

Il decalogo dell'Ecotrekker


1. Dai un nome ai posti che visiti; quando tornerai a trovarli, ti sembreranno vecchi amici.
2. Anche se non li vedi, il bosco ha tanti abitanti: modera il tono della voce per non spaventarli.
3. Davanti ad un bivio, decidi con il gruppo quale strada prendere: gli ecotrekker decidono e camminano insieme.
4. Raccogli i fiori solo se ne vedi altri simili intorno e attenzione! Alcune piante sono specie protette!
5. Lascia andare l'immaginazione: quante facce puoi vedere in un tronco?
6. Cammina sempre lato monte! Anche le camminate in libertà hanno le loro regole di sicurezza.
7. Dopo la merenda, riponi le cartacce nello zaino o in un sacchetto.
8. Lascia il più possibile lo smartphone nello zaino: crea i tuoi ricordi senza il filtro dello schermo. Prova a fare un disegno o tracciare una mappa!
9. Non buttare pietre nei laghi o nei fiumi: i pesci non amano i bernoccoli!
10. Condividi la tua esperienza con altri! Se lo fai sui social, tagga Altopia!



Trekking formato famiglia

Percorso a Nasino (SV), anello
San Giovanni - Madonna della Neve

Tempo di percorrenza : 2:30h
Grado di difficoltà: T (turistico)
Dislivello: 340 mt circa

 Per un trekking con bambini, consigliamo di affrontare il **percorso a tappe**, programmando 4 ore circa, per godersi il trekking senza fretta e fare il bagno nel fiume.

Anello Madonna della Neve



Il torrente

Da un sentiero che si dirama dalla sinistra della via principale, scendiamo fino al torrente.

Qui è possibile non solo rinfrescarsi, ma anche ascoltare. Immergi i piedi nell'acqua fresca, chiudi gli occhi e ascolta... quanti suoni accarezzano le tue orecchie?



1

2

Madonna della Neve

Dai resti della cappella della Madonna della Neve inizia la nostra discesa verso il paese.

Lungo il sentiero, le diverse specie botaniche, raccontano la storia di questi posti. Quante ne riconosci?

A giugno fiorisce l'**iperico** (*hypericum perforatum*). Sai perché si chiama così?

Osserva le sue foglie con una lente d'ingrandimento!



E se questi suoni diventassero forma e colore?

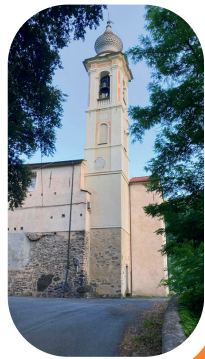
Utilizza ora lo spazio qui sotto per creare la tua cartolina sonora!



Chiesa di San Giovanni Battista

“Un paese ci vuole, non fosse che per il gusto di andarsene via. Un paese vuol dire non essere soli, sapere che nella gente, nelle piante, nella terra c'è qualcosa di tuo, che anche quando non ci sei resta ad aspettarti”.

Cesare Pavese, La luna e i falò



3