

CLUB ALPINO ITALIANO
Commissione Centrale Escursionismo e Cicloescursionismo
Scuola Centrale Escursionismo
Corso monotematico Seniores
Edizione 2025
versione 1 del 01/04/2025



Il corso è rivolto ai soci che operano nei gruppi Seniores delle Sezioni nella conduzione di escursioni sociali in vista di un impegno più consapevole nella promozione dell'escursionismo sociale.

STRUTTURA DEL CORSO

DESTINATARI	Soci CAI interessati a condurre, come Direttore di escursione o in collaborazione, soci in età avanzata in maniera consapevole su itinerari classificati T-E che si accostano per la prima volta alla conduzione di un gruppo o che operano già in Sezione.
REQUISITI IN ENTRATA	Preparazione fisica e tecnica richiesta per la partecipazione del corso: le prestazioni di un anziano sono decisamente inferiori a quelle di un adulto di mezza età o ancor di più di un giovane. Bisognerà tenerne conto prima dell'iscrizione al corso. Anche le condizioni di allenamento andranno attentamente valutate. Attrezzatura e abbigliamento adatti alla tipologia di itinerario, alla stagione e alla quota (bastoncini telescopici, occhiali da sole e crema protettiva, copri-zaino, cellulare con" powerbank" esterna e app" Georesq", kit di primo soccorso, fischietto, telo termico, un ricambio, calze, pile e giacca a vento, mantellina da pioggia, guanti, cappello/berretto/cuffia di lana, calzature robuste e con suola anti-scivolo. Essere soci CAI nell'anno di iscrizione al corso, presentare domanda firmata dal Presidente di Sezione.
OBIETTIVO	Questo corso monotematico vuole essere un'autentica rampa di lancio per il ruolo di Direttore di escursione in ambito Seniores. Importante che i gruppi di escursionismo Seniores sia quella di interagire con le Sezioni di appartenenza, i loro Presidenti e Consigli Direttivi, con le Scuole di escursionismo (ove presenti) in modo di effettuare questo corso monotematico destinato a interagire e sviluppare la conoscenza culturale, tecnica e gestionale del Socio Senior.
DIREZIONE	Minimo titolo di AE-AC-ANE-ANC
DOCENZA	La docenza sarà affidata ad accompagnatori titolati o qualificati CAI e a relatori/coordinatori di escursione con esperienza nella conduzione di gruppi Seniores, inoltre ci si potrà avvalere di docenze esterne.
DURATA E STRUTTURA	La durata del corso monotematico prevede una giornata di 8 ore. Questa può essere suddivisa a discrezione del Direttore del corso in vari momenti, come pomeriggi o serate, con alcune lezioni effettuate in DAD. Le tre uscite pratiche avranno come argomento la gestione del gruppo, la conduzione dell'escursione e la conoscenza culturale del territorio. Questa formazione fa in modo di trasmettere le nozioni basilari dell'accompagnamento e accrescere l'opportunità di trasferire ad altri le informazioni acquisite. Le tre uscite pratiche sono così divise: una indirizzata sulla didattica e due sulla formazione in escursione sociale Seniores con l'affiancamento di un coordinatore esperto (tutor). La formazione nelle due escursioni è suddivisa nell' imparare a preparare, comunicare e gestire un'escursione Seniores (1 ^a uscita), e per saper come preparare e gestire un'escursione sociale Seniores con la supervisione di un coordinatore di escursione esperto (2 ^a uscita e 3 ^a uscita).
COORDINATORI ESPERTI	I coordinatori esperti saranno designati dal Direttore del corso e, se non titolati o qualificati, su indicazione del Presidente di Sezione.
ARGOMENTI	Essendo concepito come un corso monotematico deve essere agile, adatto alle esigenze del Senior e del territorio e trattare argomenti specifici e relativi alle tematiche sotto citate: <ul style="list-style-type: none"> ➤ il CAI: etica, valori, principi, educazione e comportamento; ➤ struttura dei corsi sezionali (didattica, tecnica e cultura); ➤ gestione normativa e organizzativa di un'escursione (comunicazioni, elenchi, assicurazioni, non soci); ➤ stilare una locandina (specificità del Senior, informazioni, riduzione del rischio); ➤ gestione e conduzione di un gruppo Seniores in escursione; ➤ gestione delle diverse emergenze/esigenze per escursionisti in età avanzata; ➤ saper imparare; ➤ saper fare; ➤ saper comunicare.

NUMERO MASSIMO ALLIEVI	Non indicato (consigliato 25)
RAPPORTO ACC/ALLIEVI E NOTE	Come E1 (Vedi Tabella Equivalenza Titoli)

Parte teorica: lezioni in aula o in DAD

SESSIONE	ARGOMENTI	MINUTI	
Il CAI dei soci	Presentazione corso: finalità e struttura <ul style="list-style-type: none"> ➤ i valori educativi e solidaristici dei soci; ➤ discussione “io per il CAI/il CAI per me”. 	60	In aula/DAD
I Seniores	<ul style="list-style-type: none"> ➤ perché l’escursionismo Senior (Q 12); ➤ decalogo Seniores. 	30	In aula/DAD
La formazione escursionistica	<ul style="list-style-type: none"> ➤ corsi di escursionismo: didattica graduale e continua 	30	In aula/DAD
Organizzazione	<ul style="list-style-type: none"> ➤ presentazione programmi; ➤ rapporti con la sezione; ➤ gestione degli elenchi. 	75	In aula
Organizzazione	<ul style="list-style-type: none"> ➤ assicurazioni/responsabilità 	60	In aula
Formazione	<ul style="list-style-type: none"> ➤ locandina e sua divulgazione; ➤ leadership, comunicazione (interagire con il gruppo); ➤ gestione del gruppo in escursione con le esigenze dei Seniores. 	75	In aula
Il CAI e la comunicazione	<ul style="list-style-type: none"> ➤ gestione del rischio; ➤ nozioni base di meteorologia; ➤ introduzione base della cartografia. 	75	In aula
Il CAI e la gestione di un'emergenza	<ul style="list-style-type: none"> ➤ gestione delle emergenze sanitarie e di gruppo con particolare attenzione ai gruppi di soci anziani; ➤ primo soccorso; ➤ uso dell'app. Georesq. 	75	In aula

Parte pratica: uscite in ambiente (tutoraggio)

SESSIONE	ARGOMENTI	GIORNATE	
1ª uscita di formazione	<ul style="list-style-type: none"> ➤ lettura del territorio; ➤ elementi di segnaletica; ➤ nozioni base di cartografia e orientamento; ➤ uso delle app. di navigazione e tracciatura del percorso; ➤ simulazione di un'emergenza. 	1	In ambiente
2ª uscita di formazione imparare	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Imparare: durante un'escursione sociale Seniores in affiancamento con un coordinatore esperto collaborando alla pianificazione di un'escursione (locandina, gestione dell'escursione e del gruppo). 	1	Escursione sociale
3ª uscita di formazione saper fare	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saper fare/saper comunicare: durante un'escursione sociale senior. Preparare e condurre l'escursione sociale mettendo in atto gli apprendimenti dell'escursione precedente affiancati da un coordinatore esperto (tutor). 	1	Escursione sociale
4ª uscita facoltativa	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Orientamento avanzato strumentale 	1	Parte in aula e parte in uscita