

Convegno "Incluse le Vette" - Milano Palazzo Marino, 25 febbraio 2017

intervento di Amedeo Parente - ref. Gruppo CAI Lazio e presidente sez. di Colleferro

IL CAI LAZIO: SENTIERI E ITINERARI PER DISABILI

SINTESI del Progetto LH e LHT

Dettagli tecnici di un ausilio speciale da montagna per bambini in età evolutiva per progetti scuola e della realizzazione di una serie di sentieri nel Lazio pensati per la frequentazione di persone non abili e non vedenti.

Il Progetto ha come scopo l'adeguamento dei sentieri individuati in territorio regionale con alta valenza naturalistico-paesaggistica montano identificati come LH e LHT

L'Acronimo LH definisce un sentiero per persone non deambulanti aiutati con opportuni **Ausili speciali**.

I **sentieri LH** sono dei percorsi che rispettano le esigenze fisiche e morali dei fruitori, con facilità di accesso sia di arrivo che di partenza.

L'acronimo LHT definisce un sentiero che privilegia la persona con disabilità visiva in un percorso guidato da un Accompagnatore e da un corrimano in legno o in corda che conduce il non vedente "per mano" o in appoggio lungo il percorso, preavvisandolo con un triplo nodo o di una pedana sotto il suo passaggio, della presenza di una tabella in caratteri braille o cambi di direzione.

Condizioni terreno e accorgimenti tecnici

Un buon modo per avere un'idea della difficoltà di un itinerario con ausili da montagna (joëlette, easy-trekking, B-bike) è di percorrerlo con una bici da cross a passo d'uomo, e con la stessa bici si può eseguire un primo test di verifica.

In pratica questa operazione permette di analizzare il sentiero: che sia privo di pietre taglienti, radici sporgenti, gradini rocciosi, dal fondo del terreno (battuto o inghiaiato) dal dislivello e inoltre fornisce un tempo medio di marcia (aumentandolo di un fattore X che di solito è pari a 30 minuti [+]).

Dalle prove e dai test effettuati dal GRUPPO LH è stato accertato che l'ausilio è un mezzo che passa ovunque con delle condizioni da rispettare sempre:

- Ostacoli a gradino di roccia non maggiori di 50 cm.
- Tratti inghiaati non maggiori a 6 metri.
- Evitare sentieri con poco drenaggio e scivolosi.

Per l'aspetto tecnico organizzativo sono da considerare alcuni punti fondamentali che ogni accompagnatore deve assolutamente rispettare (*) per l'ottima riuscita di una escursione di questo tipo:

- **La durata** dell'escursione non deve superare le 8 ore di cammino tra andata e ritorno nel periodo estivo, di 7 ore nei periodi primaverili, e di 5-6 ore nei periodi autunnali, è da escludere il periodo invernale per la formazione di ghiaccio e strati di neve su bassi rilievi.
- Prevedere **una pausa di 5 minuti ogni 30 min.** di conduzione con rotazione alterna degli accompagnatori e una pausa pranzo a sacco di 40 min.
- **Dislivello** giornaliero non maggiore ai 600-700 metri nei mesi primavera-estate e di 500 metri in autunno
- **Lunghezza** percorso non maggiore ai 15 km tra andata e ritorno nei periodi estivi

COSA è STATO FATTO nel Lazio

Sono stati eseguiti ben 16 sentieri accessibili per disabili motori trasportati con Ausili speciali e da Accompagnatori opportunamente qualificati e addestrati con corsi teorici e pratici.

Per mezzi di trasporto definiamo un ausilio speciale meccanico a ruota singola o in alcuni casi doppia che permette tramite il traino di portare persone diversamente abili lungo un determinato sentiero. Per personale qualificato si fa riferimento alla struttura CAI con accompagnatori già qualificati nell'ambito del Club Alpino Italiano ma con un indirizzo specifico dedicato alla preparazione della conduzione del mezzo e all'accoglienza del nostro ospite.

Da qui lo studio dei sentieri accessibili per diversamente abili seguendo tre punti basilari:

1- L'ATTIVITA' che è essenzialmente l'escursionismo di montagna finalizzato verso obiettivi didattici programmati inteso come recupero della dimensione del **"camminare-insieme"** nel rispetto dell'ambiente geografico **naturale e umano**.

2- IL METODO d'intervento che si basa sul coinvolgimento della persona con disabilità **in attività ludiche** stabilendo con lui un rapporto costruttivo secondo le regole del **"compartecipare facendo"**.

3- L'UNIFORMITA' operativa delle Sezioni CAI nell'ambito dell'Alpinismo Giovanile ed escursionistico come presupposto indispensabile perché si possa realizzare e finalizzare il Progetto.

Ai punti elencati dalla Commissione è stata sviluppata una Relazione Tecnica per la condivisione del lavoro con tutte le sezioni partecipanti al progetto e lo studio di un capitolato di Appalto per le Ditte.

Nello specifico ogni sentiero è stato identificato con la sigla LH e un numero progressivo.

I tempi di percorrenza inseriti all'interno dei Sentieri sono parziali, calcolati a partire dal tempo immediatamente precedente, subito seguito da quello totale, senza tener conto delle soste.

Il dislivello si definisce complessivo quando nel corso dell'itinerario si hanno saliscendi che comportano la somma di più dislivelli per ottenere quello che effettivamente si supera.

"La segnaletica e i lavori di posa fanno riferimento al manuale CAI anno 2004 - 3° edizione, o al capitolato CAI Regione Lazio –Gruppo di Lavoro LH (specifico del progetto)"

Descrizione Itinerario per non vedente:

Arrivati sul posto il ragazzo non vedente, apprese le notizie generali sul parco e le modalità d'uso del sentiero insieme al suo Accompagnatore e alla classe, iniziano il percorso tattile ed educativo delle stazioni didattiche (scritte in braille) dedicate alle varie "osservazioni sensoriali" ed alle numerose tematiche ambientali che il percorso suggerisce.

Un ruolo importante viene ricoperto dall'Accompagnatore

L'accompagnatore in escursione con persone diversamente abili non può sostituirsi ad un operatore sanitario, ma trovandosi a condurre un ausilio dedicato a questo utilizzo **si trova implicitamente in una relazione di tipo assistenziale e di rispetto-fiducia con il trasportato.**

L'assistenza può essere di vario tipo:

-bisogni fisiologici, legati alla sopravvivenza immediata (respirare, bere, mangiare, riposare, muoversi)

-bisogni di sicurezza fisica ed emotiva di amore di autostima e di autorealizzazione.

-bisogno di alimentazione (attenzione al vomito causato da cibi troppo caldi o freddi, alle allergie, alle diete particolari).

-bisogno di eliminazione (pulire il naso e la bocca) e così via.....

L'Accompagnatore è affiancato a distanza da un familiare del diversamente abile che valendosi della certificazione del **proprio medico di base** è autorizzato a partecipare attivamente come controllore delle attività sportive all'aperto insieme al gruppo. (*)

Cosa si pensa di fare nei prossimi anni.....

L'esperienza dei sentieri LH può essere utile come locomotiva di propulsione per altre attività a livello nazionale:

- Incrementare le uscite nei sentieri gestiti dai Parchi Regionali opportunamente rimodulati
- Trasporto e condivisione su siti museali a carattere archeologico e trekking urbano.
- Collaborazione a tutti i progetti da diversamente uguali a montagna per tutti.

Cosa si pensa di fare in merito ai sentieri per disabili in escursione?

I sentieri sono una risorsa per coloro che li usano per diversi scopi:

- Per Progetto scuola e conoscenza dell'ambiente intorno a noi (come attività scolastica per lo studio di fauna e flora insieme al gruppo classe)
- Montagna-terapia, utile per attivare curiosità e capacità del proprio io personale come forza di reazione.
- Attività sociale di aggregazione, sentirsi non soli ma partecipi**tutti insieme diversi ma uguali per un mondo per tutti**

(*) Nota autorizzativa: attività da eseguire solo dopo consenso medico con inclusa **scheda di anamnesi** di valutazione medica attestante l'autorizzazione a partecipare del genitore o tutore e dal presidente sezionale.

Per approfondimenti sulle attività si fa riferimento al libro LH edizione 2016, inclusi rapporti di conduzione tra Accompagnatore – Accompagnato (vedi pag. 46 dello stesso libro, precisando che sarà materia di studio nelle opportune sedi CAI-ASL e Commissioni di Lavoro CAI Centrale di Alpinismo Giovanile e Medica.)

materiale didattico e allegati al corso sono disponibili sul seguente link
<http://www.cailazioh.it/documenti/>

CLUB ALPINO ITALIANO GRUPPO REGIONALE LH Lazio

SCHEMA SANITARIA LH

DATI ANAGRAFICI (compilazione a cura del genitore)

Cognome.....Nome..... Data di
nascita..... Sesso..... Tessera SS n° Telefono
casa.....Cellulare genitore.....

Dati del Medico Nome..... Cognome.....
Cell..... mail.....

ANAMNESI (compilazione a cura del genitore e pediatra)

Patologie pregresse ed eventuali interventi chirurgici

.....
.....
.....

Tipo di alimentazione (compilazione a cura del genitore e pediatra)

Normale Vegetariana (cibi esclusi dalla dieta) Senza glutine
(celiachia) (allegare a parte elenco cibi esclusi dalla dieta e cibi consentiti) Intolleranza al lattosio
(cibi esclusi dalla dieta) Allergia alimentare a
.....

Allergie (compilazione a cura del genitore e pediatra)

Ai seguenti farmaci.....
..... Allergie in genere
(indicare a che cosa e la relativa terapia)
.....
.....

Vaccinazione antitetanica (compilazione a cura del genitore e pediatra) SI Data ultimo richiamo/...../.....

NO (All. dichiarazione di consenso alla somministrazione di gamma globuline antitetaniche)

Disturbi particolari e/o patologie in atto (compilazione a cura del pediatra - medico di famiglia)

.....
.....
.....
.....

Terapie in atto/ o farmaci da portare sempre (compilazione a cura del pediatra)

.....
.....
.....

Luogo e Data Firma Genitore

Il medico pediatra (timbro e firma LEGGIBILE)