Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento
Piazza Dante 15, 38122 Trento
Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615
uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 3386 del 05/12/2023

Tante le proposte delle sezioni e delle commissioni rivolte ai gruppi familiari. A partecipare non solo i genitori, ma anche nonni, gruppi di mamme o papà che arrivano con i propri figli

“Una montagna di benessere": SAT presenta il nuovo marchio "SAT Family"

Che cos’è il welfare di montagna? Se ne è parlato oggi in occasione del Festival della Famiglia giunto alla sua 12esima edizione, nell’incontro organizzato da SAT “Una montagna di benessere”. Al centro del dibattito il benessere della montagna inteso non solo come “concetto”, ma come “realtà vissuta” da chi ogni giorno si impegna a promuovere attività per bambini, ragazzi, nonni e genitori tra le nostre amate vette. SAT partendo dalla presentazione del nuovo marchio “SAT FAMILY” e attraverso diverse testimonianze ha portato i numerosi partecipanti a riflettere sul processo educativo che trasforma la montagna in un luogo di gioia, condivisione e crescita a misura di bimbi, giovani e famiglie. “Dalla serenità dello stare all'aperto alla promozione del benessere fisico e psichico – ha detto Anna Facchini, presidente di SAT - ogni momento in montagna diventa un'opportunità per imparare, condividere e celebrare i piccoli traguardi di oggi. Il marchio SAT Family – ha proseguito Facchini – vuole essere un ampio ambito di raccolta di tutte le attività, proposte da SAT. Iniziative che SAT già propone per bimbi, famiglie e ragazzi e un nuovo stimolo di cultura e conoscenza per vivere la montagna in modo consapevole e responsabile. SAT family è una cornice per un quadro che prende colore da tutte le attività che le Sezioni e Commissioni propongono. Le attività sono l’allegoria di cosa significa andare in montagna. Andare in montagna prepara alla vita nella condivisione degli itinerari, nella scelta del luogo, nell’affrontare insieme un sentiero facile, difficile, impegnativo, faticoso. Significa porsi un obiettivo, una meta da raggiungere, significa anche cambiare percorso o tornare indietro, quindi conoscenza dei limiti e della propria forza”.

A partecipare all’incontro anche: **Sara Zappini,** direttrice dell'Ufficio Sistema provinciale delle aree protette, Servizio Sviluppo sostenibile e aree protette della Provincia autonoma di Trento; **Paolo Crepaz**, medico dello sport e vicepresidente Coni Provinciale; **Michele Mandelli**, presidente SAT di Riva; **Massimo Amistadi**, presidente SAT di Arco; **Carmela Caola**, gestrice del Rifugio Segantini Val d'Amola; **Giulia Tomasi**, biologa, botanica, accompagnatrice media montagna, mamma di due gemelli di 5 anni. Ciascuno, con le proprie competenze e testimonianze, ha “riempito lo zaino” di pratiche e abilità per vivere la montagna a misura di famiglia.

A Michele Mandelli, presidente SAT di Riva e Massimo Amistadi, presidente SAT di Arco il compito di raccontare qualche esperienza. “Portiamo le famiglie in montagna dal 2003 con progetti ad hoc – ha spiegato Mandelli -. Alla base delle esperienze proposte c’è la sicurezza e l’insegnamento che si può vivere la montagna in qualsiasi condizione di tempo. Acqua neve, nebbia, bisogna imparare ad adeguarsi al meteo misurando capacità e difficoltà. Abbiamo portato le famiglie a fare le ferrate, a 3000 metri tenendo conto delle capacità dei bambini. La montagna non è una corsa, serve camminare al passo giusto per i bambini.

Abbiamo codificato alcune tipologie di proposte così i gruppi familiari hanno già la gita organizzata. Mi piace parlare di gruppi familiari perché a partecipare non ci sono solo i genitori ma anche nonni con bambini, gruppi di mamme o papà che arrivano con i propri figli". Massimo Amistadi, presidente SAT di Arcoha ricordato l'importanza dell'attivismo giovanile, del volontariato, della conoscenza della montagna anche attraverso la scuola. "Portare gli studenti in montagna a fare le escursioni diventa un effetto stimolo per le famiglie e viceversa – ha spiegato Amistadi -.Trent'anni fa il mondo era più 'wild', più selvaggio e spartano, oggi vediamo arrivare famiglie più impreparate perché non c'è stata una trasmissione generazionale. Ma i giovani sono desiderosi di andare in montagna e per questo dobbiamo offrire occasioni di formazione." Amistadi ha ricordato il "Festival della letteratura ambientale" con letture animate dedicate e passeggiate letterarie e "Bimbi in spalla", esperienza nata nel 2018. "Vediamo genitori sempre più apprensivi, in montagna si torna all'essenziale. Cerchiamo di creare momenti di relax e svago".

Sul significato di vivere la montagna in famiglia è intervenuto anche Paolo Crepaz, medico dello sport : "Arrivare in montagna preparati non significa solo preparazione fisica e attrezzatura, ma avere la consapevolezza che la montagna non è il mondo di Heidi. La montagna ha paesaggi straordinari anche perché qualcuno li tiene puliti. La gente in montagna vive e lavora. La natura offre un benessere fisico, relazionale, psichico che la città non offre e ci allontana dalle malattie sempre più frequenti degli ambienti chiusi. L'ambiente naturale è una medicina". Crepaz, in particolare, si è soffermato sugli stimoli che l'ambiente montano può dare ai bambini "per farli muovere". "Oggi – ha aggiunto Crepaz – per fare attività fisica devi per forza fare uno sport e ci si dimentica del movimento. Diamo ai bambini altri stimoli, una passeggiata, camminare all'aria aperta, arrampicare, correre…sono tutte attività che creano benessere e salute. Diamo valore alla fatica. Oggi che è tutto subito e senza grazie, insegniamo ai bambini e ai ragazzi il gusto del percorso, la percezione di essere riusciti a conquistare qualcosa". Crepaz ha poi concluso con gli ingredienti per la ricetta del welfare di montagna:scoprire la montagna non solo in alta stagione; non partire solo per grandi e conosciute mete; portarsi uno zaino leggero; non portarsi tutto da casa, ma acquistare nei piccoli centri di montana; fare piccoli trekking; lasciare la montagna incontaminata per far sentire tutti "il primo che arriva".

Sara Zappini, direttrice dell'Ufficio Sistema provinciale delle aree protette è intervenuta ponendo l'accento sull'attenzione che si deve avere per l'ambiente e il territorio. **E quando si va sulla montagna? Carmela Caola, gestrice del Rifugio Segantini in Val d'Amola** vede spesso arrivare in rifugio le famiglie. "Alcune preparate, altre meno. Serve la giusta consapevolezza perché la montagna è di tutti, ma ognuno deve arrivare dove può. Il rifugio non è un albergo e saperlo vivere significa apprezzare ciò che ti sa dare. Significa condividere con sconosciuti una tavola per pranzo e per cena, giocare a carte o a dama mescolando età ed esperienze, significa condividere stanze e bagni". C'è anche una **"**fase eroica" dei genitori ricordata da **Giulia Tomasi, biologa, botanica, accompagnatrice media montagna, mamma di due gemelli di 5 anni**. È innegabile, da genitore, che c'è della difficoltà a portare dei bimbi piccoli in montagna – racconta Giulia Tomasi - soprattutto se l'approccio è quello di avere tutto sotto controllo. Anche se imposti la giornata e scegli gli itinerari adatti, devi mettere in previsione qualche imprevisto. I bambini in montagna imparano a giocare con gli oggetti naturali, imparano ad osservare, usano la fantasia. Il consiglio che mi sento di dare è di non fare strade troppo facili. I bambini si annoiano. Lasciamo che un sentiero diventi un'avventura, un bosco qualcosa di misterioso da scoprire".

(us)