

**Dipartimento Interaziendale di Salute Mentale con AO S.Croce**

Direttore: dr. Francesco RISSO

**SC Psichiatria Area Nord**

Direttore: dr. Carlo MILORDINI

Via Ospedali n. 14 – 12038 Savigliano

Telefono: 0172/719430 - Fax 0172/719453

e-mail: psichiatria.savigliano@aslcn1.it

Prot. n.

Savigliano,

## **PROGETTO MONTAGNATERAPIA**

### **RELAZIONE FINALE ANNO 2021**

---

---

#### **PREMESSA**

---

Il percorso della Montagnaterapia dei gruppi del Dipartimento Interaziendale di Salute mentale S.C. Psichiatria dell'Area Nord in questo secondo anno particolare di pandemia ha seguito un doppio canale: la continuazione della sperimentazione del modello di valutazione messo a punto, nonché la rimodulazione delle attività in base alle disposizioni in materia di Covid 19.

Durante l'anno è stato sperimentato con maggiore costanza il metodo di valutazione messo a punto in collaborazione con il Centro di Documentazione Regionale per la promozione della salute (Dors) e con l'Università di Torino Dipartimento di Filosofia e scienze dell'educazione, ed in particolare il docente in pedagogia sperimentale e metodologia della ricerca prof. Alberto Parola

Durante l'anno sono stati provati sul campo gli strumenti valutativi, in continuità con l'anno precedente.

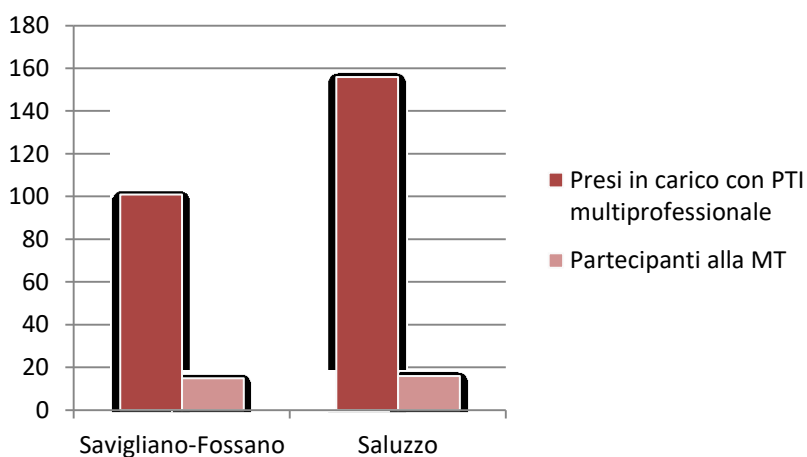
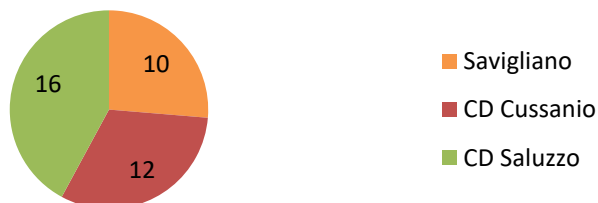
Nel 2021 sono stati presi in carico con progetto terapeutico individualizzato multiprofessionale 256 pazienti.

I pazienti coinvolti nell'attività di Montagnaterapia e fit walking dei diversi gruppi sono stati 38, provenienti dai vari territori dell'Area Nord in carico ai Centri di Salute Mentale inseriti in un Progetto Terapeutico Individualizzato che coinvolge anche altre aree riabilitative.

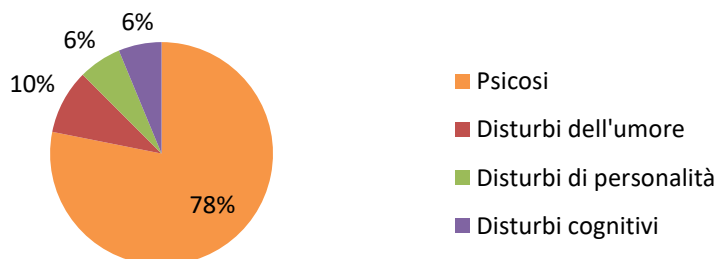
I pazienti sono affetti da disturbi severi: il 78 % presenta psicosi, il 6 % da disturbi dell'umore, il 6 % da disturbi di personalità e il 10 % da disturbi cognitivi.

Il gruppo è composto da 39,48 % da donne e dal 60,52 % da uomini.

### N° pazienti coinvolti nella Montagnaterapia/fitwalking nel 2021

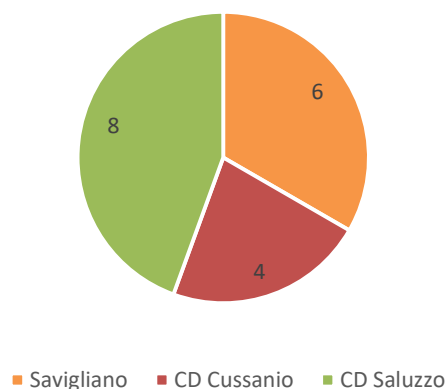


### Diagnosi partecipanti Montagnaterapia e Fitwalking 2021



Per quanto riguarda esclusivamente la Montagnaterapia i pazienti coinvolti sono stati 18.

N° pazienti coinvolti nella Montagnaterapia anno 2021



Tali pazienti non presentano particolari controindicazioni da un punto di vista fisico (ipertensione non compensata, cardiopatie, problemi ortopedici...), se si esclude una media del BMI leggermente elevata e una tendenza importante al tabagismo, come da tabella seguente:

MEDIA BMI	25,28 (indice- 25-29,99 sovrappeso)
FUMATORI	33 %
DIABETE	0 %

Inoltre, annualmente sono sottoposti a visita medica agonistica, adatto per atleti disabili (DIRa)<sup>1</sup> effettuata gratuitamente presso il Servizio di Medicina Sportiva dell'ASLCN1, nell'anno 2021 sono stati sottoposti alla visita medica n° 11 pazienti e n° 4 operatori; non tutti i partecipanti hanno potuto usufruirne a causa delle chiusure del servizio di Medicina Sportiva a causa restrizioni Covid 19.

Qui di seguito indichiamo il dettaglio dei partecipanti suddiviso per servizi.

<p><b>N° pazienti coinvolti nella Montagnaterapia e fit walking</b>  <b>Totale: 38 persone</b></p> <p><b>Savigliano: 10 persone in tutto , di cui MT 6</b>  <b>CD Cussanio: 12 persone in tutto (di cui 1 è passato poi ne gruppo del CSM Savigliano a fine 2021), di cui MT 4</b>  <b>CD Saluzzo: 16 persone in tutto, di cui MT 8</b></p>	<p><b>Savigliano:</b>          Genere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uomini: 6</li> <li>• Donne: 4</li> </ul> <p>Diagnosi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicosi: 7</li> <li>• Disturbi dell'umore: 1</li> <li>• Disturbi di personalità: 2</li> <li>• Disturbi cognitivi: 0</li> <li>• Disturbo del comportamento alimentare: 0</li> <li>• Autismo: 0</li> <li>• Altro: 0</li> </ul>
---	---

<sup>1</sup> Decreto Ministeriale - Ministero della Sanità - 4 marzo 1993- "Determinazione dei protocolli per la concessione dell'idoneità alla pratica sportiva agonistica alle persone handicappate" (Pubblicato nella G.U. 18 marzo 1993, n. 64)

	<p>Fumatori: 2          Diabete: 0</p> <p><b><u>CD Cussanio:</u></b>          Genere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uomini: 8</li> <li>• Donne: 4</li> </ul> <p>Diagnosi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicosi: 10</li> <li>• Disturbi dell'umore: 1</li> <li>• Disturbi di personalità: 1</li> <li>• Disturbi cognitivi: 0</li> <li>• Disturbo del comportamento alimentare: 0</li> <li>• Autismo: 0</li> <li>• Altro: 0</li> </ul> <p>Fumatori: 6          Diabete: 0</p> <p><b><u>CD Saluzzo:</u></b>          Genere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uomini: 9</li> <li>• Donne: 7</li> </ul> <p>Diagnosi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Psicosi: 12</li> <li>• Disturbi dell'umore: 2</li> <li>• Disturbi di personalità: 0</li> <li>• Disturbi cognitivi: 2</li> <li>• Disturbo del comportamento alimentare: 0</li> <li>• Autismo: 0</li> <li>• Altro:</li> </ul> <p>Fumatori: 7          Diabete: 0</p>
<p><b>N° incontri effettuati nell'anno in totale</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Savigliano: 23 incontri</b></li> <li>• <b>CD Cussanio: 164 incontri</b></li> <li>• <b>CD Saluzzo: 75 incontri</b></li> </ul>	<p><b><u>Savigliano:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• N° incontri di Montagnaterapia: 15 incontri</li> <li>• N° incontri di Fitwalking: 8 incontri</li> </ul> <p><b><u>CD Cussanio:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• N° incontri di Montagnaterapia: 11 incontri</li> <li>• N° incontri di Fitwalking: 153 incontri</li> </ul> <p><b><u>CD Saluzzo:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• N° incontri di Montagnaterapia: 35 incontri</li> <li>• N° incontri di Fitwalking: 40 incontri</li> </ul>
<p><b>N° incontri effettuati dall'1/01/2021 al 29/02/2021</b></p>	<p><b><u>Savigliano:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• N° incontri di Montagnaterapia: 1 incontri</li> <li>• N° incontri di Fitwalking: 5</li> </ul> <p><b><u>CD Cussanio:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• N° incontri di Montagnaterapia: 0 incontri</li> <li>• N° incontri di Fitwalking: 14 incontri</li> </ul> <p><b><u>CD Saluzzo:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• N° incontri di Montagnaterapia: 3 incontri</li> <li>• N° incontri di Fitwalking: 7 incontri</li> </ul>
<p><b>N° incontri effettuati dall'1/03/2021 al</b></p>	<p><b><u>Savigliano:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• N° incontri di Montagnaterapia: 3</li> </ul>

<b>02/06/2021</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Fitwalking: 3</li> </ul> <b>CD Cussanio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Montagnaterapia: 2 incontri</li> <li>N° incontri di Fitwalking: 40 incontri</li> </ul> <b>CD Saluzzo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Montagnaterapia: 10 incontri</li> <li>N° incontri di Fitwalking: 10 incontri</li> </ul>
<b>N° incontri effettuati dall'03/06/2021 al 18/10/2021</b>	<b>Savigliano:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Montagnaterapia: 8 incontri</li> <li>N° incontri di Fitwalking: 0</li> </ul> <b>CD Cussanio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Montagnaterapia: 7 incontri</li> <li>N° incontri di Fitwalking: 77 incontri</li> </ul> <b>CD Saluzzo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Montagnaterapia: 18 incontri</li> <li>N° incontri di Fitwalking: 10 incontri</li> </ul>
<b>N° incontri effettuati dall'19/10/2021 al 31/12/2021</b>	<b>Savigliano:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Montagnaterapia: 2</li> <li>N° incontri di Fitwalking: 0 incontri</li> </ul> <b>CD Cussanio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Montagnaterapia: 2 incontri</li> <li>N° incontri di Fitwalking: 22 incontri</li> </ul> <b>CD Saluzzo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>N° incontri di Montagnaterapia: 4 incontri</li> <li>N° incontri di Fitwalking: 13 incontri</li> </ul>
<b>N° di incontri in cui almeno 2 gruppi di montagnaterapia dell'Area Nord ASLCN1 si sono incontrati</b>	Savigliano-CD Saluzzo: 8 incontri Saluzzo-Cussanio: 1 incontro
<b>N° di incontri in cui almeno 3 gruppi di montagnaterapia dell'Area Nord ASLCN1 si sono incontrati</b>	Savigliano-CD Saluzzo- CD Cussanio: 4 incontri Saluzzo-Cussanio- Mondovi 1 incontro Saluzzo-Mondovi-Cuneo: 1 incontro
<b>N° uscite con volontari CAI</b>	A gruppi uniti: 3 uscite A gruppo singolo (CD Cussanio): 2
<b>N° uscite con guide naturalistiche</b>	1 uscita
<b>Soggiorni</b>	N°1 Soggiorno rif. Selleries dal 23 al 24 agosto 2021
<b>N° visite medico- sportive eseguite</b>	Savigliano: 7 pazienti 2 operatori CD Cussanio: 4 pazienti 2 operatori CD Saluzzo: Non sono state effettuate visite medico-sportive-agonistiche nell'anno 2021
<b>N° persone che hanno dovuto effettuare ulteriori accertamenti</b>	Savigliano: 2 persone CD Cussanio: 1 paziente 1 operatore CD Saluzzo: /
<b>N° persone risultate idonee a svolgere l'attività di montagnaterapia</b>	Savigliano: 7 pazienti 2 operatori; per 3 pazienti che partecipano in modo salutarario non è stato possibile svolgere la visita medico-sportiva CD Cussanio: 3 pazienti 1 operatore CD Saluzzo: /
<b>N° di volte in cui sono stati fatti i video durante le uscite di MT</b>	Savigliano: 14 volte CD Cussanio: 5 volte CD Saluzzo: 15 volte

<p><b>N° di volte in cui è stata compilata la scheda di osservazione e valutazione del paziente sul numero di uscite totali di MT</b></p>	<p>Savigliano: 15 volte CD Cussanio: 3 volte CD Saluzzo: 15 volte</p> <p>Da progetto la scheda di osservazione e valutazione del paziente è uno strumento cartaceo che, insieme alle riprese video, viene compilato dagli operatori per ciascun partecipante all'attività di MT.</p> <p>La scheda è composta da 4 dimensioni che permettono di effettuare un'osservazione globale dell'utente.</p> <p>Dopo 2/3 uscite di Montagnaterapia viene compilata in toto la scheda di osservazione e valutazione del paziente. Sulla base di quanto emerso dalla scheda di osservazione e valutazione, viene compilato il Profilo individuale del paziente (Allegato 6) e sulle dimensioni prioritarie e modificabili vengono individuati max 3 obiettivi specifici per il paziente, su cui lavorare per l'intero anno. Di conseguenza, dalla terza/quarta uscita la scheda di osservazione e valutazione viene compilata solo per le dimensioni/voci che corrispondenti agli obiettivi definiti nel profilo individuale.</p> <p>Per il CD di Saluzzo si è valutato di limitare la compilazione delle schede di osservazione e valutazione del paziente in quanto i dati raccolti ci fornivano un quadro sufficiente per stesura del profilo individuale e comprensione dell'andamento del percorso individuale. In realtà durante la verifica ci accorgiamo che tali schede andrebbero compilate in modo più uniforme nel corso dell'anno ad esempio una volta al mese per i soggetti più conosciuti, di più per gli altri. Importante ci sembra anche effettuare la rilevazione durante gli eventi particolari (uscite con i Cai, guida naturalistica). Quindi 15 compilazioni ci sono sembrate un numero sufficiente, ma va sicuramente rivista la cadenza.</p> <p>Al momento per l'attività di fit walking non è prevista la compilazione della scheda di osservazione e valutazione del paziente.</p> <p>Per quanto riguarda il CD di Cussanio, la compilazione delle schede di osservazione e valutazione del paziente è stata soltanto di tipo sperimentale, utili a predisporre un primo profilo individuale.</p>
<p><b>N° di volte in cui è stata compilata la scheda tecnica relativa all'uscita sul numero di uscite totali di MT</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savigliano: 15 volte</li> <li>• CD Cussanio: 3 volte</li> <li>• CD Saluzzo: 15 volte</li> </ul> <p>La scheda tecnica è stata compilata in parallelo alla scheda di osservazione e valutazione del paziente. Essa è utile a comprendere in modo più specifico la valutazione relativa alla dimensione della prestazione fisica generale e della dimensione corporea; mette quindi in relazione la difficoltà del percorso alla prestazione.</p>
<p><b>Descrivere brevemente gli obiettivi raggiunti dal gruppo</b></p>	<p><b><u>SAVIGLIANO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sull'obiettivo A</b> (miglioramento delle condizioni psico-fisiche e la promozione di uno stile di vita salutare) Nei primi mesi dell'anno l'attività di fit-walking ha permesso di mantenere un discreto allenamento che ha consentito di iniziare da maggio a effettuare camminate di un buon livello tecnico e di durata consistente (2:30 h. circa per la salita). Nonostante la presenza alternata all'attività dovuta alle restrizioni legate ai trasporti, si evidenzia un buon impegno e costanza di quasi tutti i pazienti (7 su 10).</li> </ul> <p>Per quanto riguarda le autonomie relative alla preparazione dell'attrezzatura e dell'abbigliamento si è rilevato un buon livello di funzionamento per tutti i pazienti, anche per i nuovi ingressi che l'hanno assimilato nel corso dell'anno. Permangono in alcuni casi manierismi legati alla singola psicopatologia.</p> <p>Per quanto riguarda il soggiorno, invece, è stato difficile il</p>

coinvolgimento dei pazienti, forse in quanto timorosi e non più abituati a questo genere di esperienze.

Si notano maggiori differenze nella dimensione cognitiva dovute alle differenze individuali di base.

Durante l'anno 2021 vi sono stati alcuni peggioramenti legati alla singola psicopatologia e alcune ricadute di malattia, lo strumento di valutazione ha, quindi, contribuito ad evidenziare queste situazioni come si può evincere dalla tabella sottostante.

<b>Indicatore</b>	<b>Standard</b>
Miglioramento del paziente su una dimensione specifica	Almeno il 50% dei pazienti ha migliorato il proprio obiettivo specifico all'interno del piano individuale, sul totale dei pazienti coinvolti
DIMENSIONE CORPOREA	N°1/2 pazienti hanno migliorato questa dimensione sul totale dei pazienti con tale obiettivo
DIMENSIONE DELLE AUTONOMIE	N°1/2 pazienti hanno migliorato questa dimensione sul totale dei pazienti con tale obiettivo
DIMENSIONE COGNITIVA	N°0/1 pazienti hanno migliorato questa dimensione sul totale dei pazienti con tale obiettivo

- **Sull'obiettivo B** (favorire il benessere e la promozione di buone relazioni sociali)

Rispetto all'anno precedente il gruppo si è modificato nella sua composizione, in parte per esigenze lavorative/ corsi (2) ed in parte per scelta dei singoli (2)

Durante l'anno sono stati inseriti 2 nuovi pazienti.

Non si è voluto estendere ulteriormente il gruppo per le restrizioni relative ai trasporti.

Il clima relazionale di gruppo è positivo e la presenza anche di occasioni di scambio con altri gruppi aumenta le possibilità di instaurare relazioni e mettersi alla prova in situazioni differenti.

Come si evince dalla tabella sottostante, le persone su cui si era scelto di lavorare sulla dimensione emotiva, hanno avuto un peggioramento in questa area che ha seguito lo stesso andamento legato alla singola psicopatologia e alcune ricadute di malattia. Già con le osservazioni del 2020 si era evidenziato, infatti, una carenza in questa dimensione e quindi la necessità di supportarle in questa direzione.

<b>Indicatore</b>	<b>Standard</b>
Miglioramento del paziente su una dimensione specifica	Almeno il 50% dei pazienti ha migliorato il proprio obiettivo specifico all'interno del piano individuale, sul totale dei pazienti coinvolti
DIMENSIONE RELAZIONALE EMOTIVA	N°3/3 pazienti hanno migliorato questa dimensione sul totale dei pazienti con tale

		obiettivo	
<p><b>CD CUSSANIO</b>  <b>Sull'obiettivo A</b> (migliorare delle condizioni psico-fisiche e la promozione di uno stile di vita salutare)</p>			
<p>Visto il numero non sufficiente di schede di osservazione e la variazione dei componenti del gruppo, si è scelto di continuare l'osservazione dei pazienti durante l'anno 2022 aumentando il numero di osservazioni e cercando di creare un gruppo maggiormente stabile di partecipanti.        Si segnala che durante l'anno è stato effettuato un ampio lavoro di fit walking che ha coinvolto 22 persone con 2 /3 incontri a settimana a piccoli gruppi. Tale lavoro ha permesso di mantenere o migliorare la condizione fisica dei pazienti e per un gruppo è stato utile come attività preparatoria all'MT e permetterà l'ampliamento del numero dei partecipanti alle uscite in montagna.        Coloro che hanno già partecipato all'attività di MT (5 persone) hanno mostrato una buona resistenza e un buon interesse, per motivi organizzativi e personali dei partecipanti, però si riusciva a mantenere la partecipazione di non più di 2-3 persone contemporaneamente.</p>			
<p>Sull'obiettivo B (favorire il benessere e la promozione di buone relazioni sociali)</p>			
<p>Per quanto riguarda il CD di Cussanio si è cercato di riprendere la collaborazione con gli altri gruppi di Mt dell'area Nord per offrire ai pazienti un'occasione di scambio e di relazione anche con altre persone del territorio che non frequentano il nostro CD, tale occasione ha permesso di mantenere l'attività e di provare ad incrementarla, nonostante il piccolo gruppo di partecipanti.</p>			
<p><b>CD SALUZZO</b></p>			
<p><b>Sull'obiettivo A</b> (miglioramento delle condizioni psico-fisiche e la promozione di uno stile di vita salutare)        E' un'attività che ha avuto una buona continuità e partecipazione, nonostante le limitazioni covid, che ci hanno impedito di svolgerla nel mese di aprile e di coinvolgere troppi pazienti per ogni uscita (in particolare per rispettare il rapporto numerico sui mezzi di trasporto del servizio). Quest'ultimo inconveniente è stato limitato dall'utilizzo di un mezzo di trasporto in più, quando ciò è stato possibile.        Il gruppo ha quindi raggiunto una buona forma fisica ed un interesse maggiore nei confronti del suo miglioramento, almeno per la maggior parte dei pazienti.        E' comunque auspicabile un ritorno a numeri pre-covid di persone coinvolgibili per incrementare ulteriormente i risultati e poter inserire senza troppe difficoltà persone nuove.</p>			
<p><b>Indicatore</b>          Miglioramento del paziente su una dimensione specifica</p>		<p><b>Standard</b>          Almeno il 50% dei pazienti ha migliorato il proprio obiettivo specifico all'interno del piano individuale, sul totale dei pazienti coinvolti</p>	



DIMENSIONE CORPOREA	N° 5/5 pazienti hanno migliorato questa dimensione sul totale dei pazienti con tale obiettivo
DIMENSIONE DELLE AUTONOMIE	N° 4/5 pazienti hanno migliorato questa dimensione sul totale dei pazienti con tale obiettivo
DIMENSIONE COGNITIVA	Per nessuno dei partecipanti questa dimensione è stata valutata

N.B.: si è ritenuto di inserire nella DIMENSIONE AUTONOMIA un'ulteriore area di osservazione: igiene personale

**Sull'obiettivo B** (favorire il benessere e la promozione di buone relazioni sociali)

Il gruppo non ha subito modificazioni e si è fortificato a livello di relazioni e d'identità. Alcuni dei pazienti hanno funzionato meglio a livello relazionale anche al di fuori di questo contesto nella rete familiare o lavorativa. La maggior parte di loro quando ha dovuto scegliere un giorno per l'attività e non poteva fare altrimenti la scelta è caduta sul giorno della montagnaterapia. Si auspica per il 2022 l'ingresso di elementi nuovi (uno o due) compatibilmente con l'andamento della pandemia.

Indicatore	Standard
Miglioramento del paziente su una dimensione specifica	Almeno il 50% dei pazienti ha migliorato il proprio obiettivo specifico all'interno del piano individuale, sul totale dei pazienti coinvolti
DIMENSIONE RELAZIONALE EMOTIVA	Per nessuno dei partecipanti questa dimensione è stata valutata

**Sull'Obiettivo C (CSM Savigliano, CD Cussanio, CD Saluzzo)**

Indicatore	Standard
Mantenimento dello standard dell'anno precedente	N° di enti/servizi nuovi o già partner inseriti nella rete ogni anno (standard 2 enti/servizi all'anno) N° eventi per l'utenza organizzati ogni anno (standard 2 eventi all'anno) N° eventi a cui si partecipa in collaborazione con altri gruppi di MT (standard 1 eventi all'anno) N° di presenze agli incontri di coordinamento di mantagnaterapia su quanti organizzati (circa 3 l'anno)
1 6	-N° di enti/servizi nuovi inseriti nella rete -Fondazione Amleto Bertoni Saluzzo  -N. enti già partner inseriti nella rete (standard 2 enti/servizi all'anno) - CAI locali (Fossano, Saluzzo, Savigliano) - Officina Monviso - Guida Naturalistica della Valle Varaita; - Porta di Valle "Segnavia"

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dors</li> <li>- Unito</li> </ul>	
		8	<ul style="list-style-type: none"> <li>-N° eventi per l'utenza organizzati ogni anno (standard 2 eventi all'anno)</li> <li>- Percorso a Roccerè con Occit'amo (Fondazione Bertoni)</li> <li>- Camminata a Montemale con Officina Monviso</li> <li>- Inaugurazione sentiero Crissolo con Officina Monviso;</li> <li>- Progetto Parco Fluviale con il CAI</li> <li>- Soggiorno "rifugio Selleries" con il CAI</li> <li>- Festa di fine estate con il CAI;</li> <li>- Incontro di condivisione a Porta di Valle "Segnavia" sul progetto MT per realizzazione video;</li> <li>- Festa di Natale presso Porta di Valle "Segnavia";</li> </ul>	
		2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-N° eventi a cui si partecipa in collaborazione con altri gruppi di MT (standard 1 eventi all'anno)</li> <li>- Percorso Landandè con gruppo MT di Mondovì ASL CN1;</li> <li>- Percorso ad Aisone con gruppo M.T. di Cuneo e Mondovì - ASL CN1 evento organizzato dal gruppo di Cuneo</li> </ul>	
		6	<p>N° di presenze agli incontri di coordinamento di MT del Dipartimento Area nord e Area Sud e partecipazione ai Convegni su quanti organizzati (standard 3 incontri l'anno)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-9 operatori hanno conseguito crediti ECM per aver partecipato ai 4 incontri di coordinamento di MT del Dipartimento Area nord e Area Sud</li> <li>- 9 operatori hanno conseguito crediti ECM per aver partecipato a 2 giornate del Convegno nazionale di MT "Confini comuni"</li> </ul>	
		2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-9 operatori hanno conseguito crediti ECM per aver partecipato ai 4 incontri di coordinamento di MT del Dipartimento Area nord e Area Sud</li> <li>- 9 operatori hanno conseguito crediti ECM per aver partecipato a 2 giornate del Convegno nazionale di MT "Confini comuni"</li> </ul>	
		7	<p>N° di interventi a convegni e eventi formativi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 VII Convegno nazionale di MT "Confini comuni" tenutosi a Parma 11-16 ottobre 2021- Intervento dott. Roagna e prof. Alberto Parola</li> <li>- 1 Evento "Crissolo Montagna per tutti" per Saluzzo 2024 Capitale della Cultura- Intervento E.P. Monica Peirotti e Dott. Silvio Costamagna</li> </ul>	

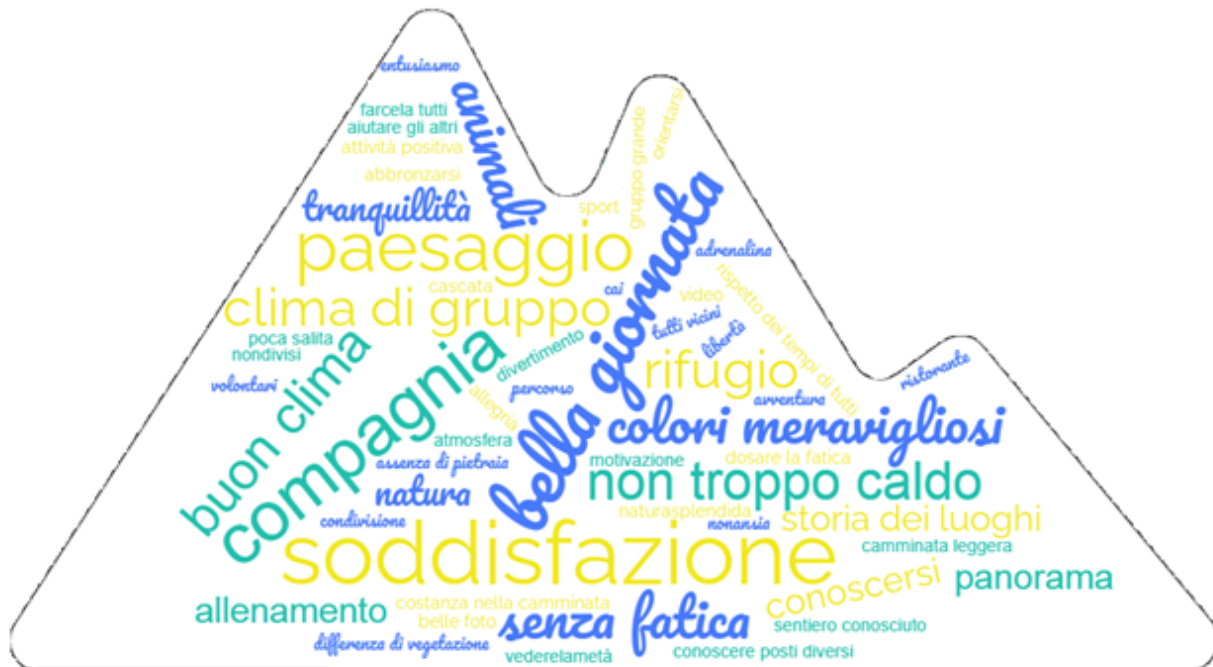
	<table border="1" data-bbox="571 264 1362 577"> <tr> <td data-bbox="571 264 794 577"></td> <td data-bbox="794 264 1362 577">           N° incontri con enti partners            - 1 incontro con Fondazione Amleto Bertoni            - 1 Incontro di coordinamento con i CAI di Fossano Savigliano Saluzzo            - 2 Incontri con CAI Savigliano            - 1 Incontri con CAI Fossano            - 2 Incontri con CAI Saluzzo         </td> </tr> </table> <p data-bbox="614 613 1417 1048">           In questo anno, così come nello scorso, è continuata la collaborazione tra i servizi Saluzzo, Savigliano e Fossano dell'Area Nord. La maggior parte delle uscite sono state fatte tra il CSM di Savigliano e il Centro Diurno di Saluzzo, ma anche il Cd di Cussanio ha incrementato la sua presenza nel corso dell'anno.            La programmazione e le verifiche sono state fatte in comune e la sensazione è quella, ormai, di sentirsi a tutti gli effetti un gruppo di lavoro unico.            I progetti in collaborazione con il CAI sono stati finanziati dall'ente stesso attraverso la partecipazione ai bandi regionali e nazionali del CAI;            E' continuata la collaborazione costante con il "punto amico" Segnavia in Valle Varaita come tappa per la partenza delle uscite e per l'organizzazione di feste e eventi.         </p>		N° incontri con enti partners - 1 incontro con Fondazione Amleto Bertoni - 1 Incontro di coordinamento con i CAI di Fossano Savigliano Saluzzo - 2 Incontri con CAI Savigliano - 1 Incontri con CAI Fossano - 2 Incontri con CAI Saluzzo										
	N° incontri con enti partners - 1 incontro con Fondazione Amleto Bertoni - 1 Incontro di coordinamento con i CAI di Fossano Savigliano Saluzzo - 2 Incontri con CAI Savigliano - 1 Incontri con CAI Fossano - 2 Incontri con CAI Saluzzo												
<b>Descrivere brevemente come ogni servizio si è organizzato, specialmente nei periodi di maggiori limitazioni legate al Covid 19</b>	<p data-bbox="517 1144 1417 1265">           L'attività di MT si è svolta nell'anno 2021 in ottemperanza ai DPCM e alle disposizioni interne all'ASL CN1.            Qui di seguito elenchiamo i fattori di rischio e le misure protettive da adottare:         </p> <table border="1" data-bbox="517 1296 1370 2054"> <thead> <tr> <th data-bbox="517 1296 753 1391"></th> <th data-bbox="753 1296 1023 1391"><b>FATTORI DI RISCHIO e LIMITAZIONI</b></th> <th data-bbox="1023 1296 1370 1391"><b>MISURE PROTETTIVE</b></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="517 1391 753 1554">FASE ACCOGLIENZA</td> <td data-bbox="753 1391 1023 1554">Rischio di contagio</td> <td data-bbox="1023 1391 1370 1554">           DPI per operatori            Triage in ospedale            Verifica della presenza dei dispositivi da parte dei pazienti         </td> </tr> <tr> <td data-bbox="517 1554 753 1995">FASE TRASPORTO</td> <td data-bbox="753 1554 1023 1995">Rischio contagio in ambiente chiuso (macchina/pulmino)</td> <td data-bbox="1023 1554 1370 1995">           In una prima fase limitazione degli spostamenti sul territorio e predilezione di mete raggiungibili a piedi con partenza dal servizio di riferimento.            Vedere tabella per i trasporti.            Sanificare il mezzo con disinfettante prima e dopo l'attività            Uso di DPI per pazienti e operatori         </td> </tr> <tr> <td data-bbox="517 1995 753 2054">FASE ATTIVITA'</td> <td data-bbox="753 1995 1023 2054">Rischio di contagio durante l'attività</td> <td data-bbox="1023 1995 1370 2054">Mantenimento del distanziamento di 1 metro</td> </tr> </tbody> </table>		<b>FATTORI DI RISCHIO e LIMITAZIONI</b>	<b>MISURE PROTETTIVE</b>	FASE ACCOGLIENZA	Rischio di contagio	DPI per operatori Triage in ospedale Verifica della presenza dei dispositivi da parte dei pazienti	FASE TRASPORTO	Rischio contagio in ambiente chiuso (macchina/pulmino)	In una prima fase limitazione degli spostamenti sul territorio e predilezione di mete raggiungibili a piedi con partenza dal servizio di riferimento. Vedere tabella per i trasporti. Sanificare il mezzo con disinfettante prima e dopo l'attività Uso di DPI per pazienti e operatori	FASE ATTIVITA'	Rischio di contagio durante l'attività	Mantenimento del distanziamento di 1 metro
	<b>FATTORI DI RISCHIO e LIMITAZIONI</b>	<b>MISURE PROTETTIVE</b>											
FASE ACCOGLIENZA	Rischio di contagio	DPI per operatori Triage in ospedale Verifica della presenza dei dispositivi da parte dei pazienti											
FASE TRASPORTO	Rischio contagio in ambiente chiuso (macchina/pulmino)	In una prima fase limitazione degli spostamenti sul territorio e predilezione di mete raggiungibili a piedi con partenza dal servizio di riferimento. Vedere tabella per i trasporti. Sanificare il mezzo con disinfettante prima e dopo l'attività Uso di DPI per pazienti e operatori											
FASE ATTIVITA'	Rischio di contagio durante l'attività	Mantenimento del distanziamento di 1 metro											

			con un gruppo non superiore alle 10 persone. Uso di DPI per pazienti e operatori
<b>N° operatori coinvolti nel progetto</b>	<p><b><u>TABELLA TRASPORTI</u></b>          Rispetto alla gestione dei trasporti ci siamo attenuti al DPCM 2.3.2021 del Governo Draghi e al D.L. n. 52 del 22.04.2021 (vedi allegato 1).</p> <p><b><u>Savigliano:</u></b> Nei mesi primi mesi dell'anno si è scelto di effettuare uscite di fit-walking in concomitanza con le restrizioni del momento. Dal mese di maggio 2021 si è ripresa con più costanza l'attività di MT. Viste le restrizioni relative ai trasporti i pazienti coinvolti hanno turnato in base ai posti disponibili. Si è mantenuta la collaborazione con l'Area Nord, il CAI e l'Officina Monviso. E' stato eseguito il programma con il CAI, grazie alla partecipazione al bando regionale e nazionale, che ha previsto 2 uscite semplici, 1 uscita di rafting e un'uscita nel parco fluviale Stura-Gesso di Cuneo, e un mini soggiorno di due giornate al rifugio Selleries.          1 Uscita con Guida Naturalistica.</p> <p><b><u>CD Cussanio:</u></b>          Durante tutto l'anno sono state proposte giornalmente uscite di fit walking nei dintorni del centro diurno senza l'utilizzo dei mezzi di trasporto. Per le uscite di MT (2/3 volte al mese nel periodo maggio-novembre) il rapporto numerico operatore/paziente è stato 1 a 2/3 e gli spostamenti sono stati effettuati con i mezzi di servizio (pulmino 9 posti o auto a 5 posti).</p> <p><b><u>CD Saluzzo:</u></b>          Nel mese di aprile l'attività di MT è stata sospesa, mentre per tutti gli altri mesi ha continuato così il fit walking. Il rapporto numerico operatore/paziente è stato ancora 1 a 2. I momenti condivisi con gli altri gruppi di Mt dell'area Nord sono stati parecchi. Due gli incontri con l'area Sud 1 con Cuneo e Mondovì, 1 con Mondovì nel mese di settembre e ottobre. E' stato eseguito il programma con il CAI, grazie alla partecipazione al bando regionale e nazionale, che ha previsto 2 uscite semplici, 1 uscita di rafting e un'uscita nel parco fluviale Stura-Gesso di Cuneo, e un mini soggiorno di due giornate al rifugio Selleries.          1 Uscita con Guida Naturalistica.          Dal mese di novembre le restrizioni sui mezzi di trasporto sono aumentate (5 persone al massimo sul pulmino) limitando in parte le uscite.</p> <p>Savigliano</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Educatori: 2</li> <li>• Infermieri: 1</li> <li>• Psichiatra: 1</li> </ul> <p>CD Cussanio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Educatori: 1</li> <li>• Infermieri: 1</li> <li>• Psichiatra: 1 (lo stesso di Savigliano)</li> </ul> <p>CD Saluzzo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Educatori: 3</li> <li>• Infermieri: 1</li> <li>• Psichiatra: 1</li> </ul>		

<p><b>N° di riunioni effettuate dall'equipe di progetto</b></p>	<p>Cabina di regia (educatori, infermieri, medici): 8 incontri          Tavolo tecnico (educatori, infermieri, medici, Dors, Unito): 3 incontri on line          Tavolo organizzativo (educatori, infermieri, medici, CAI): 1 incontro          Equipe del singolo servizio: (le volte in cui si compilano le schede di osservazione e valutazione del paziente, la scheda tecnica e altri momenti di riunione interna per MT)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Savigliano: 15 incontri</li> <li>• CD Cussanio: 5 incontri</li> <li>• CD Saluzzo: 15 incontri</li> </ul>
---	--

Dopo le uscite è stato compilato per 12 volte il diario di bordo che analizza aspetti positivi e negativi dell'uscita e raccoglie le proposte per le mete e le attività future.

La seguente Word cloud<sup>2</sup> evidenzia gli aspetti positivi rilevati dai diari di bordo:



Dall'analisi delle parole ricorrenti relative agli aspetti positivi nelle uscite di Montagnaterapia emerge che i pazienti provano soddisfazione come emozione prevalente e descrivono come "belle" le giornate in cui svolgono l'attività. Essi apprezzano il clima di gruppo e la compagnia degli altri partecipanti e il conoscersi, in particolare hanno apprezzato la ripresa dopo le chiusure dovute alla pandemia e il ritrovarsi in più gruppi insieme. Emergono benefici fisici dovuti all'allenamento e alla mancanza di fatica. Il paesaggio, il panorama, la natura, i colori, la vegetazione e gli animali della montagna offrono aspetti di bellezza e piacevolezza al percorso.

Aspetti importanti che condizionano il benessere sono il clima fresco in estate e non troppo freddo in autunno.

Sono stati, inoltre, apprezzati i momenti in cui volontari o guide naturalistiche hanno narrato la storia dei luoghi e dato spiegazioni sulla conformazione del territorio.

<sup>2</sup> Una nuvola di etichette, o di parole (in inglese: tag cloud, o word cloud), è una rappresentazione visiva di etichette (tag) o parole-chiave. La dimensione rappresenta il numero di volte in cui il tag è stato applicato a un singolo elemento.

La seguente Word cloud evidenzia gli aspetti negativi e/o da migliorare rilevati attraverso i diari di bordo:



Gli aspetti negativi emersi dall'analisi dei diari di bordo riguardano il rapporto con la fatica e con il clima, la presenza di sentieri scivolosi che richiedono maggiore concentrazione o con troppo asfalto. Un altro tema da sottolineare è il rapporto con il fumo, poiché in un'ottica di maggiore benessere, si suggerisce ai partecipanti di non fumare durante la camminata, i pazienti sottolineano di come la minor pendenza del sentiero in alcune camminate favorisca la necessità di fumare, mentre al contrario, il percorso con più dislivello li aiuti a limitare l'uso di tabacco.

Sono state analizzate le proposte per il futuro da parte dei pazienti: 12 proposte su 20 sono state accolte per orientare la progettazione dell'attività durante l'anno 2021. Le proposte si riferivano ad alcune mete specifiche, all'esigenza di.

Le proposte legate alle strutture ricettive e ai rifugi sono state accolte solo parzialmente in conseguenza alle restrizioni covid, ma è comunque stato possibile effettuare un soggiorno e alcuni pasti in rifugio.

E' stata messa in discussione la regola relativa al fumo durante la camminata e al non utilizzo di alcolici durante i pasti nelle strutture ricettive, si è colta tale occasione per ridiscutere il senso di tale scelta.

Al termine dell'attività 2021 è stato consegnato il questionario di gradimento, ma dato il periodo di chiusure dovute alla pandemia e la conseguente limitazione nell'uso dei mezzi aziendali, il questionario è stato distribuito ai partecipanti in occasioni diverse e non tutti lo hanno restituito anche a causa della discontinuità dell'attività.

Sono stati raccolti 8 questionari, di cui 5 maschi e 3 femmine, tutti frequentati l'attività da oltre un anno.

Riportiamo qui di seguito la raccolta dei risultati:

	MAI	QUASI MAI	SPESSO	SEMPRE
1. Nei giorni precedenti all'uscita ti senti ansioso?	6	2		
2. Ti presenti puntuale all'uscita?				8
3. Ti presenti con tutto ciò che ti serve per l'uscita (abbigliamento, acqua, cibo, farmaci, ...)?			1	7
4. Le uscite per te sono un momento di piacere e divertimento?				8
5. Durante la prima ora di attività ti senti affaticato?	3	2	3	
6. Ritieni che l'ambiente montano ti faccia stare bene?				8
7. Ti senti più sicuro e fiducioso di te dopo queste uscite in montagna?				8
8. Ci sono stati momenti in cui hai creduto di non farcela?	2	4	2	
9. Hai notato dei miglioramenti nel tuo allenamento ad affrontare i percorsi?	2		3	3
10. Ti senti integrato nel gruppo?			2	6

11. Ti senti inserito quando si fanno attività con altri gruppi?			2	6
12. Ti è capitato di aiutare un membro del gruppo in difficoltà?	1	3	3	1
13. Queste uscite ti hanno permesso di fare amicizia con altre persone?			3	5
14. Hai avuto occasione di organizzare dei momenti di svago con altri membri del gruppo indipendentemente dall'attività?		2	4	2
15. Al rientro ti è capitato di raccontare a qualcuno l'esperienza e la meta raggiunta?			2	6
16. Ti senti soddisfatto del rapporto con gli operatori?				8

Per quanto riguarda le domande aperte abbiamo raccolto le seguenti risposte:

	natura e paesaggio	movimento	attività all'aperto	compagnia	soddisfazione		
cosa ti piace di più di questa esperienza?	4	1	3	2	2		
				si	no		
Hai qualche consiglio per migliorare l'attività?				0	8		
				si	no	salute	stare insieme/gruppo
Ritieni che questa attività debba essere portata avanti e perché?				8	0	3	3



Il progetto è stato promosso attraverso:

- i canali social del ASLCN1:

<https://www.youtube.com/watch?v=HOZMKNONmPc>

<https://zh-cn.facebook.com/aslcn1/videos/1055419968544370/>

- il sito della Regione Piemonte:

ASL CN1, progetto di montagnaterapia: alla scoperta della Val Chisone, 31 agosto 2021

<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/sanita/organizzazione-strutture-sanitarie/asl-cn1-progetto-montagnaterapia-alla-scoperta-della-val-chisone>

- il sito del DORS:

Montagnaterapia e salute mentale: un Progetto sui territory si Fossano, Savigliano e Saluzzo, 23 luglio 2021 <https://www.dors.it/page.php?idarticolo=3655>

Le esperienze di montagnaterapia in Italia che promuovono la salute mentale della popolazione: il convegno nazionale, 17 dicembre 2021 <https://www.dors.it/page.php?idarticolo=3730>

- I giornali locali e on -line:

Montagnaterapia col l'ASLCN1 un'esperienza di rafting lungo il fiume stura, 1 luglio 2021, TargatoCN

<https://www.targatocn.it/2021/07/01/amp/argomenti/salute-e-benessere/articolo/montagnaterapia-con-lasl-cn1-unesperienza-di-rafting-lungo-il-fiume-stura.html>

Rafting sullo Stura con il Progetto di Montagnaterapia, 1 luglio 2021, La Pancalera

<https://www.lapancalera.it/rafting-stura-progetto-montagnaterapia-la-pancalera/>

Montagnaterapia, alla scoperta della Val Chisone, 30 agosto 2021, La Guida

<https://www.laguida.it/2021/08/30/montagnaterapia-alla-scoperta-della-val-chisone/>

L"alta quota" fa bene (davvero) 30 agosto 2021, La Fedeltà

<https://www.lafedelta.it/2021/08/30/lalta-quota-fa-bene-davvero/>

La montagnaterapia dell'ASLCN1 a congresso, 11 ottobre 2021 , TargatoCN

<https://www.targatocn.it/2021/10/11/leggi-notizia/argomenti/attualita/articolo/la-montagnaterapia-dellasl-cn1-a-congresso.html>

La Montagnaterapia dell'Asl CN1 a congresso, 12 ottobre 2021, Cuneo24

<https://www.cuneo24.it/2021/10/la-montagnaterapia-dellasl-cn1-a-congresso-131520/>

Montagnaterapia due è meglio di uno, CAI Monviso Saluzzo, Bollettino n. 95, 1/2021, settembre 2021, Miglia Monviso

---

## ALLEGATO 1

---

Savigliano, 09/03/2021

OGGETTO: Indicazioni per espletamento attività riabilitative con e senza utilizzo automezzi aziendali

In base alle FAQ relative al DPCM 2 marzo 2021 del Governo Draghi per area bianca, gialla, arancione e rossa e al DL n.52 22 aprile 2021 si ribadisce quanto segue:

AREA BIANCA	AREA GIALLA	AREA ARANCIONE	AREA ROSSA
<p><b>MASCHERINE (DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELLE VIE RESPIRATORIE)</b></p> <p><b>Dispositivi di protezione delle vie respiratorie</b> (meglio conosciuti come mascherine) <b>devono essere obbligatoriamente indossati</b> sia quando si è all'aperto, sia quando si è al chiuso in luoghi diversi dalla propria abitazione.</p> <p><b>Non è obbligatorio</b> indossare la mascherina, sia all'aperto che al chiuso:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mentre si effettua l'attività sportiva;</li> <li>- mentre si mangia o si beve, nei luoghi e negli orari in cui è consentito</li> <li>- persone che, per la loro invalidità o patologia, non possono indossare la mascherina</li> </ul> <p><b>Per quanto riguarda lo svolgimento dell'attività lavorativa</b> e delle attività scolastiche, la mascherina è obbligatoria nelle situazioni previste dagli specifici protocolli di settore.</p>	<p><b>ATTIVITA' CULTURALI</b></p> <p>Il servizio di apertura al pubblico dei musei e degli altri istituti e luoghi della cultura (di cui all'articolo 101 del Codice dei beni culturali e del paesaggio) è assicurato, dal lunedì al venerdì, con esclusione dei giorni festivi, con modalità di fruizione contingentata e nel rispetto delle misure anti-Covid. Alle stesse condizioni sono aperte al pubblico anche le mostre</p> <p><u>Sono sospesi gli spettacoli dal vivo con presenza di pubblico.</u></p> <p><b>Dal 26 aprile gli spettacoli aperti al pubblico sono consentiti alle specifiche condizioni del DL</b></p> <p><b>ATTIVITÀ MOTORIA O SPORTIVA</b></p> <p>Le attività di palestre, piscine, centri natatori, centri benessere e centri termali <b>sono sospese, fatta eccezione per l'erogazione delle prestazioni rientranti nei livelli essenziali di assistenza per le attività riabilitative o terapeutiche.</b></p> <p><b>Dal 15 maggio 2021 sono riaperte le attività di piscina all'aperto in conformità ai protocolli</b></p> <p><b>A decorrere dal 1 giugno 2021 sono consentite le attività di palestre in conformità dei protocolli</b></p> <p><b>È consentito</b> recarsi presso centri e circoli sportivi, pubblici e privati, dell'area gialla, per svolgere esclusivamente all'aperto l'attività sportiva di base, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, con la prescrizione che <b>è interdetto</b> l'uso di spogliatoi interni a detti circoli.</p> <p><b>Lo svolgimento degli sport di contatto</b>, definiti nell'apposito decreto del Ministro dello sport <b>sono sospesi</b>. Sono inoltre vietate tutte le gare, le competizioni e tutte le attività connesse agli sport di contatto di carattere amatoriale.</p> <p>Tuttavia, è consentito svolgere all'aperto e a livello individuale i relativi allenamenti, nonché gli allenamenti per sport di squadra, che</p>	<p><b>ATTIVITA' CULTURALI</b></p> <p>Il servizio di apertura al pubblico dei musei e degli altri istituti e luoghi della cultura (di cui all'articolo 101 del Codice dei beni culturali e del paesaggio) <b>è sospeso.</b></p> <p>Sono sospesi gli spettacoli dal vivo con presenza di pubblico.</p> <p><b>ATTIVITÀ MOTORIA O SPORTIVA</b></p> <p>Le attività di palestre, piscine, centri natatori, centri benessere e centri termali <b>sono sospese, fatta eccezione per l'erogazione delle prestazioni rientranti nei livelli essenziali di assistenza per le attività riabilitative o terapeutiche.</b></p> <p><b>È consentito</b> recarsi presso centri e circoli sportivi, pubblici e privati, <b>del proprio comune o, in assenza di tali strutture in comuni limitrofi, per dell'area gialla</b>, per svolgere esclusivamente all'aperto l'attività sportiva di base, nel rispetto delle norme di distanziamento sociale e senza alcun assembramento, con la prescrizione che <b>è interdetto</b> l'uso di spogliatoi interni a detti circoli.</p> <p><b>Lo svolgimento degli sport di contatto</b>, definiti nell'apposito decreto del Ministro dello sport <b>sono sospesi</b>. Sono inoltre vietate tutte le gare, le competizioni e tutte le attività connesse agli sport di contatto di carattere amatoriale.</p> <p>Tuttavia, è consentito svolgere all'aperto e a livello individuale i relativi allenamenti, nonché gli allenamenti per sport di squadra, che potranno svolgersi in forma individuale, all'aperto e nel rispetto del distanziamento.</p>	<p><b>ATTIVITA' CULTURALI</b></p> <p>Il servizio di apertura al pubblico dei musei e degli altri istituti e luoghi della cultura (di cui all'articolo 101 del Codice dei beni culturali e del paesaggio) <b>è sospeso.</b></p> <p>Sono sospesi gli spettacoli dal vivo con presenza di pubblico.</p> <p><b>ATTIVITÀ MOTORIA O SPORTIVA</b></p> <p>Le attività di palestre, piscine, centri natatori, centri benessere e centri termali <b>sono sospese, fatta eccezione per l'erogazione delle prestazioni rientranti nei livelli essenziali di assistenza per le attività riabilitative o terapeutiche.</b></p> <p><b>Sono sospese</b> l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere presso centri e circoli sportivi, pubblici e privati, sia all'aperto che al chiuso.</p> <p><b>Lo svolgimento degli sport di contatto</b>, definiti nell'apposito decreto del Ministro dello sport <b>sono sospesi.</b></p> <p><b>Le passeggiate sono ammesse</b>, in quanto attività motoria, esclusivamente in prossimità della propria abitazione.</p> <p><b>L'attività motoria all'aperto è consentita</b> solo se è svolta individualmente e in prossimità della propria abitazione. È obbligatorio rispettare la distanza di almeno un metro da ogni altra persona e indossare dispositivi di protezione individuale. Sono sempre vietati gli</p>

potranno svolgersi in forma individuale, all'aperto e nel rispetto del distanziamento.

A decorrere dal 26 aprile 2021 è consentito lo svolgimento all'aperto di qualsiasi attività sportiva anche di squadra e di contatto e comunque interdetto l'uso di spogliatoi in conformità alle linee guida

**L'accesso a parchi e giardini pubblici è consentito** salvo diverse specifiche disposizioni delle autorità locali, e a condizione del rigoroso rispetto del divieto di assembramento.

**È possibile utilizzare la bicicletta** per tutti gli spostamenti consentiti, mantenendo la distanza di almeno un metro dalle altre persone. È inoltre consentito utilizzarla dalle 5 alle 22 per svolgere attività motoria all'aperto, sempre nel rispetto del distanziamento di almeno un metro, e per svolgere attività sportiva, nel qual caso il distanziamento deve essere di 2 metri.

#### **SPOSTAMENTI E USO DI AUTOMEZZI**

E' consentito spostarsi tra le ore 5.00 e le ore 22.00, all'interno della propria Regione o Provincia autonoma, nel rispetto delle specifiche restrizioni introdotte per gli spostamenti verso le altre abitazioni private abitate.

La persona o le due persone che si spostano potranno comunque portare con sé i figli minori di 14 anni (o altri minori di 14 anni sui quali le stesse persone esercitano la potestà genitoriale) e le persone disabili o non autosufficienti che convivono con loro.

E' possibile recarsi in un altro Comune, dalle 5.00 alle 22.00, per fare attività motoria o sportiva in quella località, purché si trovi nella stessa Regione o Provincia autonoma.

Si ricorda che, durante lo svolgimento dell'attività sportiva, è

assembramenti.

È possibile recarsi in un altro Comune per fare attività sportiva solo qualora questa non sia disponibile nel proprio Comune, purché si trovi nella stessa Regione o Provincia autonoma. Inoltre è possibile, nello svolgimento di un'attività sportiva che comporti uno spostamento (per esempio la corsa o la bicicletta), entrare in un altro Comune, purché tale spostamento resti funzionale unicamente all'attività sportiva stessa e la destinazione finale coincida con il Comune di partenza.

Si ricorda che, durante lo svolgimento dell'attività sportiva, è sempre necessario mantenere la distanza di almeno 2 metri dalle altre persone.

**È possibile raggiungere parchi e giardini pubblici all'interno del proprio Comune** o, in assenza di questi, quelli in un Comune limitrofo più vicini a casa, salvo diverse specifiche disposizioni delle autorità locali, a condizione del rigoroso rispetto del divieto di assembramento.

**È possibile utilizzare la bicicletta** per tutti gli spostamenti consentiti, mantenendo la distanza di almeno un metro dalle altre persone. È inoltre consentito utilizzarla dalle 5 alle 22 per svolgere attività motoria all'aperto, sempre nel rispetto del distanziamento di almeno un metro, e per svolgere attività sportiva, nel qual caso il distanziamento deve essere di 2 metri.

#### **SPOSTAMENTI E USO DI AUTOMEZZI**

E' consentito spostarsi all'interno del proprio Comune, tra le ore 5.00 e le 22.00, nel rispetto delle specifiche restrizioni introdotte per gli spostamenti verso le altre abitazioni private abitate.

Gli spostamenti verso altri Comuni sono consentiti esclusivamente per comprovate esigenze lavorative, situazioni di necessità o motivi di salute.

Per quanto riguarda le visite ad amici o parenti, in quest'area è consentito, una sola volta al giorno, spostarsi verso un'altra abitazione privata

**Nell'area rossa è consentito** svolgere l'attività sportiva esclusivamente nell'ambito del territorio del proprio Comune dalle 5 alle 22 in forma individuale e all'aperto mantenendo la distanza interpersonale di 2 metri

**L'accesso a parchi e giardini pubblici è consentito** salvo diverse specifiche disposizioni delle autorità locali, a condizione del rigoroso rispetto del divieto di assembramento e comunque in prossimità della propria abitazione.

**L'uso della bicicletta è consentito** per raggiungere la sede di lavoro, il luogo di residenza o i negozi che vendono generi alimentari o di prima necessità.

**È consentito** utilizzare la bicicletta per svolgere attività motoria all'aperto nella prossimità di casa propria, mantenendo la distanza interpersonale di almeno un metro, o per effettuare attività sportiva, mantenendo la distanza interpersonale di almeno 2 metri.

#### **SPOSTAMENTI E USO DI AUTOMEZZI**

in area rossa sono consentiti esclusivamente i seguenti spostamenti:

– per comprovati motivi di lavoro, salute o necessità

– il rientro alla propria residenza, domicilio o abitazione.

– **fino al 30 aprile dal 24 febbraio al 27 marzo 2021**, nelle zone rosse, non sono consentiti gli spostamenti verso abitazioni private abitate diverse dalla propria, salvo che siano dovuti a motivi di lavoro, necessità o salute.

**L'uso dell'automobile** con persone non conviventi è possibile purché

sempre necessario mantenere la distanza di almeno 2 metri dalle altre persone.

**L'uso dell'automobile** con persone non conviventi è possibile purché siano rispettate le stesse misure di precauzione previste per il trasporto non di linea, ossia:

- la presenza del solo guidatore nella parte anteriore della vettura
- due passeggeri al massimo per ciascuna ulteriore fila di sedili posteriori,
- **obbligo per tutti di indossare la mascherina.**

(Pulmino a 9 posti: Guidatore più 6 passeggeri compreso 2° operatore.

Pulmino a 7 posti:

Guidatore più 4 passeggeri compreso 2° operatore

Doblò a 5 posti:

Guidatore più 2 passeggeri

Panda a 4 posti:

Guidatore più 1 passeggero)

**MASCHERINE (DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELLE VIE RESPIRATORIE)**

I dispositivi di protezione delle vie respiratorie (meglio conosciuti come mascherine) **devono essere obbligatoriamente indossati** sia quando si è all'aperto, sia quando si è al chiuso in luoghi diversi dalla propria abitazione.

**Non è obbligatorio** indossare la mascherina, sia all'aperto che al chiuso:

- mentre si effettua l'attività sportiva;
- mentre si mangia o si beve, nei luoghi e negli orari in cui è

abitata dello stesso Comune a un massimo di due persone, oltre a quelle già conviventi nell'abitazione di destinazione. La persona o le due persone che si spostano potranno comunque portare con sé i figli minori di 14 anni e le persone disabili o non autosufficienti che convivono con loro.

A chi vive in un Comune che ha fino a 5.000 abitanti è comunque consentito spostarsi entro i 30 km dal confine del proprio Comune (quindi eventualmente anche in un'altra Regione o Provincia autonoma), anche per le visite ad amici o parenti nelle modalità già descritte, con il divieto però di spostarsi verso i capoluoghi di Provincia.

**L'uso dell'automobile** con persone non conviventi è possibile purché siano rispettate le stesse misure di precauzione previste per il trasporto non di linea ossia:

- la presenza del solo guidatore nella parte anteriore della vettura
- due passeggeri al massimo per ciascuna ulteriore fila di sedili posteriori
- **obbligo per tutti di indossare la mascherina.**

(Pulmino a 9 posti: Guidatore più 6 passeggeri compreso 2° operatore.

Pulmino a 7 posti:

Guidatore più 4 passeggeri compreso 2° operatore

Doblò a 5 posti:

Guidatore più 2 passeggeri

Panda a 4 posti:

Guidatore più 1 passeggero)

**MASCHERINE (DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELLE VIE RESPIRATORIE)**

I dispositivi di protezione delle vie respiratorie (meglio conosciuti come mascherine) **devono essere obbligatoriamente indossati** sia quando si è all'aperto, sia quando si è al chiuso in luoghi diversi dalla propria abitazione.

**Non è obbligatorio** indossare la mascherina, sia all'aperto che al chiuso:

siano rispettate le stesse misure di precauzione previste per il trasporto non di linea ossia:

- la presenza del solo guidatore nella parte anteriore della vettura
- due passeggeri al massimo per ciascuna ulteriore fila di sedili posteriori
- **obbligo per tutti di indossare la mascherina.**

(Pulmino a 9 posti: Guidatore più 6 passeggeri compreso 2° operatore.

Pulmino a 7 posti:

Guidatore più 4 passeggeri compreso 2° operatore

Doblò a 5 posti:

Guidatore più 2 passeggeri

Panda a 4 posti:

Guidatore più 1 passeggero)

**MASCHERINE (DISPOSITIVI DI PROTEZIONE DELLE VIE RESPIRATORIE)**

I dispositivi di protezione delle vie respiratorie (meglio conosciuti come mascherine) **devono essere obbligatoriamente indossati** sia quando si è all'aperto, sia quando si è al chiuso in luoghi diversi dalla propria abitazione.

**Non è obbligatorio** indossare la mascherina, sia all'aperto che al

<p>consentito.</p> <p>- <b>persone che, per la loro invalidità o patologia, non possono indossare la mascherina</b></p> <p>Per quanto riguarda lo svolgimento dell'attività lavorativa e delle attività scolastiche, la mascherina è obbligatoria nelle situazioni previste dagli specifici protocolli di settore.</p>	<p>- mentre si effettua l'attività sportiva;</p> <p>- mentre si mangia o si beve, nei luoghi e negli orari in cui è consentito</p> <p>- <b>persone che, per la loro invalidità o patologia, non possono indossare la mascherina.</b></p> <p>Per quanto riguarda lo svolgimento dell'attività lavorativa e delle attività scolastiche, la mascherina è obbligatoria nelle situazioni previste dagli specifici protocolli di settore.</p>	<p><b>chiuso:</b></p> <p>- <b>mentre si effettua l'attività sportiva;</b></p> <p>- <b>mentre si mangia o si beve, nei luoghi e negli orari in cui è consentito</b></p> <p>- <b>persone che, per la loro invalidità o patologia, non possono indossare la mascherina</b></p> <p>Per quanto riguarda lo svolgimento dell'attività lavorativa e delle attività scolastiche, la mascherina è obbligatoria nelle situazioni previste dagli specifici protocolli di settore.</p>
--	---	--

**INDICANZIONI INTERNE S.C. PSICHIATRIA AREA NORD IN BASE AL Dpcm 2 marzo 2021**

AREA BIANCA	AREA GIALLA	AREA ARANCIONE	AREA ROSSA
<b>COLLABORAZIONE TRA SERVIZI:</b>  Consentita nel rispetto delle normative anticontagio – covid come precedentemente descritte	<b>COLLABORAZIONE TRA SERVIZI:</b>  Consentita nel rispetto delle normative anticontagio – covid come precedentemente descritte	<b>COLLABORAZIONE TRA SERVIZI:</b>  Consentita nel rispetto delle normative anticontagio – covid come precedentemente descritte	<b>COLLABORAZIONE TRA SERVIZI:</b>  Non consentite
<b>COLLABORAZIONE CON VOLONTARI E COLLABORATORI ALL'ESTERNO DELLE STRUTTURE</b>  Consentita nel rispetto delle normative anticontagio – covid come precedentemente descritte.	<b>COLLABORAZIONE CON VOLONTARI E COLLABORATORI ALL'ESTERNO DELLE STRUTTURE</b>  Consentita nel rispetto delle normative anticontagio – covid come precedentemente descritte	<b>COLLABORAZIONE CON VOLONTARI E COLLABORATORI ALL'ESTERNO DELLE STRUTTURE</b>  Non consentite	<b>COLLABORAZIONE CON VOLONTARI E COLLABORATORI ALL'ESTERNO DELLE STRUTTURE</b>  Non consentite
<b>COLLABORAZIONE CON VOLONTARI E COLLABORATORI ESTERNI ALL'INTERNO DELLE STRUTTURE</b>  Consentita nel rispetto delle normative anticontagio – covid come precedentemente descritte.	<b>COLLABORAZIONE CON VOLONTARI E COLLABORATORI ESTERNI ALL'INTERNO DELLE STRUTTURE</b>  Consentita nel rispetto delle normative anticontagio – covid come precedentemente descritte e con la possibilità di disinfezione dell'ambiente prima e dopo l'attività.	<b>COLLABORAZIONE CON VOLONTARI E COLLABORATORI ESTERNI ALL'INTERNO DELLE STRUTTURE</b>  Non consentite	<b>COLLABORAZIONE CON VOLONTARI E COLLABORATORI ESTERNI ALL'INTERNO DELLE STRUTTURE</b>  Non consentite
<b>USO MEZZI AZIENDALI</b>  <b>con persone non conviventi</b>	<b>USO MEZZI AZIENDALI</b>  con persone non conviventi	<b>USO MEZZI AZIENDALI</b>  con persone non conviventi è	<b>USO MEZZI AZIENDALI</b>  con persone non conviventi

<p>è possibile purché siano rispettate le stesse misure di precauzione previste per il trasporto non di linea, ossia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la presenza del solo guidatore nella parte anteriore della vettura</li> <li>• due passeggeri al massimo per ciascuna ulteriore fila di sedili posteriori,</li> <li>• <b><u>obbligo per tutti di indossare la mascherina.</u></b></li> </ul> <p>(Pulmino a 9 posti: Guidatore più 6 passeggeri compreso 2° operatore.</p> <p><u>Pulmino a 7 posti:</u>          Guidatore più 4 passeggeri compreso 2° operatore</p> <p><u>Doblò a 5 posti:</u>          Guidatore più 2 passeggeri</p> <p><u>Panda a 4 posti:</u>          Guidatore più 1 passeggero)</p>	<p>è possibile purché siano rispettate le stesse misure di precauzione previste per il trasporto non di linea, ossia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la presenza del solo guidatore nella parte anteriore della vettura</li> <li>• due passeggeri al massimo per ciascuna ulteriore fila di sedili posteriori,</li> <li>• <b><u>obbligo per tutti di indossare la mascherina.</u></b></li> </ul> <p>(Pulmino a 9 posti: Guidatore più 6 passeggeri compreso 2° operatore.</p> <p><u>Pulmino a 7 posti:</u>          Guidatore più 4 passeggeri compreso 2° operatore</p> <p><u>Doblò a 5 posti:</u>          Guidatore più 2 passeggeri</p> <p><u>Panda a 4 posti:</u>          Guidatore più 1 passeggero)</p>	<p>possibile purché siano rispettate le stesse misure di precauzione previste per il trasporto non di linea ossia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la presenza del solo guidatore nella parte anteriore della vettura</li> <li>• due passeggeri al massimo per ciascuna ulteriore fila di sedili posteriori</li> <li>• <b><u>obbligo per tutti di indossare la mascherina.</u></b></li> </ul> <p>(Pulmino a 9 posti: Guidatore più 6 passeggeri compreso 2° operatore.</p> <p><u>Pulmino a 7 posti:</u>          Guidatore più 4 passeggeri compreso 2° operatore</p> <p><u>Doblò a 5 posti:</u>          Guidatore più 2 passeggeri</p> <p><u>Panda a 4 posti:</u>          Guidatore più 1 passeggero)</p>	<p>è possibile purché siano rispettate le stesse misure di precauzione previste per il trasporto non di linea ossia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la presenza del solo guidatore nella parte anteriore della vettura</li> <li>• due passeggeri al massimo per ciascuna ulteriore fila di sedili posteriori</li> <li>• <b><u>obbligo per tutti di indossare la mascherina.</u></b></li> </ul> <p>(Pulmino a 9 posti: Guidatore più 6 passeggeri compreso 2° operatore.</p> <p><u>Pulmino a 7 posti:</u>          Guidatore più 4 passeggeri compreso 2° operatore</p> <p><u>Doblò a 5 posti:</u>          Guidatore più 2 passeggeri</p> <p><u>Panda a 4 posti:</u>          Guidatore più 1 passeggero)</p>
---	---	---	---

**IL RESPONSABILE**  
**Dr. Carlo MILORDINI**

(firmato in originale)