

# DALLE PAROLE AI PASSI

*Consigli utili per un trekking consapevole*



Scheda n° 12 – Consigli conclusivi

Ora che abbiamo chiare tutte le informazioni per prepararsi ed affrontare al meglio un'escursione, focalizziamo la nostra attenzione su alcuni consigli, semplici ma non sempre scontati, che è bene tenere sempre in considerazione quando si pratica il trekking, ovunque e in qualunque luogo.

1. Rispettiamo la natura e i luoghi che attraversiamo. La natura è patrimonio di tutti, e viverla significa soprattutto immergersi in essa per scoprire con stupore e curiosità tutte le sue meraviglie. Per cui, in primis, evitiamo di gettare a terra i rifiuti: lasciare un rifiuto, anche se biodegradabile, è sempre e comunque una forma di inquinamento. Buccie d'arancia, croste di formaggio, fazzolettini costituiscono come minimo una forma di inquinamento che possiamo definire "estetico". Gli animali che vivono liberi non hanno alcun bisogno dei nostri rifiuti alimentari: sono vissuti decine di migliaia di anni senza le bucce di mela pietosamente lasciate dagli escursionisti, e possono continuare a farlo. Anzi, dando da mangiare agli animali selvatici si può determinare una forma di dipendenza dall'uomo, che può provocare agli stessi animali dei seri guai. Quindi: riportare a casa tutti i rifiuti. Prima di partire metteremo nello zaino un sacchetto di plastica per l'occorrenza. Evitiamo inoltre di
- spaventare gli animali selvatici e il bestiame, di toccare i cuccioli, di strappare i fiori e di commettere atti di vandalismo che potrebbero provocare gravi danni.
2. Prestiamo la massima attenzione alla segnaletica presente lungo il percorso. Molti percorsi escursionistici sono indicati da segnaletica bianco-rossa. È questo un simbolo ormai adottato a livello internazionale e usato da associazioni nazionali quali il CAI (Club Alpino Italiano). Questa segnaletica è dipinta con vernice di solito su tronchi d'albero o sassi, su pali conficcati nel terreno recanti frecce o tabelle. Ogni sentiero è numerato e spesso definito da sigle. Talvolta la segnaletica è obsoleta, poco visibile, talvolta può essere stata cancellata. In caso di dubbio, soprattutto in presenza di nebbia o in caso di fitti boschi, è buona norma lasciare qualcuno all'ultimo segnale prima di mettersi alla ricerca del successivo, trovato il quale il gruppo si può riunire e procedere. Per non incorrere nel rischio di perdersi lungo il percorso, ci possiamo anche aiutare con punti di riferimento quali edifici, ponti, tabernacoli, sorgenti, attraversamenti di ruscelli, scarpate, crinali ecc., facilmente identificabili intorno a noi.

1. Quando si partecipa ad escursioni organizzate, seguire la guida e mai superarla e, in ogni caso, mantenere il controllo visivo del gruppo.
2. Se si fa trekking in solitaria, informare un parente o un amico prima di partire sul giorno in cui si effettua l'escursione e sul percorso che si intende seguire.

