Con l’ortoterapia a Cremona prende forma un’Oasi di Pace

La Fondazione La Pace Onlus ha inaugurato nel pomeriggio del 14 giugno presso la casa di riposo in via Massarotti, a Cremona, un progetto di ortoterapia dedicato agli ospiti del Centro diurno integrato e della RSA. Il progetto, che per oltre due anni ha coinvolto il territorio nella promozione dell’idea e nella raccolta fondi, è approdato nei mesi scorsi anche sulla piattaforma Ideaginger.it, dove ha raggiunto e superato il suo traguardo, raccogliendo oltre 5mila euro che hanno contribuito a offrire agli anziani della Fondazione La Pace “un luogo speciale dove la terra tra le mani diventa stimolo, le piante coltivate portano soddisfazione e ogni piccolo gesto aiuta a sentirsi parte di qualcosa di importante”.

Il taglio del nastro sabato pomeriggio è avvenuto alla presenza degli ospiti, dei loro famigliari e delle educatrici impegnate nel progetto, insieme ai vertici della struttura con il presidente don Roberto Rota.

«Da due anni ci siamo attivati nella raccolta fondi – racconta Silvia Galli, direttore generale della Fondazione La Pace onlus –. Volevamo coinvolgere il territorio su progetti che riguardano i residenti del CDI e della RSA, che proprio dal territorio arrivano. Siamo partiti con una lotteria e con la vendita del torrone solidale per Natale, raccogliendo i primi fondi che hanno coperto in parte la realizzazione di una copertura modulabile».

Questo primo passo ha riguardato la copertura della terrazza del piano terra con una tettoia progettata per la protezione solare e per la regolazione della temperatura ambientale nelle

diverse stagioni; uno spazio dotato di cassoni, terra, sementi e attrezzi per la coltivazione.

Un progetto ambizioso e impegnativo, ma anche innovativo, perché l'ortoterapia è un'attività di grande prospettiva che si sta prendendo piede in molti paesi, ma che in Italia è ancora poco diffusa.

«Si tratta – spiegano ancora dalla casa di riposo di via Massarotti – di un progetto in cui crediamo molto. Nel portarlo avanti, in questi anni, abbiamo ricevuto un grande contributo da parte di un gruppo di volontari che si sono spesi per la raccolta e che saranno anche coinvolti nella formazione. L'ortoterapia è una terapia occupazionale per prevenire e allontanare l'isolamento e la scarsa socializzazione, per far affiorare nelle persone coinvolte ricordi importanti e per promuovere il dialogo tra i residenti. Al momento il progetto seguito dalle educatrici Elisabetta e Letizia, che hanno frequentato un corso specifico di ortoterapia».

Sono molti i benefici di questa attività che, oltre a dare benessere, serenità mentale e ad avere ricadute positive sulla motricità degli anziani che la praticano, restituisce un ruolo attivo nella società a persone fragili, disabili o in età avanzata.

L'Oasi di Pace è uno spazio immerso nella natura, con vasche appositamente realizzate per il giardinaggio, ma anche un luogo di incontro, dotato di poltrone per riposare e godersi le giornate di sole in tutta tranquillità.

L'ortoterapia è un valido complemento alla cura, un presidio di prevenzione e di sollievo dallo stress per le persone fragili. Per consentire a tutte loro di praticarla, alla Pace è stato progettato realizzato un orto rialzato, fruibile anche dalle persone sulla sedia a rotelle. Oltre al movimento e alla socialità, l'ortoterapia offre anche un valido aiuto per la

memoria, che con questa attività è stimolata in funzione della necessità di ricordare i nomi delle piante e degli attrezzi usati per la coltivazione, ma anche attraverso le sensazioni e le emozioni che sono collegate ai frutti e agli ortaggi e che hanno accompagnato le persone coinvolte per tutta la vita. Si tratta di un’attività multisensoriale che attiva vista, tatto, olfatto, gusto e udito in un lento e rilassante turbinio di emozioni, che favorisce l’autostima e genera soddisfazione, tanto più in persone soggette alle cure degli altri, che a questo modo possono sentirsi più utili e appagate.