



ANNUARIO ALPITEAM 2023

progetto montagnaterapia



Indice

Chi siamo	pag. 3
Relazione sulle attività del progetto Montagnaterapia 2023 (R.Perolfi)	pag. 4
La montagna che cura (L. Calzolari e R.Mantovani)	pag. 5
Accompagnamento in Montagnaterapia di pazienti con dipendenze patologiche (R.Perolfi)	pag. 10
Il cammino come strumento di cura 2023 (A.Castellani)	pag. 16
L'esperienza di Montagnaterapia in Solaris (S.Perotto)	pag. 22
Con i pazienti del Dipartimento Salute Mentale e Dipendenze (M.Dorini)	pag. 25
Numeri e nomi	pag. 27
Ringraziamenti	pag. 28

Chi siamo

alpiteam è una scuola di alpinismo del CAI (Club Alpino Italiano), che si costituisce nel 1986 e da subito si caratterizza per il proposito di dare ascolto e supporto alle richieste di collaborazione lanciate da comparti sociali, nello specifico, da una comunità di recupero da dipendenze patologiche, l'Arca di Como. Don Aldo Fortunato, il fondatore della Comunità Arca, da appassionato della montagna qual era, notò tra alcuni principi cardine dell'andare in montagna - quali porsi un obiettivo da raggiungere con fatica, forza di volontà e con le "proprie gambe" - assonanza con altri principi fondamentali delle terapie di recupero dei pazienti, ed ebbe l'intuizione che i primi potessero rinforzare i secondi. Fu un precursore della "montagnaterapia", l'attività che alpiteam, da allora, ha incessantemente svolto, organizzando ogni anno corsi di introduzione all'alpinismo (A1 nel disciplinare CAI) per i pazienti della Comunità Arca, alcuni dei quali sono poi diventati istruttori di alpiteam.



Credendo nella validità del binomio montagna-terapia, nel 2015 alpiteam promuove l'iniziativa "Passaggio chiave": una rete di servizi sociali e comunità di recupero da dipendenze patologiche per condividere, confrontarsi e concretizzare progetti in ambiente montano. La proposta, ben accolta da svariati enti,

servizi e comunità, consentirà l'organizzazione di escursioni e trekking per gruppi di pazienti, educatori e istruttori di oltre 70 componenti.

Il covid-19 rallentò l'attività, ma rinforzò la valenza terapeutica della frequentazione della montagna per i pazienti, inducendo i responsabili dell'ASST RHODENSE a chiedere di riavviare le escursioni di montagnaterapia, nonostante le limitazioni della "zona rossa". Con l'autorizzazione e la copertura della Presidenza Generale CAI, ciò fu realizzato.

Venendo al presente, descriviamo brevemente e condividiamo l'attività del 2023.

In sintesi, da febbraio a novembre, abbiamo totalizzato 76 giornate di pratica escursionistica e alpinistica, accompagnando in montagna diverse decine tra pazienti, personale medico ed educatori. L'attività è stata suddivisa in tre blocchi di proposte:

- 1) Corso di introduzione all'alpinismo, per i pazienti della comunità Arca di Como
- 2) Uscite escursionistiche per pazienti delle comunità e servizi diurni della rete "Passaggio Chiave", costituita da: Sert Limbiate, Noa Bollate, Sert Bellano e Lecco, Sert Monza, Comunità Dianova, Comunità Arca, Comunità il Molino della Segrona, Comunità femminile La Costa, Comunità Solaris.
- 3) Uscite escursionistiche per pazienti dei comparti di psichiatria dell'ASST Rhodense.

... l'unico vero viaggio verso la scoperta non consiste nella ricerca di nuovi paesaggi ma nell'aver occhi nuovi.... M. Proust

...Avere occhi nuovi, cambiare prospettiva, non è immediato né facile. Eppure è quello che in parecchie situazioni accade, senza neppure pensarci. Quante volte in montagna abbiamo ripercorso il medesimo sentiero o ripetuto la stessa via di roccia o di ghiaccio ed ogni volta abbiamo scoperto nuovi scorci, nuovi colori, nuovi stimoli, nuovi passaggi, nuove paure, nuove sfide. Ogni montagna ha un nome: da qualsiasi parte la si guardi il suo nome non cambia, ma che diversità tra i versanti, da una parte il ghiacciaio, le piccozze, i ramponi, il freddo gelato e dall'altra la roccia verticale calda, al sole, da scalare "a mani nude". E tutto ciò senza avere "occhi nuovi", solo spostandosi, cambiando fisicamente il punto di osservazione. Occhi nuovi, qui e ora, cogli l'attimo, sono differenti modi per ridestare l'attenzione, per non affogare nella superficialità, nell'automatismo dell'azione, per incitare la coesione di fisico, pensiero e "cuore". E allora, sviluppando l'abitudine ad allertare queste capacità, il cambiamento del proprio sentire e sentirsi fa cambiare anche ciò che si ha attorno e niente è più lo stesso. Il segreto dell'amore, in senso lato, forse sta in questo, avere occhi nuovi per sconfiggere l'abitudine, la noia, l'inerzia.

Questo il tema che nel 2023 ha guidato il nostro progetto, e proprio la ricerca di uno sguardo nuovo è motivo di stimolo e indagine nel cammino delle persone alpine nei percorsi di montagnaterapia che ogni anno facciamo. Tante sono le domande di senso che ci poniamo: come meglio caratterizzare il ruolo di accompagnatori e istruttori in ambiti di montagnaterapia, come affrontare la relazione con i pazienti degli Enti che a noi si rivolgono, cosa significa porsi in un atteggiamento di ascolto empatico, cosa differenzia l'accompagnamento in montagnaterapia dal normale accompagnamento, che obiettivi porre alla base della costruzione delle uscite su terreno, ecc...

Sapendo di dover compiere a piccoli passi una lunga strada, cerchiamo di valorizzare le intuizioni e le sensazioni che nuove si presentano a noi, con caparbia, passione e un po' di soddisfazione.

(per gli istruttori alpine Roberto Perolfi)



Estratto da RAI Play sound La Montagna che cura, 2^a puntata
“Riemergere dalle ombre”

di Luca Calzolari e Roberto Mantovani di cervelliinazione.it.

La dipendenza dalle sostanze, dall'alcool, dal gioco è una vera e propria malattia bio-psico-sociale, che ti scaraventa in un modo di false luci; riemergere da quell'inganno significa approdare ad una dimensione dell'esistenza più consapevole, ricreare una rete di relazioni sociali e poi recuperare la stima di sé, ritrovare quella degli altri e riacquistare una propria autonomia.

Giuliano Fabbrica [GF] è un alpinista di lungo corso ed un istruttore di provata esperienza ed è tra i fondatori di alpiteam, una scuola di alpinismo fuori dagli schemi.

Per Giuliano ed i suoi compagni l'alpinismo è molto più che una passione e l'ambiente verticale è presto diventato un luogo su cui innestare percorsi di cura. Quella di alpiteam è stata una delle prime esperienze italiane di montagnaterapia per il recupero dalle

dipendenze:



“Alpiteam nasce nel 1986. La nostra esperienza nella montagnaterapia – che ancora non si chiamava così - ... negli anni successivi ci fece scoprire che esistevano già dei corsi, ma rivolti alla psichiatria, mentre per le dipendenze (sostanze, alcool) non c’era niente di concreto. Durante il secondo corso con l’Arca di Como l’allora Presidente generale CAI , ing. Bramanti, è stato convinto a venire in comunità per vedere cosa si faceva, ed all’uscita disse: “Questa è una cosa che il CAI deve fare”. Fuori non esisteva nulla, si lavorava esclusivamente con l’ARCA; poi la Comunità Nuova di don Gino Rigoldi s’è rivolta a noi per fare dei corsi; e lì abbiamo fatto dei corsi sia per le comunità di tossicodipendenti sia dei minori e da lì è iniziata una serie di incontri, fino al 2013, quando noi abbiamo formulato l’idea di costruire una rete, chiamata

“passaggio chiave”, con altre comunità ed altri servizi [socio-sanitari] dal 2015 questa rete è operativa e sta facendo un grande lavoro”. (GF)



Siamo al cospetto di una falesia di roccia del Lecchese con la comunità ARCA di Como. È il momento delle riflessioni con i ragazzi della Comunità che si sono confrontati con la roccia, la verticalità, sfidando paure, insicurezze, pregiudizi, ma anche con gli istruttori che li hanno seguiti nei primi passi e nella progressione delle loro esperienze, una tappa importante nel percorso di uscita dalle dipendenze.

“All’inizio non lo ritenevo molto facile, neanche possibile, poi invece, grazie a Beppe ed ai suoi collaboratori, abbiamo pian piano imparato a fare esperienza e poi imparando nodi e tecniche siamo arrivati anche ad arrampicare, cose che io, fino ad

un anno e mezzo fa, non ritenevo possibile. Per me è stato un po’ rinascere, rinascere.”
(Alessandro)

”In pratica la montagna me la sono raggirata come un percorso di vita, cioè partendo dal basso, facendo fatica, ho iniziato ad avere un rapporto di fiducia e di rispetto. Adesso quando ho un momento che – metti – sono un po’ triste, un po’ giù, sento proprio il desiderio di andare in montagna, liberare la mente e lasciare andare i pensieri brutti e respirare.” (Paolo)

“E’ come si fosse acceso un fuoco dentro di me che mi ha portato guardarmi meglio dentro, ad accettare la fatica. Cioè la cosa più importante che ho capito con la montagna è che i limiti, con un lavoro duro, onesto, possono essere spostati. Faccio ancora fatica a fidarmi degli altri, perché non fidandomi io di me stesso, è ovvio molto difficile fidarsi. Comunque l’arrampicata mi aiutato, mi ha aiutato a sbloccarmi su quelle paure lì. Non riesci ad elaborare tutte le emozioni, magari il giorno dopo, due tre giorni dopo ti rendi conto di quello che hai fatto, di aver fatto setto otto tiri insieme ad una persona, che è un istruttore del CAI, che si è fidato comunque di te.” (Mirko)

“Una scossa ce l’hanno data fortissima gli istruttori del CAI, perché ci hanno affrontato come persone, come esseri umani, senza pregiudizi, senza giudicare. Questa cosa non era solo a parole, la sentivi proprio emotivamente, dallo sguardo, da come si avvicinavano, da come ti parlavano quando sbagliavi, e questa cosa è stata molto importante, perché mi sono sentito di nuovo un essere umano anche fuori comunità.” (Carmelo)

“Sono Roberto Perolfi, sono un istruttore di alpinismo, sono all’interno di alpitem. Essere volontario di alpitem significa avere competenze alpinistiche e prendersi cura di questi pazienti, ascoltare e reagire alla proposta che ci viene fatta, al racconto che ci viene fatto, ovviamente utilizzando delle sorte di antenne per fare in modo che la relazione sia sempre non solo rispettosa dell’altra persona, ma addirittura eviti di essere invasiva in un ambito che non ci è assolutamente proprio né in termini professionali, né in termini di conoscenza puntuale di quella che è la storia di quella persona, la condizione. Fare montagnaterapia a me fa bene, fa molto bene, sia perché vado in montagna, ma non vado in montagna così, ma vado in montagna con un obiettivo. L’obiettivo è quello di incontrare queste persone, la sensazione è che a loro serve, e quando a loro serve, serve anche a me.” (RP)

“A me ha dato tanto a livello di spinta vedere proprio negli istruttori la luce nei loro occhi, cioè proprio la voglia di, l’entusiasmo che mettevano nell’insegnarci le cose e nel farle. Loro diventano come dei bambini in montagna, no?” (Selim)

“Al Breithorn è stata una difficoltà enorme, fisicamente e mentalmente perché ogni dieci passi era un ghiacciaio, invece un passo dopo l’altro, con calma siamo arrivati in cima, e poi ho pianto, ho pianto dall’emozione, perché è stata una difficoltà talmente enorme che arrivare fino in cima e vedere tutto quel panorama di neve, di ghiaccio, di altezza, mi sono scese le lacrime, per la difficoltà che ho vissuto e per il risultato che ne ho ottenuto.” (Gabriele)



ooo_ooo

Beppe Guzzeloni [BG] è istruttore di alpinismo ed educatore professionale nel settore delle tossicodipendenze ha una lunga frequentazione con la montagnaterapia. Lo sguardo dell’alpinista e la sua esperienza professionale lo hanno portato a formulare una riflessione sulla capacità pedagogica della montagna:

“Ho cominciato a ragionare più su una pedagogia della montagna che vada oltre all’aspetto particolare della cura, dove fondamentale è il rapporto tra la persona e l’ambiente. Quindi quell’ambiente che mi dà la possibilità di esprimere le mie potenzialità, quell’ambiente lo devo tutelare, quindi questa funzione educativa, pedagogica, che dà la possibilità anche al paziente tossicodipendente di poter vivere il proprio essere cittadino, quindi al di là di qualsiasi stigma. Il mio sogno sarebbe di poter organizzare un corso di alpinismo in cui ci siano utenti di una comunità o di un servizio [delle ASL] con persone che vogliono fare un corso.” (BG)

Passaggio chiave è una rete di cura che mette al centro la condivisione di esperienze; una modalità terapeutica che presuppone il confronto periodico tra le sue diverse realtà. Nelle uscite collettive in montagna gli utenti si incontrano e confrontano le proprie storie di vita e di cura, e lo stesso vale per gli operatori. Angelo [Castellani, AC] e Massimo [Dorini, MD], operatori dei servizi socio-sanitari ci spiegano il significato delle uscite collettive di montagnaterapia.

“E’ una piacevolissima giornata di reincontro di tutta la rete. Ci troviamo insieme, oggi sono presenti tre servizi: due SERT ed un NOA e due comunità terapeutiche del territorio, cioè province di Milano e Lecco “(MD)

“Siamo partiti da Valbrona e stiamo salendo verso il rifugio SEV, verso i corni di Canzo e siamo – direi – una quarantina di persone. È molto bello vedere come il ritrovarsi di persone che arrivano da percorsi diversi sia molto pieno di emozioni e anche di desideri. Si vedono negli sguardi, soprattutto di persone che partecipano per la prima volta, sguardi interrogativi, che si chiedono dove siamo atterrati? “ (AC)



“Queste occasioni favoriscono il matching tra diversi bisogni, diverse esperienze e diverse storie. Quindi fondamentalmente lavoro sul sostegno ad ogni paziente, perché non si sente uno in mezzo a chissà chi. Si sente una persona che condivide la fatica per prendersi cura della propria salute.” (MD).

“La montagnaterapia è un’esperienza che mi è stata permessa dal NOA di Bollate, dove inizialmente non avevo nessuna conoscenza, soprattutto degli aspetti terapeutici che poteva fare a una persona, in questo caso a me, e devo dire che con molta fatica, sono riuscito piano piano a capire l’effetto di questa attività terapeutica. La mia prima uscita è stata disastrosa: avevo forti dolori, non conoscevo come si doveva affrontare un percorso in montagna, però di passo in passo, grazie agli operatori dell’alpiteam ed anche i miei educatori di riferimento, sono riuscito con

successo ad affrontare tutto il percorso di quella giornata, a conoscere le altre persone, piano piano. Quando sono arrivato in cima è stato un momento bellissimo perché mi son detto: caspita ce l'ho fatta.” (Nicola)

ooo_ooo

Alcune comunità hanno introdotto la montagnaterapia come tappa obbligatoria del percorso di cura, come ci racconta Fabiano [Gorla, FG] educatore della comunità Il Molino della Segrona di Noviglio.

“Come entra in comunità, nei primi tre-quattro mesi, c’è subito una proposta di piccolo gruppo di cammino in montagna, quindi non è volontaria, io non chiedo ai pazienti se vogliono andare in montagna o se gli piace, perché non è quello l’argomento. Noi facciamo la proposta perché crediamo che sia qualcosa di utile. È un’esperienza che ha un carattere anche motivazionale perché siamo nel momento in cui i ragazzi stanno decidendo se realmente fare un percorso di cura, quindi assume molteplici significati nei quali sarà poi centrale quello della montagna.” (FG).

“Montagnaterapia è ritrovarsi e guarire con un’altra modalità, soprattutto con la natura. È un altro modo di disintossicarsi diciamo (Goran).

Cosa ci lascia e cosa abbiamo capito al termine di questa seconda tappa? Innanzitutto che per riemergere dalle ombre delle dipendenze, il potere trasformativo della montagna si gioca su alcune dinamiche fondamentali: il gruppo, la condivisione della fatica, l’assenza di stigma e che la montagnaterapia è anche terapia per tutti, non solo per i pazienti.



Accompagnamento in Montagnaterapia di pazienti con dipendenze patologiche

L'accompagnamento in montagnaterapia (MTP), eredita in toto la normativa e le regole etico-comportamentali dell'accompagnamento in montagna.

La richiesta di accompagnamento deve essere inoltrata dall'Ente (ASST, Comunità, Servizio Diurno) al Presidente della sezione CAI formalmente, per iscritto e la sezione ha l'obbligo di rispondere formalmente alla richiesta.



L'accompagnamento in MTP richiede capacità, attenzione e modalità relazionali che è bene individuare.

In primo luogo, dobbiamo considerare che le dipendenze da sostanze, alcol e gioco sono patologie e che gli utenti proposti per la Montagnaterapia sono "PAZIENTI" degli enti proponenti. Tutti infatti

sono all'interno di percorsi di cura che, in ausilio alle cure farmacologiche e psico-socio-educative, propongono la frequentazione dell'ambiente della montagna in quanto fucina di condizioni emotive e animiche utili alla rielaborazione terapeutica. I percorsi di cura hanno durata medio lunga, e si differenziano tra i servizi stanziali offerti dalle **COMUNITA' TERAPEUTICHE** e quelli con accesso giornaliero dei servizi diurni quali **SERD-NOA**.

Le figure e i ruoli che partecipano all'attività di MTP sono tre: i volontari CAI, i pazienti e i professionisti sanitari (educatori, infermieri, medici, assistenti sociali). La condizione **GRUPPALE** è l'ambito privilegiato in cui si svolge la montagnaterapia: attraverso la condivisione di obiettivi e della pratica favorisce la relazione, il confronto e il senso di appartenenza.

Negli ambiti CAI quali gruppi sezionali e/o scuole di alpinismo, l'attività di montagnaterapia si sviluppa come progetto, frutto di una richiesta e di un accordo formale tra l'Ente richiedente (Asst, Comunità, Servizi Diurni) e la struttura CAI coinvolta. Di seguito le macro fasi che caratterizzano lo sviluppo progettuale ed i ruoli coinvolti.

- Richiesta Formale da parte dell'ente alla Sezione CAI (ASST – SERD - Comunità)
- Definizione di obiettivi da parte dell'ente e condivisione con i volontari (Educatori e Volontari)
- Scelta delle attività da svolgere in montagna (escursioni, scalate, alpinismo) alla luce degli obiettivi terapeutici (Educatori + Volontari)
- Stesura del programma di uscite su terreno (Individuazione dei percorsi e delle mete (Volontari)
- Momenti di verifica (Educatori e Volontari)

I volontari CAI non hanno ruolo di terapeuta, sono i “Tecnici della Montagna” e agiscono secondo i principi del dovere di protezione e assistenza, con grande senso di responsabilità e, come “il buon padre di famiglia”.



I professionisti sanitari (educatori, infermieri, medici, assistenti sociali) gestiscono e indirizzano i pazienti e la loro presenza durante le attività in ambiente è indispensabile. La copertura assicurativa CAI in MTP è valida solo se presenti i professionisti sanitari.

Relazioni tra i componenti del Gruppo di MTP

Il Gruppo, formato da pazienti, accompagnatori e professionisti sanitari, è l'ambito in cui l'azione terapeutica della frequentazione della montagna nasce e si sviluppa. Nel gruppo si evidenziano dinamiche relazionali a vari livelli e tra differenti ruoli, sia tra singoli che tra insiemi e schieramenti variabili. Di fatto, la qualità dell'attività di accompagnamento in Montagnaterapia è direttamente proporzionale alla

qualità delle relazioni incrociate che gli attori saranno in grado di costruire.

La relazione tra singoli, quella diretta tra individui, è estremamente importante nel corso delle uscite di MTP, sia quella tra volontari e pazienti, che tra volontari ed educatori e quella usuale tra pazienti ed educatori.

In questo breve scritto si vogliono approfondire alcuni aspetti della relazione tra volontari CAI e pazienti, relazione che si avvantaggia dell'ambiente in cui si svolge, ambiente naturale, aperto, libero da barriere, ricco di stimoli, senza schieramenti tra sani e malati o tra buoni e cattivi. E' in quel felice contesto che gli accompagnatori CAI possono dare il loro miglior contributo, nell'occasione di reciproca conoscenza favorita dal camminare affiancati con i pazienti/utenti/allievi, dal fare buona fatica insieme a loro e, in quanto tecnici della montagna, hanno svariati argomenti da trattare, ad esempio svelando l'ambiente, facendo in

modo di andare oltre il luogo comune che lo vorrebbe magicamente immacolato e silenzioso, raccontandone la natura, la morfologia, mostrando i segni dell'attuale cambiamento del clima e la fragilità che ne deriva, dichiarando l'obbligo di rispettarlo, per rispettare sé stessi e tutto il pianeta, continuando poi nel descrivere in che modo affrontarlo, con quale tecnica camminare o scalare, attenzionando e governando sempre il rischio presente in montagna, parlando anche delle proprie emozioni, delle proprie esperienze e storie con la montagna, delle storie dell'alpinismo, del rapporto tra l'Uomo e la Montagna. In questa atmosfera accogliente, stimolante, priva di giudizi e pregiudizi, condividendo la fatica, il caldo, il freddo, la sensazione, per alcuni forse



nuova, di potere e dovere contare sulle proprie forze ma con l'aiuto di tutto il gruppo, in tale atmosfera in cui la diffidenza non ha spazio vitale, né lo stigma, a volte, i pazienti iniziano il loro racconto. La "richiesta muta" dei pazienti da dipendenze patologiche è non essere stigmatizzati, cioè identificati esclusivamente con la loro patologia, ma riconosciuti nella loro umana individualità, come tutti noi vorremmo essere visti.

Gli accompagnatori ascoltano il loro racconto che, anche se in molti casi drammatico, non attende una risposta, una soluzione, un suggerimento. Nella maggior parte dei casi, il raccontarsi dei pazienti, è possibile considerarlo un segno di fiducia, un sentirsi a proprio agio in quel momento e con quella persona.

Empatia: è la capacità di porsi in maniera immediata nello stato d'animo o nella situazione di un'altra persona, con nessuna o scarsa partecipazione emotiva.

Ascolto empatico è forse il termine che più si avvicina a come porsi durante l'accompagnamento in MTP, andare oltre la percezione della parola, del concetto rappresentato, porsi in una condizione di ricerca e attenzione al particolare, a quello che può esserci dietro l'agito di quel momento. Anche se, probabilmente, non si arriverà a nessuna causa, già intuire e ipotizzare che ve ne sia una, qualsiasi essa sia, consente di mantenere neutralità, la distanza che permette di inquadrare le situazioni e coglierne l'importanza.

Nella relazione, nello scambio di opinioni tra accompagnatore e utente/allievo/paziente, non vi sono argomenti da evitare in assoluto. Tutti però vanno affrontati non dimenticando mai l'atteggiamento empatico che l'accompagnatore deve sempre agire, cioè sforzarsi di andare oltre le parole e/o gli atteggiamenti e di prefigurare l'effetto delle proprie reazioni e risposte.

Parlare di droga? Di politica? Di argomenti "sensibili"? Ok, a patto che siano i pazienti a iniziare e condurre il discorso; gli accompagnatori è bene si astengano da giudizi, pareri, consigli definitivi sulle scelte e le vite altrui. Al di là del beneficio del dubbio che dovrebbe sempre avvolgere ogni giudizio morale o etico su comportamenti altrui, i volontari accompagnatori CAI, non hanno ruolo terapeutico, né conoscenza dettagliata e profonda della condizione emotiva e patologica dei pazienti, indispensabile per valutare e gestire gli impatti psico-emotivi prodotti da confronti diretti e forti.

Se si presentassero situazioni dal dubbio contenuto e nelle quali gli accompagnatori non si sentissero adeguatamente certi sul da farsi, è necessario confrontarsi con l'educatore o il professionista sanitario disponibile. Soluzione questa che consente, agli accompagnatori volontari Cai, di approfondire e perfezionare l'individuale sensibilità e competenza nel ruolo.



Comportamenti

L'accompagnatore CAI accoglie, è disponibile e crede fermamente che sia possibile contaminare positivamente i pazienti con la propria passione per la montagna. Non è mai aggressivo, non invade la privacy del paziente né lo mette in imbarazzo con domande personali o intime, non è amico a tutti i costi ovvero non devono essere cercate forzatamente consonanze esperienziali, quali per esempio un passato di minima devianza, per creare un canale comunicativo privilegiato o semplificato. Con serenità, spontaneità e costanza, l'accompagnatore mantiene viva attenzione ad ogni situazione e particolare, che significa stare sempre nel ruolo, per esempio a partire dalla verifica a inizio giornata dell'abbigliamento, delle calzature, dell'equipaggiamento delle persone che gli sono affidate, inclusi i professionisti sanitari. Deve scegliere il percorso e le mete alla luce delle capacità e condizioni psico-fisiche delle persone affidategli, valutandone l'autonomia deambulatoria

anche informandosi presso i sanitari se sono stati somministrati farmaci con eventuali effetti sulla muscolatura o sull'equilibrio dei pazienti; nei punti del percorso ritenuti rischiosi deve garantire il passaggio sicuro adottando tecniche e soluzioni adeguate. Deve mantenere il gruppo unito evitando lo sfilacciamento delle persone durante l'escursione, mediando tra l'esuberanza dei più atletici e la maggior lentezza dei più affaticati.

Gli accompagnatori devono agire come una squadra, coordinata da un Capogita cui devono sempre fare riferimento. L'autorevolezza del Capogita nasce dalla sua riconosciuta competenza ed esperienza, non è necessario sia un Titolare CAI.

Regole

Le regole determinate dall'accompagnamento devono essere poche, di ordine pratico e volte al controllo e alla gestione del rischio, notoriamente sempre presente in montagna. Dal momento in cui ci si incontra la mattina e uscendo dai veicoli inizia l'escursione, a quando rientrando nei veicoli la sera si concluderà, la responsabilità e la gestione dei rischi determinati dalla pratica escursionistica o alpinistica sono a carico degli accompagnatori, di conseguenza le loro indicazioni e regole sono legge per tutti gli accompagnati. Possono riguardare tutti gli aspetti di interazione con l'ambiente: sicurezza individuale, sicurezza del gruppo, rispetto degli altri, rispetto dell'ambiente. Alcuni esempi:



1) l'apripista, il primo della fila deve essere il Capogita, nessuno lo deve superare e deve essere seguito nella scelta dei percorsi che opererà.

2) alcune specie floreali o arboree o animali sono protette e vanno rispettate, non colte o non disturbate.

3) Vi sono anche regole destinate agli accompagnatori CAI (di Alpiteam in questo caso): durante l'attività di accompagnamento i volontari di Alpiteam devono astenersi dall'utilizzo di sostanze alcoliche. È una decisione presa per rispetto dei nostri utenti, un modo di essere solidali e al loro fianco.

Ovviamente altre regole direttamente inerenti allo status patologico, sono determinate, imposte e verificate dal personale sanitario.

Valutazioni e verifiche periodiche

I volontari CAI sono invitati a partecipare a tutte le fasi di pianificazione del progetto, quindi sia alle riunioni preparatorie che a quelle di rielaborazione delle esperienze vissute.

Queste ultime riunioni sono utili per entrare sempre più nel ruolo di accompagnatore in MTP, per avere feedback diretti da parte degli educatori sui comportamenti agiti, per verificare l'efficacia delle attività proposte e migliorare la programmazione e gli obiettivi per le attività future.

Struttura del Gruppo - Rapporti numerici tra i partecipanti

I professionisti sanitari, anche se in possesso di capacità ed esperienze escursionistiche o alpinistiche, non dovrebbero mai sostituirsi agli accompagnatori nella gestione dell'uscita su terreno. Per stabilire il numero di accompagnatori necessari, a partire dalla numerosità dei partecipanti e dalla conoscenza delle capacità dei medesimi, devono essere ipotizzate: situazioni in cui il gruppo debba separarsi per emergenze (qualcuno che non ce la fa e deve rientrare alla base deve essere accompagnato sia da un volontario CAI che da un sanitario), poter garantire attenzione, controllo e assistenza costante a tutti i partecipanti in qualsiasi momento ed in qualsiasi situazione.

Bibliografia:

Vincenzo TORTI - LA RESPONSABILITA' NELL'ACCOMPAGNAMENTO IN MONTAGNA - commissione centrale per le pubblicazioni Club Alpino Italiano

Sintesi delle lezioni tenute dal Presidente Generale avv. Vincenzo Torti ai 6 eventi RAM

https://www.cai.it/wp-content/uploads/2019/10/RAM_2019.pdf

La Montagnaterapia nel Club Alpino Italiano

https://www.cai.it/wp-content/uploads/2020/12/La-Montagnaterapia-nel-CAI_vol-1-e-2_2020.pdf

Autori vari - MONTAGNATERAPIA ed. Erickson

Roberto Perolfi - I.A. di alpiteam.

“Quando esco per andare a camminare con il gruppo, provo una serenità ed una sorta di contentezza”

Premessa:

Che cos'è una terapia? Secondo la definizione del dizionario Treccani terapia è un insieme di azioni efficaci per combattere le malattie. Le azioni terapeutiche sono quindi, per deduzione, quelle utili a questo scopo.

È in quest'ottica che, in questi ultimi anni, si stanno mettendo in campo, anche nell'ambito sanitario, una serie di azioni di cura meno convenzionali. Nell'ambito del Dipartimento Salute Mentale e delle Dipendenze (DSMD) dell'ASST di Lecco, ad esempio, è attivo un progetto di Montagnaterapia e di attività in ambiente. Si tratta di “un originale approccio metodologico a carattere terapeutico-riabilitativo e/o socio-educativo, finalizzato alla cura ed alla riabilitazione degli individui problematici, progettato per svolgersi nell'ambiente culturale, naturale e artificiale della montagna. Si pone l'obiettivo della promozione di quei processi evolutivi legati alle dimensioni potenzialmente trasformative della montagna” (G. Scoppola e coll. 2007).



Il progetto, presente da più anni all'interno della Rete Dipendenze, è divenuto ormai un'azione consolidata tra le offerte terapeutiche proposte all'interno servizi dell'U.O.C. Rete Dipendenze dell'ASST di Lecco. Di anno in anno tale progetto viene arricchito e ampliato di proposte e contenuti perché, grazie alle sue potenzialità, è considerato, come già evidenziato, a tutti gli effetti attività terapeutica, di recupero e di promozione della salute e di stili di vita sani.

Nel 2023 le tipologie di attività su cui ci siamo cimentati sono state

a) Cammino leggero - gestita in autonomia dagli educatori e rivolta in particolare ai pazienti in fase di aggancio al Servizio o con incertezze nel percorso di cura, con poca abitudine al cammino e/o con qualche difficoltà nell'impegno psico-fisico.

b) Montagnaterapia - realizzata nell'ambito della rete di Servizi e Comunità Terapeutiche (denominata "Passaggio Chiave") e con l'accompagnamento, oltre che di un educatore del SERT/NOA, anche degli istruttori e volontari della Scuola di alpinismo ALPITEAM, rivolta ai pazienti in condizione di maggior stabilità nella cura e che intendevano cimentarsi in esperienze più impegnative.

La parte organizzativa è stata curata in modo da garantire la creazione di condizioni di sicurezza non solo per le specificità delle attività ma anche per le normative e indicazioni legate alla pandemia.

"Camminare può sembrare inizialmente faticoso ma la natura mi fa sentire sempre leggero e tranquillo"

Alcuni dati

19 le uscite di montagnaterapia realizzate con la Rete di Passaggio Chiave, a cui vanno aggiunte l'esperienza del trekking in Liguria di tre giorni e le giornate di Corso di arrampicata in falesia, attività svolte nell'ambito del progetto Montagnaterapia 2023 di ALPITEAM.

26 sono le uscite di cammino leggero realizzate; di cui 6 condotte in autonomia dalle educatrici di Merate.



Gli utenti coinvolti nel corso dell'anno sono stati 35 (6 F; 29 M) con un incremento rispetto all'anno precedente del 60%. Tutti i mesi dell'anno hanno visto la presenza di iniziative: la prima uscita è stata effettuata l'11/1, l'ultima il 20/12.

Nelle uscite della rete di servizi e comunità con gli istruttori e i volontari di Alpiteam “Passaggio chiave”, il totale di Km. Percorsi è stato di 173,04 con una media di 9,1 km ad uscita; 11049 m di dislivello con una media di 581 m.; in questo caso il percorso più lungo è stato di 14,8 Km. con 953 m di dislivello. In questo contesto è inserita anche l’esperienza del Trekking in Liguria fatta nel mese di maggio. Una tre giorni, zaino in spalla, sui sentieri di parte delle Cinque Terre. 18 ore e 30 totali di cammino, più di 40 km. di percorso e 2200 mt di dislivello.



Nell’esperienza di “Cammino leggero” sono stati percorsi 157,84 km totali, con una media di circa 6,1 Km. la distanza massima percorsa in una sola giornata è stata di 11,04 Km.

Valutazione

“E’ sempre bello conoscere altre persone che hanno un problema come il mio, a volte non è facile tenere duro e condividere questa esperienza con loro mi ha aiutato davvero tanto”

La valutazione dell’efficacia della montagnaterapia è molto difficile, in particolare perché sono ancora troppo pochi gli strumenti qualitativi presenti in letteratura (e tra l’altro non ancora validati). Sulle indagini quantitative forse la raccolta dati risulta più semplice, ma comporta un lungo lavoro di elaborazione e le risorse disponibili (in termini di operatori e tempo) sono scarse. Siamo comunque convinti che si possa /debba crescere in questa direzione. Nel corso dell’anno sono state prodotte tre diverse relazioni nelle quali vengono evidenziati alcuni aspetti/risultati del lavoro educativo.

Le frasi che fanno da incipit in questo breve articolo, che sono state raccolte tra i pazienti, ci consentono di evidenziare tre aspetti in particolare, rispetto all’utilità dell’esperienza di cammino e montagnaterapia:

- a) Come “motore/spinta” motivazionale per il cambiamento
- b) Come possibilità nel far ritrovare equilibrio e leggerezza che consentono di far spazio al percorso di cura/cambiamento che la persona sta perseguendo;
- c) Come fonte di sperimentazione di un nuovo/ritrovato modo di vivere le emozioni, le sensazioni, i rapporti interpersonali;

Sono tre diversi aspetti che indicano la possibilità di utilizzare queste esperienze terapeutiche in diverse fasi del trattamento:

- a) Nella fase di aggancio/motivazione, spesso la fase più complicata in quanto le persone che accedono al servizio lo fanno senza troppa convinzione e con una certa “diffidenza” verso il sistema e gli operatori stessi. La frequentazione di attività come queste, insieme ad altre persone nelle stesse condizioni e ad operatori che si mettono in gioco alla pari è di grande aiuto;
- b) Nella fase di trattamento quando, per ottenere risultati, serve una certa continuità di presenza e quindi il poter stare con gli operatori in diversi contesti, non solo formali, consente di stabilire rapporti più spontanei e più solidi;
- c) Nella fase di reinserimento, in quanto consente di sperimentarsi nel recupero di quelle parti di sé che erano state trascurate, come quella dell’uso del proprio tempo al di là del lavoro e della parte dedicata al trattamento, e quella delle relazioni extrafamiliari.



Ricordo che nel contesto delle attività di montagnaterapia con Alpiteam si incontrano non solo gli operatori e altri pazienti ma anche gli istruttori e i volontari di Alpiteam).

Crediamo siano elementi significativi sui quali ci confrontiamo tra educatori ma che ci capita spesso di approfondire con i partecipanti, nel corso delle

uscite, nelle dinamiche di gruppo e in quelle individuali e grazie a due momenti, ormai consolidati, di valutazione che vengono ripetuti ogni volta (1- Confronto in gruppo tra i partecipanti al termine di ciascuna esperienza; 2- Colloqui individuali post esperienza).

I partecipanti hanno preso sul serio l'attività accettando di sperimentarsi anche laddove sentivano di essere più fragili. Ciascuno ha potuto esprimere se stesso nel modo che riteneva opportuno e ha potuto affrontare l'esperienza senza forzature.

Nei riscontri raccolti sono stati evidenziati molti aspetti positivi coincidenti con gli obiettivi che erano stati individuati quali:

- sperimentazione in contesti naturali
- il miglioramento della conoscenza e della consapevolezza del proprio corpo
- il riconoscimento dei propri limiti
- il rinforzo dell'immagine di sé e del senso di autoefficacia
- il prendersi cura di sé e dell'altro
- il senso di fiducia
- la gestione dello stress, degli imprevisti, della paura e della fatica.

Osservando da vicino le persone e condividendo l'esperienza con loro (anche nel viaggio verso e di ritorno dalla partenza), soprattutto con coloro che hanno dato una certa continuità di presenza, ci siamo accorti di come è cambiato, in alcuni di loro, l'approccio al percorso di cura, la motivazione al cambiamento e alla tenuta su scelte di astensione da comportamenti di dipendenza. A volte il confronto spontaneo nato tra i partecipanti ha dato modo di parlare dei progetti individuali e sulle problematiche e difficoltà personali generando stimoli verso il miglioramento. Siamo convinti che tutto questo "materiale" contribuisca a dare significato e valore a questa proposta.



Per finire...altri aspetti significativi e preziosi

- Il continuo e proficuo confronto tra colleghi di diversi servizi per le dipendenze, con i colleghi delle Comunità Terapeutiche, con gli istruttori e i volontari di Alpitema nell'ambito della Rete di passaggio Chiave; si ragiona su obiettivi, significati, valutazione, miglioramento.
- L'utilizzo del cellulare di servizio con relativa messaggistica WhatsApp che ha garantito e garantisce immediatezza di contatti e comunicazioni per i partecipanti alle attività di cammino e montagnaterapia (e non solo) e che consente anche una diversa modalità di raccogliere documentazione, valutazioni e vissuti sull'esperienza;
- Una ricca ed interessante banca dati dei percorsi affrontati (lunghezza, durata, dislivello altimetrico, consumi calorici ...) oltre ad un altrettanto ricca documentazione fotografica delle esperienze (consentita previa raccolta dei consensi).

Angelo B. Castellani - educatore professionale



Il 2023 ha rappresentato per la Comunità Solaris un anno di ripartenza con l'attività di montagnaterapia e con l'esperienza di Passaggio Chiave. Dopo il freno a mano imposto dalla pandemia, dalla fine del 2022 la nostra Comunità ha ripreso con costanza a partecipare alle uscite organizzate, ogni due settimane insieme ai servizi territoriali (Sert e Noa) e ogni sei settimane insieme agli altri servizi residenziali parte della rete.

L'esperienza svolta è stata fonte di emozioni intense e una preziosa occasione di scoperta per i nostri ragazzi, alcuni dei quali per la prima volta si sono interfacciati con il mondo della montagna, con la sua natura incontaminata, i suoi silenzi, i suoi ritmi e con una dimensione di fatica fisica e mentale del tutto nuova. Una fatica che mette la persona a contatto con se stessa e con le proprie emozioni e nelle condizioni di porsi degli obiettivi concreti da raggiungere, mettendosi alla prova e scoprendo così i propri limiti ma al contempo le proprie risorse. Questo dà anche l'idea del poter contare sulle proprie forze e del "potercela fare", nonostante gli ostacoli, gli imprevisti, la stanchezza e la frustrazione. In questo senso, il saliscendi proprio della montagna viaggia in parallelo con il percorso terapeutico in comunità, dove le persone con un disturbo di tossicodipendenza, giorno dopo giorno, faticano per riscoprire il valore della cura di sé e per trovare quegli strumenti che gli consentiranno di riabilitarsi e ricostruirsi un progetto di vita nuovo.



Il valore che questa esperienza ha assunto è anche radicato profondamente nella dimensione relazionale del gruppo: qui ognuno porta la propria individualità, aprendosi gradualmente all'altro, e si origina un confronto significativo con gli utenti e i professionisti di altri servizi e con gli istruttori di Alpitem, capaci di raccontare a 360° l'ambiente della montagna e la propria esperienza e di creare un clima sereno che consente a noi che li seguiamo di affidarci alla loro guida esperta e attenta. Questa dimensione corale viene costruita di volta in volta grazie al contributo di tutti e la possibilità di rielaborare l'esperienza all'interno di ogni uscita durante la giornata rappresenta un'occasione importante per dare un senso al cammino e a ciò che si è provato.

L'attività dell'anno scorso ha visto la partecipazione di 7 utenti della Comunità e le uscite sono cresciute progressivamente per complessità e richiesta di impegno. Tutte ci hanno

lasciato qualcosa in termini di benessere psico-fisico, che è stato riportato e rielaborato nella quotidianità in comunità, anche se talvolta è rimasto solo un pezzetto all'interno di un percorso più ampio, conclusosi non sempre positivamente. Tra le varie esperienze, il Trekking di tre giorni organizzato a maggio nel territorio della Cinque Terre penso renda al meglio i concetti fin qui espressi, per l'investimento rappresentato su più fronti (fisico, emotivo, relazionale).

Come operatrice, abituata per esperienza personale a frequentare l'ambiente della montagna, ho conosciuto un modo inedito di camminare e di stare a contatto con la natura, più lento e pensato, e ho acquisito uno sguardo nuovo, che sono stati gli stessi



ragazzi a fornirmi: li ho osservati trovare il proprio passo in mezzo a tante persone diverse; raccontarsi e raccontare un pezzo della loro storia; ritrovare la dimensione del gioco e del divertimento; manifestare stupore per la bellezza dei paesaggi e per se stessi, scoprendosi capaci di sostenere una fatica tangibile, nel raggiungere una cima, e guardandosi come persone, e non solo come tossicodipendenti, nel riuscire a stare a contatto con gli altri e a trarne beneficio. Ho visto quanto la proposta di un'esperienza per me abituale e in parte scontata possa diventare unica, arricchente e trasformativa per coloro che, a causa dell'uso di sostanze, hanno vissuto tanta marginalità e perso molto e cercano un modo per darsi una nuova prospettiva. L'aprirsi a questo mondo, che è quello della montagna e della natura, il conoscerlo e il viverlo con tutti i propri sensi infonde serenità e forza e rappresenta un'occasione potenzialmente portatrice di un cambiamento per il proprio futuro.

Silvia Perotto educatrice professionale Comunità Solaris

Testimonianze dei pazienti

Per me è una bella attività, utile, costruttiva, che vorrei portare avanti anche fuori dalla comunità. Le uscite le ho vissute tutte bene, l'ambiente e il clima sono stati positivi e la

dimensione del gruppo è stata bella, soprattutto nel gruppo più ristretto, perché in queste occasioni c'è stata la possibilità di parlare e di conoscersi ancora di più.

Ho vissuto questa esperienza come una novità, faticosa ma bella. Mi ha sempre lasciato delle belle sensazioni, soprattutto una sensazione di libertà e le uscite hanno rappresentato il riuscire a dare un senso diverso alle giornate. L'uscita più bella è stata la prima uscita, lì siamo saliti molto di altitudine e il paesaggio era bellissimo. Ho legato molto con le guide di Alpiteam.

Ho vissuto una bella esperienza, tornando in montagna mi sono risentito a casa. Ero abituato ad andare ma prima lo facevo in modo diverso e quando arrivavo in cima non era la stessa cosa. Ho ritrovato la via giusta. Con il gruppo mi sono trovato bene, è stato divertente, e il mio fisico ne ha beneficiato.

L'esperienza è stata bella e l'ho sempre vissuta bene. Ho riscoperto gli spazi aperti e la natura, che non ricordavo più; mi piace la serenità che ti lascia e rappresenta una valvola di sfogo. Ho scoperto un modo diverso di camminare.



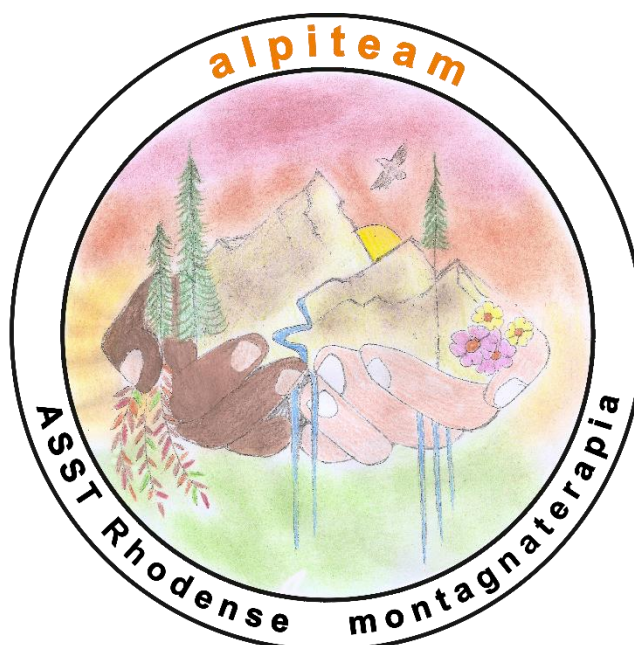
L'anno 2023 ha confermato l'importanza della sinergia Alpiteam-ASSDT Rhodense per i percorsi di montagnaterapia rivolti ai pazienti del DSMD (Dipartimento Salute Mentale e Dipendenze)

Si è confermata per l'intera annualità l'uscita settimanale, alternando i pazienti dell'area delle dipendenze a quelli in carico ai servizi di psichiatria ambulatoriale. È significativo sottolineare come, soprattutto in riferimento ai secondi, oltre al gruppo che rappresenta lo zoccolo duro, si è proposta l'adesione alle attività anche ad altri che non avevano ancora fatto esperienza di montagnaterapia.

Come nelle proposte degli anni precedenti, salvo rare situazioni, l'entusiasmo nel misurarsi con l'attività esterna in montagna, è stato rilevante (è una costante, infatti, da parte dei pazienti la richiesta di conferma della data successiva...)

In talune occasioni si è inoltre deciso di fare "uscite congiunte" (pazienti psichiatrici con pazienti in carico ai servizi per le dipendenze) soprattutto in quelle occasioni in cui l'obiettivo primario era la socializzazione, una prova con esiti non scontati alla luce delle diverse specifiche criticità, ma che ha comunque dato risultati positivi, grazie anche ai "principi di mutualità e collaborazione" che l'ambiente di montagna sollecita, andando inoltre a riconoscere la risorsa peculiare di ognuno e il contributo che può dare a un gruppo eterogeneo.

È inoltre importante sottolineare come l'attività non si riduca soltanto al singolo momento dell'uscita, ma prenda forma anche negli altri ambiti della progettazione terapeutica, tanto da coinvolgere anche il laboratorio di arteterapia, dove, gli stessi pazienti hanno lavorato riportando i vissuti esperienziali e prodotto quello che probabilmente non è un semplice "logo" ma la rappresentazione della varietà emozionale vissuta durante l'attività di montagnaterapia.



Alla luce di queste valutazioni, l'ASST Rhodense ha deciso di costituire, per il 2024 un gruppo di studio e ricerca (coordinato dal Dott. Toscano) per la realizzazione di griglie di

validazione scientifica dell'attività terapeutica, considerando l'impatto della suggestione vissuta nell'ambito montano; probabilmente entro il termine dell'anno corrente si riuscirà a avere un documento che riesca a definire meglio quel che "se te lo spiegano non capirai, ma se lo senti lo sai!" (Cit. Jovanotti).

È doveroso riconoscere, in tutto questo, l'apporto fondamentale e insostituibile di Alpiteam, che negli anni e con i suoi istruttori, ha saputo instaurare un fondamentale rapporto di fiducia con i partecipanti (i quali, arrivando frequentemente da condizioni di marginalità, generalmente tendono a diffidare) anche in virtù delle elevate competenze tecniche relative all'andar per monti.

Ad oggi, il gruppo che partecipa alle uscite, composto dai pazienti, operatori ASST e istruttori/accompagnatori Alpiteam, malgrado la notevole eterogeneità, è di fatto molto unito, molteplici sono le attenzioni reciproche fra i partecipanti e trasversale è il grande entusiasmo (non trascurabile indicatore di benessere) per lo stare assieme e scoprire la montagna!



Considerando il notevole sforzo per garantire l'attività settimanale, (non potendo pensare di incrementarla...) auspichiamo che la collaborazione prosegua anche per il 2024 (e gli anni a venire), con la medesima efficacia.

Infine, non troviamo le parole per riconoscere il nostro più sentito ringraziamento ad Alpiteam, ai suoi uomini e alle sue donne, per il contributo dato alla riuscita di quanto fatto in questi anni, che ormai non è più solo sperimentazione.

Massimo Dorini, Educatore professionale ASSDT Rhodense

PROGETTO DI MONTAGNATERAPIA 2023: NUMERI E NOMI

Uscite alpiteam anno 2023			giornate di presenza				
Capitolo	Comunità o servizio	n° uscite	alpiteam	operatori	utenti	totale	note
Passaggio chiave	Arca Femminile "La Costa"	11	47	12	87	146	1)
Passaggio chiave	Servizi: Sert. Noa e Comunità	8	51	51	155	257	2)
Passaggio chiave	Molino della Segrona	8	11	11	48	70	
Passaggio chiave	Dianova	8	32	16	66	114	3)
Passaggio chiave	Pschatria ASST Rhodense	16	110	76	146	332	
Passaggio chiave	SERT LC e Limbiate, NOA Bollate, SOLARIS	14	83	54	158	295	
Corso alpinismo A1	Arca Como	11	80	10	109	199	4)
Totale		76	414	230	769	1413	
Media			5,4	3,0	10,1	18,6	
note	1) compresa una lezione sul 1° soccorso						
	2) di cui una uscita di 3 giorni di trekking						
	3) escluse 2 sospese per pioggia						
	4) comprese due uscite di 2 giorni						

Istruttori e Accompagnatori del Progetto MTP 2023

Istruttori Nazionali Alpinismo: Giuliano Fabbrica (emerito); Angelo "Kocis" Pozzi; Franco Tessari

Istruttori Regionali: Beppe Guzzeloni, Roberto Perolfi, Italo Trezzi, Enrico Valsecchi

Istruttori Sezionali: Leonardo Baletti, Fabrizio Ballabio, Efisio Cani, Gianni Carrino, Guido Ceregalli, Franco Daffara (disegno), Federico Ferrari, Virginio Guzzeloni, Luigi Lattuada, Ennio Lodola, Augusto Minotti, Domenico Netti, Vittorio Rusconi.

Accompagnatori: Lorenzo Dotti (editing), Giuliano Formenti, Iolanda Formenti, Alvaro Mariani (fotografia), Ugo Mauri, Angelo Meani, Camilla Sala (amministrazione e fotografia), Enrica Villa.

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

Le sezioni CAI di provenienza: Bovisio Masciago, Como, Lecco, Mariano Comense, Milano, Milano SEM, Monza, Saronno, Seregno, Seveso, Valmadrera.

<http://www.alpiteam.it/>

<https://www.facebook.com/groups/alpiteam/>

Ringraziamenti



Al Gruppo Grotte Milano che ci ha accompagnato in grotta un sentito grazie.

I "Nuovi del Mulino" hanno realizzato uno spassoso spettacolo per la raccolta fondi a nostro favore.

Grazie anche a loro

I "Nuovi del Mulino" presentano:

Signora Clackett
Doty Otley
Laura Bernasconi

Roger Tramplemain
Garry Lejeune
Alessandro Castoldi

Philip Brent
Frederick Fellowes
Antonio Martello

Vicky
Brooke Ashton
Nicola De Grandis

Flavia Brent
Belinda Blair
Paola Vianini

Uno scassinatore
Salsdon Mowbray
Alessandro Pessia

Poppy Norton-Taylor
Assistente alla regia
Monica Paganini

Lloyd Dallas
Il regista
Mino De Grandis

Tim Allgood
Assistente di scena
Fabio La Rosa

RUMORI FUORI SCENA
Tratto dall'omonima commedia di Michael Frayn

Regia: Roberto Artelli - Assistenti di scena: Serena Balzarotti e Silvia Dileo - Scenografi: Leonardo Boletti e Mino De Grandis - Tecnici luci/suoni: Roberto Carlin e Dario Tagliabue - Fotografia: fotomatori Fio M.

Teatro "Il Mulino", Fino Mornasco - P.zza Odescalchi
Ingresso: intero €12,00 - ridotto €5,00
Prenotazioni: 351 6420407 - 334 9141048 - 3495287030
Recliste: 26 dicembre h20-45 sabato 14, 21 e 28 gennaio h20-45

Con il patrocinio e la collaborazione di:
Si ringrazia:



E grazie anche allo scrittore Paolo Cognetti che ci ha affiancati in un'uscita.

Il progetto Passaggio Chiave è stato realizzato grazie al sostegno determinante del Club Alpino Italiano, specie per i trasporti e le assicurazioni, e di DF Sport Specialist per l'abbigliamento e le attrezzature.

Senza il loro aiuto saremmo rimasti in mutande. A loro un sincero ringraziamento



<http://www.alpitem.it/>

<https://www.facebook.com/groups/alpitem/>

