



Il percorso è la meta

Anffas onlus Massa Carrara

X CONVEGNO NAZIONALE DI MONTAGNATERAPIA



BRESCIA 22/23 Novembre 2024

“La montagnaterapia nel contesto sociale e familiare”



- **Anffas Onlus Massa Carrara è il luogo dove le persone con disabilità intellettiva e quelle con disturbi del neurosviluppo, grazie a programmi e percorsi dedicati, tornano ad essere semplicemente “persone”, in grado di conseguire il pieno sviluppo realizzando i propri sogni e le proprie aspirazioni.**

In questo modo, Anffas, contribuisce alla creazione di una società più inclusiva e consapevole.

- **Anffas Massa Carrara è infatti presente sul territorio da oltre 50 anni e oltre a svolgere una fondamentale attività associativa, fornisce sostegno alle persone con disabilità intellettiva e a quelle affette da disturbi del neurosviluppo e alle loro famiglie attraverso una articolata rete di servizi e di strutture quali il Centro di Riabilitazione di Pian del Castellaro, le Residenze Sanitarie di Monteverde e Pian del Castellaro, i Centri integrati per il trattamento dell'autismo infantile “Il Casolare” ed “Il Calicanto”, i Centri diurni di salute mentale “Odisseo” a Massa e “Raffaello” a Terrarossa di Licciana Nardi, gli appartamenti a Carrara e Pontremoli per la gestione dei progetti di vita indipendente.**
- **Anffas Onlus Massa Carrara è inoltre partner della Azienda ASL Toscana Nord Ovest zona Apuane e della Società della salute della Lunigiana**



• OBIETTIVI DEL PROGETTO

- Il progetto consiste nel promuovere la Qualità di Vita attraverso la montagnaterapia “nel contesto sociale e familiare”.
- La montagnaterapia è uno degli strumenti utilizzati al Centro Diurno insieme ad altri interventi riabilitativi che mirano al potenziamento e/o raggiungimento di obiettivi quali: autonomie, autodeterminazione e benessere psicofisico. Il lavoro in ambiente protetto “indoor” nel periodo del lockdown ha prodotto un effetto positivo di allenamento mente-corpo consentendo, di mantenere le capacità precedentemente acquisite. Con la fine della pandemia e il ritorno alle attività in ambiente naturale è stato possibile verificare il mantenimento delle abilità già apprese e quindi stimolare ed acquisire nuove strategie, in concerto con tutte le altre attività riabilitative inserite nei programmi terapeutici individuali.

NEL PERIODO COVID IL CENTRO E' STATO CHIUSO DAL MARZO 2020 AL GIUGNO 2020. SI LAVORAVA "PRINCIPALMENTE" IN SMART WORKING FACENDO VIDEO CHIAMATE CON GLI UTENTI OGNI GIORNO A PICCOLI GRUPPI.



- **DAL GIUGNO 2020 FINO ALL' ANNO SUCCESSIVO 2021 LE RESTRIZIONI CORRELATE ALLA PANDEMIA HANNO IMPEDITO ATTIVITÀ ESTERNE AL CENTRO.**
- **TUTTI I LABORATORI SVOLTI IN QUESTO LASSO DI TEMPO SONO STATI EFFETTUATI ALL'INTERNO DELLA STRUTTURA DI ANFFAS.**



Laboratori Interni

LABORATORIO DI MONTAGNA

LABORATORIO GIARDINAGGIO

LABORATORIO AUDIO VIDEO

LABORATORIO DI BASKET

LABORATORIO DI PESCA

LABORATORIO ESPERIENZIALE



ATTIVITA' e METODI

- **Escursionismo in ambiente indoor: con esercizi propedeutici corporei (ostacoli, esercizi di equilibrio, giochi con la corda e lavoro di gruppo per rafforzare il senso di appartenenza e fiducia reciproca);**
- **Escursionismo in ambiente naturale boschivo o in sentieri con difficoltà classificata E (escursionistica), uscite in grotta, arrampicata orizzontale (indoor e outdoor) e verticale; lavoro emozionale con esercizi sui sensi, esercizi sulla conduzione del gruppo durante l'escursione, condivisione dell'esperienza provata in gruppo. Visione di film e documentari sulla montagna, visione di foto e video delle esperienze in ambiente montano del gruppo.**

Tutte le attività di montagnaterapia sono codificate nel programma terapeutico di ogni singolo utente. L'operatore si occupa dello svolgimento dell'attività e registra puntualmente i risultati ottenuti nel relativo programma terapeutico, successivamente visionato dalla specialista di riferimento.

LABORATORIO MONTAGNA

- ESERCIZI SPECIFICI PER IL MANTENIMENTO DELLE ABILITA' ACQUISITE IN MODO DA MANTENERE ALLENATO QUEL CONNUBIO INDISPENSABILE MENTE CORPO.

ARRAMPICATA ORIZZONTALE

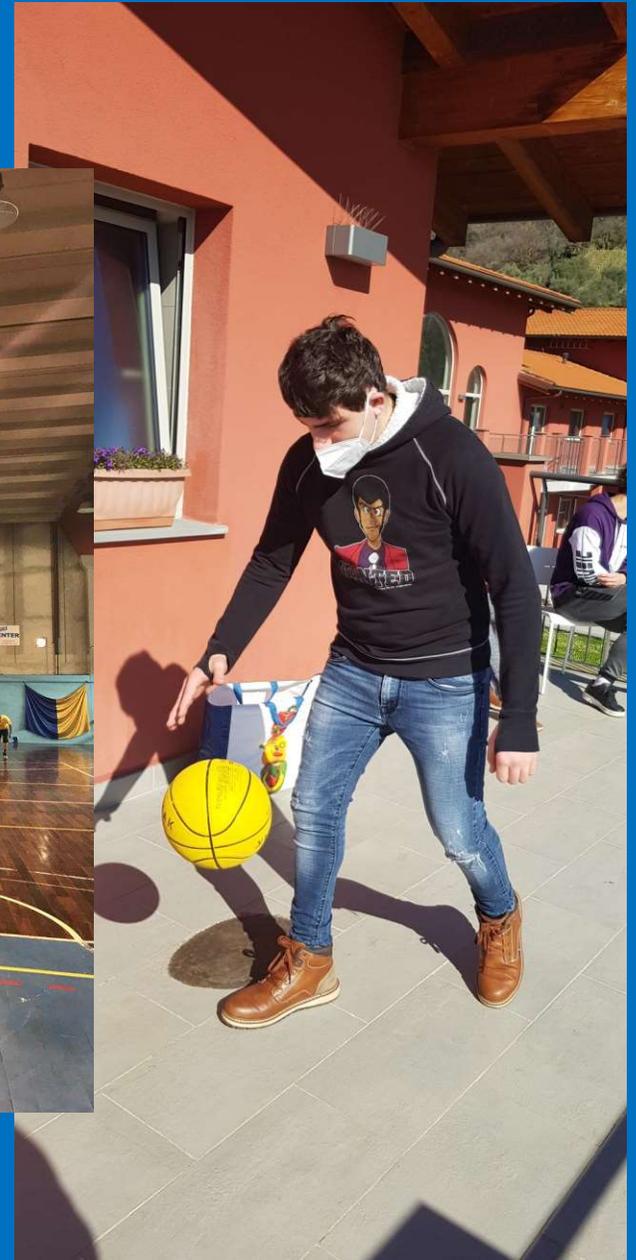




ESERCIZI SPECIFICI PER MANTENERE L'EQUILIBRIO



ESERCIZI
PROPEDEUTICI
MIRATI AL SINGOLO E
SOPRATTUTTO AL
GRUPPO PER
MANTENERE L'IDEA
DI FIDUCIA E
APPARTENENZA



ALLENARE LA FIDUCIA I SENSI E LE EMOZIONI



IL PERCORSO E' LA META...





SOPRA LE NUVOLE...SE ASPETTIAMO...



2008/07/30 17:42

SPUNTA SEMPRE IL SOLE



2008/07/30 04:54



- **CON LA RIPRESA DELLE USCITE ESCURSIONISTICHE E' STATO POSSIBILE OSSERVARE CHE GLI UTENTI AVEVANO MANTENUTO QUASI INALTERATE LE ABILITA' PRECEDENTEMENTE APPRESE**
- **IL MANTENIMENTO DEGLI ESERCIZI ALL'INTERNO DELLA STRUTTURA IN CONCERTO CON LE ALTRE ATTIVITA' SVOLTE HA PERMESSO DI PRESERVARE TALI ABILITA'**
- **LA PERSONA NE HA GUADAGNATO NELLA QUALITA' DELLA VITA**

ESCURSIONI IN AMBIENTE NATURALE



**CAMMINI, UN PERCORSO ALLA PORTATA
DI TUTTI... "CAMMINARE E' RIVOLUZIONARIO"
CAMMINARE PER ACQUISIRE FIDUCIA, ACCRESCERE
LA RELAZIONE CORPO-MENTE E CON GLI ALTRI.**



• VIA FRANCIGENA

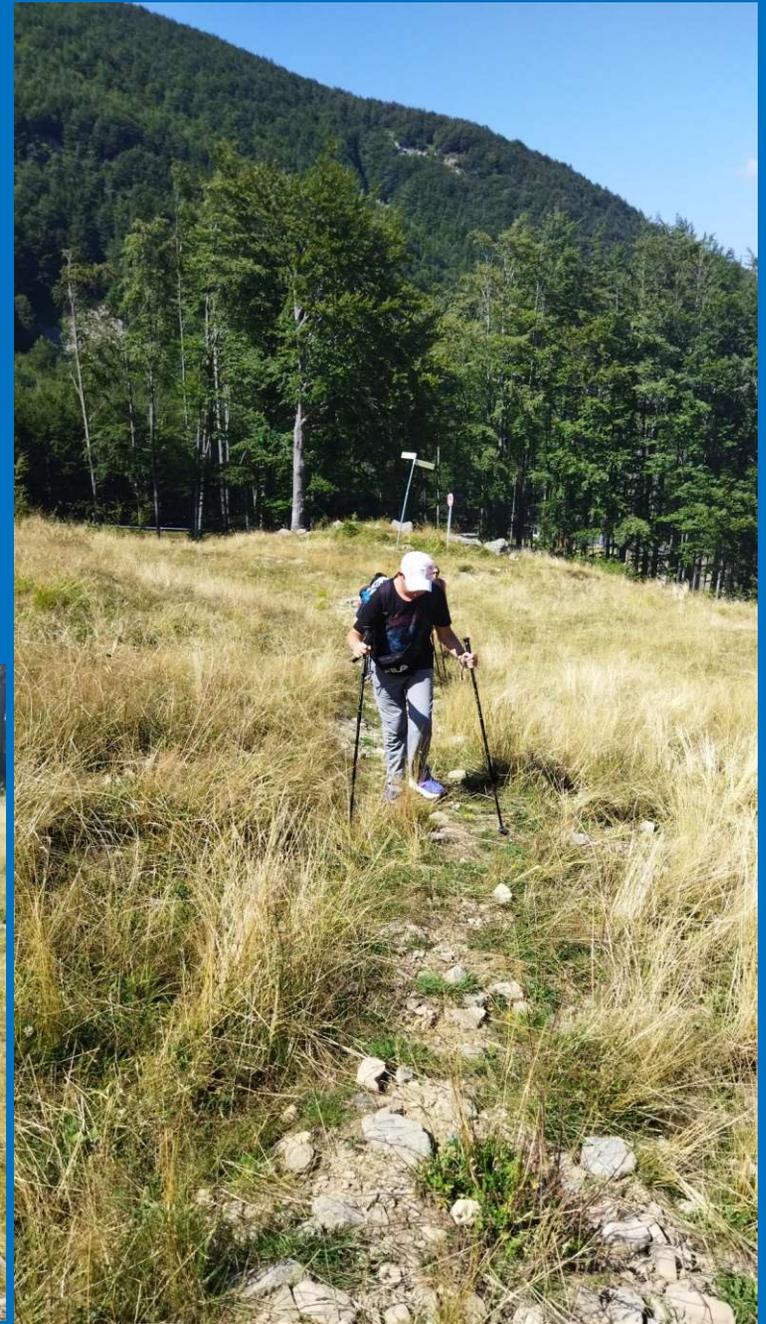




IL CAMMINO DI ARONTE



RITORNO ALLE ESCURSIONI EXTRA-APUANE 2023



APPENNINO TOSCO-EMILIANO PARCO 100 LAGHI





ARRAMPICATA IN FALESIA

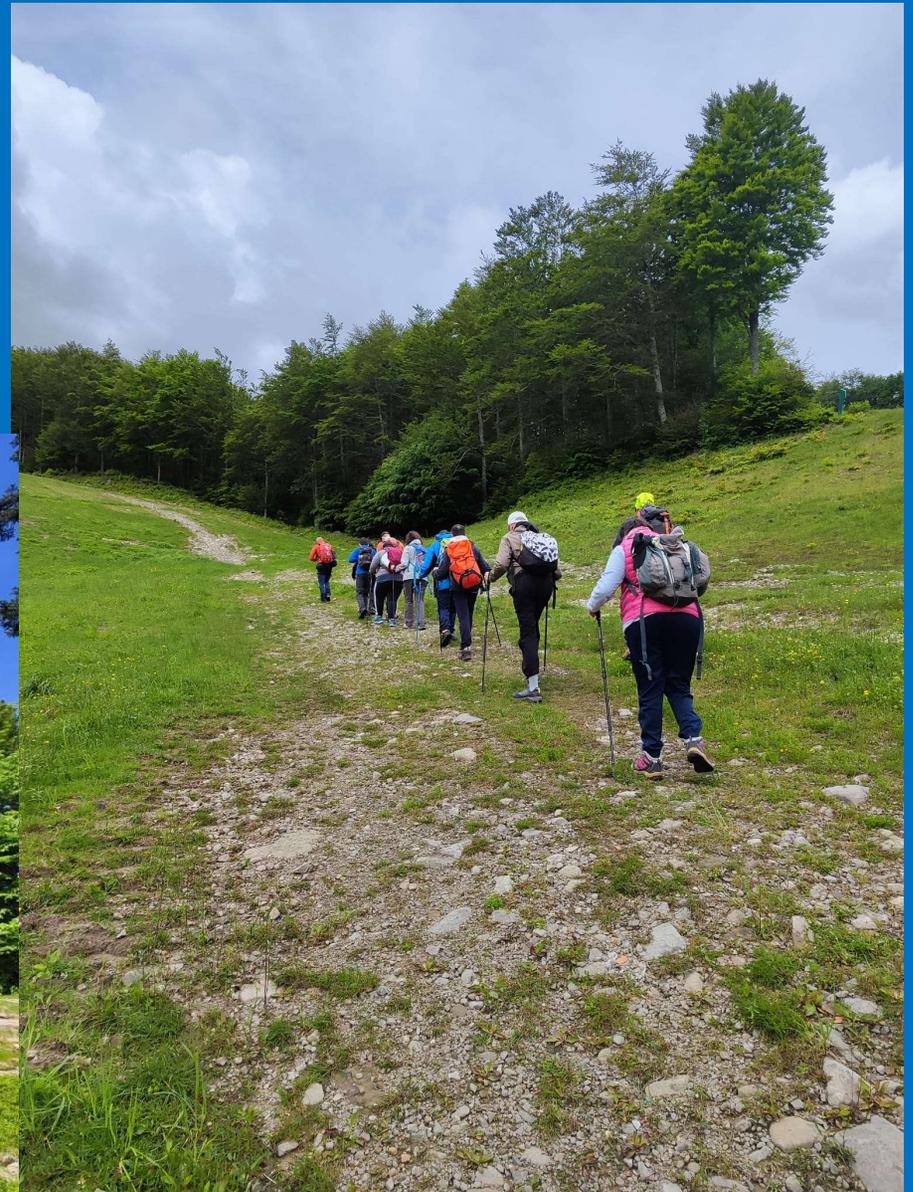
SOGGIORNI DI MONTAGNATERAPIA 2024 CERRETO LAGHI



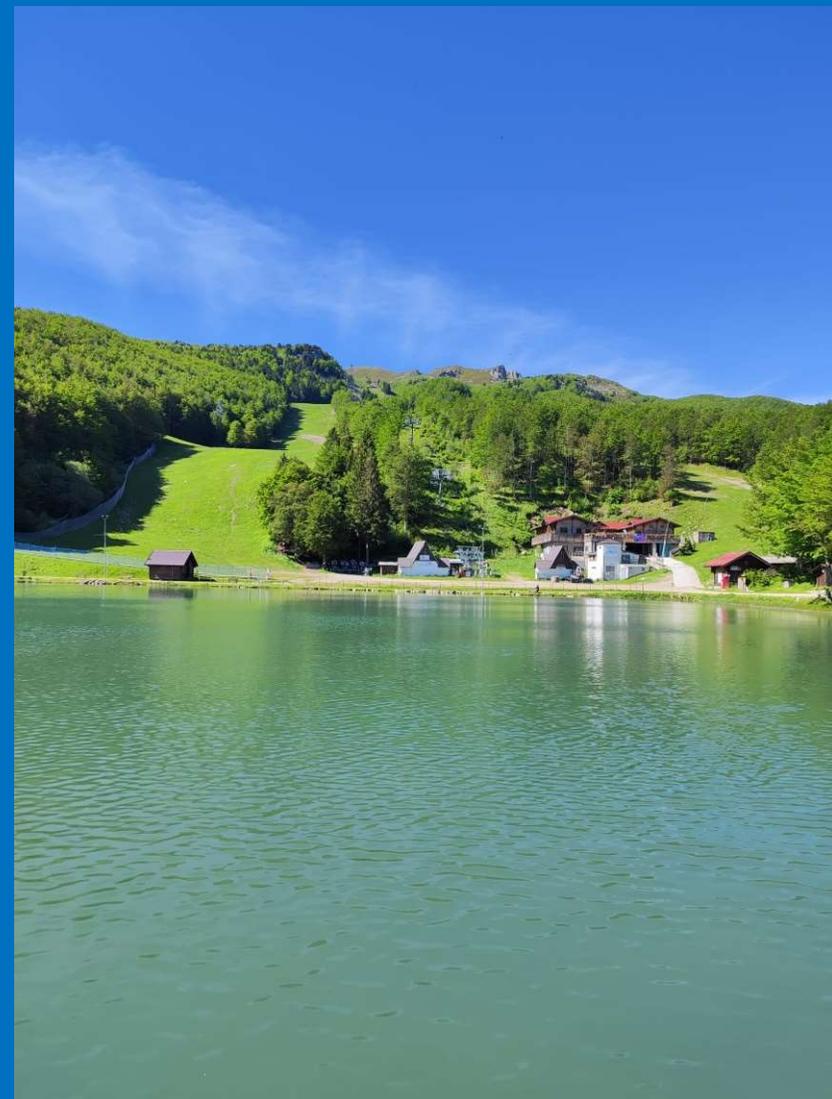
CERRETO LAGHI 2024



• CERRETO LAGHI 2024



CERRETO LAGHI 2024



RISULTATI

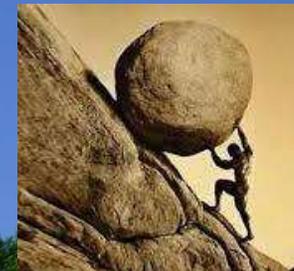
Tramite la consultazione dei programmi terapeutici sono state evidenziati gli effetti del lavoro continuativo nelle varie fasi del Covid ed è stato possibile individuare azioni migliorative per ogni singolo utente. La specialista responsabile dei progetti riabilitativi Dott.ssa B. Ciaponi Psichiatra-Psicoterapeuta, supervisiona i nuclei riabilitativi e si occupa di redigere il piano di trattamento annuale, che tiene conto di tutte le attività riabilitative che compongono il programma individuale. La qualità della vita, insieme ad altri parametri, viene valutata periodicamente attraverso la somministrazione di una batteria di test validati (Protocollo AEE) viene effettuata dalla Dott.ssa A. Leccese specialista-Psicologa Psicoterapeuta. I test utilizzati sono (Saed: per la maturazione dal punto di vista emotivo; Dash-II per l'analisi delle componenti psicopatologiche; Brief-A, per l'indagine delle funzioni esecutive; Vineland per le capacità adattive; QoL-IP per la valutazione della qualità della vita)

CREDERE SEMPRE NEI PROPRI SOGNI



- **LA MONTAGNA E' IL LUOGO DOVE LA PASSIONE GIOCA UN RUOLO FONDAMENTALE, PUOI TRASMETTERE LA CONOSCENZA, LA TECNICA... MA SE NON HAI PASSIONE NON RIESCI NEPPURE A TRASMETTERE IL BENESSERE DELLA MONTAGNA E DELLA NATURA. UN BOSCO NATURALE PUO' FAR NASCERE NELLE PERSONE CHE PER LA PRIMA VOLTE FANNO QUESTA ESPERIENZA DELLE SENSAZIONI UNICHE: IL BENESSERE VIENE STIMOLATO GRAZIE AI COLORI, AI PROFUMI E A TUTTA LA VITA RICCA DI BIODIVERSITA' CHE LO CONTRADDISTINGUE ALTRIMENTI TUTTO QUESTO SARA' UNA PASSEGGIATA FINE A SE' STESSA MA SE SI RIESCE A CONTAGIARE LE PERSONE, A INFIAMMARE LE LORO ANIME CON QUELL'INCENDIO DELLA PASSIONE, SARA' UNA CURA INCREDIBILE. LA NATURA E' IL VERO ALLEATO PER UN PERCORSO DI CRESCITA DOVE LA FORZA DEL GRUPPO E LA CONDIVISIONE DELLE ESPERIENZE E DELLE EMOZIONI FANNO IL RESTO. IL PERCORSO E' LA META E LA MONTAGNA E' IL LUOGO.**





Grazie per l'attenzione

GIANLUCA RICCARDI educatore prof.