



Unione di Comuni Montani Appennino Pistoiese
<https://www.ucap.it/>

CAI Maresca Montagna Pistoiese
<https://www.caimaresca.it/>

Sabato 6 luglio 2024

Terapia Forestale al Rifugio del Montanaro

Esperienza speciale di Terapia Forestale CAI-CNR

Nella splendida faggeta circostante il Rifugio del Montanaro, organizzeremo una straordinaria esperienza di **Terapia Forestale**, condotta da una psicoterapeuta qualificata dal Consiglio Nazionale delle Ricerche e dal Club Alpino Italiano, nell'ambito del grande progetto nazionale condotto da CNR e CAI, insieme al CERFIT presso AOU Careggi, MASAF e Ministero della Salute, e varie Università.

Dalle ore 9:30 eseguiremo registrazione, compilazione del consenso informato e del primo questionario. Dalle ore 10:30 inizierà la sessione di Terapia Forestale lungo il percorso pre-qualificato, fino al ritorno al punto di partenza per la compilazione del secondo questionario. Seguirà pranzo al sacco.

RITROVO: Ore 08:00 alla Casetta dei Pulledrari
<https://maps.app.goo.gl/kg4s2B4chEosUfjc6>

Partenza ore 08:15.

MEZZI DI SPOSTAMENTO: Auto proprie

TEMPI DI PERCORRENZA: 1:15 ore fino al Rifugio; 2:20 ore soste incluse sul percorso di Terapia Forestale.

GRADO DI DIFFICOLTÀ: E

DISLIVELLO COMPLESSIVO: Circa 350 metri fino al Rifugio; circa 60 metri sul percorso di Terapia Forestale.

ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA: Idonei per l'uscita, incluse scarpe adeguate al percorso su strade bianche e sentieri e una scorta d'acqua di almeno un litro a testa.

L'escursione sarà effettuata solo in condizioni meteorologiche favorevoli.

L'uscita è a numero chiuso.

Prenotazione agli indirizzi in calce fino al 2 luglio 2024



INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI (preferibile WhatsApp o e-mail): Cecilia Tamburini, cell. 3478655776, e-mail cecilia.tamburini@comunesanmarcellopiteglio.it - entro martedì 2 luglio 2024.

Per i non soci CAI: comunicare nome e cognome, numero di telefono, data e luogo di nascita, necessari per attivare la copertura assicurativa. **Per i soci CAI:** comunicare nome e numero di telefono.