



Sede centrale del CAI

Via Petrella, 19 - 20124 Milano
Tel. 02/2057231
Fax 02/205723201

NEWS

L'ANFFAS Onlus di Massa Carrara in collaborazione con il CAI di Massa organizza il 5 e 6 aprile, 06.02.2014 presso il rifugio "Carrara" a Campocecina un corso specialistico di formazione sulla Montagnaterapia, un metodo di cura e riabilitazione per pazienti affetti da disabilità intellettiva e/o relazionale



La **Montagnaterapia** è un originale approccio metodologico finalizzato alla cura e alla riabilitazione di individui portatori di differenti problematiche, patologie e disabilità, progettato per svolgersi nell'ambiente montano.

Si attua in prevalenza nella dimensione di piccoli gruppi, lavorando su valenze relazionali ed emozionali mirate a favorire un incremento della salute e del benessere psicofisico.

Nella montagna terapia conoscenze culturali e tecniche proprie delle discipline della montagna si integrano ad interventi sociosanitari. Le attività vengono progettate ed attuate prevalentemente nell'ambito del Servizio Sanitario Nazionale o in contesti sociosanitari accreditati in collaborazione con il Club Alpino Italiano.

L'**Anffas Onlus** di Massa Carrara ha costruito, dopo un percorso di circa otto anni, la propria parte attiva in questo laboratorio e, a livello nazionale, è una delle associazioni che

concretizza il proprio indirizzo riabilitativo investendo energie e impegno considerando la montagna un ambulatorio e non una semplice palestra.

Se il rapporto corpo/mente si interrompe, l'essere umano perde l'identità. L'ambiente naturale della montagna riesce ad iniziare il recupero di questo rapporto con l'ausilio di metodologie specifiche e di percorsi mirati.

L'approccio iniziale è la ricerca di quelle che sono le emozioni e le sensazioni che la montagna può riuscire a trasmettere attraverso l'osservazione dei colori del bosco, la percezione dei profumi e l'adozione di esperienze tattili quali il contatto con la roccia, con il legno, con il muschio che andranno a esercitare, nelle emozioni offuscate della persona, l'istinto primordiale che è nascosto in ogni essere vivente.

Dopo il percorso emotivo è necessario agire sul recupero psicofisico dell'individuo con esercizi e metodologie che utilizzino esercizi sull'equilibrio e sulla reciproca fiducia. Le prove di gruppo sono indispensabili a creare affiatamento tra partecipanti e operatori. La condivisione della fatica, delle difficoltà del percorso, del subire il freddo o il caldo, del preparare lo zaino prima di incamminarsi sono alla base della riabilitazione che nasce dalla montagna e in montagna si sviluppa.

La montagna terapia è un ambulatorio naturale che fa uscire il paziente dalle canoniche stanze di cura e lo aiuta a non sentirsi malato per sempre.

Il corso è rivolto ad operatori sociosanitari, medici, infermieri, psicologi, educatori, volontari ed iscritti al CAI.

Programma

Primo giorno

- Ritrovo c/o il [rifugio "Carrara"](#) di Campocecina alle ore 10.00.

- Saluti delle autorità;

- Intervento della prof.ssa Fiorella Nari (presidente dell'ANFFAS di Massa Carrara) sulle specificità dell'ANFFAS;

- Intervento di Emi Baldini (psicomotricista c/o l'ANFFAS di Massa Carrara) e Edi Paolini (t.d. r. c/o l'ANFFAS di Massa Carrara) dal titolo "Abilitazione e riabilitazione attraverso la montagna terapia";

- Intervento del dott. Matteo Tonna (psichiatra c/o AUSL di Parma) dal titolo: "Psicosi e montagna terapia";

- Intervento di Emanuele Frugoni (ed.prof. e coordinatore c/o il C. D. N. "Raggio di sole" di Brescia) dal titolo: "Montagna e arrampicata nel disagio giovanile";

Moderatrice: dott.ssa Stefania Marchini (psicologa c/o l'ANFFAS di Massa Carrara);

Pranzo.

- Laboratorio esterno: "Osserviamo, ascoltiamo, viviamo la montagna";

- Rientro. Discussione, condivisione e confronto;

Cena;

- Visione del film SEMUS FORTES di Mirko Giorgi e Alessandro Dardani, preceduta dall'intervento di Fabio P.P. Milani (t.d.r. c/o l'ANFFAS di Massa Carrara) dal titolo: "Il valore dell'immagine del vissuto nella montagna terapia".

Secondo giorno

-Intervento di Gianluca Riccardi (o.s. c/o l'ANFFAS di Massa Carrara) sulle linee guida della montagna terapia dal titolo: "Usciamo dal sacco";

- Intervento teorico ed esplicativo sulla frequentazione della montagna di Andrea Milani accompagnatore nazionale ANAG CAI di Massa sez."E.Biagi";

- Esercizio pratico sui metodi di sicurezza e di soccorso gestito da un tecnico del Corpo Nazionale del Soccorso Alpino;

Pranzo e chiusura dei lavori.

Il costo del corso è di € 130, comprensivi della partecipazione alle sessioni di lavoro e al soggiorno, con la formula "pensione completa" presso il rifugio.

Per chi non volesse pernottare presso il rifugio il costo del corso è di € 110 comprensivi di iscrizione e due pranzi.

Il corso avrà luogo al raggiungimento del numero minimo di 30 partecipanti