

## ANDARE IN MONTAGNA NELLA FASE 2 DELLA PANDEMIA COV-19: ASPETTI SANITARI



La Fondazione Courmayeur Mont Blanc e la Fondazione Montagna Sicura hanno organizzato, giovedì 11 giugno 2020, l'Incontro on line su **Andare in montagna nella fase 2 della pandemia Covid-19**. Sono intervenuti **Guido Giardini**, presidente della Fondazione Montagna Sicura; **Direttore Struttura Complessa di Neurologia e Responsabile Centro di Montagna dell'Ospedale di Aosta**, e **Renato Balduzzi**, professore ordinario di diritto costituzionale nell'Università Cattolica del Sacro Cuore, già ministro della Salute.

L'incontro fa parte della Rassegna **Fondazione Courmayeur online**, appuntamenti con voci e testimoni in grado di fornire chiavi di lettura in una realtà difficile ed in rapida evoluzione. "Questo 2020 - ha evidenziato **Giuseppe De Rita**, presidente della Fondazione Courmayeur Mont Blanc - è un anno destinato a sprecare il tempo: prima la pandemia, durante il lungo isolamento, dopo la ripresa, prima e dopo l'estate. Ed è opportuno per tutti, in particolare per chi ha vissuto l'isolamento, dedicare un po' di tempo a capire quel che succede e potrà succedere, con occhio speciale alla specifica realtà valdostana, così inaspettatamente coinvolta nella pandemia".

Nell'ambito della stessa Rassegna sono stati promossi gli **Incontri di maggio**, organizzati in collaborazione con la Biblioteca regionale di Aosta e moderati dal giornalista de *La Stampa* **Enrico Martinet**:

- **La Valle prima e dopo la pandemia** - Incontro con **Giuseppe De Rita**, presidente della Fondazione Censis e della Fondazione Courmayeur Mont Blanc. 13 maggio 2020
- **Il tempo delle incertezze** - Incontro con **Mario Deaglio**, componente del Comitato scientifico della Fondazione Courmayeur Mont Blanc; opinionista de *La Stampa*; professore emerito di Economia Internazionale nell'Università di Torino. 20 maggio 2020
- **Trafo del Monte Bianco e Ponte Morandi. Le grandi sfide si possono vincere** - Incontro con **Waldemaro Flick**, componente del Comitato scientifico della Fondazione Courmayeur Mont Blanc; avvocato. 27 maggio 2020

Gli Incontri sono visibili su [www.fondazionecourmayeur.it](http://www.fondazionecourmayeur.it)

### Guido Giardini

presidente della Fondazione Montagna Sicura; Direttore Struttura Complessa di Neurologia e Responsabile Centro di Montagna dell'Ospedale di Aosta

Nella prima parte di quest'anno la diffusione pandemica dell'infezione da Corona virus 19 ha

duramente provato il nostro sistema sanitario e tutto il tessuto sociale. Solo in Italia decine di milioni di persone sono rimaste confinate in casa per almeno 2 mesi mentre gli altri sono usciti il tempo necessario per lavorare e mandare avanti il Paese. L'impatto psicologico e fisico è stato importante. La grande maggioranza delle persone ha cambiato improvvisamente abitudini. Si è stati costretti all'inattività per molte settimane oltreché all'isolamento e riduzioni di relazioni. È naturale che al termine di questo periodo rinasca prepotente la voglia di uscire e tornare in montagna per fare le cose che più ci piacevano. Ma la pandemia è tutt'altro che scomparsa. Il virus circola ancora, è solo quiescente. Questo ci obbliga a mantenere rigidamente alcune norme comportamentali basilari, senza le quali si rischierebbe la partenza di nuovi focolai. Riassumiamole brevemente anche perché andranno rispettate in modo scrupoloso in montagna durante tutta l'estate: indossare la mascherina sempre quando veniamo a contatto ravvicinato con chiunque non sia nostro congiunto, lavarsi o igienizzarsi le mani



© Giacomo Buzio - Lago Checrouit

frequentemente soprattutto prima e dopo contatti con superfici, mantenere comunque un distanziamento prudenziale.

La montagna assicura "naturalmente" questo distanziamento. Per questo durante l'estate sono attesi numerosissimi turisti nelle località montane. L'USL della Valle d'Aosta con il suo Centro di Medicina della Montagna e la Fondazione Montagna Sicura hanno promosso delle raccomandazioni basilari sulla ripresa dell'attività in montagna in questa fase pandemica denominata "fase 2" che sta già divenendo "fase 3".

Le norme raccomandano di ricominciare con tranquillità l'attività motoria in montagna, anche perché non siamo più abituati né tantomeno acclimatati alla quota. Sarà l'occasione per scoprire o riscoprire i percorsi di bassa quota, magari quelli dietro a casa, quelli che conosciamo meglio, dove evitiamo di metterci in pericolo. Nel dubbio è buona regola affidarsi sempre ad un professionista della montagna che conosce bene il territorio, un territorio che stava già cambiando sotto la spinta dei cambiamenti climatici e che è ulteriormente cambiato nei quasi tre mesi in cui l'uomo non l'ha presidiato. Anche gli animali si sono riappropriati dei loro spazi, sarà opportuno tenerne conto per evitare incontri spiacevoli. Una raccomandazione particolare va fatta a tutti coloro che sono portatori di malattie croniche e assumono farmaci di prevenzione. L'inattività fisica forzata è stata possibile fonte di ricadute o scompensi, per questo prima di ricominciare l'attività motoria in montagna è opportuno far visita al proprio medico di famiglia, al proprio specialista di fiducia o ad un centro di medicina di montagna.



© Giacomo Buzio - Maison Vieille

### INCONTRI DI COURMAYEUR JARDIN DE L'ANGE

#### Diritto alla salute e pandemia

Incontro con **Vladimiro Zagrebelsky**, Direttore del Laboratorio dei Diritti Fondamentali - Collegio Carlo Alberto di Torino; già Giudice della Corte europea dei diritti umani  
**11 agosto 2020, ore 18.00**

#### Come saranno i prossimi tre anni

Incontro nel trentennale della Fondazione Courmayeur, con **Giuseppe De Rita**, presidente della Fondazione Censis e della Fondazione Courmayeur Mont Blanc, **Mario Deaglio**, opinionista de *La Stampa*, professore emerito di Economia Internazionale nell'Università di Torino. Modera **Maurizio Molinari**, direttore de *la Repubblica*  
**12 agosto 2020, ore 18.00**

#### Si può ancora salvare l'economia italiana? Sì, con l'impegno e la competenza

Incontro con **Andrea Goldstein**, Senior economist OCSE e socio fondatore M&M Idee per un Paese migliore, in occasione dell'uscita del suo libro **L'economia italiana dopo il COVID-19: riformare per ripartire** (Bonomia University Press). Dialogherà con **Elsa Forno**, Università di Torino e CeRP-Collegio Carlo Alberto  
**13 agosto 2020, ore 18.00**

#### Federica Brignone. Umiltà, tenacia, successo

Incontro con **Federica Brignone**, prima italiana a vincere la Coppa del mondo generale di sci alpino  
**17 agosto 2020, ore 18.00**

#### Sostenibilità e transizione energetica: come l'Italia si prepara ai nuovi schemi dello sviluppo

Incontro con **Giorgio De Rita**, segretario generale Fondazione Censis, **Massimo Santarelli**, professore ordinario al Dipartimento Energia del Politecnico di Torino e **Enrico De Girolamo**, amministratore delegato CVA S.p.A. - Compagnia Valdostana delle Acque organizzato in collaborazione con CVA S.p.A. - Compagnia Valdostana delle Acque  
**18 agosto 2020, ore 18.00**

### LA MONTAGNA IN DIVENIRE JARDIN DE L'ANGE

#### Andare per rifugio

Presentazione del libro, edito da Il Mulino, con gli autori **Roberto Dini**, **Luca Gibello** e **Stefano Girodo** organizzato in collaborazione con Cantieri d'Alta Quota e l'Ordine degli architetti della Valle d'Aosta  
**1 agosto 2020, ore 18.00**

#### Una balena va in montagna

Laboratorio per bambini, tratto dall'omonimo libro (editori CAI e Salani), con gli autori **Ester Armanino** e **Nicola Magrin**, e **Maggiolino Michiardi**, guida alpina e maestro di sci. Interviene **Alessandro Giorgetta**, direttore editoriale Club Alpino Italiano organizzato in collaborazione con il Club Alpino Italiano e la Società delle guide alpine di Courmayeur  
**8 agosto 2020, ore 10.30**

#### Mia sconosciuta

Lecture e racconti tratti dal libro (editore Ponte alle Grazie), con l'autore **Marco Albino Ferrari**  
**10 agosto 2020, ore 18.00**

Per ulteriori informazioni:  
[www.fondazionecourmayeur.it](http://www.fondazionecourmayeur.it)