

TREKKING URBANO: UN VIAGGIO VERSO LA RINASCITA E LA CONSAPEVOLEZZA

Vidal Tagliapietra M.^[1], Seno L.^[1], Cama M.^[2],
Tono A.^[1], Rudatis A.^[3], Campo A.^[3], Zerbin T.^[3],
Margutti E.^[4]

^[1]AULSS 3 Serenissima UOS SerD Venezia Chioggia -
Venezia - Italy,

^[2]Ex dipendente UOS SerD AULSS 3 Serenissima Venezia
Chioggia - Venezia - Italy,

^[3]Consulente esperto - Venezia - Italy,

^[4]Responsabile UOS SerD AULSS 3 Serenissima Venezia
Chioggia - Venezia - Italy

Esplorare il proprio territorio per ritrovare se stessi

Introduzione

Avviato nel maggio 2021, il progetto promuove il benessere psicofisico e sociale mediante esplorazioni culturali e pratiche come la Mindfulness e il Tai Chi. Nel convegno del marzo 2024 "Attraverso l'Esplorazione 4.0", tenutosi a Venezia, sono stati evidenziati effetti positivi nella riduzione dell'isolamento e nella crescita personale.

Target

Il progetto si rivolge principalmente a persone con diagnosi di disturbo da gioco d'azzardo (DGA), estendendosi anche a coloro con disturbi da uso di sostanze (DUS) e uso di alcol (DUA) che mostrano sufficiente adesione al percorso terapeutico e, da quest'anno, a persone con dipendenza da tabacco.

Metodi

Il progetto adotta un approccio olistico alla riabilitazione, combinando attività fisiche e culturali, laboratori sensoriali e attività terapeutiche per migliorare il benessere fisico, mentale e sociale dei partecipanti.

Struttura del Modulo

Il progetto "Trekking Urbano" prevede circa otto uscite di gruppo annuali e, dal 2021 a oggi, ha coinvolto circa cinquanta pazienti adulti, uomini e donne, di età compresa tra i 29 e i 70 anni, accompagnati da operatori del Servizio per le Dipendenze (SerD). In alcuni casi, è stato possibile includere anche familiari, anche quando non

era previsto il coinvolgimento diretto del paziente.

Il programma è articolato in visite guidate, sessioni di Mindfulness e/o Tai Chi condotte da esperti nel campo, proposti in differenti contesti: musei, giardini pubblici e privati, oasi naturalistiche.

La durata del modulo è di circa cinque ore e prevede una prima parte di visita guidata, a seguire la pratica di Mindfulness e/o Tai Chi, concludendosi con un momento di condivisione, circolarità e convivialità sull'esperienza vissuta.

Obiettivi e Risultati

L'obiettivo principale è promuovere nuove connessioni mediante attività artistico-culturali integrate a pratiche corporee, favorendo nuovi equilibri tenendo presente l'approccio del bottom-up (Kester G. H., 2011).

I principali risultati osservati si possono così sintetizzare:

- **Inclusione e Collaborazione Multidisciplinare:** coinvolgimento di vari soggetti (pazienti, operatori sanitari, consulenti ed esperti) che hanno favorito un ambiente inclusivo e stimolante, facilitando la condivisione di conoscenze e prospettive diverse (WHO, 2010).

- **Socializzazione e Formazione di Legami Significativi:** le escursioni in luoghi di interesse culturale e naturalistico hanno favorito la socializzazione e la formazione di legami significativi, contrastando la solitudine associata alle dipendenze.

Il progetto ha creato nuove occasioni di socializzazione e ha generato legami autentici, cruciali per il recupero dalle dipendenze (Miller & Rollnick, 1991). Le attività condivise hanno promosso un senso di comunità e supporto reciproco.

- **Esplorazione Culturale e Sensibilizzazione al Territorio:** le escursioni culturali e naturalistiche nel territorio veneziano hanno coinvolto attivamente la comunità locale, aumentando la visibilità del progetto e favorendo il supporto da parte della cittadinanza (Intesa di collaborazione Progetto "Chiama & Vinci" e "MUVE", 2024).

- **Espressione Artistica e Creatività come Veicoli Terapeutici:** implementazione di laboratori sensoriali e attività creative che hanno consentito ai partecipanti di esprimere liberamente le proprie emozioni, promuovendo l'autodeterminazione, la fiducia in sé stessi e la creatività (Sonke, J., Rollins, J., Brandman, R., & Graham-Pole, J., 2019).

L'espressione artistica è stata utilizzata nel progetto come veicolo terapeutico, in linea con le teorie della terapia artistica che sottolineano l'importanza della creatività e dell'espressione emotiva per la salute mentale (Malchiodi, 2013). I laboratori sensoriali e le attività creative hanno offerto ai partecipanti un modo sicuro per esplorare e esprimere le proprie emozioni, contribuendo alla loro crescita personale e alla resilienza.

- **Promozione dell'esercizio fisico in ambiente naturale attraverso il trekking urbano:** è stata un'opportunità per gli operatori e i pazienti di sperimentare una pratica nota per i suoi benefici. Tale forma di attività definita come "esercizio verde", può ridurre lo stress, migliorare l'umore e aumentare la vitalità (Pretty et al., 2005). Questo è in linea con la ricerca che mostra che l'attività fisica regolare può migliorare la salute mentale e fisica, ridurre i sintomi di depressione e ansia, e aumentare la qualità della vita (Parks, Housemann & Brownson, 2003).

- **Miglioramento della Salute Fisica e Mentale:** promosso attraverso la pratica corporea integrata di Mindfulness e Tai Chi. La Mindfulness è evidenziata nella letteratura come una pratica per imparare un po' alla volta a sentirsi più in armonia con ciò che succede e può ridurre l'ansia e la depressione, migliorare la regolazione emotiva e aumentare la consapevolezza corporea e mentale (Baer, 2006; Kabat-Zinn, 1994). L'integrazione di sessioni di Mindfulness nel Trekking Urbano ha aiutato i partecipanti a sviluppare una più sana gestione delle loro emozioni e una consapevolezza delle loro sensazioni fisiche e mentali.

Il Tai Chi, noto per i suoi benefici sul sistema nervoso e per la promozione della neuro plasticità, si è mostrato come un'altra componente fondamentale del progetto (Jahnke et al., 2010). La pratica regolare del Tai Chi può migliorare la propriocezione, la consapevolezza corporea e contribuire a ridurre lo stress e l'ansia, migliorando la qualità del sonno e la salute mentale (Daniele, Lanaro & Chiera, 2018).

- **Esplorazione e Arricchimento Personale:** le esperienze culturali e artistiche hanno arricchito la mappa cognitiva e il territorio di riferimento dei partecipanti, offrendo nuove prospettive e strumenti per il recupero contrastando lo stigma interno ed esterno (Serrano M., 2007; Corrigan, P. W., & Watson, A. C. 2002).

- **Prevenzione delle Ricadute:** l'arricchimento culturale e artistico offerto dal progetto ha fornito nuovi interessi e strumenti per i partecipanti, aiutando a prevenire le ricadute. Le esperienze culturali e artistiche hanno ampliato le prospettive di vita dei partecipanti, offrendo nuove e più sane fonti di piacere e soddisfazione (Pretty et al., 2005). Questo è supportato dalla teoria della neuro plasticità, che suggerisce che l'apprendimento di nuove abilità e l'esposizione a nuovi stimoli possono ristrutturare il cervello favorendone il recupero (Davidson, 2012).

- **Documentazione e Condivisione;** l'allestimento di mostre fotografiche aperte al territorio e la creazione di un video finale che hanno documentato l'esperienza vissuta all'interno del progetto sono servite non solo come strumenti di riflessione e celebrazione per i partecipan-

ti, ma anche come modo per condividere le loro storie con una comunità più ampia. L'esperienza può essere utilizzata come strumento di comunicazione e marketing per sottolineare l'impatto positivo del progetto ai potenziali finanziatori (Brown A. M., & Hume M., 2012). Questo processo di documentazione e condivisione può rafforzare il senso di realizzazione e connessione dei partecipanti, promuovendo ulteriormente la loro crescita personale e il recupero.

Aspetti qualitativi che emergono dalle testimonianze dirette.

Al termine della terza annualità del progetto sono state raccolte delle testimonianze formulando due domande a coloro che hanno collaborato alla realizzazione del progetto e ai partecipanti (operatori del SerD, utenti ed esperti).

Queste le domande/riflessioni proposte:

1. Qual è stata la tua esperienza nella co-progettazione con gli operatori del SerD e come ha arricchito il risultato finale?
2. Nel Progetto di Trekking Urbano, come hai vissuto l'incontro con il "bello" e l'esperienza corporea?

Per ciascuna risposta è stato previsto un tempo massimo di cinque minuti; le risposte sono state raccolte mediante registrazioni audio e successivamente inserite all'interno di un video che riproduceva alcuni scatti di vari momenti dell'esperienza e una sintesi finale per evidenziare il filo conduttore delle testimonianze stesse.

Di seguito un estratto di alcune testimonianze

Testimonianze di alcuni partecipanti:

Pazienti

- **Alessandro:** "Il Progetto Trekking Urbano è nato per prevenire le ricadute e ha rappresentato per me un incontro con il bello e con l'esperienza corporea attraverso la cultura e l'arte. Le pratiche di Mindfulness sono state particolarmente arricchenti, soprattutto nel confronto con gli altri partecipanti. In un periodo di isolamento, questa esperienza mi ha arricchito profondamente dal punto di vista umano e personale. Raccomando questa bellissima esperienza a tutti."

- **Andrea:** "Ho aderito con entusiasmo al Trekking Urbano, trovandolo ricco di esperienze culturali e naturali. Ho visitato musei e partecipato a pratiche come la Mindfulness e il Tai Chi, che mi hanno aiutato a connettermi con il mio corpo e la mente. Queste attività mi hanno permesso di uscire dalla solitudine legata alla dipendenza e di ritrovare la gioia del contatto umano. Ringrazio le operatrici del SerD e tutti coloro che hanno contribuito a questo progetto."

- **Alberto:** "Il Trekking Urbano mi ha permesso di danzare nella leggerezza del vento e di trovare una dolce libe-

razione nel contatto con la natura umana. I momenti di Mindfulness mi hanno fatto sentire un piacevole contatto con me stesso.”

• Michele: “Dopo anni, ho riscoperto la bellezza dei musei grazie al Trekking Urbano. Le visite mi hanno stupito e arricchito. Ero scettico riguardo all’esperienza corporea, ma i movimenti del Tai Chi si sono rivelati molto rilassanti sia per il corpo che per la mente.”

• Lucia: “L’esperienza con il gruppo di Venezia e Dolo è stata bellissima. Il Tai Chi mi ha aiutato a liberare l’energia negativa, rendendo questa esperienza molto positiva.”

• Nerina: “Nel Progetto di Trekking Urbano, il coinvolgimento totale e la naturalezza nel partecipare hanno portato alla nascita di amicizie, facendomi sentire meno sola e diversa.”

• Roberta: “Il Progetto Trekking Urbano del SerD mi ha arricchito mentalmente e spiritualmente, permettendomi di socializzare e di condividere sensazioni attraverso la pratica del Tai Chi.”

• Maurizio: “Partecipare ai progetti di Trekking Urbano e al Laboratorio Sensoriale è stato molto interessante. Queste attività hanno facilitato la socializzazione e l’espressione delle nostre sensazioni, specialmente per chi come me ha una passione per la fotografia.”

Testimonianze di collaboratori e operatori del SerD

• Silvia: “Il laboratorio sensoriale progettato per promuovere il benessere psico-fisico ha superato le aspettative, favorendo l’interazione sociale e la creatività. Questo ha portato a una nuova consapevolezza e fiducia in sé stessi, con un impegno continuativo anche nelle famiglie.”

• Fabio: “Il progetto ha promosso la creatività e il benessere psico-fisico, offrendo spazi di socializzazione e relazione. In un periodo ancora segnato dal Covid-19, queste attività hanno contribuito a prevenire la solitudine e l’isolamento, rigenerando i sensi e risvegliando la mente.”

• Sonia: “Il Trekking Urbano è stato importante e formativo, permettendomi di osservare l’interazione tra i partecipanti e di respirare un’atmosfera positiva. Le varie attività psico-educative, culturali e sociali hanno potenziato il mio benessere mentale.”

• Maria: “Ho vissuto questa esperienza con gioia e pienezza. Il progetto ha permesso ai pazienti di esprimersi con competenza e passione, riducendo i pregiudizi e favorendo la reciprocità tra utenti e operatori. L’ambulatorio dovrebbe farsi territorio.”

• Adriano: “L’esperienza con il SerD è stata stimolante e utile. Credo di aver contribuito con i miei scatti fotografici a far conoscere meglio la realtà del SerD, ancora troppo stigmatizzata. Informare e sensibilizzare le persone è fondamentale per superare i pregiudizi.”

• Elena: “La co-progettazione con il SerD ha arricchito il progetto, favorendo un’esperienza di libertà espressiva fisica, umana e di gruppo. Le parole d’ordine sono state sinergia, sviluppo e fiducia.”

• Riccardo: “La collaborazione tra la Fondazione Musei Civici di Venezia e il SerD si è rinnovata, favorendo l’inclusione e l’accessibilità attraverso visite ai musei e mostre. Queste attività hanno permesso uno scambio di opinioni ed emozioni, rafforzando il legame con la realtà attuale.”

• Anna: “Partecipare a questa esperienza ha significato vivere la bellezza in molti modi: nei luoghi visitati, nell’arte spiegata con passione, nelle persone coinvolte e nel Tai Chi. La bellezza ha arricchito tutti noi, creando ricordi ed esperienze condivise utili per affrontare momenti difficili.”

Conclusioni

Il progetto di Trekking Urbano rappresenta un esempio innovativo di come un approccio integrato possa supportare il percorso riabilitativo nelle dipendenze (Carozza, P., & Prata, G., 2016) e, nello specifico, una delle risposte al periodo post-pandemico, offrendo un’opportunità per respirare nuova aria ed esplorare il territorio. Tuttavia, per migliorare ulteriormente l’efficacia e l’efficienza, si intende implementare meccanismi di valutazione continua e feedback per adattare il progetto alle esigenze emergenti dei partecipanti. In tal senso, il progetto condurrà nella prossima edizione un’analisi quantitativa per verificare i benefici sopra indicati.

Ringraziamenti

Desideriamo esprimere il nostro più sincero apprezzamento a tutti i colleghi dell’équipe multi professionale e ai consulenti esterni per il loro prezioso contributo. Grazie alla loro partecipazione attiva, è stato possibile realizzare un progetto caratterizzato da bellezza e condivisione, rafforzando ulteriormente il nostro impegno comune.

Bibliografia

- Baer, R. A. (2006). *Approcci terapeutici basati sulla mindfulness: Guida clinica alle basi di evidenza e applicazioni*. Academic Press.
- Bien, T. (2012). *Il paradiso perduto. Mindfulness e disturbi da uso di sostanze*. In F. Didonna (Ed.), *Manuale clinico di mindfulness* (pp. 405-416). Milano, Franco Angeli.
- Bowen, S., Chawla, N., & Marlatt, G. A. (2013). *Mindfulness e comportamenti di dipendenza*. Raffaello Cortina Editore.
- Brown, A. M., & Hume, M. (2012). *Personalizzare la*

comunicazione di raccolta fondi per migliorare il fundraising relazionale: Esplorando gli antecedenti e le conseguenze della personalizzazione nella raccolta fondi. *International Journal of*

Nonprofit and Voluntary Sector Marketing, 17(2), 128-144. <https://doi.org/10.1002/nvsm.434>.

- Candiani, C. L. (2018). *Il silenzio è cosa viva*. Einaudi.
- Carmel, Y., & Bernstein, J. (2010). Promuovere la salute mentale attraverso la pianificazione e il design urbano e ambientale. *Israel Journal of Health Policy Research*, 9, 56. <https://doi.org/10.1186/s13584-020-00397-5>.
- Carozza, P., & Prata, G. (2016). *La riabilitazione psicosociale: Metodologie e applicazioni*. Franco Angeli.
- Chatterjee, H., & Noble, G. (2013). *Museums, health and well-being*. Routledge.
- Ch'ing, Y. (2017). *Tai chi chuan: L'allenamento delicato per la salute mente-corpo*. Tuttle Publishing.
- Chiesa, A., & Serretti, A. (2010). Una revisione sistematica delle caratteristiche neurobiologiche e cliniche della meditazione mindfulness. *Psychological Medicine*, 40(8), 1239-1252.
- Clark, D., & Sudak, H. S. (2014). Mindfulness nella pratica clinica: Una revisione delle evidenze. *Journal of Clinical Psychology*, 70(6), 531-541. <https://doi.org/10.1002/jclp.2210>
- Clift, S., & Camic, P. M. (2016). *Oxford textbook of creative arts, health, and wellbeing: International perspectives on practice, policy and research*. Oxford University Press.
- Corrigan, P. W., & Watson, A. C. (2002). The paradox of self-stigma and mental illness. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(1), 35-53.
- Daniele, F., Lanaro, D., & Chiera, A. (2018). *Neurofisiologia del Tai Chi Chuan: Un percorso per la conoscenza di sé attraverso il movimento*. Kappa Edizioni.
- Davidson, R. J. (2012). *The emotional life of your brain: How its unique patterns affect the way you think, feel, and live-and how you can change them*. New York, Penguin Group.
- Eddy, M. (2009). A brief history of somatic practices and dance: Historical development of the field of somatic education and its relationship to dance. *Journal of Dance & Somatic Practices*, 1(1), 5-27.
- Elbert, T., Pantev, C., Wienbruch, C., Rockstroh, B., & Taub, E. (1995). Aumento della rappresentazione corticale delle dita della mano sinistra nei musicisti di strumenti a corda. *Science*, 270(5234), 305-307.
- Foschi, G. (2016). *Le fotografie del silenzio*. Milano, FrancoAngeli.
- Gajda, R. (2004). Utilizzare la teoria della collaborazione per valutare le alleanze strategiche. *American*

Journal of Evaluation, 25(1), 65-77. <https://doi.org/10.1177/109821400402500105>.

- Gilardi, A. (2000). *Storia sociale della fotografia*. Torino, Pearson Italia.
- Goldfarb, A. H., & Jamurtas, A. Z. (1997). Beta-endorphin response to exercise: An update. *Sports Medicine*.
- Grant Muradoff. *Tai chi chuan disciplina del movimento per la ricerca del sé (Vol. 1, 2, 3)*. Mediterranee.
- Jahnke, R., Larkey, L., Rogers, C., Etnier, J., & Lin, F. (2010). Una revisione completa dei benefici per la salute del qigong e del tai chi. *American Journal of Health Promotion*, 24(6), e1-e25.
- Jordan, M., & Hinds, J. (2016). *Ecoterapia: Teoria, ricerca e pratica*. Macmillan International Higher Education.
- Kabat-Zinn, J. (1994). *Dove vai, ci sei: Meditazione mindfulness nella vita quotidiana*. Hachette Books.
- Kabat-Zinn, J. (2008). *Riprendere i sensi: Guarire se stessi e il mondo attraverso la consapevolezza*. TEA.
- Kabat-Zinn, J. (2016). *Vivere momento per momento*. Milano, Corbaccio.
- Kester, G. H. (2011). *The one and the many: Contemporary collaborative art in a global context*. Duke University Press.
- Klein, G. (2017). *Urban asymmetries: Cultural encounters, social inequalities, and the impact of arts in cities*. In *Reclaiming cities as spaces of middle class life* (pp. 103-116). Palgrave Macmillan.
- Kornfield, J. (2013). *Il cuore saggio*. Corbaccio.
- Kotler, N., & Kotler, P. (2004). *Marketing dei musei: Obiettivi, traguardi, risorse*. Einaudi.
- Malchiodi, C. A. (2013). *Terapia artistica e neuroscienze delle relazioni, creatività e resilienza*. New York, W. W. Norton & Company.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (1991). *Motivational interviewing: Preparing people to change addictive behavior*. New York, Guilford Press.
- Moncalero, N. (2015, 26 ottobre). 5 motivi per cui ci vuole più arte nella nostra vita. *L'Huffington Post*.
- Parks, S. E., Housemann, R. A., & Brownson, R. C. (2003). Correlati differenziali dell'attività fisica negli adulti urbani e rurali di vari contesti socioeconomici negli Stati Uniti. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 57(1), 29-35.
- Pretty, J., Peacock, J., Sellens, M., & Griffin, M. (2005). Esiti sulla salute mentale e fisica dell'esercizio verde. *International Journal of Environmental Health Research*, 15(5), 319-337.
- Sargeant, A., & Shang, J. (2010). *Principi e pratiche del fundraising*. John Wiley & Sons.
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2018). *Terapia cognitiva basata sulla mindfulness per*

la depressione. Guilford Publications.

- Serrano, M. (2007). Auto-stigma, empowerment e pratiche di promozione. Fogli d'informazione, 3-4, 43-63.
- Sonke, J., et al. (2019). The arts in health care
- Sonke, J., et al. (2019). The arts in health care movement in the United States: Concepts, trends, and future directions. PubMed. Retrieved from PubMed - The Arts in Health Care Movement.
- Stuckey, C. D., & Nobel, J. (2010). The connection between art, healing, and public health: A review of current literature. American Journal of Public Health, 100(2), 254-263. Retrieved from AJPH.
- Thich Nhat Hanh. (1988). Essere pace (A. Merati, Trad.). Astrolabio Ubaldini.
- Vygotskij, L. S. da Peri, M. (2004). La didattica nel museo tra arte e educazione (Tesi di laurea, Università degli Studi di Roma).
- World Health Organization. (2010). Framework for action on interprofessional education and collaborative practice. Geneva, Switzerland: World Health Organization.

Sitografia

- How Qigong Can Help You Recover From any Addiction <http://www.dragondoor.com/articles/how-qigong-can-help-you-recover-from-any-addiction/>
- Intesa di collaborazione Progetto "Chiama & Vinci" e "MUVE" (post del 27/04/2024) Parlano di noi e del nostro... - Chiama e Vinci AULSS 3 | Facebook
- Other articles on Tai Chi on The New England Journal

of Medicine <http://www.nejm.org/search?q=tai+chi>

- Qi Gong for drug addictions <http://www.acupuncturetoday.com/archives2002/may/05qigong.html> (english)
- Tai chi in recovery <http://alcoholrehab.com/addiction-recovery/tai-chi-in-recovery/> (english)
- Tai Chi in Drug, Alcohol and Addictive Behavior Recovery (english)
- Use of qigong therapy in the Detoxification of heroin addicts www.kenpotaichi.com/drug_alcohol_addiction_recovery.html - www.best-holistic-addiction-treatment.com/qigong.html (english)
- Tai Chi esercizio fisico o pratica terapeutica? <http://www.zenon.it/tai-chi-chuan-esercizio-fisico-o-pratica-terapeutica/>
- Tai Chi e salute - La Stampa ALM-IT-SCR1-SC58-H6-JD (youtube.com)
- Tai Chi: 10 benefici e motivi scientificamente provati per praticarlo <http://www.greenme.it/vivere/spo>
- Tai Chi migliora la vita - Salute
- Tai Chi: 10 benefici e motivi scientificamente provati per praticarlo - e-tempo-libero/15158-tai-chi-benefici
- Tai Chi on psychological well-being: systematic review and meta-analysis <http://www.biomedcentral.com/1472-6882/10/23/>

Note: È possibile consultare l'intervista rivolta alle Educatrici Professionali conduttrici delle attività nel Podcast del Progetto "Chiama & Vinci" Non T'Azzardare 2.10 L'intervento Riabilitativo, 27 Marzo 2024.

PROGETTO TREKKING URBANO 2021-2022-2023-2024

MINDFULNESS

- Respiro
- Camminata consapevole
- La Metta
- Meditazione della Montagna

TAI CHI

- Pratica dedicata sia alla respirazione che alla natura
- Figure mitologiche
- 5 tecniche dedicate alla celebrazione dell'anno del Drago

18 tecniche chi kung

foto 1
di Adriano Rudatis

"La camminata consapevole" - Lido di Venezia, 2021
[...] gli eventi ci portano lontano e noi perdiamo noi stessi. Meditare camminando ci aiuta a recuperare la nostra sovranità, la nostra libertà come esseri umani. Camminiamo con grazia e dignità come un imperatore, come un leone. Ogni passo è la vita. [...] Thich Nhat Hanh in "Essere e Pace", 1888

foto 2
di Adriano Rudatis

La Biennale Architettura Arsenale - Venezia (2023)
Pratica di Tai Chi nel "Kwaes" (opera di Sir David Adjaye OM OBE) costruzione abitabile che offre uno spazio di riposo e di raduno concepito sia per la meditazione sia per la programmazione attiva.

foto 3
di Adriano Rudatis

La Biennale Arte Giardini - Venezia (2024)
"La Condivisione"
"[...] è come una locanda l'essere umano. Ogni mattina qualcuno che arriva [...] Onora ogni ospite. Forse ti sta liberando per prepararti ad un piacere nuovo." Jalal al Din Rumi (1200)