d’Aosta, Liguria, Lombardia, Alto Adige, Trentino, Veneto e Friuli Venezia Giulia) del **docufilm a esso dedicato** (regia di **Luca Bergamaschi**) che, attraverso tre capitoli e altrettanti narratori, intende «parlare a tutti, nessuno escluso. Non solo a chi la montagna la ama, la

conosce e la frequenta, ma anche ai camminatori saltuari o a quelli che le cime le hanno viste solo dal basso». Il grande sentiero è poi protagonista di **un progetto turistico** sancito da un accordo del Cai con un tour operator e , naturalmente, delle **guide ufficiali** che vedranno la luce il prossimo anno ma che si stanno realizzando in questi mesi.

Un altro approfondimento è dedicato al **Trento Film Festival**, con il racconto di un'edizione particolare, tra sala e streaming, che ha visto vincere la pellicola georgiana **A Tunnel**, mentre la Genziana del Cai è andata al polacco **The Wind**. Una particolare attenzione è dedicata alle **iniziative che hanno coinvolto il Club alpino**, tra presentazioni di libri, premiazioni letterarie (la favola coedita con Salani *Una balena va in montagna* ha vinto il Premio Itas per ragazzi) e conferenze sulla montanità, tra pandemia e crisi climatica (alla quale ha partecipato il Presidente generale **Vincenzo Torti**, con **Luca Mercalli e Mauro Corona**).

Di pandemia ha parlato anche **Enrico Giovannini**, portavoce di AsviS (l'Alleanza Italiana per lo Sviluppo Sostenibile, alla quale il Cai ha aderito). Nell'intervista ha sottolineato che quest'anno «in molti hanno compreso la necessità di **sostenibilità sociale**».

Non mancano in questo numero le proposte escursionistiche che presentano **i tre anelli di diversa difficoltà intorno ad Asiago**, percorribili in mountain bike “tra guerra e pace”, e l'avventura di sette giorni e sei notti immersi nei silenzi della montagna che si può vivere percorrendo **l'Alta Via dell'Adamello**. Altri contributi raccontano il **Film Festival della Lessinia** (il cui primo premio è volato nelle Terre alte del Bhutan) e analizzano il futuro del **fringuello alpino**.

Il portfolio fotografico riguarda la **“copertura” del Ghiacciaio Presena** (Trentino-Alto Adige), dimostrazione degli effetti della crisi climatica. Gli scatti fanno parte di un progetto sulle cause e gli effetti del cambiamento climatico in Italia che il fotografo **Michele Lapini** sta portando avanti da alcuni anni.

Scienza, curiosità, attualità, cronache di nuove ascensioni e notizie dal mondo Cai completano come sempre il numero di ottobre, che anche questo mese, oltre ad arrivare nelle case dei Soci ed essere acquistabile in edicola a 3,90 euro, è consultabile on line.

This entry was posted on Monday, October 5th, 2020 at 6:25 am and is filed under [Lombardia](#), [Piemonte](#), [Turismo](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.