

LOTTA ALLE MALATTIE CRONICHE. Verona in prima fila. Le attività dell'associazione Arpea

Sport contro il Parkinson Attività all'avanguardia

Nasce la Promozione dell'Esercizio Adattato per diabete, fragilità fisiche e disabilità motorie
«Gruppi autogestiti per divertirsi e seguire terapie»

Attività motoria «su misura» adattata, pensata per persone affette da malattie croniche stabilizzate, come il morbo di Parkinson, ma non solo. Perché muoversi, farlo con guide esperte e farlo insieme ad altre persone che soffrono della stessa patologia cambia in meglio, e non di poco, la qualità della vita del paziente. Verona, in questo campo, è all'avanguardia grazie all'associazione di promozione sociale Arpea, che da poco ha festeggiato il primo anno di vita.

Nata infatti il primo aprile 2015 su idea di Federica Bombieri, ora presidente, l'associazione si declina in rosa: sei donne con voglia di impiegare il proprio tempo libero a far del bene. Cinque laureate in Scienze Motorie preventive e adattate, una in Psicologia: ed è proprio l'esperienza fatta nei corsi di Scienze Motorie dell'Ateneo veronese ad aver contribuito alla creazione dell'associazione, nata in maniera particolare. «Ho incontrato Adriano Tomba (segretario generale di **Fondazione Cattolica**, ndr) per chiedergli di finanziare una mia borsista», spiega Federica, «ma dopo aver visto la bontà

di quanto stavamo facendo è nata l'idea di allargare il tutto, creando un'associazione». O meglio, un «condominio», così com'è ama definirlo la presidente. Una casa dove ogni esperta ha il suo campo d'azione: non solo malati di Parkinson, ma anche persone con diabete, anziani fragili, persone con disabilità cognitiva e motoria, ipertesi e così via, per tutti la ricetta è la stessa, fare movimento, ma ciascuno riceve la sua proposta individuale, precisa e controllata. Una proposta, come dicevamo, «su misura», tarata sulle esigenze specifiche di ognuno. Ed è questa la forza di Arpea (il cui acronimo sciolto diventa Associazione Ricerca e Promozione Esercizio Adattato): sei donne già esperte, seppur ancora giovani (la media età è 40 anni), determinate nel portare avanti un progetto che in un anno ha coinvolto circa 150 persone. Sei donne che hanno messo assieme le loro professionalità e sensibilità per raggiungere l'obiettivo comune. Elisabetta Bacchi, Doriana Rudi, Valeria Marconi, Giulia Concetti, Francesca Vitali completano la squadra.

«Vogliamo portare i risultati dei nostri studi, la nostra esperienza accademica sul territorio, aiutando così persone che soffrono di patologie croniche e anche i loro parenti, sempre con il coinvolgimento di docenti e studenti di Scienze Motorie», continua Federica. Un esempio? «Io mi occupo di disturbi del movimento, e tutti i giorni seguo personalmente in palestra i malati di Parkinson che fanno attività specifica due volte la settimana, ma anche i familiari, con un continuo supporto e con seminari sul territorio veronese e non solo», spiega la presidente: «Il venerdì hanno creato un gruppo autogestito per andare a fare camminate assieme, unendo così l'aspetto terapeutico con quello legato al divertimento, allo stare insieme condividendo la propria esperienza. In provincia, stiamo già facendo dei percorsi di attività motoria adattata per diverse patologie, ma il nostro intento è di allargarci sempre di più». Muoversi aiuta il fisico, la mente e il morale: la «lezione» di Arpea insegna. E punta a diventare sempre più estesa su tutto il territorio veronese. ●

