

## ***Camminare su sentieri di salute***

***Incontro di IN-formazione rivolto a soci, AE/ASE\* e Presidenti di Sezioni del Club Alpino Italiano dell'area LPV\*\* interessati a svolgere attività di montagnaterapia, in accordo con le linee di indirizzo della Commissione Consiliare PSAP del CCIC\*\*\*.***

Marco BATTAIN\*\*\*\*, O.T.T.O.\*\*\*\*\* Commissione Medica CAI L.P.V., AE\*

[marco.battain@gmail.com](mailto:marco.battain@gmail.com) [lamontagnacheaiuta@gmail.com](mailto:lamontagnacheaiuta@gmail.com)

### **Riassunto:**

Nel novembre 2015 sono state emanate dal CAI le linee di indirizzo per la montagnaterapia, fra cui anche indicazioni di promuovere corsi di formazione (rivolti ai soci) per svolgere attività con soggetti portatori di patologie o disabilità con consapevolezza, empatia e motivazione.

Il 28 maggio 2016 si è svolto in Torino il primo seminario di IN-formazione dell'area NordOvest/LPV Organizzato dalla Commissione Escursionismo LPV e dalla Commissione Medica LPV, con il supporto tecnico e didattico del Gruppo LaMontagnaCheAiuta del CAI Torino e quello economico del Gruppo Regionale CAI Piemonte.

Il programma della giornata prevedeva, fra le altre, una sessione d'illustrazione dei ruoli delle figure volontarie e professionali della montagnaterapia - tenuta dai rispettivi esperti qualificati-, una sessione concernente gli aspetti organizzativi dell'accompagnamento - gestita da accompagnatori e istruttori di escursionismo del CAI - e una sessione di condivisione di esperienze e progetti significativi illustrati da varie realtà sezionali di lunga esperienza nel campo. Erano iscritti 58 soci, provenienti in maggioranza dal Piemonte, ma anche dalla Val d'Aosta e dalla Lombardia: a tutti fu proposto un questionario preliminare sul proprio personale atteggiamento nei confronti della montagnaterapia, da cui emergevano grande apertura e disponibilità verso le persone accompagnate ma anche la certezza che quest'attività faccia bene anche a chi la pratica.

Parole chiave: Club Alpino Italiano, montagnaterapia, formazione, approccio soggettivo, accompagnatore CAI, LaMontagnaCheAiuta

\* Accompagnatore di Escursionismo, Accompagnatore Sezionale di Escursionismo

\*\* Liguria Piemonte Val d'Aosta (NordOvest)

\*\*\*Politiche Sociali Ambientali Paesaggio del Comitato Centrale di Indirizzo e Controllo

\*\*\*\*Presidente della Commissione Medica Liguria Piemonte Val d'Aosta Macrozona NordOvest, AE/EAI/EEA

\*\*\*\*\* Organo Tecnico Territoriale Operativo

## **Abstract: Walking on health footpaths: a training in mountain-therapy for CAI members**

In November 2015, the Italian Alpine Club (C.A.I.) emanated the guidelines for the mountain-therapy, including directions to promote training courses (addressed to the members) for playing - in awareness, empathy and reason - activities with persons suffering from diseases or disability.

In 05/28/2016, the first info-training seminar of the NO/LPV area took place in Turin. It was organized by the Hiking Commission called L.P.V. (Commissione Escursionismo) and by the Medical Commission L.P.V. (Commissione Medica) with the tutorial and technical support of the group named LaMontagnaCheAiuta (The Mountain That Helps) C.A.I. Torino and with the economic support of the Gruppo Regionale Piemonte C.A.I..

The program of the event provided, among the others, a session showing the roles of the volunteers and of the professionals in mountain-therapy: it was conducted by the respective qualified experts. Another session was about the organizational sides of the accompaniment: it was managed by hiking guides and instructors. A third session was a sharing of significant experiences and projects, illustrated by various long experienced sections. The 58 members registered (in majority coming from Piemonte but someone from Val d'Aosta and Lombardia) received a preliminary survey on their personal attitude towards the mountain-therapy: they showed availability and great mindedness towards accompanied people but also certainty that this activity is good even for those who practice it.

Keywords: Italian Alpine Club, mountain-therapy, training, subjective approach, hiking guides of the Italian Alpine Club, LaMontagnaCheAiuta

## **Le premesse**

Durante le presidenze di Annibale Salsa, e almeno dal 2004, la montagnaterapia ha avuto un riconoscimento ufficiale in casa CAI e dal 2006 sono stati istituiti i coordinamenti macro-zonali di montagnaterapia coordinate dalla Commissione Centrale Medica.

Grazie ad una mozione di richiamo sull'argomento presentata dall'associazione cuneese "Le alpi del sole" e con lo stimolo del convegno nazionale 2015 dal titolo "Quale volontariato per il CAI di domani", dopo alcuni mesi di lavoro ai vari livelli, nel novembre 2015 il Comitato Centrale di Indirizzo e Controllo ha emanato linee di indirizzo per le attività di montagnaterapia: fra di esse, oltre alle indicazioni di valutare la possibilità di tesseramento agevolato e di assicurazione per i soggetti interessati, vi era quella di promuovere la formazione di Titolati e Soci CAI per svolgere tali attività con consapevolezza, empatia e motivazione.

Il gruppo LAMontagnaCheAiuta del CAI Torino, con anni di esperienze nel campo e forte della presenza nel suo ambito di istruttori della scuola di escursionismo E.Mentigazzi, si è proposta per tale ultimo compito nell'area NordOvest.

Fig. 1 - Locandina dell'evento

# Camminare su sentieri di salute

Torino 28/05/2016 - Parco della Tesoriera, Corso Francia 192.



Incontro di **IN-formazione** rivolto tutti i soci CAI (in particolare AE/ASE e Presidenti di Sezioni) interessati a svolgere attività di **montagnaterapia**, in accordo con le linee di indirizzo della Commissione PSAP del CCIC.

#### Comitato organizzatore:

Gruppo La montagna che aiuta CAI Torino, OTTO Escursionismo CAI-LPV, Gruppo Regionale CAI Piemonte, OTTO Medica CAI-LPV.

#### Programma:

**8:30** Registrazione dei partecipanti

**9:00** Saluti di apertura dei lavori

**9:15** Lectio magistralis (Di Benedetto P.)

**9:45** Il ruolo delle figure della montagnaterapia:

Accompagnatori del CAI

Educatore professionale (Ventresca A.L.)

Medico Psichiatra (Di Benedetto P.)

Ente locale (Comune di Torino progetto "Motore di Ricerca")

Regione (Patrimonio Escursionistico)

Rete territoriale: parchi (Usseglio B.)

Sezione CAI Fossano (Brizio A.)

**14:30** Aspetti organizzativi dell'accompagnamento in montagnaterapia: equipaggiamento, attrezzature, spesa, pianificazione, supporti locali (Battain M., Bergoglio M., Corino S., Ferro M., Giordana O., Mosca A.)

**15:15** Condivisione di esperienze e progetti significativi di:

La montagna che aiuta (Giordana O. AE)

La montagna in 4 tiri. (Dematteis D. INA)

Route invernale noviziato scout T03 con la Joelette (Pidello S.)

Passaggi in quota (Ventresca A.L.)

10 anni di montagna con il CAI Fossano (Brizio A.)

Insieme lungo un sentiero...verso una vita sana (Finelli F.)

Progetto CAI-JADA Diab3king (Fontana F.)

Partnership Parent Project Onlus (Poletti E.)

#### Proiezione video

**13:15** Buffet

Sono disponibili un massimo di **70** posti.

Iscrizioni entro: Sabato 8 maggio 2016 registrandosi qui:

<http://www.escursionismolpv.it/sito/montagnacheaiuta/iscrizioni.asp>

Quota di iscrizione da versare il 28/5 al momento della registrazione dei partecipanti: **€ 5,00**



Sezione di Torino



Club Alpino Italiano Regione Piemonte



## **L'incontro**

In attesa di ulteriori specifiche didattiche e normative, per volontà dei presidenti degli OTTO Escursionismo e Commissione Medica CAI LPV, con il supporto gestionale del gruppo regionale CAI Piemonte, il gruppo LaMontagnacheAiuta ha preparato e condotto un primo incontro di IN-formazione per soci, accompagnatori titolati e presidenti di sezione.

Come da programma (fig. 1), il 28/05/2016 a Torino, durante la mattinata varie figure di operatori professionali e volontari con pluriennale esperienza in materia si sono succedute nell'illustrare il proprio ruolo nelle attività di montagnaterapia : accompagnatore di escursionismo del CAI, educatore professionale, coordinatore della rete di associazioni correlate alla disabilità, funzionario della Rete Escursionistica Regionale, operatore della rete territoriale di Parchi e rifugi, Presidente di Sezione CAI. Prima della pausa pranzo, i presenti hanno ancora assistito alla proiezione di un video del trekking intorno all'Etna, svolto nel 2012 grazie alla collaborazione di un centro diurni del DSM di Cuneo e una sezione CAI di un'altra provincia.

Al pomeriggio, gli istruttori di escursionismo hanno ampiamente illustrato gli aspetti organizzativi peculiari dell'accompagnamento di montagnaterapia, soprattutto equipaggiamento, attrezzature, spesa, pianificazione, utilizzo di supporti locali, ma anche molto altro.

Successivamente, i rispettivi attori hanno raccontato le loro esperienze in svariati ambiti: arrampicata indoor e outdoor nelle dipendenze, integrazione scolastica di portatori di difetti neurologici e sensoriali, utilizzo di carrozzella Joëlette con gruppo scout, un progetto di lunga durata con gli utenti di un centro diurno del DSM di un'Asl di Torino, l'esperienza ultradecennale di MT di una sezione cuneese del CAI, la versatilità di un gruppo esperto di accompagnatori CAI nei confronti di molteplici tipi di attività.

## **I partecipanti**

Erano iscritti all'evento una sessantina di partecipanti, provenienti da tutto il Piemonte, ma anche dalla Val d'Aosta e dalla Lombardia: di essi, la grande maggioranza era costituita da volontari del CAI, ma una decina erano anche operatori sanitari e/o professionali.

Durante lo svolgimento dell'incontro, i presenti hanno avuto la possibilità di rispondere a due questionari anonimi consegnati all'atto della registrazione e ritirati alla fine dell'evento.

Al retro dei questionari era possibile, volendo, precisare meglio la propria risposta, commentare il quesito, avanzare proposte per il futuro, oppure scrivere osservazioni libere.

## **Le risposte al questionario "dieci domande" (tab.n°1)**

Si è trattato di un primo tentativo di valutare consapevolezza, empatia, e motivazione dei partecipanti. Quasi tutti gli iscritti hanno consegnato il questionario, rispondendo a tutte le domande formulate per avere un'idea dell'aderenza alle linee di indirizzo formulate dal CCIC: pur trattandosi di una indagine molto grossolana sull'atteggiamento di chi pratica montagnaterapia da volontario, è emerso chiaramente che era stata sfondata una porta già aperta (Tab. 1)

La consapevolezza, l'empatia e la motivazione dei partecipanti all'incontro emergono chiaramente dalle risposte, dalle quali – tramite i commenti liberi – sono giunte anche indicazioni per ulteriori approfondimenti e dibattiti. Una cosa è comunque certa: dalla unanime risposta data alla domanda n°9 è evidente che la montagnaterapia fa bene anche a chi accompagna!

*Tab.1 – Risposte al questionario “dieci domande”*

DOMANDA	Si	No	altro
ti senti a disagio ad accompagnare una persona con una qualche malattia?	1	38	1
vorresti sapere di che cosa soffre chi stai accompagnando o accompagnerai?	31	6	3
saresti a disagio se chi accompagni ti parla della sua malattia?	1	39	0
ti sentiresti a disagio ad accompagnare una persona con malattia mentale?	1	37	2
temi che chi stai accompagnando possa farsi male?	18	16	6
temi che chi a stai accompagnando un malore, una crisi, un aggravamento?	23	10	7
temi che chi stai accompagnando ti possa contagiare?	0	40	0
pensi che sia per te un sacrificio dover andare al ritmo del più lento?	40	0	0
pensi che la montagnaterapia faccia bene anche a chi accompagna?	38	0	2

## **Le risposte al questionario di valutazione e gradimento (Tab. n°2 )**

Sulla falsariga dei quesiti posti al termine di eventi formativi professionali, ad esempio in ambito sanitario, è stato richiesto ai partecipanti un parere sulla giornata nel suo complesso e su alcuni aspetti in particolare; anche in questo caso sono stati raccolti 40 questionari completati, le cui risposte, ampiamente modulate al retro dei fogli, sono riportate nella figura seguente.

*Tab. 2 – Risposte al questionario di valutazione e gradimento*

DOMANDA	Si	No	altro
i contenuti emersi erano già di tua conoscenza?	1	4	35
le tematiche sono state sufficientemente approfondite?	34	5	4
i relatori sono sembrati disponibili al dialogo ed alla collaborazione?	40	0	0
la metodologia utilizzata è stata adeguata?	37	1	2
sono state soddisfatte le aspettative che avevi all'inizio del corso?	32	1	5
hai suggerimenti, critiche o proposte da fare?	6	26	8
ci sono argomenti che non sono stati trattati?	22	7	11
ritieni questa formazione sia necessaria e debba essere riproposta in futuro?	39	1	0

Fra le osservazioni libere segnalate dagli intervenuti:

la scadente qualità dell'amplificazione audio

la proposta di una giornata di esperienza pratica tutti insieme

la richiesta la presentazione di ulteriori esperienze, come fonti di spunti ed idee

la richiesta di informazioni relative alla montagnaterapia per patologie diverse dal diabete e da quelle psichiatriche

la richiesta di maggiori conoscenze specifiche su handicap motori e problemi psichiatrici

la domanda di quali impegni e competenze occorranza per poter fare esperienze con gruppi già strutturati

la proposta di una formazione sugli aspetti relazionali fra accompagnatori e accompagnati

In sostanza, buona soddisfazione dei partecipanti con la richiesta di continuare a "camminare su sentieri di salute".