

La montagna che cura: un nuovo podcast che racconta i benefici della montagnaterapia

La montagnaterapia, un approccio terapeutico-riabilitativo e socio-educativo che si basa sulla prevenzione, cura e riabilitazione di individui con problematiche, patologie o disabilità, è al centro del nuovo podcast intitolato “La montagna che cura”. Realizzato da Cervelli in Azione, il podcast è ora disponibile su RaiPlay Sound a partire dal 20 giugno.

I conduttori Luca Calzolari e Roberto Mantovani ci guidano in un affascinante viaggio attraverso il mondo della montagnaterapia, esplorando i suoi benefici per la mente e il corpo. **Il podcast è stato registrato durante ventiquattro giornate** lungo i sentieri delle Alpi e degli Appennini, con numerosi viaggi in diverse regioni italiane, tra cui Piemonte, Lombardia, Veneto, Trentino-Alto Adige, Liguria ed Emilia Romagna. L'avventura si è conclusa tra i boschi innevati della Basilicata durante l'inverno.

Attraverso conversazioni con operatori socio-sanitari, medici, volontari e persone con disabilità fisica o disagio psichico, “La montagna che cura” mette in luce gli effetti positivi di questa forma di cura basata sulla montagna, sia per i pazienti che per i professionisti che li assistono.

I conduttori hanno sapientemente intrecciato le testimonianze raccolte durante le registrazioni con gli operatori e i pazienti coinvolti nelle esperienze descritte nei vari episodi del podcast. Questo approccio permette di comprendere il metodo seguito dagli autori, che si sono immersi nelle

esperienze della montagnaterapia. Prima delle registrazioni, hanno conosciuto gli operatori e successivamente i pazienti, partecipando all'organizzazione delle attività. Pur rimanendo giornalisti, sono diventati parte integrante del contesto terapeutico delle montagne, sperimentando insieme a medici, pazienti e accompagnatori il valore del cammino di fronte alle vette e ai crinali. Questa ricerca di autenticità permette di riscoprire i valori della vita spesso banalizzati dalla routine quotidiana.

Al fine di proteggere la privacy dei pazienti, in alcuni casi le voci sono state modificate.

È importante sottolineare che la montagnaterapia non si limita a semplici camminate in alta quota con medici e accompagnatori. Si tratta di una pratica terapeutica complessa che richiede la partecipazione di servizi socio-assistenziali e sanitari, medici, terapeuti e volontariato. Un approccio metodologico a carattere terapeutico-riabilitativo e socio-educativo è fondamentale per la prevenzione, cura e riabilitazione di persone con diverse problematiche.

Questa pratica è studiata per essere svolta all'interno di dinamiche di gruppo, nell'ambiente naturale e culturale della montagna, sfruttando le potenzialità intrinseche delle alte terre, che possono dialogare con la parte più profonda di ciascuno di noi.

"La montagna che cura" è un podcast di Luca Calzolari e Roberto Mantovani online dal 20 giugno su <https://www.raiplaysound.it>

“Limoni”, il podcast sul G8 di Genova al Vag61

A vent'anni di distanza dal **G8 di Genova** gli eventi di quei giorni non smettono di interrogarci. La rivista *Internazionale* ha pubblicato un podcast, *Limoni*, per ripercorrere la vicenda, permettendo anche alle generazioni più giovani che nel 2001 non erano ancora nate o erano troppo piccole per ricordare, di approfondire le motivazioni delle proteste e il clima politico di quegli anni.

La presentazione del podcast a cura del **Centro di Documentazione dei movimenti F. Lorusso-C. Giuliani** si terrà sabato **16 ottobre** presso lo spazio libero autogestito **Vag61** in via Paolo Fabbri 110 a partire dalle **17.30**. Sarà presente l'autrice del podcast **Annalisa Camilli** che ne leggerà alcuni brani durante la serata. Alle **20** ci sarà la possibilità di partecipare alla **cena sociale**.

Limoni è stato scritto da Annalisa Camilli in collaborazione con Carlo Bachschmidt, Marzia Coronati e Anita Otto. L'audio è stato prodotto da Riccardo Fazi con l'aiuto di Amedeo Berta e Gianluca Agostini. La consulenza e il montaggio sono di Jonathan Zenti, le musiche sono di Adele Altro, il coordinamento editoriale di Chiara Nielsen, il copyediting di Pierfrancesco Romano, la voce dei titoli di Alberto Notarbartolo.

La serata si svolgerà all'aperto con ingresso libero fino a esaurimento posti. Si raccomanda l'utilizzo della mascherina e il rispetto del distanziamento interpersonale.

[Per maggiori informazioni >>](#)

“R stories”, un podcast per raccontare la sostenibilità

Il Gruppo Hera lancia *R Stories*, un podcast di cinque episodi con **Paola Maugeri** pensato per raccontare le storie di persone che hanno dato un significato concreto al concetto di **sostenibilità**.

La prima puntata è uscita domenica **13 giugno** ed è disponibile gratuitamente sulle maggiori piattaforme audio. Ogni domenica fino all' 11 luglio uscirà una nuova puntata. Il nome del podcast fa riferimento alle “**cinque R della sostenibilità**”: ricicla, recupera, riusa, riduci, rigenera, e fa parte del progetto **Tracce**, la multi-serie podcast per trasmettere in modo originale i valori del Gruppo Hera e avvicinare alle **tematiche ambientali** un pubblico sempre più vasto.

Il primo episodio racconta la storia di **Graeme Obree**, l'atleta scozzese che negli anni '90 ha battuto il record dell'ora di Francesco Moser in sella a una **bici fatta con materiali di recupero**, compresi i pezzi di una vecchia lavatrice. Il podcast contiene anche interviste a personaggi come **Davide Cassani**, Commissario Tecnico della Nazionale di ciclismo su strada e commentatore sportivo.

Nelle puntate successive, tutte della durata di circa 20 minuti, conosceremo le storie di **Annarita Serra**, **Bruno Ferrin**, **Boyan Slat** e **Pier Franco Midali**.

[Per ulteriori informazioni >>](#)

Radioland: il laboratorio per adolescenti di autoproduzione di un podcast

Iscrizioni aperte fino a venerdì **4 giugno** per **Radioland**, il **laboratorio per l'autoproduzione di un podcast** a cura dell'associazione culturale **crudo** e **NEU Radio**. Il laboratorio è gratuito e si rivolge a **ragazzi e ragazze tra i 12 e i 18 anni** preferibilmente residenti nel Quartiere Santo Stefano.

Il **podcast** è uno strumento comunicativo molto potente e sempre più diffuso. L'uso della voce (e eventualmente della musica) rende il podcast un mezzo di comunicazione immediato e versatile, fruibile in diverse situazioni e con tante potenzialità.

Attraverso questo laboratorio i partecipanti impareranno a **costruire il proprio progetto audio a partire dall'uso della voce fino al montaggio**. I docenti **Moreno Mari**, **Caterina De Feo** e **Carlotta Chiodi** illustreranno diversi argomenti: introduzione alla radio e ai podcast, impostazione di una diretta, uso del microfono, nozioni di base su editing e post produzione, creazione di una trasmissione, scalette, interventi registrati e non.

Il laboratorio si concluderà venerdì **18 giugno** con la **creazione di un podcast finale**. Per lo svolgimento dell'attività è richiesto un **laptop** per ciascun partecipante.

Per informazioni e iscrizioni: spaziocrudo@gmail.com

“Vivere l’altrove – Storie di altri mondi”: i podcast sull’incontro tra la cultura italiana e quella straniera

Il granchio morbido, La maestra volante, La casa lamentona e tanto altro: sono online i podcast di *Vivere l’altrove – Storie di altri mondi*.

Qui si possono incontrare le favole inventate insieme ai bambini nati in Italia da famiglie straniere, rielaborate e musicate dagli artisti di Sementerie Artistiche. Ci sono le impressioni di persone arrivate in Italia da pochi anni, scritte durante le lezioni del laboratorio di Eks&Tra con la guida di Idriss Amid. E infine estratti dai racconti scritti dai “nipoti” di chi un giorno partì per una terra lontana realizzati nel laboratorio di scrittura creativa Eks&Tra guidato da Gassid Mohammed.

Le voci narranti sono di Manuela De Meo, Ester Spassini e Pietro Traldi e le favole sono state immaginate insieme a: Neim, Xhulia, Ginus, Cyril Kingdom, Cyril Bethel, Sebastian, Eljabiri Omar, Adam, Fatine, Mohamed Hadi, Xhahysa Daniel, Fatima, Kawtar, Fahrat Isra, Safa, Fatima Zahra, Janette, Rayan, Emanuele, Christian, Nada, Timar, Zakaria, Nirmin, Taouba, Mohammed, Mame Marie, Maria Rosa, Rose, Carolina, Imane, Haifa, Fatima, Jannat, Rim, Amir, Zaccaria, Vittoria, Diego, Asad. Le musiche sono di Cande Marzinotto e Pietro Traldi.

Per ascoltare le storie dei podcast visitare la [pagina dedicata >>](#).

Le Finestre di Psikoradio / I pregiudizi da sfatare sull'autismo

Prosegue la rubrica "Le Finestre di Psikoradio", per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psikoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto il podcast che racconta i "veri" e i "falsi" sull'autismo, per sfatare alcuni luoghi comuni su emozioni, sentimenti, vaccini, educazione che riguardano il mondo delle persone con autismo.

La redazione di Psikoradio ha intervistato **Rita Di Sarro**, psichiatra e neurologa che conduce un programma integrato su disabilità e salute mentale per il Dipartimento di Salute Mentale di Bologna.

[Ascolta la puntata "Un altro modo di stare al mondo" >>](#)

Per saperne di più su Psikoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le Finestre di Psikoradio / Ti capisco, lo vivo anch'io: i gruppi di auto mutuo aiuto

Prosegue la rubrica "Le Finestre di Psikoradio", per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psikoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto il podcast che racconta dei gruppi di auto mutuo aiuto, piccole comunità di persone che si incontrano per confrontarsi e condividere un disagio comune. Chi vi partecipa riesce a confidarsi e aprirsi più facilmente perché ha di fronte persone che vivono da anni la stessa condizione e sa che *"le parole dette dentro al gruppo restano dentro al gruppo"*.

La redazione di Psikoradio ha intervistato **Daniela De Maria**, responsabile gruppi Ama per l'Ausl di Bologna e Lucia Luminasi, del Ventaglio di Orav, che da anni coordina un gruppo di persone con disagio psichico.

[Ascolta la puntata "Ti capisco, lo vivo anch'io!" >>](#)

Per saperne di più su Psikoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le Finestre di Psikoradio / Il telefono che parla con il cuore

Prosegue la rubrica “Le Finestre di Psikoradio”, per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psikoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto “il telefono che parla con il cuore”, dove i redattori di Psikoradio continuano le interviste agli operatori telefonici del servizio di sostegno “Parla con noi”, cercando di capire come si lavora a contatto con chi soffre di solitudine, depressione e problemi psichici in tempi di coronavirus.

“Ho voluto parlare col cuore” è l’aiuto che Maria Parracino, operatrice volontaria della linea telefonica, ha dato a chi ha cercato in lei aiuto e una voce amica.

[Ascolta la puntata “Il telefono che parla con il cuore” >>](#)

Per saperne di più su Psikoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le Finestre di Psikoradio /

Un abbraccio al telefono: il vissuto dei volontari al servizio di supporto psicologico “Parla con noi”

Prosegue la rubrica “Le Finestre di Psikoradio”, per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psikoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto **le interviste a Maria Parracino** dell’associazione Cristina Gavioli e a **Lucia Luminasi** del Ventaglio di Orav, entrambe volontarie al servizio “Parla con noi”, attivato dal Dipartimento di Salute Mentale di Bologna per supportare le persone con disagio psicologico durante il lockdown.

La puntata di Psikoradio ci permette, quindi, di conoscere le storie di chi sta dall’altra parte della cornetta e il vissuto degli operatori. Maria ci racconta del suo rapporto telefonico con una signora che *“soffre di depressione data dalla solitudine e con una fobia del contagio che la porta a chiudersi in casa”*. Per fortuna dopo tre settimane di chiamate, racconta soddisfatta Maria, *“la signora è riuscita a uscire e a fare piccole commissioni”*.

Lucia invece ha risposto alla telefonata di un ragazzo con problemi di solitudine che, consigliato dalla sua psichiatra, ha chiesto aiuto al telefono “Parla con noi”. I due sono diventati amici e i benefici per il giovane si son sentiti grazie alla telefonata mattutina che, racconta Lucia, *“lo mette in moto”*. La speranza di Lucia è che il servizio offerto da “Parla con noi” continui anche dopo l’epidemia, perché *“c’è bisogno di psicologi per parlare, presto verranno fuori altre*

sofferenze”.

[Ascolta la puntata “Un abbraccio al telefono” >>](#)

Per saperne di più su Psicoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio

Le Finestre di Psicoradio / I servizi di salute mentale durante il lockdown: molta sofferenza psichica diffusa, ma meno TSO e ricoveri

Prosegue la rubrica “Le Finestre di Psicoradio”, per ascoltare, anche su BandieraGialla, i podcast realizzati da Psicoradio, la redazione radiofonica che lavora con persone in cura presso il Dipartimento di Salute mentale.

Per questa settimana abbiamo scelto **l'intervista ad Angelo Fioritti, direttore del Dipartimento di Salute Mentale di Bologna**. Cosa è successo nella psiche delle persone nel periodo di isolamento causato dall'emergenza Coronavirus? Come ha lavorato il Dipartimento di Salute Mentale di Bologna, durante i mesi di lockdown, quando i pazienti non potevano essere visti dal personale sanitario? E cosa succederà ora che le persone ricominciano a uscire e dovranno convivere con il virus?

[Ascolta la puntata "Pazienti a distanza e meno ricoveri" >>](#)

Per saperne di più su Psicoradio e per ascoltare tutte le puntate:

www.psicoradio.it

www.facebook.com/lapsicoradio