





CLUB ALPINO ITALIANO  
Commissione Centrale Medica

Una  
montagna  
di salute

7-14-21 maggio  
2023

Evento diffuso

3<sup>a</sup> edizione



Commissione Centrale Medica del CAI in collaborazione con le Commissioni Mediche di Liguria-Piemonte-Val d'Aosta, Bergamo, Lombardia, SAT, Veneto-Friuli-Venezia Giulia, Emilia-Romagna, Abruzzo, Lazio, Campania Calabria e Sicilia.

# Una Montagna di Salute

Evento diffuso 3<sup>a</sup> edizione – 7/14/21 maggio 2023

La Commissione Centrale Medica del Club Alpino Italiano, in collaborazione con le Commissioni Mediche periferiche, organizza la terza edizione dell'evento diffuso

## UNA MONTAGNA DI SALUTE

inserito nell'ambito del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2023 promosso da ASviS.

Si rinnova l'appuntamento con l'evento diffuso UNA MONTAGNA DI SALUTE organizzato dalla CCM con la collaborazione delle Commissioni Mediche periferiche. L'evento è inserito nel calendario delle manifestazioni del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2023 promosso dall'Alleanza italiana per lo Sviluppo Sostenibile, alla quale il CAI aderisce da alcuni anni, e si svolgerà in diverse località del territorio italiano nei giorni 7-14-21 maggio 2023. Oltre a far conoscere l'Agenda 2030, adottata dall'ONU nel 2015, l'iniziativa vuole divulgare il tema della promozione della salute considerata un "un processo che consente alle persone di esercitare un maggiore controllo sulla propria salute e di migliorarla" (OMS). Si tratta di un concetto positivo che valorizza le risorse sociali e personali, oltre alle capacità fisiche. La salute, risorsa per la vita quotidiana e non lo scopo dell'esistenza. I luoghi dell'attività saranno le escursioni realizzate grazie al supporto delle sezioni CAI durante le quali sono inseriti momenti di comunicazione, dialogo e confronto.

Dopo le precedenti manifestazioni 2021 e 2022, cresciute nel numero e nell'entusiasmo dei partecipanti, la terza edizione 2023 si propone di affiancare alla promozione della salute la visione *one health*, approccio che riconosce i legami tra la salute dell'uomo, degli animali e dell'ambiente. L'ecosistema (l'insieme degli organismi viventi e della materia non vivente) non ha barriere al suo interno e la salute/malattia dei suoi componenti è il risultato delle inevitabili interconnessioni positive o negative.

Nell'era dei cambiamenti climatici è ancor più evidente che *la salute consiste nella capacità di mantenere il proprio equilibrio nell'affrontare gli eventi della vita e di adattarsi ai cambiamenti del proprio ambiente*. La salute necessita di ambienti favorevoli alla vita umana, di adeguate relazioni sociali e di opportune forme di cura reciproca e organizzata.

L'ambiente montano è luogo ideale per parlarne.

