

cultura&benessere

# *La montagna spiegata ai bambini*

natura, curiosità e comportamenti responsabili

Simona Bursi

Denis Perilli



## Indice

• Prefazione.....	5
• Introduzione degli autori.....	8
• Come leggere questo libro.....	16
• Alcune parole che dobbiamo conoscere.....	18
• Ringraziamenti.....	25
<b>1 • Cosa sono e come si sono formate le montagne.....</b>	<b>27</b>
• Cos'è una montagna?.....	28
• Perché esistono le montagne?.....	29
• Le montagne sono tutte uguali?.....	32
• Da cosa dipende la forma delle montagne?.....	33
• Quali sono i tipi di rocce che compongono le montagne?.....	36
• Rocce sedimentarie.....	36
• Rocce ignee.....	39
• Rocce metamorfiche.....	42
• Segni di vita che vengono dal passato.....	43
• Imparare a camminare sui diversi tipi di rocce.....	47
• La natura scolpisce opere d'arte.....	48
<b>2 • Le montagne d'Italia e del mondo.....</b>	<b>51</b>
• Nord America.....	52
• Sud America.....	55
• Africa.....	62
• Asia.....	66
• Oceania.....	75
• Antartide.....	78
• Europa.....	80
• Italia.....	93
• Alpi Italiane.....	93
• Appennini.....	105
<b>3 • La montagna e l'acqua.....</b>	<b>111</b>
• Le varie forme dell'acqua.....	113
• Ghiacciai e nevai.....	114
• Torrenti, fiumi e cascate.....	122

• Laghi.....	129
• Permafrost.....	134
• L'acqua modifica il territorio.....	136
• L'azione dell'acqua piovana e il carsismo.....	136
• L'azione modellatrice dei ghiacciai.....	138
• L'azione modellatrice dei corsi d'acqua.....	139
• Crioclastismo: quando l'acqua frantuma la roccia.....	142
• Acqua, montagna e uomo.....	142
<b>4 • Gli ecosistemi e le piante di montagna.....</b>	<b>149</b>
• I veri nomi degli esseri viventi.....	152
• La fabbrica dell'ossigeno.....	153
• Gli alberi: le colonne del cielo.....	154
• La vita di un albero.....	161
• I monumenti viventi.....	163
• Bosco o foresta?.....	165
• I fiori della montagna.....	168
• I prati e i pascoli.....	177
• I funghi.....	178
<b>5 • Gli animali di montagna.....</b>	<b>181</b>
• Mammiferi.....	182
• Uccelli.....	193
• Rettili.....	203
• Anfibi.....	206
• Pesci.....	209
• Invertebrati.....	210
• Preziose presenze.....	212
• In giro per il mondo.....	217
• I segni degli animali.....	218
<b>6 • L'uomo e la montagna.....</b>	<b>221</b>
• Quand'è che l'uomo ha iniziato ad abitare le montagne?.....	222
• Pascoli, prati e foreste.....	228
• I sentieri.....	233
• La nascita del turismo.....	235
• Rifugi e bivacchi.....	237

• Una brutta pagina di storia.....	240
• La natura ha bisogno di essere protetta.....	243
• Vivere in montagna oggi.....	252
<b>7 • Le stagioni: la montagna e i suoi tempi.....</b>	<b>255</b>
• Primavera.....	257
• Estate.....	260
• Autunno.....	265
• Inverno.....	268
• Dall'alba a notte fonda: una giornata sui monti.....	273
• Alba.....	273
• Giorno.....	275
• Tramonto e ora blu.....	278
• Notte.....	281
<b>8 • Un pizzico di fantasia: miti e leggende.....</b>	<b>285</b>
• Le arcane creature dei boschi.....	286
• La leggenda del Lago di Tovel.....	291
• La leggenda dei Monti Pallidi.....	292
• L'enrosadira.....	294
• Gargantua e la nascita del Cervino.....	296
• Il Monte Bianco: la leggenda del Monte Maledetto.....	297
• La leggenda di Maja e del gigante che dorme.....	299
• L'Etna e la leggenda del gigante sepolto.....	300
• La leggenda del Monte Fuji.....	302
• Il mais che cadde dal cielo.....	303
• Lo Yeti dell'Himalaya.....	305
• La leggenda del leopardo e della montagna.....	306
• La leggenda di Aoraki e della nascita del Monte Cook.....	307
<b>9 • Come preparare un'escursione.....</b>	<b>309</b>
• Lo studio dell'escursione.....	311
• L'abbigliamento giusto.....	315
• Altri simpatici accessori.....	318
• Prepariamo lo zaino.....	320
• Come comportarsi una volta giunti in montagna?.....	323
• Per i più avventurosi.....	326

<b>10 • Come rispettare e proteggere la montagna.....</b>	<b>321</b>
• La tutela dell'ambiente.....	333
• Alcune iniziative importanti.....	335
• Dieci regole per dare il buon esempio.....	336
• Questo pazzo clima.....	340
• Inquinamento: tira una "brutta aria".....	341
• La crisi dell'acqua.....	343
• Biodiversità: la minaccia aliena.....	345
• Trasformazioni del territorio.....	347
• Assetto geologico: fragile come una roccia.....	349
• Economia circolare: un girotondo necessario.....	351
• Altre fonti inquinanti: rumore, luce, sorgenti elettromagnetiche.....	353
• E le nostre industrie?.....	355
• Ecosostenibilità: non un sogno ma un traguardo.....	357
• Danilo Callegari: quando aria, terra e acqua si fondono.....	360
• Ora tocca a te.....	366



In Bolivia esistono degli altopiani ricchi di sale ubicati oltre i quattromila metri (foto Andrea Greci).

## Come leggere questo libro

“La montagna spiegata ai bambini”: un titolo in apparenza semplice ma che in realtà racchiude diversi concetti.

Iniziamo dalla fine, ossia dalla parola bambini: chi sono “i bambini” a cui è rivolto questo libro? Siamo consapevoli che un bambino inizia a leggere a 6 anni e che alcuni concetti che noi abbiamo espresso in questo volume non sono così facili da comprendere a tale età. Siamo pure consci che, se chiamiamo bambino un ragazzino ribelle di 14 anni, egli potrebbe avere qualcosa da ridire perché, a questa età, spesso gli adolescenti si sentono già uomini. Per tali motivi noi autori abbiamo deciso di rivolgere questo libro a tutti quei giovani (e anche meno giovani) che siano in possesso di curiosità, voglia di stupirsi, entusiasmo, amore per la natura e irrefrenabile istinto di stare all'aria aperta. Bambinesca età di cuore e di mente quindi, non solo età biologica.

Passiamo alla seconda parola: spiegata. Spiegare significa fornire informazioni a qualcuno, aiutandolo a capire determinati concetti con parole ed esempi. Chi deve spiegare? In primis noi autori che, attraverso questo libro, abbiamo cercato di analizzare e semplificare vari aspetti che riguardano l'ambiente montano, mirando a trasmettere quella che è una grande passione comune.

Non vogliamo però essere gli unici, il nostro sogno è quello di poter condividere la nostra entusiasmante avventura con quei genitori, zii, nonni, insegnanti che possono leggere e illustrare anche ai più piccoli quanto noi abbiamo scritto. Ci piace molto l'idea di condivisione (che riguardi i “piccoli” o i “grandi” poco importa) con l'idea di fare squadra e diffondere l'amore rivolto a quanto Madre Natura ha saputo regalarci. Poi, diciamocela tutta, ogni volta che leggiamo, anche noi “grandi” impariamo qualcosa, e questo è meraviglioso.

Infine, arriviamo alla prima parola: montagna. Tutto ruota attorno ai “bernoccoli del nostro Pianeta”, ovvero le montagne, che hanno molto da raccontarci, accolgono un insieme di ambienti e di storie di natura molto diverse l'una dall'altra. Le montagne sono anche “la casa” di molte persone e di popoli che fin dall'antichità hanno scelto di abitare questi ambienti non sempre facili. Uomo e la natura sono andati avanti convivendo fino a cre-

are il mondo che possiamo vedere ai nostri giorni, quello che i più bravi definiscono “paesaggio culturale”.

Fatte queste premesse, proviamo a spiegare il senso di questo libro. Il volume si sviluppa attraverso dieci capitoli che parlano della montagna, della sua natura, dei suoi abitanti, umani compresi. Il decimo e ultimo capitolo però è diverso: porta con sé il messaggio che noi vorremmo dare ai nostri cari lettori. Un messaggio di amore e di rispetto per la montagna, una sorta di testimone che il piccolo o grande lettore dovrebbe far proprio e trasmettere ad altri.

Questo libro non tratta tutti gli argomenti che riguardano la montagna, e la cosa è abbastanza ovvia. Vi sono tanti altri libri che sviluppano, in maniera più o meno esaustiva i vari aspetti in merito a questi temi. Abbiamo deciso di farci guidare dalla curiosità. Lo scopo è quello di fornire degli spunti e il lettore potrà decidere da solo quale strada (ops! sentiero) intraprendere per ricavare tutte le informazioni che gli servono.

Non ci resta che augurarvi una buona lettura.



Momenti magici: le cime del gruppo dell'Adamello si specchiano su un laghetto alpino.



## Cosa sono e come si sono formate le montagne

Iniziamo questo entusiasmante viaggio alla scoperta di uno degli ambienti naturali più affascinanti del nostro Pianeta: la montagna. Ti accompagneremo passo dopo passo aiutandoti a conoscerla, ad apprezzarla e insegnandoti a viverla e a rispettarla.

In questo capitolo getteremo le basi illustrandoti alcuni concetti che spesso vengono dati per scontati, ma che nella realtà sono fondamentali per comprendere a fondo le mille sfaccettature di questo straordinario mondo.



### Lo sapevi che?

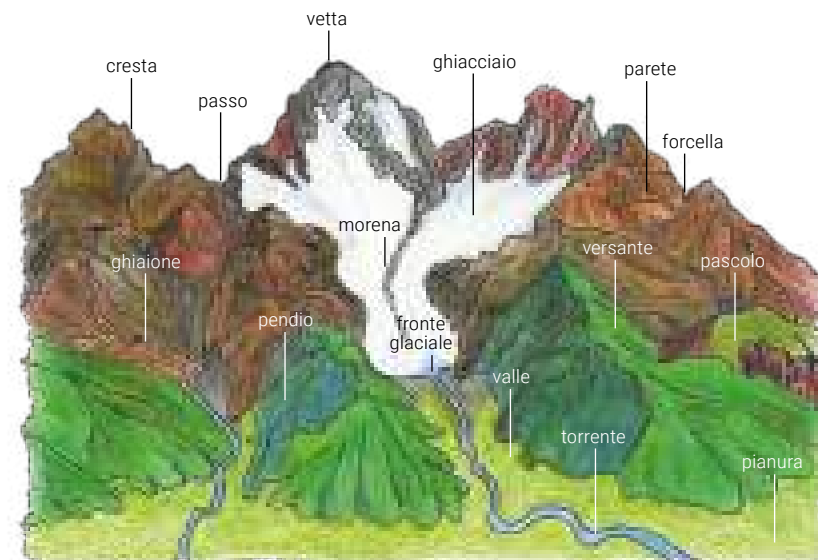
*Sai cos'è la geologia? È la scienza che studia la composizione e i movimenti della crosta terrestre e degli altri strati che compongono la Terra.*

### Cos'è una montagna?

Una **montagna** è un rilievo della superficie terrestre che supera i 600 m di altitudine rispetto al livello del mare, considerato come quota zero. Al di sotto di questa altezza parliamo invece di collina. Questa è ovviamente una definizione consolidata alle nostre latitudini, non valida in altre parti del mondo.

Se una montagna è isolata, la possiamo chiamare **massiccio**; se, invece, è unita ad altri rilievi crea una **catena montuosa**. Quasi tutte le montagne del mondo sono riunite in grandi catene montuose e, nel prossimo capitolo, potremo scoprire insieme quali sono le più importanti di tutto il globo terrestre.

Per capire come è veramente fatta una montagna dobbiamo osservare con attenzione l'immagine nella pagina successiva.



*Gli elementi principali di una montagna. Questo è solo un esempio semplice, cambiando le dimensioni e le proporzioni dei vari elementi si ottiene l'enorme varietà di forme che le montagne di tutto il mondo ci regalano.*

### Perché esistono le montagne?

Per capire il motivo per cui esistono le montagne dovremmo prima comprendere insieme alcune caratteristiche del nostro Pianeta Terra.

Sotto ai nostri piedi, molto in profondità (fra i 10 e i 35 km) vi è della sostanza fusa molto calda simile, per consistenza, a un budino. Il suo nome è **mantello**. Sopra di esso galleggiano le **zolle**, che costituiscono sia i continenti su cui appoggiamo i piedi, sia il fondo degli oceani.

Queste zolle, che nel loro insieme costituiscono la **crosta terrestre**, si muovono fra di loro con estrema lentezza, spingendosi e dando origine a terremoti e... montagne! Quando due zolle si "spingono" (cosa che noi non percepiamo), solitamente una scende sotto (ad esempio quelle su cui poggiano

## Asia

L'Asia è il gigante del mondo: la sua superficie occupa un terzo di tutte le terre emerse del Pianeta. In Asia si trovano il paese più vasto, la Russia, e i due più popolosi, la Cina e l'India. Ma in Asia, sopra le pianure, i deserti, gli altipiani, si innalzano anche i colossi della Terra, le catene montuose con le vette più alte del pianeta. Scopriamole insieme!



*La localizzazione di alcune delle principali catene montuose e alture asiatiche:*

- 1) la catena dell'Himalaya, dove si trovano le montagne più alte del pianeta;
- 2) Karakorum, "ideale completamento" della catena himalayana;
- 3) Montagne Arcobaleno, una delle più incredibili bellezze del pianeta;
- 4) Monti Tianzi, suggestivi pinnacoli rocciosi;
- 5) Monte Fuji, il vulcano simbolo del Giappone.

Il sistema montuoso più elevato e imponente del mondo è l'**Himalaya** che comprende numerose cime oltre i seimila metri e ben dieci superiori agli ottomila. L'Himalaya si estende tra Pakistan, India, Cina, Nepal e Bhutan ed è il risultato della collisione di due placche continentali: quella indo-australiana e quella eurasiatica.

Il **Monte Everest**, situato al confine tra Nepal e Cina, con i suoi 8848 m, è la vetta più alta del mondo. Come tutte le altre cime del gruppo himalayano, è considerata una montagna giovane! Ha "solamente" 60 milioni di anni ed è ancora in crescita: si stima che cresca circa 4 mm all'anno. Come puoi im-

maginare, scalare questa cima non è sicuramente facile! Il clima rigido, con temperature che oscillano tra i -20°C e i -60°C, oltre alle notevoli difficoltà tecniche della scalata, non sono certo le uniche problematiche da affrontare. Devi sapere, infatti, che intorno ai 7600 m di altitudine inizia la cosiddetta "zona della morte": a queste quote l'ossigeno è insufficiente per la vita umana e quindi, anche se ci si allena tanto, non si può resistere a lungo.



*L'incredibile mole del Monte Everest, il "tetto del mondo" (foto Nicola Bonaiti).*



*Lo sapevi che?*

*Lo sapevi che in realtà il monte più alto della Terra, misurato rispetto alla sua base, è il vulcano Mauna Kea nell'isola di Hawaii? La sua base si trova a 5761 m sotto il livello del mare; complessivamente, quindi, il Mauna Kea si eleva per 9968 m, ben 1118 m in più dell'Everest. Ciononostante, quest'ultimo è considerato il monte più alto del pianeta, dato che le altezze si misurano dal livello del mare.*



Particolare di stratificazione di un ghiacciaio.

Un ghiacciaio tipico è costituito da un **bacino di accumulo** (o di raccolta), dove si ammassa la neve che man mano si trasforma in ghiaccio, e da un **bacino ablatore**, o **lingua glaciale**, nel quale il ghiaccio scorre per forza di gravità verso valle fino a raggiungere un limite, la **fronte** del ghiacciaio, in cui avviene lo scioglimento del ghiaccio stesso. Sulla fronte è generalmente presente un'apertura detta bocca o porta dalla quale fuoriesce un corso d'acqua. Ghiaccio e neve non sono gli unici ingredienti di un ghiacciaio: acqua, rocce e

sedimenti ne fanno parte allo stesso modo e questi materiali possono far sembrare il ghiacciaio particolarmente sporco. I materiali strappati al fondo e alle pareti, oppure quelli caduti dai versanti, vengono trasportati dal ghiacciaio in movimento e depositati sul fondo, ai margini o davanti alla lingua glaciale: questi depositi vengono chiamati **morene**. Le morene che si accumulano davanti al ghiacciaio si dispongono a semicerchio formando il cosiddetto anfiteatro morenico.

Fronte della Vedretta della Forcola, una delle masse ghiacciate che ricoprono il Monte Cevedale.



Crepacci sul Ghiacciaio del Mandrone.

Devi sapere che i ghiacciai montani non sono tutti uguali. Tra le principali tipologie morfologiche possiamo distinguere: i **ghiacciai alpini** (formati da una sola zona di accumulo e da una sola lingua glaciale), i **ghiacciai himalayani** (generalmente di notevole estensione e formati da due o più bacini collettori, che danno luogo a lingue glaciali distinte, le quali confluiscono in una sola lingua), i **ghiacciai di circo** o **pirenaici** (di forma circolare o semicircolare, senza una lingua glaciale evidente) e i **ghiacciai scandinavi** (formati da un solo bacino collettore, dal quale defluiscono più lingue glaciali, sui versanti opposti del rilievo su cui sono posti).

Inoltre, ricordiamo che esistono anche ghiacciai detti **continentali**, costituiti da masse continue di ghiaccio, molto più grandi dei ghiacciai montani, le più estese delle quali vengono chiamate **calotte**. Groenlandia e Antartide sono quasi interamente ricoperte da calotte glaciali spesse fino a 3500 m.

Il Ghiacciaio del Mandrone sull'Adamello è l'unico di tipo scandinavo presente in Italia.





## Gli ecosistemi e le piante della montagna

Le montagne non sono solo rocce inanimate: **le montagne vivono!** Ospitano piante, animali, funghi, esseri grandi e piccoli (talvolta invisibili!) che si trovano in equilibrio fra di loro e con l'ambiente che li circonda.



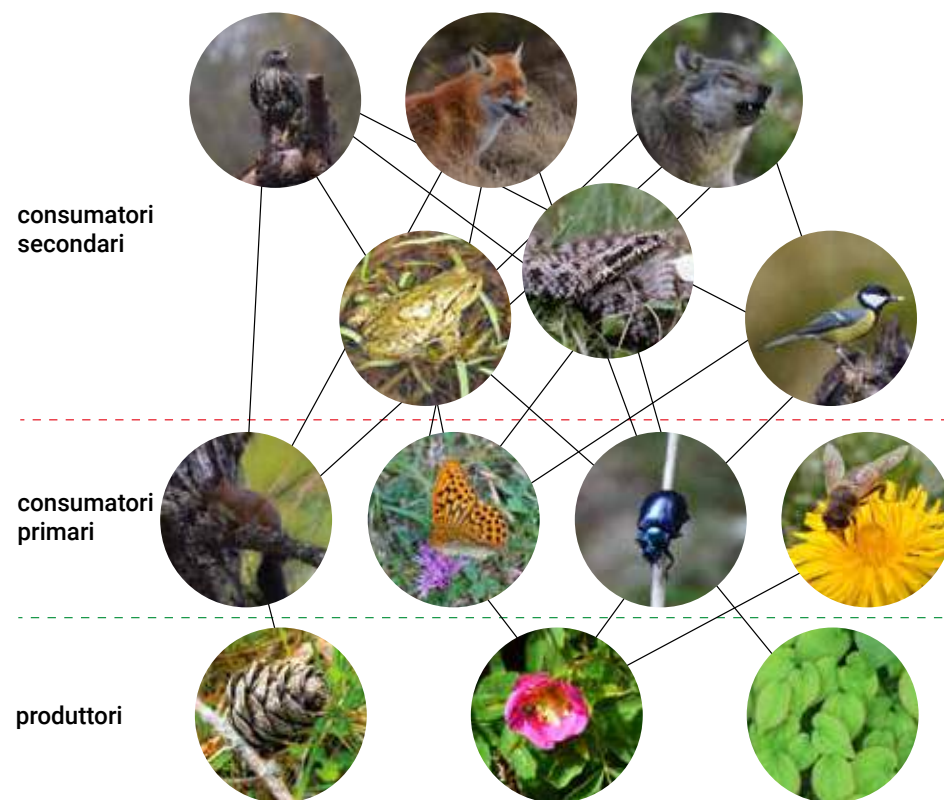
### Lo sapevi che?

Lo sapevi che in Romania esiste una grotta sotterranea in cui più di 46 specie di insetti e altri invertebrati vivono in un ambiente totalmente privo di luce, quasi completamente senza ossigeno, ma ricco di metano e acido solfidrico? Si tratta della Grotta di Movile, scoperta nel 1986, famosa per il suo eccezionale ecosistema, unico al mondo.

Hai mai sentito la parola **ecosistema**?

Qui di seguito proviamo a spiegare questo difficile concetto semplificandolo il più possibile. Ecosistemi sono: il bosco, uno stagno, un lago, ma anche le rocce di una cima. Se, per esempio, consideriamo il bosco, vediamo come questo sia costituito da **elementi non viventi** (la terra, i sassi), che non crescono e non muoiono, e da **esseri viventi** (piante, funghi, animali), detti anche organismi, che hanno sviluppato strutture che permettono loro di compiere il proprio ciclo vitale. Per raggiungere tale scopo, questi ultimi hanno bisogno sia degli elementi non viventi (ovvero dell'ambiente fisico) che di **energia**, la quale deriva dal sole. Come saprai già, le piante necessitano di luce per vivere e per effettuare tutte le loro importanti funzioni.

Esiste un equilibrio dinamico fra tutti gli esseri viventi, una semplificazione del quale è data dalla cosiddetta **rete alimentare**, il cui funzionamento è illustrato nella pagina successiva. Nel disegno "chi" sta in alto mangia "chi" sta sotto.



Esempio molto semplificato di rete alimentare. È facile comprenderne la complessità delle relazioni e i problemi che possono nascere nel momento in cui una sola specie viene a mancare.

In sintesi, gli **animali erbivori** si nutrono delle piante e, a loro volta, vengono cacciati dagli **animali carnivori** (ad esempio grandi felini, rapaci, pesci e così via).

Quando piante e animali muoiono, vengono utilizzati da altri membri della catena, gli organismi **decompositori** (batteri, funghi), che smontano le sostanze organiche in elementi e composti inorganici che concimano il terreno entrando di nuovo in ciclo.

Un ecosistema è in equilibrio quando la catena della rete alimentare si chiude e quando le relazioni fra gli organismi viventi funzionano correttamente. Anche noi umani siamo parte di questo "gioco della natura", ma molto spesso non ce ne rendiamo conto e, con i nostri comportamenti, ne disturbiamo l'equilibrio.





*Fringuello*  
(foto Lorenzo Comunian).



*Fringuello alpino*  
(foto Dario Bacchin).



*Cinciallegra*  
(foto Lorenzo Comunian).



*Crociere*  
(foto Dario Bacchin).



*Peppola*  
(foto Lorenzo Comunian).



*Sordone*  
(foto Dario Bacchin).

Le pareti montane sono frequentate dal picchio muraiolo che, a dispetto del nome, parente dei picchi non è. Il suo volo inconfondibile ricorda quello di una colorata farfalla (foto Dario Bacchin).





## Un pizzico di fantasia: miti e leggende



### Lo sapevi che?

Lo sapevi che esiste un posto al mondo che ricorda molto la discesa degli pneumatici in fiamme di Springfield, ne "I Simpsons"? Si tratta di Yanar Dag, una collina situata in Azerbaijan che brucia da sempre. Questa collina è, infatti, vulcanica, ma, a differenza della maggior parte delle strutture di questo tipo, è completamente secca. Il fuoco viene alimentato dal gas naturale che trasuda dal terreno.

Devi sapere che sono molte le leggende che hanno come sfondo le nostre montagne e che vengono tramandate di generazione in generazione. Persino scrittori famosi come i fratelli Grimm si sono ispirati alle cime e ai castelli delle nostre Alpi ambientandovi alcune delle loro storie più famose, proprio per l'incredibile bellezza e il grande alone di mistero che avvolge questi luoghi.

Le montagne, così come i loro boschi e le loro valli, sono terre fatate, nate da antichi incantesimi e abitate da creature strane e curiose come fate, gnomi, elfi, folletti, principesse, streghe e ninfe. Se vuoi fare amicizia con loro, devi prima imparare a conoscerle.

Puoi cominciare con queste leggende che abbiamo scelto per te, ma, prima di inoltrarti nel bosco, sappi che non tutte queste creature sono buone e gentili. Per cui presta attenzione!

### Le misteriose creature dei boschi

Stando alle leggende che i nonni delle valli trentine raccontano ai loro nipotini nelle lunghe sere d'inverno, secoli fa, camminando per boschi, poteva capitare di imbattersi in strane creature che a quei tempi popolavano foreste e valli. Qui di seguito ne trovi alcune tra le più comuni.

Il **Salvan**, secondo la leggenda, era un omaccione bur-

bero e un po' selvaggio che viveva sulle montagne della Val di Fassa trovando riparo nelle grotte. Aveva una barba lunga, era vestito di folta pelliccia, ed era un grande conoscitore del bosco e delle sue creature. Scendeva in paese a cercare cibo solo in inverno, quando il gelo ricopriva i boschi di neve.

Il **Salvanel** era invece un folletto piccolo e irritante che si divertiva a fare dispetti ai viandanti che si inoltravano nei boschi. Era vestito di rosso dalla testa ai piedi e molto ghiotto di latte che, certe notti, andava a rubare nelle stalle dei pastori. Era molto geloso della sua foresta e si vendicava di chiunque non la trattasse con rispetto.



Sopra: il Salvan.  
Sotto: il Salvanel.





*Gli accessori e i ricambi in montagna non sono un dettaglio da trascurare.*

Il **vestiario di base** è l'altra componente che influenzerà la tua avventura in senso positivo o in senso negativo. I capi da indossare devono innanzitutto essere comodi: devono permetterti di essere libero nei movimenti. Inoltre, un utile consiglio è quello di vestirsi "a cipolla", ovvero indossare gli abiti a strati, che potrai aggiungere o togliere in base alla temperatura esterna. Un consiglio: meglio partire con uno strato in più che con uno in meno: patire freddo in quota non è mai saggio.

Anche i **calzini** meritano una menzione: devono essere morbidi, confortevoli e della giusta taglia. È importante salvaguardare i piedi: le vesciche sono

assolutamente da evitare.

Ci sono infine degli **accessori** che risultano essere essenziali per la buona riuscita di un'escursione. Per esempio, una **bandana** o un **cappellino** ti aiuteranno, sia in caso di sole che in caso di freddo. Un colpo di calore, infatti, può seriamente mettere a repentaglio non solo l'escursione, ma anche la tua salute. Da non trascurare, inoltre, l'utilità dei **guanti**: in montagna può fare molto freddo anche in estate! Portali sempre con te! E infine, di grande importanza sono gli **occhiali da sole**. In quota le radiazioni solari sono meno filtrate e, di conseguenza, possono essere dannose per i nostri occhi. Senza occhiali, soprattutto in inverno, sulle distese di neve che riflette la luce, diviene quasi impossibile avanzare.



*Lo sapevi che?*

*Lo sapevi che la prima azienda produttrice di lenti da sole è stata fondata negli USA nel 1929 da Sam Foster? Molti popoli, fra cui gli Inuit, i Giapponesi e i Romani, avevano in passato usato stratagemmi rudimentali per proteggere gli occhi dai raggi del sole.*



*Vi sono abbigliamento adatti a ogni situazione. In montagna è bene essere vestiti "da montagna!".*



stati effettuati molti interventi su abitazioni, rifugi e bivacchi per renderli meno impattanti e più armonici con la natura e, sempre più, si è cominciato a parlare di “green economy” (ovvero “economia verde”), di ripopolamento e di sostenibilità del turismo, dell’edilizia, dell’energia e dello sviluppo dei territori.

Ognuna di queste iniziative ha avuto una grande importanza e ha dato un contributo fondamentale in termini di tutela ambientale. Tuttavia, per avviare un cambiamento forte e allargato, **serve l’intervento di ognuno di noi**, con le nostre scelte quotidiane.



*Lo sapevi che?*

*Lo sapevi che un rifiuto abbandonato in natura impiega tantissimo tempo per decomporsi? Pensa che un semplice mozzicone di sigaretta impiega da 1 a 5 anni; una lattina, invece, impiega da 20 a 100 anni. Persino una buccia di banana, benché biodegradabile, ci mette due mesi a decomporsi!*

## Dieci regole per dare il buon esempio

Vivere e amare la montagna significa adottare delle regole di comportamento atte a proteggerla per evitare di danneggiare i suoi delicati ecosistemi. Sono regole semplici ma non scontate, basate sul rispetto e che derivano dal buon senso. Vediamole insieme!

1. Durante una passeggiata evita di raccogliere fiori, erbe, piante di montagna o qualunque altra cosa che faccia parte dell’ecosistema del luogo, per evitare di danneggiarlo irreparabilmente.
2. Non gettare rifiuti di qualunque tipo a terra (regola che vale in montagna come in qualunque altro luogo). L’immondizia va riportata a valle, per evitare di inquinare, di rovinare il paesaggio e di causare un pericolo, anche mortale, per gli animali.
3. Non disturbare gli animali ma limitati a osservarli da lontano, evitando di avvicinarti troppo, anche per tua sicurezza.

4. Non accendere fuochi se non nelle aree attrezzate, perché potrebbero causare incendi devastanti.
5. Non uscire mai dal percorso segnato, sia per una questione di sicurezza personale sia perché, in questo modo, si rispetta la natura di quelle zone che non sono destinate alla circolazione dei turisti.
6. In montagna non si urla, non si fanno schiamazzi e non si mette musica ad alto volume: i boschi sono luoghi in cui deve vigere il silenzio, per far sì che gli animali possano vivere in pace.
7. Non usare mezzi a motore al di fuori delle strade in cui è permesso.
8. Se ami la mountain bike nessun problema, ma pratica il tuo sport nei sentieri dedicati e con prudenza: evita di sentirti il padrone della montagna.
9. Rispetta e ascolta la gente del posto (perché può darti buoni consigli) e sostieni chi vive del lavoro e della montagna in modo responsabile, sopravvivendo in un ambiente sfavorevole e impostando l’operato sulla salvaguardia della natura.
10. Frequenta la montagna in maniera “dolce”, senza esigere quello che non può offrirti, ma rispettando e apprezzando quello che può darti.

Seguendo queste poche e semplici regole e, perché no, **aiutando altri a rispettarle**, avrai già dato un notevole contributo alla salvaguardia delle nostre belle montagne. Tuttavia, quando si parla di tutela ambientale, è giusto toccare tutti quei temi, attuali e discussi, che entrano di prepotenza a farne parte. Nelle righe seguenti illustreremo, in breve, i più importanti.



*Il contatto rispettoso con la natura porta salute a mente e corpo. Abituamo i nostri piccoli amici a vivere a pieno “i servizi” che la natura stessa ci dona gratuitamente. Avremo forse degli adulti migliori (foto Lisa Perilli).*