

La natura dell'Alto Adige e diverse attività all'aria aperta possono essere tranquillamente vissute da tutti senza limitazioni. Esistono infatti numerose mete, escursioni e percorsi adatti a soddisfare ogni esigenza. L'associazione Montagna Amica di Trento propone, anche per l'estate 2019, una serie di escursioni accessibili, ossia percorsi in montagna per famiglie con bambini, persone con lievi disabilità, ipovedenti e non vedenti, sordi, persone con malattie quali diabete, epilessia, anoressia, obesità.

Una raccolta di itinerari che da un lato sono privi di difficoltà tecniche e di pericoli e dall'altro permettono di avvicinarsi ugualmente all'affascinante mondo della montagna, ambiente che per l'associazione significa prima di tutto solidarietà e amicizia. Si tratta generalmente di percorsi che seguono comode strade forestali, oppure larghi e ben tracciati sentieri, sempre molto belli e panoramici, che sono stati sperimentati da persone con difficoltà. L'idea è quella di rendere disponibile a un numero sempre maggiore di fruitori la montagna, luogo per eccellenza in cui la natura si mostra in tutta la sua immensità. Sono stati scelti degli itinerari che permettessero di coniugare la bellezza del percorso e la grandiosità del panorama con la facilità tecnica e la sicurezza dell'escursione, e che avessero la possibilità di disporre di un rifugio o comunque di un punto di appoggio aperto.

Si tratta quindi di itinerari accessibili a tutti, a famiglie, a persone con difficoltà, ma anche semplicemente a chi desidera fare un'escursione panoramica e gratificante, ammirando angoli di territori spesso intatti e fortunatamente lontani dal turismo di massa, in cui l'uomo può ancora osare riflettere in profondità, osare essere se stesso, osa-



Cime no limits... L'estate 2019 è per tutti

Luoghi e percorsi accessibili per vivere la disabilità in armonia con la natura: i consigli e le proposte messi in campo dall'associazione Montagna Amica di Trento

re sperare che una piccola goccia d'acqua in un oceano possa comunque fare la differenza.

Le escursioni proposte sono comodamente fattibili in giornata e riguardano sia il Trentino che le province limitrofe. Per ogni escursione, oltre a una dettagliata descrizione dell'itinerario, vengono indicati il periodo consigliato, i rifugi e i punti di appoggio disponibili con i relativi recapiti telefonici, il dislivello e i tempi di percorrenza, oltre a una specifica indicazione relativa appunto all'accessibilità del percorso in relazione alle varie forme di disabilità. Tutti gli itinerari proposti richiedono

un adeguato equipaggiamento e la preventiva verifica delle condizioni meteorologiche e/o nivologiche.

Per prendere parte alle escursioni (la partecipazione è gratuita e aperta a tutti, soci e non soci), e per avere maggiori informazioni, prenotare o semplicemente ricevere la comunicazione sulle varie attività proposte dall'associazione, si può fare riferimento ai seguenti recapiti: Montagna Amica, tel. 0461/596.095, cell. 348/9303026; e-mail: info@montagnamica.com; sito web montagnamica.com. ■