



ANNUARIO ALPITEAM 2024

progetto montagnaterapia



Sommario

Chi siamo.....	3
L'angolo del caminetto di alpiteam: la sua gente racconta e si racconta.....	4
Testimonianza di Franco Daffara.....	4
Roberto Perolfi intervista Camilla Sala	6
Roberto Perolfi intervista Angelo "Kocis" Pozzi.....	12
Formazione accompagnatori in Montagnaterapia.....	18
Utenti: Evoluzione socio-scientifica.....	18
Relazione sulle attività del progetto Montagnaterapia 2024	20
La cordata: racconto autobiografico a tre voci.....	21
Testimonianze di Utenti.....	26
L'attività 2024 in numeri e nomi	32
Ringraziamenti	33

Chi siamo

alpitem è una scuola di alpinismo del CAI (Club Alpino Italiano), costituitasi nel 1986 e da subito ha dato ascolto e supporto alle richieste lanciate da comparti sociali, nello specifico, da una comunità di recupero da dipendenze patologiche, l'Arca di Como grazie all'intuizione del suo fondatore don Aldo Fortunato. Fu un precursore della "montagnaterapia", l'attività che alpitem, da allora, ha sempre 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 alpitem.

Credendo nella validità del binomio montagna-terapia, nel 2015 alpitem 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.

Qui condividiamo l'attività del 2024: da febbraio a novembre, abbiamo totalizzato 74 uscite 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: Noa Bollate, Serd Lecco, Serd Limbiate, Serd Monza, Serd Pavia, e le Comunità: Arca di Como, il Molino della Segrone, e Solaris.
- 3) Uscite escursionistiche per pazienti dei comparti di psichiatria dell'ASST Rhodense.

L'angolo del caminetto di alpiteam: la sua gente racconta e si racconta

Il fuoco guizza, canta, rassicura, entra negli occhi e ristora i sentimenti, predispone la memoria, favorisce i ricordi e il suo calore allinea le emozioni positive degli astanti, li prende per mano, li chiama al racconto, chiede l'abbandono alla confidenza.

È questa l'immagine dell'ambiente ideale in cui volteggiano storie di uomini, donne, monti, pareti che le persone di alpiteam custodiscono dentro di loro e che in questo ambiente, se raccontate, prendono vita e divengono conoscenze comuni, regali dell'amicizia, tendini potenti dei muscoli e dello scheletro di alpiteam.



Testimonianza di Franco Daffara

Sono un sopravvissuto. Ho cominciato ad arrampicare nei primi anni 60, con un amico, avendo come unico maestro un manuale, eravamo autodidatti, inesperti e attrezzati con scarponi e moschettoni di ferro, abbiamo corso diversi rischi. L'amico era Fulvio Aurora, che poi gestì per quasi vent'anni il Rifugio Brioschi sul Grignone. Con lui e con altri compagni, che avevo avviato all'alpinismo, e mio fratello Alberto realizzammo diversi sogni giovanili (spigolo Nord e Via Cassin al Badile, Vinci al Cengalo, Sperone della Brenva e via Major al Bianco...).

Agli inizi degli anni 80 conobbi Giuliano Fabbrica, direttore della scuola di alpinismo del CAI Seregno "R. Cabiati", che mi invitò a fare l'aiuto-istruttore, accettai, pur temendo di non esserne all'altezza, ma pensando di rimpiazzare in qualche modo mio fratello ucciso da un sasso sul Campanil Basso che stava scalando con Italo Trezzi.

Poi nell'86 Giuliano, aiutato dall'avvocato Felice Damaggio, decise di staccarsi dalla "R.Cabiati" e di fondare una scuola di alpinismo non legata ad una sezione CAI, ma a disposizione delle sezioni che – per mancanza di istruttori – non potevano avere una propria scuola. Nacque così alpiteam, inizialmente tollerata se non osteggiata dal CAI Centrale, finché il lungimirante Gabriele Bianchi ci sdoganò ed aiutò.

Alpiteam tenne corsi con varie sezioni (Concorezzo, Voghera, GAM...) fino all'incontro con don Aldo Fortunato, fondatore della Comunità Arca di Como per il recupero dei tossicodipendenti. Egli, da appassionato della montagna, notò la somiglianza tra i valori dell'alpinismo - porsi un obiettivo da raggiungere con fatica, forza di volontà e con le

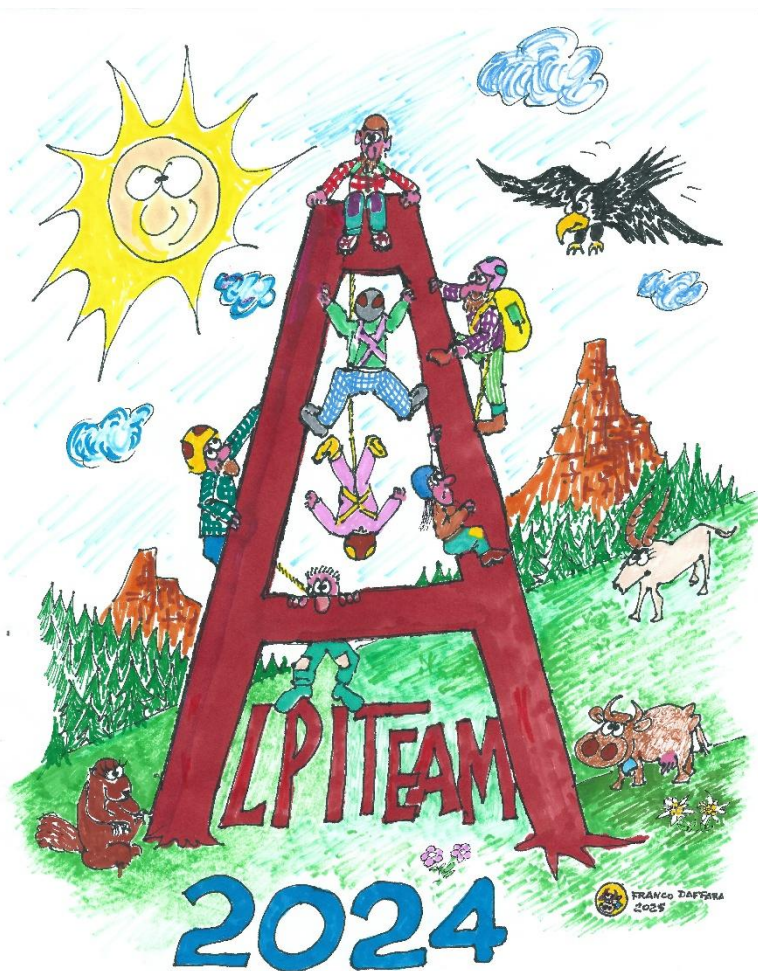
“proprie gambe” - con quelli delle terapie di recupero dei pazienti, ed ebbe l'intuizione che i primi potessero rinforzare i secondi. Alpiteam raccolse il suo invito di attivare un corso di alpinismo per i ragazzi della Comunità. Da allora alpiteam operò in parallelo con le sezioni del CAI e l'Arca, fu l'inizio di quella che oggi si chiama montagnaterapia.

Tra gli istruttori ho un ricordo vivissimo di Gabriele (Lele) Spinelli di Seveso, che avevo conosciuto in seminario, dove siamo stati entrambi per un paio d'anni. Lele si laureò poi in filosofia e divenne insegnante.

Oltre che un bravo scalatore era una persona dalla personalità ricca e positiva; con lui e Carlo Bambusi salimmo il Canalone Gervasutti al Mont Blanc du Tacul. Entrò come aiuto istruttore al primo corso per Arca con otto allievi. Morì il 2 agosto 2010 durante un'arrampicata con Beppe e Virginio Guzzeloni al Sass Pordoi, era capocordata e forse finì fuori via; dietro uno spigolo, non visibile, i fratelli lo sentirono pronunciare “volo” senza emozione e poi più nulla: aveva battuto la testa. Beppe lo tenne con la corda fino all'arrivo dell'elicottero. In quel giorno ero in zona, a Bellamonte di Fiemme, accompagnavo i ragazzi di una casa vacanze: ne fui informato dalla moglie di Beppe e rimasi costernato.

Lele proponeva ai ragazzi della comunità di salire ferrate e vie non difficili per non spaventarli. Ricordo anche certi periodi particolari, ad esempio quando scoppiò l'HIV, che spesso colpiva persone dipendenti da sostanze; io ero preoccupato a fare ferrate con loro, per le potenziali ferite da sangue infetto, così cercavo di essere il primo a salire.

Dovevamo dare ai ragazzi solo il supporto tecnico, senza entrare nella parte psicologica e terapeutica, anzi meglio non provarci proprio, per non fare danni. Evitare gli alcoolici, non fare domande, solo ascoltare e raccogliere confidenze se decidevano di aprirsi. E non erano



solo dipendenti da stupefacenti, ricordo le confidenze di un quarantenne alcoolista e ludopatico, che si era giocato due appartamenti.



Ma sei felice quando vedi che un ragazzo si applica, che riesci a fargli piacere la montagna, ed evitare la paura. Alcuni hanno continuato ad arrampicare dopo aver lasciato la Comunità, e qualcuno è uscito definitivamente dal tunnel.

Quando c'erano i soldi facevamo anche uscite di più giorni, come in Dolomiti in cima al Lagazuoi dalla galleria degli alpini della grande guerra, quella volta sbagliai buso, buttando fuori la testa vidi una parete di 200 m sopra e sotto e decisi di ritornare sul sentiero normale perché annottava.

I soldi: inizialmente da Longoni avevamo materiale gratuito per i ragazzi e forti sconti per gli istruttori, poi ci finanziò il CAI Lombardia, ma anche la vedova di Spinelli Liliana

Cattaneo ci procurò un contributo dalla Banca Intesa che ci consentì la bellissima esperienza “da zero a tremila” in Abruzzo nel 2017.

Ho anche cercato di portare in montagna mia moglie Mercedes: la Segantini, i Magnaghi, una corda doppia: ho rischiato la separazione, ma siamo ancora insieme dopo 52 anni. Ho smesso di arrampicare dieci anni fa, a 72 anni, ma vado ancora in montagna.

Un giorno incontrai in Grignetta il grande Riccardo Cassin già anziano, che mi disse “Regordes che l’arte d’un alpinista l’è quella de diventà vecc”.

Lui ci è riuscito... e forse anch’io!

Testimonianza raccolta da Lorenzo Dotti

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

Roberto Perolfi intervista Camilla Sala

RP: Camilla sei stata in alpiteam dall'inizio e sei tra i fondatori di questa iperattiva scuola di alpinismo del Cai, ma di questo parleremo dopo. Ora vorrei che tu mi raccontassi della tua forte, fortissima passione per la montagna. So che la domenica tu, con un gruppo di storici amici, uscite con qualsiasi tempo e che vi siete dati un nome particolare per il gruppo...

CS: Zoccolo duro, che non molla mai....

RP: Cosa ci sta dietro perché il maltempo il freddo il disagio non vi scoraggiano, che sentimento vi spinge?

CS: lo sto benissimo quando vado in montagna: quando piove e il tempo è brutto, c'è poca gente, magnifico silenzio anche nei rifugi, la montagna smette di esser un parco giochi e torna come prima, come una volta.



RP: Però andate in giro anche quando c'è il sole, non solo quando piove...

CS: Però quando piove mi piace particolarmente

RP: Equando hai iniziato a star bene in montagna?

CS: Ero una che andava al mare, poi una mia collega dell'ufficio di Milano mi ha chiesto di andare una domenica in montagna, meta: la cima del Grignone. Ne sono uscita distrutta dicendo: "mai più"! Ma poi ho ripetuto l'esperienza partecipando all'apertura del Rifugio Longoni e lì, si proprio lì, è nato il mio amore per la montagna nel rifugio Longoni.

RP: Ho visto alcune foto in cui tu appari su importanti vette alpine e mi sono fatto l'idea che tu sia stata una buona alpinista...

CS: Beh, quando poi mi sono iscritta al CAI ho conosciuto due ragazzi, amanti delle escursioni in alta quota e, non senza fatica, mi sono fatta accettare; dicevano: "non credere che perché sei una ragazza..." e così, con loro ho fatto tanti 3000 e 4000 sulle alpi, il Gran Paradiso, il Bernina, il Monte Bianco, il Monte Rosa, le 13 cime, Gran Zebrù, l'Adamello. Noi tre soli, e, con reciproca fiducia e costanza, si è consolidata un'amicizia che dura tuttora, purtroppo, uno di loro, per malattia, se ne è andato prematuramente. Anche se non ho

frequentato corsi e non mi considero una grande alpinista, con loro ho fatto anche vie di roccia, in Grigna e in Dolomiti, ero una buona seconda di cordata, si fidavano di me. Inoltre, al CAI Seregno in quel periodo, non c'erano molte ragazze così attive e appassionate di alpinismo, forse allora ero la sola.

RP: A questo punto, mi sembra indispensabile chiedertelo: quanto c'entra la montagna nell'incontro con Giuliano, allora apostrofato come "quèl famùs" nell'ambiente CAI di Seregno?

CS: Mah, ci si conosceva ma niente di che... poi per caso, una domenica mattina non avendo altri agganci, si è auto-aggregato alla nostra cordata diretta alla Cresta Ongania e da lì abbiamo continuato a fare alpinismo insieme, ad arrampicare, in giro per le alpi, per esempio sul Campanil Basso, sul Cervino e parecchio in Grignetta, che mi è rimasta dentro profondamente.

Come diceva infatti Cassin. " si dice semplicemente andare in Grigna, ma la Grigna non è una cima, la Grigna è un mondo "

RP: Eravate una "coppia alpinistica"

CS: Sì, direi anche piuttosto ben assortiti, io come attenta seconda di cordata mi sono guadagnata la sua fiducia, tant'è che anche l'anno in cui è nato Nicola, il nostro primogenito, in ferie a Sormano, alternavamo un giorno con nostro figlio ed uno a scalare in Grigna o in Medale e Nicola stava con la nonna.

RP: Delle tue imprese alpinistiche, quali sono state le più importanti e significative?

CS: Beh, il Basso e il Cervino erano due miei sogni, ma anche il Trekking nella Valle del Kumbu, in Nepal, e quello in Marocco nell'Alto Atlante, con la salita del Monte Toubkal di mt. 4.167 ma anche le scalate in Grigna fatte con Giuliano o come aggregata ai corsi della scuola di Seregno.

RP: Per cui stiamo parlando dei primi anni '80, circa sei anni prima della fondazione di alpiteam?

CS: Sì eravamo molto attivi nella scuola Renzo Cabiati poi, nel 1986 si costituisce alpiteam e nello stesso anno nasce Michele, nostro secondo figlio.



RP: E come hai gestito tutto: famiglia, lavoro, montagna, alpiteam?

CS: Beh, con due figli, il lavoro, ecc...ho ceduto pro-tempore, i miei incarichi istituzionali all'amico Elia. Però in passato, il desiderio di montagna a volte aveva il sopravvento, pensa che quando Nicola aveva solo un anno, per un intero mese l'abbiamo lasciato a mia mamma, e noi siamo andati in spedizione in Perù per un trekking nella Cordillera Blanca con la salita all'Yanapaccha Chico di mt. 5120 e al Nevado Pisco di mt. 5.800 e, qualche anno dopo, in spedizione sull'Ararat di mt. 5.137, lasciando Nicola a mia sorella. Poi, con due figli, io mi sono limitata a passeggiate nelle nostre zone per Giuliano invece tutto, o quasi, è continuato come al solito

RP: Tornando ad alpiteam, oltre a te c'erano altre donne nello staff?

CS: Mah, nello staff con incarichi non ne ricordo, se non per qualche periodo, quando avevo lasciato per dedicarmi alla famiglia, come Sabrina Frigerio segretaria e accompagnatrice e Liliana Bambusi che partecipava alle uscite con i corsi come aggregata o accompagnatrice.



RP: Qual era il "sentiment" che animava le persone che hanno dato forma all'idea alpiteam ?

CS: Fondamentalmente era il bisogno di poter fare ciò che era necessario fare, liberandosi da regole e laccioli, da quella sorta di tradizione che sovrastava l'organizzazione delle scuole CAI e che imponeva che fossero affiliate ad una sezione che ne gestiva sia il budget che le attività e le iniziative, spesso con mentalità poco elastiche.

RP: Qual era il legame tra i fondatori di alpiteam?

CS: Certamente dimenticherò qualcuno ma innanzitutto l'Avv. Felice Damaggio primo e unico presidente di Alpiteam, INA-Giuliano Fabbrica, INA Angelo Kocis Pozzi, INA-Franco Tessari, IA-Lele Spinelli, IA-Carlo Bambusi, IA-Beppe Verga, Franco Daffara, Augusto Minotti, Gigi Menegolo, Paolo Cesana e tanti altri istruttori che avevano lasciato la vecchia scuola per abbracciare questo nuovo progetto.

Tutti loro condividevano la passione per la montagna, l'essere alpinisti, essere amici, essere istruttori e voler portare le loro competenze, conoscenze e capacità alpinistiche laddove erano richieste e necessarie; anche se l'istituzione CAI non ne comprendeva l'importanza, in ciò inclusa tutta l'attività di volontariato con le comunità per dipendenze, nata per un fortuito incontro tra un educatore della comunità ARCA di Como ed un istruttore Alpitem. Alpitem, nel CAI, è sempre stata considerata un'anomalia, spesso un po' fastidiosa, riconosciuta per le attività sempre svolte con merito, ma più tollerata che accettata.

RP: E oggi che sei accompagnatrice e l'amministratrice unica di alpitem che differenze noti tra l'alpitem dei primi anni e quello attuale?

CS: Le attività attuali e quelle di una volta sono molto differenti tra di loro. I primi tempi c'erano molti istruttori, alcuni erano alpinisti molto forti e si facevano corsi, diversi corsi



ogni anno per sezioni CAI che non avevano la scuola di alpinismo, per la comunità Arca, corsi di formazione per accompagnatori di alpinismo giovanile, sessioni di formazione per la protezione civile, per associazioni di rafting. Oggi oltre al corso di alpinismo per la Comunità Arca di Como, facciamo

accompagnamento in montagnaterapia per utenti dei reparti di psichiatria dell'ASST Rhodense e per Passaggio Chiave, rete di Comunità e Servizi per dipendenze patologiche, per un totale di circa 80 uscite l'anno. Possiamo permetterci oggi questa voluminosa attività, che si svolge prevalentemente nei giorni feriali della settimana, perché lo staff della scuola è composto per la maggior parte da istruttori e accompagnatori in pensione.

Riguardo a Passaggio Chiave vorrei precisare, perché molti non lo sanno o l'hanno scordato, che l'idea di costituire una rete di comunità e servizi è nata in Alpitem (idea di Giuliano Fabbrica aiutato da Beppe Guzzeloni che, oltre ad essere istruttore di alpinismo è educatore professionale e aveva conoscenze nel settore) e che la Rete sia stata creata con tanta

determinazione e fatica; mi spiace che ora quasi nessuno se lo ricordi e che ad Alpiteam sia riconosciuto solo un ruolo tecnico di accompagnamento.



RP: In alpiteam quest'anno ci sono stati nuovi ingressi femminili, secondo te è importante e da perseguire che la Progettazione, Gestione e Conduzione delle attività veda sempre più impegnate le donne di alpiteam?

CS: Guarda, io non sono particolarmente favorevole alle quote rosa per forza, perché bado non al genere ma al valore delle persone. Però le donne ci vogliono e hanno un ruolo importante.

RP: A tal proposito, le differenti caratteristiche dell'Essere maschile e di quello femminile, le diversità tra uomini e donne, sia quelle profonde e intime che quelle più semplici e di tutti i giorni, che vanno, per esempio, dal rapportarsi con i problemi dell'umanità e del mondo, ai comportamenti quotidiani, alle relazioni affettive, non ti pare che, nella particolare relazione con gli utenti di montagnaterapia, produca, negli utenti stessi, effetti differenti?

CS: In effetti sì, anche se dire perché non è semplice. L'impressione è che, forse perché la nostra età ci evita di divenire oggetti di desiderio, forse perché evochiamo la figura materna, forse perché l'escursione si svolge fianco a fianco e favorisce il dialogo, con noi abbiano una maggior confidenza; non infondiamo timore né stimoliamo la competizione. Boh credo sia

questo il motivo per cui anche dopo anni, veniamo ricordate con simpatia e affetto dagli utenti che abbiamo incontrato.

RP: Per chiudere, riesci a immaginare la tua vita senza montagna?

CS: No, andrò sempre finché ce la farò, il piacere che provo in quell'ambiente è sempre potente e piacevolissimo. Per me la montagna è casa.

Però anche riprendere a viaggiare mi piacerebbe molto, i viaggi come la montagna hanno avuto una parte importante nella mia vita, e spero continueranno ad averlo.

RP: Grazie Camilla, Viva la Montagna e Viva la Vita.

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

Roberto Perolfi intervista Angelo "Kocis" Pozzi

RP: Tu Angelo, sei un I.N.A., Istruttore Nazionale di Alpinismo del CAI e sei il Direttore Responsabile



di alpine team, scuola di alpinismo del CAI. Di alpine team abbiamo già più volte descritto sia della sua formazione che delle attività svolte, ora a me interessa sapere di te, come è nata, in te, la passione alpinistica e come si è sviluppata fino e oltre le imprese che ti pongono tra gli autori di un pezzetto di storia dell'alpinismo. Per cui, quando, come e perché ti sei incontrato con l'alpinismo?

AKP È stato un caso che tre alpinisti giapponesi, conoscenti di amici comuni, per un periodo di tempo hanno abitato nel mio paese, Mariano Comense, e con loro, alpinisti esperti, io ed alcuni amici, coetanei e diciassettenni, siamo andati in Grigna e al corno del Nibbio a provare a scalare, un po' per vedere come ci saremmo trovati, per curiosità insomma. Poi, da soli, al sasso d'Erba con la corda dall'alto, andavamo a ripetere le vie. Qualcuno ci parlò della Cresta Segantini in Grigna e, gli ormai

amici giapponesi, ci fecero da primi di cordata sulla Segantini e da lì fu passione. Tornati al

sasso d'Erba affrontavamo da primi di cordata le vie e, con strumenti autocostruiti, ci cimentavamo anche su quelle in artificiale. Con l'aiuto economico del CAI Mariano cui ci siamo iscritti, abbiamo potuto acquistare due corde, qualche moschettone e cordini e da lì l'attività si è intensificata, fino alla frequentazione del corso di alpinismo di Valmadrera, ampliando il nostro terreno di arrampicata, girando e conoscendo la Grigna nelle sue belle guglie e vie di IV° e V° grado, prima con gli scarponi e dopo un po' di tempo passando alle pedule e poi finalmente alle scarpette. Dopo le vie in Medale e Dolomiti e qualche via minore sul Bianco, in un incontro con gli istruttori della scuola Renzo Cabiati, mi hanno invitato ad entrare a farne parte e con grande entusiasmo sono entrato nel loro organico. Dopo qualche tempo, considerata la mia costante e incrementale attività alpinistica, nel 1982 il direttore della R. Cabiati mi ha proposto di partecipare al corso-esame per diventare Istruttore Regionale di alpinismo. L'esame l'ho passato brillantemente, e nel frattempo continuavo a scalare e a frequentare alte quote e poi la successiva proposta di frequentare il corso per Istruttore Nazionale, proposta che mi ha riempito di felicità e orgoglio. Mi sono preparato molto bene sia sulle tecniche di progressione e sicurezza su roccia e su ghiaccio ma anche sulle materie culturali e didattiche. Ho studiato molto e intensamente. Durante il corso, superato con successo, ho conosciuto allievi e istruttori trascorrendo con loro due settimane tra val Masino per la parte roccia e Val Malenco per le verifiche su ghiaccio. I componenti della Commissione d'Esame, valutati i risultati conseguiti nel corso delle prove, il mio curriculum, le capacità tecniche e le competenze nelle materie inerenti alpinismo e frequentazione dell'ambiente alpino, mi hanno proposto di entrare nell'organico degli istruttori della Scuola Centrale del CAI. Quando arrivò la conferma di essere stato accettato, mi sembrava di toccare il cielo con un dito: ero fiero e felice. Restai attivo membro della Scuola Centrale fino al 2020, quando valutando la riduzione della mia attività alpinistica ritenni opportuno cedere il posto a giovani validi, motivati e tecnicamente dotati per garantire i livelli tecnici e le performance in costante crescendo nel mondo alpinistico. Per gli stessi motivi, poco dopo, ho abbandonato anche la Scuola Regionale restando attivo solo in alpiteam.

RP: Bene Angelo, alpiteam la tratteremo fra poco, ora vorrei ci focalizzassimo sulla tua importante attività alpinistica, svolta non solo in Italia ma anche in sud- America e Africa.

AKP: D'accordo. Il tutto nasce proprio nel 1984, frequentando il corso per I.N.A. ho conosciuto Carlo Barbolini, fiorentino e istruttore al corso, Mauro Petrolio triestino e allievo come me e Alberto Rampini di Parma, anche lui allievo. Durante il corso I.N.A, al rifugio Porro, chiacchierando tra di noi davanti a una bottiglia di grappa, abbiamo scoperto di avere tutti lo stesso sogno: la Patagonia, il Fitz Roy, la parete nord ancora inviolata e iniziando così a dar vita alla realizzazione del sogno: una spedizione in Patagonia. L'organizzazione di una spedizione, ed anche la fisicità necessaria per i compiti logistici su terreno, sono attività gigantesche, e così abbiamo coinvolto altri tre amici: Massimo Boni, Mauro Rontini e Marco Sterni.

A me, tra le altre, è toccata anche la parte di incrementare il budget, sia cercando sovvenzioni poi, con gli altri, anche producendo e vendendo gadget, magliette, cartoline della spedizione; abbiamo ricevuto qualche finanziamento



dalla Cassa di Risparmio di Firenze, dalle Officine Galileo di Firenze, dalla sezione CAI di Mariano Comense, alcuni espositori al MIAS (fiera dell'articolo sportivo) di Milano ci hanno fornito gratuitamente materiale alpinistico di ottima qualità. Tutta questa attività preparatoria e organizzativa si aggiungeva al lavoro, anzi prima c'era la giornata lavorativa e la sera partivo in auto per incontri in giro per la Lombardia e continuando ovviamente anche l'attività alpinistica sempre di elevato livello.

Partiamo per l'Argentina il 29 novembre 1985 e rientreremo a casa nella metà di febbraio 1986. È stata un'esperienza intensa, con compagni splendidi che mi hanno accolto nonostante avessimo avuto solo alcune sperienze alpinistiche in comune. Affrontare la parete Nord del

Fitz Roy, alta 1700 mt, con ghiaccio iniziale e successive difficoltà su roccia di V°-VI°-VI°+, rivalutate dai ripetitori portando a VII+ alcuni tratti della salita. Salita grandiosa di oltre quarantasette tiri di corda, su splendida roccia granitica che ha fatto scalpore negli ambienti alpinistici italiani ed internazionali, con pubblicazione di foto e relazione anche sull'*American Alpine Journal*. L'abbiamo chiamata TEHUELCHÉ per onorare una tribù di nativi della Patagonia ancor oggi in lotta per recuperare la loro identità.

Abbiamo trasportato ca 800 kg il materiale e i viveri a dorso di muli e cavalli condotti da gauchos che, per loro imperizia, ci hanno perso buona parte dei viveri e abbiamo dovuto tornare al villaggio più vicino per acquistarne di ulteriori. Nonostante ciò, i viveri scarseggiavano e, per diversi giorni, ci concedevamo un solo pasto.

Per affrontare la salita, abbiamo scavato grandi trune nella base ghiacciata della parete in cui installare le tende per avere un po' di riparo dai famosi venti patagonici. Certo dovevamo fare la spola tra campo base, in cui era accumulato gran parte del nostro carico e le grotte dalle quali partivamo per scalare la parete.



Ogni

giorno salivamo in parete e avanzavamo verso la vetta scendendo nelle grotte la sera e ripartendo il giorno successivo. Questo fino alla metà della parete, dove si trova una grande cengia sulla quale abbiamo posto tendine da bivacco ancorate alla parete e, con analoga tecnica di scalata diurna e discesa serale alle tende, tiro dopo tiro abbiamo raggiunto la vetta dalla cresta nord (via dei Francesi Afanassieff) incrociata dalla nostra via. Le tendine sulla cengia ci sono state utili anche durante la discesa: lì abbiamo trascorso una notte da incubo, con vento fortissimo che agitando corde e cordini ha sbalzato verso il basso una tenda, costringendoci a un intervento gravoso per recuperare tenda e il compagno che la occupava,

fortunatamente senza gravi conseguenze. Il giorno seguente, raggiunta la base della parete, e recuperato e trasportato al campo base gran parte del materiale, eravamo al settimo cielo e abbiamo festeggiato a lungo, anche con alpinisti e amici argentini conosciuti in quell'occasione che occupavano la baita dei militari al campo base.

Al rientro in Italia, trovo una bella sorpresa al lavoro: le mie capacità organizzative e relazionali, dimostrate nella preparazione della spedizione, sono state notate dal principale che mi ha così proposto un vantaggioso e interessante nuovo incarico. Tra l'altro, nella fase organizzativa, ho avuto la fortuna di conoscere eccellenti alpinisti quali Graziano Bianchi, Casimiro Ferrari che ci ha dato utili consigli sull'allenamento, Renato Casarotto, cui ho chiesto qualche consiglio, il quale, forse, conoscendo bene i luoghi e la durezza del clima, le difficoltà della parete, ed essendo noi alla prima esperienza patagonica, ci ha un po' scoraggiato ma noi, consci delle difficoltà, mettendo in conto tutte le possibilità, anche quella di dover rinunciare alla cima, siamo partiti carichi di entusiasmo e positività, adottando la tattica dei piccoli passi: intanto partiamo, arriviamo, all'attacco, iniziamo la scalata e valutiamo nel corso della salita.

Dopo questa positiva esperienza, ci è rimasto il desiderio di replicarla, e così, tre anni dopo, nel 1989, sempre con Carlo Barbolini e con altri due amici di Firenze, ci siamo rivolti alle Torri del Paine dove, sulla Torre Centrale del Paine, abbiamo fatto un tentativo, ma, a differenza della precedente esperienza, nel corso della quale il meteo è stato clemente, in questa seconda spedizione abbiamo avuto notevole maltempo. Probabilmente i 54 giorni di spedizione non sono stati sufficienti per trovare una finestra di bel tempo e così dopo aver costruito un campo base con due tendine su una morena ed altre due direttamente all'attacco della via, e aver attrezzato con corde 250 metri di parete, abbiamo dovuto

rinunciare e rientrare in Patria.

Nel gennaio 1989, con Massimo Boni e Alberto Rampini, siamo stati in Kenya, sul Monte Kenya a fare la seconda ripetizione italiana del couloir Diamond, un'impegnativa salita glaciale, soprattutto per il tratto in dry-



tooling (definizione attuale del misto di ghiaccio e roccia) e per la ripidissima parete di ghiaccio, evitata dai primi salitori e poi salita dai primi ripetitori della via Chouinard-Covington.

Ma nel 1992, il desiderio di Patagonia e lo scotto della rinuncia dell'89 si facevano sentire e siamo tornati sulle Torri del Paine, con Carlo Barbolini, Alberto Rampini e Bruno De Donà alpinista trentino, già esperto di Patagonia, conosciuto nel corso della precedente spedizione. Stavolta il maltempo non la avrebbe avuta vinta. Abbiamo acquistato pala e piccone per costruire un muro di sassi entro il quale posizionare le tende e coprirle con un telo fissato alle rocce che le proteggesse da maltempo e vento. Siamo così riusciti ad attrezzare la parete, scalandola con chiodi e corde, ed aprire una bella via con difficoltà di V° - VI° - VII° - A1-A2. L'abbiamo chiamata la "via delle Mamme", proprio per onorare chi è a casa in attesa del ritorno degli alpinisti.

Tornati dalla Patagonia, nell'estate del 1992, con due amici di Cesena, abbiamo ripetuto la via Chiodo di Argento al Sass de la Crusc (VII° e A2 con un passaggio su cliff). Nel 1993 alla Torre Mozza versante nord-ovest del Sass Pordoi, abbiamo aperto una via di VI°-A2 ed un'altra di V°+ VI° alla Torre del Siella a destra del Piz Ciavazes.

RP: Grazie Angelo, so che la storia delle tue "imprese" non termina qui, ce ne sono tante altre che vanno menzionate e descritte e allora ci diamo appuntamento per la seconda fase, che arricchirà il prossimo "Angolo del caminetto di Alpitem".

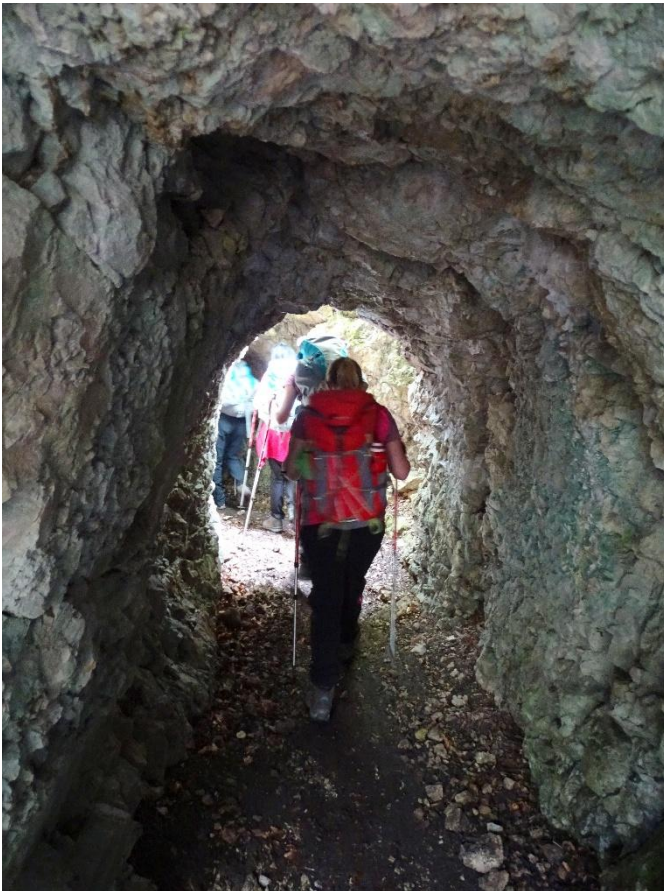
⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

Formazione accompagnatori in Montagnaterapia

Utenti: Evoluzione socio-scientifica

Fabiano Gorla, Educatore professionale de “Il Molino” in una serata di formazione per i volontari di alpteam ha illustrato il percorso fatto dalla montagnaterapia dal 1986 e le nuove esigenze.

Da 40 anni fa ad oggi il linguaggio è cambiato: siamo passati da “drogati”, a “tossicodipendenti” a “pazienti con dipendenza patologica “. La dipendenza dunque non è un vizio o una cattiva abitudine o comportamento, ma è... una strategia di



fronteggiamento, seppur disfunzionale, per regolare le emozioni, alterare lo stato di coscienza, fronteggiare lo stress. Inoltre è una malattia cronica recidivante.

«La tossico-dipendenza è un modo per gestire e mitigare la sofferenza psicologica, un tentativo di auto-cura quando si genera una carenza e una vulnerabilità nelle strutture dell'Io e del Sé che regolano l'autostima, l'auto-cura, e la capacità di relazionarsi con gli altri» (Sarah Golden 1990).

Fattori: la tossicodipendenza è correlata a

- Fattori biologici: maggiore vulnerabilità a causa della dipendenza di un genitore
- Fattori socio ambientali: difficoltà nel rendimento scolastico, assenza di tempo

libero strutturato, regole familiari assenti o carenti, stile genitoriale autoritario o eccessivamente permissivo; Offerta e facilità di accesso, bassa disapprovazione sociale.

- Fattori psichici: automedicazione in presenza di un disturbo psichiatrico primario o di una situazione dolorosa o evento traumatico, bassa autostima, impulsività...

Effetti. Cosa accade negli anni

- Perdita di interessi
- Allontanamento da affetti e legami
- Litigiosità, nervosismo, introversione...
- Accumulo di fatiche psichiche

- Difficoltà/incapacità di lavorare
- Problemi legali, penali, amministrativi
- Dinamica cronica e recidivante

Insomma questi pazienti sono persone ipersensibili, e/o con bassa autostima e/o con problematiche relazionali e/o con tratti paranoici e/o narcisistici e/o tendenze antisociali, che faticano a sentire e riconoscere le emozioni. Alle quali servono relazioni normali di ascolto e non giudicanti.

Perché dunque portare in montagna questi pazienti? Perché le attività in ambiente sono dei forti laboratori pedagogici che lavorano:

- Sul singolo e le sue abilità fisiche.
- Sugli aspetti motivazionali ai percorsi di crescita.
- Sulla tenuta psichica in contesti nuovi, che comportano imprevedibilità e di rischio.
- Sul piano dell'immaginazione e dell'astrazione dal conosciuto a luoghi "fuori e nuovi".
- Sulle modalità relazionali di stare in un gruppo.
- Sul rapporto con istruttori e volontari, e sulla capacità di restare nelle regole e procedure
- Sulla percezione sensoriale con appositi laboratori.



-
-

Relazione sulle attività del progetto Montagnaterapia 2024

“Il mio zaino non è solo carico di materiali e di viveri: dentro ci sono la mia educazione, i miei affetti, i miei ricordi, il mio carattere, la mia solitudine. In montagna non porto il meglio di me stesso: porto me stesso, nel bene e nel male”. (Renato Casarotto).



Forse il modo migliore per rappresentare l'esperienza del 2024 è quello di riprendere alcuni degli interventi di Istruttori, Educatori e Pazienti/Utenti espressi nell'incontro conclusivo del 2024 tenutosi il 12 dicembre nella Sede del CAI di Bovisio Masciago che ci ospita.

La cordata: racconto autobiografico a tre voci

Massimo (Educatore professionale): Non sono certo un esperto di montagna, sono un educatore che opera in un servizio per le dipendenze.

Il mio lavoro si svolge soprattutto in uno studio, al chiuso. Seduto dietro una scrivania con il paziente dall'altra parte, i ruoli sono precisi e definiti.

Chi siede davanti a me è in una condizione di bisogno, spesso drammatica. La patologia di cui è affetto è la dipendenza o l'uso problematico delle sostanze e, nella maggior parte dei casi, gli ha sconvolto drammaticamente la vita. È seduto dall'altra parte della scrivania e

spera di vedere in chi ha davanti, colui che gli troverà, se non la soluzione, almeno qualcosa che le somiglia. Uno è il bisogno, l'altro la risorsa. Uno si deve affidare,



l'altro ha il “potere” ma soprattutto la responsabilità di individuare e proporre il percorso di cura. Uno deve fare ciò che l'altro gli dice di fare. Se poi nel mezzo c'è una scrivania che marca le distanze, magari in un ambito asettico come uno studio, si sente proprio il ruolo del paziente, il bisognoso. I ruoli sono chiari.

Diego (Paziente): Mi sono rivolto al Servizio Dipendenze in un momento nel quale stavo pagando le conseguenze di alcune scelte sbagliate.

Io ho sempre amato la montagna e la natura in generale, ma per un lungo periodo, è stato uno svago, un divertimento, insieme ad altri tipi di distrazione, con effetti e conseguenze ben diversi... quella della montagna era un'esperienza che vivevo spesso singolarmente, sganciata inevitabilmente dalle altre attività.

In un momento critico, in cui volevo e dovevo assolutamente cambiare il mio stile di vita, mi è stato proposto di partecipare all'attività di montagnaterapia. Questo mi ha permesso

di entrare a far parte di un gruppo di persone che frequentano la montagna come ausilio terapeutico, che cercano e spesso trovano in montagna, situazioni sensoriali ed emotive che diventano stimoli di benessere e cambiamento a nuova vita.

Roberto (Istruttore CAI): Oggi, giornata di montagnaterapia con comunità e servizi per dipendenze patologiche. Mattina verso le 8.30, con altri amici accompagnatori e istruttori di Alpiteam che è una Scuola di Alpinismo Lombarda del Club Alpino, sono al parcheggio da cui partono i sentieri, in attesa del gruppo di educatori e utenti di comunità e servizi. Eccoli, arrivati, una quindicina di persone, forse di più. Ci mettiamo in cerchio per salutarci, ricordare i nomi e le provenienze, ritrovarci insomma, ravvivare e riprendere la reciproca conoscenza; da capo-gita, dovrò descrivere dove siamo, la meta, il percorso, punti di attenzione, scambiando allegre battute con Massimo, l'educatore che, coadiuvato dai suoi colleghi, coordina il gruppo di utenti, per noi affettuosamente "i ragazzi", dei quali conosce le storie individuali, lo stato emotivo, i tratti caratteriali, le terapie in essere.



Massimo: Non ho mai arrampicato, men che meno in cordata, ma

quando esco in montagna con i pazienti accompagnati dai volontari CAI, sento che ogni individuo che partecipa, sia egli paziente, operatore o accompagnatore, è nello stesso tempo risorsa e bisogno. Perché l'andare in gruppo alla ricerca di un obiettivo condiviso, non può prescindere dall'apporto che ogni partecipante può e deve dare e nello stesso tempo, non può non considerare i limiti soggettivi di ognuno, quindi i suoi bisogni. Ognuno si propone per quello che è, sperimentandosi in attività impensabili, compresa quella di porre attenzione verso chi, a prescindere dal proprio ruolo, misurandosi sui limiti della propria fatica, potrebbe richiedere agli altri, a tutti gli altri.



Diego: A quel punto ho avuto la possibilità di condividere i miei problemi con altri e gli altri hanno condiviso con me i loro, affrontando queste nostre fatiche come si affronta una scalata in cordata, sostenendoci, assicurandoci e incoraggiandoci reciprocamente!

Massimo: Per il paziente, che frequentemente proviene da condizioni di emarginazione sociale, camminare fianco a fianco in un gruppo, consente una certa omologazione agli altri, a chiunque, a prescindere da ruoli, condizioni, genere... perché la fatica la facciamo tutti, uguale, e proprio perché la condividiamo, è un po' meno faticosa.

Diego: Subito ho provato grandi benefici che non si limitavano al singolo giorno in cui si svolgeva l'attività ma che si protraevano anche nei giorni seguenti ma, soprattutto, mi ha fatto capire che potevo godere dei piaceri della vita e della natura anche senza essere alterato dall'uso di sostanze.

Massimo: Raggiungere un'emozione, un piacere, senza bisogno di assumere sostanze, supporta l'obiettivo di un nuovo stile di vita astinenziale, che è l'obiettivo primario di un percorso terapeutico.

Roberto: Noi, istruttori e accompagnatori CAI, saremo ciceroni, guide responsabili in grado di gestire il rischio sempre presente in montagna, è il nostro primario compito, ma soprattutto cercheremo di dare voce all'ambiente, stimolarne l'ascolto, svelarne qualche segreto, suggerendo ai partecipanti piccole e utili malizie e tecniche per favorire la confidenza e la sicurezza nell'approccio e contatto con la Montagna.



Massimo: Per me, educatore, che generalmente opero sul piano relazionale, la montagnaterapia dà la possibilità di lavorare con il silenzio, perché il contesto naturale della montagna insegna molte cose: il rispetto per qualcosa di stupefacente come il panorama montano, la vicinanza con gli altri che accorcia le distanze favorendo lo sforzo (e quindi il lavoro) fianco a fianco, senza

scrivanie che marchino spazi ben definiti, tutti sullo stesso piano, tutti verso lo stesso obiettivo comune.

Roberto: Ogni volta l'incontro con i ragazzi e con gli educatori è ritrovarsi, le relazioni si ravvivano come quando si soffia sulle braci e riparte il fuoco, e le relazioni sono molteplici e incrociate tra tutti i partecipanti; i ruoli si assottigliano, rimane l'autorevolezza dei medesimi.

Diego: Alla fine di ogni escursione siamo soliti riunirci in cerchio e ognuno può riportare i propri pensieri e sensazioni. Molte persone, con mia sorpresa, esprimono le medesime emozioni che provo io e ciò mi ha fatto giungere alla conclusione che la natura, in questo caso la montagna, può avere effetti terapeutici.

Massimo: Credo proprio che se si sale insieme, se tutti danno il proprio contributo, rispettando le fatiche e i limiti del singolo, ci si dà sicurezza, perché non essere soli ad affrontare la fatica la alleggerisce, essere parte di un insieme dà forza.

Ma, soprattutto, raggiungere un obiettivo insieme agli altri amplifica il piacere e la soddisfazione del risultato.

Andare in montagna ha, di fatto una chiara similitudine con il percorso di cura, la fatica e l'applicazione prevedono una contropartita: il benessere, il piacere e la soddisfazione derivanti dal raggiungimento di una meta, di un obiettivo.

Roberto: È così che siamo Cordata, cordata di persone, legate da un obiettivo comune e forte che resta sullo sfondo, senza bisogno di nominarlo. Cordata, perché dare e ricevere emozioni, sensazioni, stimoli e informazioni è il costante Input/Output di questo giorno. Cordata, perché condividendo quello spazio e quel tempo, camminando affiancati, faticando e sudando insieme, a volte, i racconti, le storie della vita, aprono squarci su realtà ed esperienze diverse, distanti eppure vicine, nelle quali a volte ci si specchia.

Diego: Usando una metafora per me la cordata è come un ingranaggio composto da educatori utenti e istruttori CAI, dove ogni ruota di questo ingranaggio è utile al funzionamento di questo motore, ormai ben rodato, che è la montagnaterapia.

Potrei dire molto altro, perché l'esperienza è intensa, ma non potendo dilungarmi, aggiungo solo il mio ringraziamento a tutti gli educatori a tutti gli utenti e naturalmente a Alpitem che ci permette di vivere questa belle esperienze immersi nella natura.

Roberto: Non casualmente tutto ciò avviene in montagna: l'ambiente è uno strumento potente in questo percorso, se ne sente lo spirito, la presenza viva e avvolgente.

Nel Gruppo-Cordata ci si predispone allo stupore per il Bello che man mano si incontra, ed è da raggiungere ognuno con le proprie forze e fatiche, sostenuti dal Gruppo, in cui tutto accade e nessuno è solo. Emozioni, situazioni, immagini di questa giornata, si fanno esperienza, memoria, insegnamento e linguaggio comune, ed è per questo che la pratica della montagnaterapia fa bene, rasserena e risana tutti coloro che la praticano, pazienti, educatori e istruttori- accompagnatori-volontari del Club Alpino Italiano.

Testimonianze di Utenti

Giacomo

Ciao a tutti, anche a chi non conosco. Io volevo vedere la cosa in base alla mia esperienza. Io ho iniziato due anni fa con il Sert.

Dopo un po' di difficoltà nel corso, Paola e Daniele mi hanno indotto a venire - questa è una parola un pochino forzata - nel corso.

La montagna non mi piace. La natura sì, vengo da due famiglie amanti del mare, quindi anche se è brutto dirlo in questa sede la montagna non è una mia passione. Però la natura sì. Ho iniziato a venire che non ero attrezzato, lo si ricorda, avevo delle Timberland, avevo un montone, abbiamo fatto un'uscita uggiosa non è stata una grande uscita, però siccome ho fatto due mesi di comunità poi ho deciso di fare un percorso diverso - magari impopolare qua dove ci sono delle comunità- ; ho scelto di fare il percorso con il Sert, ho preso il Sert come fosse una comunità quindi ho seguito tutte le attività e ho voluto continuare con la montagna come uscita da un certo mondo.

La montagna piano piano mi ha fatto scoprire delle cose più difficili, ed anche delle cose che mi davano un pochino più fastidio: quando ci si incontra con altri utenti anche delle altre comunità. A volte al primo incontro si parla di percorso diverso in maniera dubbia: è una parte un pochino negativa questa cosa di chiedere del percorso diverso. Bisogna lasciare un po' il passato e concentrarsi un pochino su quello che è venuto dopo.

All'inizio io vedevo la fatica, vedevo della gente che camminava, poi piano piano arriviamo a vedere invece la parte bella di questa esperienza: il gruppo. Angelo se lo ricorda, è



successo quando siamo andati a trovare Oreste [Forno] che è partito a salire molto veloce, Lorenzo si ricorda, era presente ed io ero dietro lui, il gruppo si è diviso, si è staccato per un attimo, e si è persa quella coesione. Lì ho proprio notato che è mancata quella coesione del gruppo perché tante persone che sarebbero dovute andare dove

siamo andati noi, invece non sono venute perché è mancato quel coraggio che il gruppo

protegge. Quindi in quell'occasione ho capito che il gruppo effettivamente ti dà quella forza in più per andare avanti nel percorso. Ho apprezzato tante cose della natura parlando degli alberi del colore degli alberi ho apprezzato gli animali che abbiamo incontrato ho visto un volo di un'aquila ho visto dei camosci, ho visto tante cose che stando a casa non avrei potuto.

Poi un'altra cosa che ho abbiamo fatto e ho apprezzato è stato il momento del silenzio. Ne ho parlato con Lorenzo, perché la montagna ha dei suoi rumori e dei suoi suoni e quando si parla troppo non si apprezzano. Dico quello che ho provato io sulla mia pelle, quindi rinnovo la possibilità quando andremo ancora di farlo questo minuto di silenzio per ascoltare la montagna; perché ho imparato a fare questo e anche con delle strategie quando sentivo dei discorsi che non mi piacevano mi spostavo, mi spostavo in avanti e sono andato magari a stalkerare il Vittorio, stalkerare Lorenzo, stalkerare il Roberto per parlare di altre cose per lasciare indietro ciò che non mi piaceva di cui io dovevo uscire e per poter andare avanti e apprezzare anche i momenti in cui ero lì. Quindi mi fermo qui perché ci sono state tante cose saluto tutti quelli che siete qua in questo momento, ringrazio alpiteam che c'è sempre stato quando non c'era Roberto c'è stato Vittorio, quando non c'è stato Vittorio c'è stato Lorenzo siete una risorsa, con le parole, con dei gesti, piccole cose hanno creato amicizia, fraternità. Di questa esperienza ringrazio tutti, ringrazio il CAI e questo è tutto Buon Natale a tutti.

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

Oscar

Mi chiamo Oscar e sono nato 54 anni fa su "Quel ramo del lago di Como" ma ho fatto il pendolare con la montagna. Forte, potente, dominante, Lei che vuole solo essere rispettata.

Partiamo dalla fine con i ringraziamenti: ad Angelo, Max e tutti i compagni di alpiteam partendo da Robi, Giuliano e Iole, passando per Alvaro e Camilla Augusto ed Enrica per il loro senso di appartenenza, perché mi hanno accolto in Alpiteam a cuore aperto e non mi hanno giudicato. Eravamo, e penso che lo siamo ancora, una grande famiglia.



Quello che ho trovato in Alpiteam e nella montagnaterapia è assaporare la vittoria e la

pace quando si arriva alla cima; ho imparato ad ascoltare la voce del Silenzio e lo faccio tuttora che abito stabilmente a 1000 m di quota. Queste nostre avventure su e giù per i monti mi sono servite una volta per tutte per uscire da quel mondo patinato e subdolo delle dipendenze. Ho riscoperto il bello della vera amicizia e del voler bene. Ho provato tante emozioni: dalla pura adrenalina alla stanchezza fisica dopo un'avventura tra i monti. Ho capito che si può stare bene anche con uno sguardo, un sorriso o un caldo abbraccio. Cose che ho trovato in Alpiteam.

Ringrazio quindi tutti i compagni nominati sopra per il loro affetto e la loro amicizia

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

Felipe

Tante grazie a tutti di essere qua, per me è veramente un piacere, soprattutto ritrovare l'alpiteam che conosco da ormai sette anni. Qualcuno di voi è stata una nuova comunità. Da quel lato vedo quelli che ho conosciuto in principio all'inizio, è stato un grosso regalo per me rincontrarli dopo tanto tempo.

Guardando Alvaro il fotografo, mi viene in mente un piccolo particolare è su Monte Baldo, quando lui mi ha detto guarda se vedi in giro qualcosa, ho guardato sull'altra sponda un animale che lui guardava con lo zoom. Mi piace vedere tutto quello che vedo ed è stato un riguardare dentro me stesso per sapere rivalutare ciò che vedo e ciò che non vedo, soprattutto quello che non vedevo in quel momento della mia vita. Sapere riconoscere e imparare a vedere cose nuove, cose che prima non calcolavo.



La montagna all'inizio per me era molto fatica e basta, invece dopo quell'esperimento con loro è stato tutto un crescere. Anche una volta con il mio vecchio percorso sono andato avanti a fare le mie escursioni da solo o in compagnia. La montagnaterapia mi ha insegnato una cosa molto importante per la mia cultura.

Andando in alto si fa fatica ma arrivi sempre a un livello maggiore. Dove non posso arrivare oggi arriverò domani. È una buona cosa, un altro percorso di vita.

Sono già state dette un sacco di bellissime parole. L'idea è sempre quella di stare insieme, uniti a giocare a un livello particolare. Grazie a tutti i ragazzi, da Roberto a Lorenzo a Giuliano, a tutti, alle immense donne, dalle torte a tutto.

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

Luca

La montagna non mi piaceva. Devo ringraziare prima Lorenzo perché non ha perso la speranza con me, perché io prima di entrare in comunità non ero in grado neanche di andare a fare una camminata, forse proprio non se lo ricorda, ero proprio messo abbastanza maluccio e Lorenzo se lo ricorda perché con lui non andavo mai e una volta entrato in comunità invece mi è stata data questa opportunità che io ho colto al volo insieme ai miei compagni che hanno iniziato la montagna: Giovanni qua oggi e poi tutti gli altri che piano piano poi si sono aggiunti da Sam e gli altri che verranno. Ho conosciuto in



questo percorso delle persone fantastiche, non solo l'alpitem, ma anche tutti i vari servizi, le altre comunità.

Mi sono trovato veramente bene. È stata un'esperienza che mi ha fatto riscoprire la montagna sotto occhi diversi e anche, come posso dire, aiutarmi a mettermi in relazione in modo diverso con le persone, perché dicevo che non ero proprio un campione, ero un

po' particolare, per il mio carattere. Il Tommaso lo dice sempre, ringraziamo, è nell'angolo, e poi no, ormai noi avevamo detto che sarebbe stata l'ultima volta che ci saremmo visti, l'ultima uscita, e invece siamo ancora qua, a salutarvi tutti.

Io vi ringrazio per tutto, spero di poter uscire ancora con voi, come ho già detto, e per tutti quelli che non l'hanno ancora fatto, in bocca al lupo, perché è veramente una bella esperienza. Godeteviela al 100%, e ci vedremo. Ciao a tutti i miei compagni.

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

Giovanni

Noi siamo al reinserimento, siamo arrivati al lavoro, dopo una lunga fatica, e la cosa principale è che all'inizio uno lo vede con molta fatica il percorso che intraprendiamo, è faticoso, e non si vede l'ora di arrivare, di arrivare a dire basta, ho finito, e poi invece con la

forza delle relazioni, con quello che si crea in comunità con voi, con il gruppo, alla fine poi staccarsi è dura.

E quindi è il lavoro, è proprio quella cosa, quel mondo nuovo per noi, una visione talmente sana di questa cosa che in automatico ci fa star bene. Quando una cosa ti fa star bene, toglierla è dura, quindi finché possiamo non ci dobbiamo toglierla.

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘



Walter

E sempre grazie per la vostra
grande perseveranza
nel vostro lavoro sempre fatto
con ammirevole costanza
con la nostra immensa speranza
che anche qui in Brianza
il mio nuovo cielo
illumini la stanza.
Grazie a tutti voi e ...
Tieni dentro la panza
(20/6/2024)

La maglietta è perfetta,
non larga e non stretta,
ora la mia strada è più protetta
grazie a Voi operatori, scalatori
sognatori instancabili oratori
e per sempre grazie dei vostri giorni
a scalare con noi
nelle nostre vallate
un tempo sbagliate e ora più verdi
ora sì che me mi aspetta la vetta. (12/12/2024)

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘



Lidia

Grazie perché potreste essere in Portogallo a fare gli allegri pensionati e invece avete scelto di mettervi a nostra disposizione. Avere a che fare con noi non è facile: tante teste, caratteri, sensibilità e problematiche diverse, il che richiede un impegno in termini di tempo, energie fisiche e

mentali non indifferente. Grazie per essere diventati un punto di riferimento importante, un appiglio a cui aggrapparmi per superare i momenti di crisi; per continuare a esserci, vivere e condividere questa esperienza con voi.

Esperienza forte e stimolante, che mi arricchisce sempre più anche grazie alla scoperta e al confronto con realtà a me sconosciute. Grazie perché ora riesco a vedere il bicchiere mezzo pieno: se non fossi arrivata all'abuso non vi avrei mai conosciuto e non avrei mai vissuto tutto ciò.

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

L'attività 2024 in numeri e nomi

PROGETTO MONTAGNATERAPIA 2024

USCITE ALPITEAM 2024		GIORNATE DI PRESENZA				
Comunità o Servizio	n°Uscite	alpiteam	Operatori	Utenti	Totale	Note
Com. Arca fem. "La Costa"	9	24	9	63	96	
Com. Molino della Segrona	8	19	15	44	78	
Com. Dianova Cozzo e Garbagnate	11	45	19	105	169	
Rete Passaggio Chiave	13	107	108	305	520	1)
Asst Rhodense Psichiatria	17	113	84	127	324	2)
Ass.ne CeAS progetto Zoomer	1	2	1	5	8	
Sert - Noa e Com. Solaris	5	35	26	66	127	
Com. Arca Corso alpinismo	10	80	10	71	161	3)
Totale	74	425	272	786	1483	
Note						
1) Un'uscita di 2 gg - trekking in Liguria						
2) Un' uscita di 2 gg di Val Biandino						
3) Un' uscita su neve di 2 gg in Valfurva ed una di 2 gg di arrampicata in Valmasino						

Istruttori e Accompagnatori alpiteam 2024

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

Istruttori Regionali: Roberto Perolfi Vicedirettore alpiteam, Italo Trezzi, Enrico Valsecchi

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

Aiuto Istruttori: Guido Ceregalli, Plinio Galvan

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

⌘ - ⌘ - ⌘ - ⌘

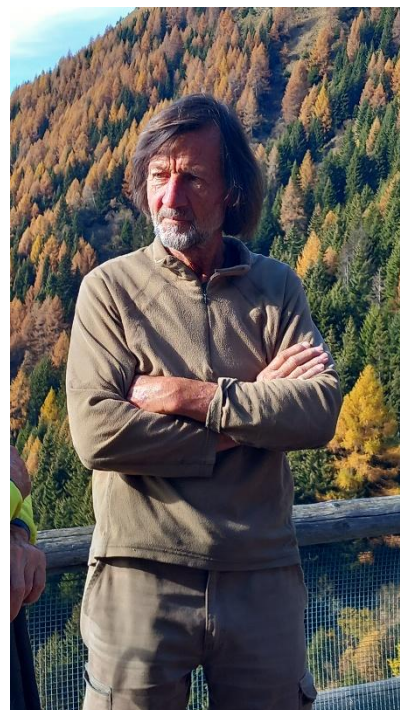
Le sezioni CAI di provenienza: Bovisio Masciago, Cantù, Como, Lecco, Mariano Comense, Milano, Milano SEM, Monza, Saronno, Seregno, Seveso, Valmadrera.

Ringraziamenti

I “Nuovi del Mulino” hanno realizzato uno spassoso spettacolo per la raccolta fondi a nostro favore. Grazie di cuore.



La Sezione CAI di Bovisio Masciago ci ha dato supporto organizzativo ed ospitalità in sede ed in palestra.



Grazie a Oreste Forno alpinista, scrittore e fotografo che ci ha accolti nella sua baita.

Grazie ai Docenti delle lezioni teoriche:

Simona Arrigoni, Gemma Assante, Luca Borghi, Alessandro Ronchi, Livio Sposito

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. A loro un sincero ringraziamento.



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

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