

“Sempre io”. Ritorna il concorso letterario per raccontare l’esperienza nell’Istituto di Montecatone

Giunge alla sua terza edizione “Sempre io”, il **concorso letterario rivolto a chi ha avuto esperienza diretta o indiretta** nell’Istituto di Montecatone.

Il nome è stato ispirato da *Sempre io*, titolo del libro autobiografico scritto da Christopher Reeve nel 1995, attore che ha interpretato Superman, dopo l’incidente a cavallo causa di una grave lesione midollare cervicale.

Promosso dall’Istituto di Montecatone e dalla Fondazione Montecatone Onlus, il concorso vede **l’uso della scrittura come forma di medicina narrativa**; scrivere durante l’esperienza diretta o indiretta di un percorso di cura – e di questo nello specifico – significa rimettere insieme la propria esistenza.

Il concorso si divide in **tre sezioni**: racconto breve, poesia (anche dialettale) e racconto-intervista (questa categoria riguarda la trascrizione di un racconto autobiografico curato da una terza persona).

L’iscrizione al concorso è gratuita.

Ogni partecipante dovrà inviare gli elaborati via email all’indirizzo sempreio@montecatone.com o in cartaceo via posta a:

Segreteria del Concorso Letterario SEMPRE IO Montecatone
Rehabilitation Institute
Via Montecatone, 37
40026 Imola (BO).

Tutti gli elaborati dovranno pervenire **entro e non oltre il 31**

maggio.

Possono essere scritti dal protagonista della storia così come da un parente, un amico, un volontario, un operatore ecc., che saranno poi esaminati e sottoposti a giudizio da una Commissione composta da esperti che rappresentano le diverse figure presenti a Montecatone: operatori, pazienti, parenti, insegnanti, volontari, donatori.

La cerimonia di premiazione si svolgerà il 2 settembre 2023 presso l'Ospedale di Montecatone, come contributo di Montecatone alla celebrazione della Giornata mondiale delle persone con lesione al midollo spinale (5 settembre).

Ai vincitori saranno dati buoni omaggio da spendere nelle librerie del territorio imolese.

Per informazioni visitare il sito www.montecatone.com/sempre-io-2023

“Care the life”, i video tutorial con i pazienti dell’Istituto Montecatone

Una collana di video tutorial per affrontare gli aspetti della **disabilità cronica a seguito di una lesione midollare e prendersi cura di se stessi**: è questo il cuore del progetto “Care the life”, realizzato e interamente autoprodotta dall’[Istituto Riabilitativo di Montecatone](http://www.montecatone.com) a Imola, punto di riferimento nazionale, con la gentile collaborazione di alcuni pazienti dell’Istituto e da un team composto da Davide Villa, direttore del Day Hospital, da Sandra Zardi, coordinatrice

dell'Area riabilitativa, dalle fisioterapiste Paola Santi e Monica Comandelli e dalla Comunicazione, Vito Colamarino e Massimo Boni.

Come afferma Davide Villa, attraverso i video *“i pazienti potranno trovare gli strumenti per mantenersi in buona forma fisica e prevenire futuri problemi”*.

Due argomenti: **postura**, ossia la posizione e la funzionalità del tronco quando seduti in carrozzina, e **funzionalità delle spalle e degli arti superiori**. Il percorso sarà lo stesso per ciascun argomento: autovalutazione, recupero della elasticità ed articolarietà, esercizi di potenziamento della muscolatura e una seduta di allenamento per quel determinato distretto corporeo.

Il 23 febbraio saranno disponibili sul sito e sui social gli esercizi sul tronco e l'importanza di raggiungere e mantenere un buon controllo per poter svolgere le varie attività della vita quotidiana correttamente; dal 9 marzo, invece, saranno accessibili quelli sugli esercizi sull'arto superiore e le spalle.

“Sempre io”: il concorso letterario in cui la scrittura diventa medicina narrativa

Usare la scrittura come forma di medicina narrativa, perché, durante un percorso di cura, scrivere significa rimettere insieme la propria esistenza. È questa la premessa di [Sempre io 2021](#), prima edizione del concorso letterario, promosso

dall'[Istituto di Montecatone](#) e dalla [Fondazione Montecatone Onlus](#), che si rivolge a chi ha vissuto l'esperienza diretta o indiretta di un ricovero presso l'Istituto.

Il concorso si divide in quattro sezioni: **racconto breve**, **poesia**, **fumetto** e **Zirudèla**, consistente in un componimento in rima anche in una forma dialettale italiana. Possono inoltre scrivere gli elaborati anche coloro che, pur non essendo protagonisti della storia, ne hanno indirettamente vissuto l'esperienza, come parenti, amici, operatori.

Le opere, che dovranno essere inviate **entro e non oltre il 31 luglio 2021**, saranno selezionate e valutate da una **Commissione di esperti nominati dall'Istituto**. La cerimonia di premiazione si terrà presso l'Ospedale di Montecatone **il 5 settembre 2021**, in occasione della Giornata mondiale delle persone con lesione al midollo spinale. Tutti i partecipanti riceveranno in omaggio un libro e i vincitori saranno premiati con oggetti prodotti nei laboratori di Montecatone.

Un'occasione per raccontare ansie e dolori, sogni e desideri. Un concorso in cui la scrittura si fa strumento per migliorare la qualità della vita, un modo per fare i conti con le proprie paure e andare oltre a esse.

L'iscrizione è **gratuita**. Per partecipare basta inviare gli elaborati **per email** a sempreio@montecatone.com o **per posta** a Segreteria del Concorso Letterario SEMPRE IO Montecatone Rehabilitation Institute, via Montecatone, 37, 40026 Imola (BO).

Qui il link al [regolamento](#) e alla [scheda personale e liberatoria](#).

Per maggiori informazioni www.montecatone.com/sempre-io.