

CARTA di TRENTO

Un manifesto
Per vivere meglio

Ministero dell' Ambiente, del Territorio e del Mare

Provincia
Autonoma
di Trento



TREKKING
ITINERARI E VIAGGI NELLA NATURA
& OUTDOOR

Trento Film festival
MOVIE TALES - ESPLORAZIONE - AVVENTURA

CARTA di TRENTO

Un Manifesto per VIVERE MEGLIO

◆ ideata e promossa dalla rivista **TREKKING** col patrocinio e la collaborazione del Ministero dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e del Mare, e della Provincia Autonoma di Trento, all'avanguardia sul panorama internazionale nell'attuazione di politiche dedicate alla tutela e valorizzazione dell'ambiente, non è un proclama di buone intenzioni, ma un vademecum pratico di semplici azioni per vivere meglio, in armonia con l'ambiente.

◆ si propone come laboratorio permanente di ricerca, sviluppo e proposta di strategie e azioni per migliorare il rapporto uomo/ambiente in modo semplice e comprensibile per le singole persone che desiderano imparare a vivere in modo più armonico con il mondo che ci circonda.

◆ sarà costantemente arricchita e aggiornata con sempre nuovi spunti e iniziative sviluppate col contributo dei migliori esperti nei vari settori, e si propone come codice comportamentale - senza alcun vincolo, obbligo e divieto, ma con molti spunti pratici per migliorare la propria vita - dedicato a ogni cittadino, in qualsiasi parte del globo, che metta in primo piano il proprio benessere reale, strettamente correlato con l'ambiente in cui ciascuno si trova a vivere.

Soltanto migliorando il nostro rapporto con la realtà che ci circonda, non solo con le grandi iniziative che i governi sensibili possono attivare, ma soprattutto attraverso piccole azioni e comportamenti corretti di ogni individuo, possiamo migliorare concretamente le condizioni della nostra quotidianità, garantendoci, al tempo stesso, la possibilità di continuare a utilizzare le risorse che la Natura ci offre.



CARTA di TRENTO

Un Manifesto per VIVERE MEGLIO

PARTNER

OBIETTIVI

◆ Partner privilegiato sarà la Provincia Autonoma di Trento, da sempre all'avanguardia nella progettazione e attuazione di politiche per la protezione e la valorizzazione dell'ambiente naturale, che ha accolto con entusiasmo la proposta, partita dal Ministero dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e del Mare, di diventare sede permanente di questa iniziativa finalizzata all'analisi di tematiche ambientali correlate alla salute e al benessere delle persone, focalizzate sull'attività del **CAMMINARE NELLA NATURA**, con la proposta di **PROGETTI REALIZZABILI e COMPENSIBILI DA TUTTI** per il miglioramento della qualità della vita.

Nelle intenzioni, la **“CARTA di TRENTO - Un Manifesto per VIVERE MEGLIO”** deve diventare un momento di incontro fondamentale nella programmazione dei modi di vivere di quanti si riconoscono nelle filosofie che propongono uno stile di vita più “lento e armonico”, rinunciando a pochissimo, e sicuramente superfluo, di quanto ci offre la società dei consumi incontrollati, in favore di un sensibile miglioramento del benessere e della qualità della vita.

◆ Senza retorica ma con grande senso pratico, questa iniziativa si pone l'obiettivo di diventare un momento annuale di confronto tra personalità della scienza, della cultura ed esperti ambientali.

Non sarà, però, un consesso di “esperti” che si parlano addosso nelle paludi del “si dovrebbe fare”, ma un laboratorio di proposte e spunti **ATTUABILI DA OGNI SINGOLO CITTADINO**, senza costi particolari ma con una precisa volontà di migliorare la propria quotidianità e il rapporto con l'ambiente, per mettere un freno all'apparentemente inarrestabile degrado del nostro pianeta e della qualità della vita di ognuno.

Anno dopo anno, oltre alla promozione del **CAMMINARE nella NATURA** come insostituibile “medicina” per migliorare il benessere e la salute individuale, la **“CARTA di TRENTO - Un Manifesto per VIVERE MEGLIO”** proporrà modelli da mettere in atto facilmente da tutti nella quotidianità, per aiutare un riequilibrio del rapporto uomo-ambiente focalizzato sul singolo individuo piuttosto che sulle “grandi azioni collettive” che spesso si dimostrano inapplicabili nel concreto.

Un "allenamento" a vivere meglio

Oltre a esporre dati e ipotesi, il momento di incontro annuale a Trento proporrà, di volta in volta, nuovi spunti e azioni concrete, attuabili nella quotidianità, con un calendario di iniziative e suggerimenti finalizzati al risparmio energetico, al miglior utilizzo delle risorse, al miglioramento complessivo del benessere e della salute, non con una proposta indiscriminata di nozioni o suggerimenti, ma con programmi annuali realizzabili (una sorta di "programma di allenamento" complessivo che

comprende azioni positive verso se stessi e verso l'ambiente) soggetti a verifiche personali e adattamenti periodici.

Di anno in anno, si definiranno vari "livelli di allenamento" alla salute, al benessere fisico e al miglioramento dell'ambiente, finalizzati a coinvolgere sempre nuovi "principianti", contestualmente aumentando e ampliando le attività e gli obiettivi - sia verso se stessi che nei confronti dell'ambiente - di quanti avranno già aderito ai programmi precedenti.

Le attività outdoor avvicinano l'uomo all'ambiente e alla riscoperta dell'importanza della conservazione e tutela del patrimonio naturale, ma danno altri importantissimi e fondamentali ritorni in termini sociali, in quanto vanno a incidere sulle tematiche che costituiscono gli obiettivi della della "CARTA di TRENTO Un Manifesto per VIVERE MEGLIO"

CARTA di TRENTO Un Manifesto per VIVERE MEGLIO

I TEMI

La sensibilità nei confronti del patrimonio ambientale e culturale del nostro paese pare essere, fortunatamente, in crescita, grazie anche a una maggiore comunicazione su questi temi e all'affermarsi di attività ed eventi che permettono ad un numero sempre maggiore di persone - di ogni età - di avvicinare la natura e le culture tradizionali dell'uomo.

Camminare nelle meraviglie naturali e culturali del nostro paese per riscoprire l'ambiente, la cultura, le tradizioni, l'amicizia e il benessere è senza dubbio il miglior veicolo per questo scopo: praticabile da tutti, senza abilità particolari e requisiti specifici, assolve ad alcune finalità fondamentali per migliorare la vita di ogni persona.

La "CARTA di TRENTO - Un Manifesto per VIVERE MEGLIO" ha come finalità incentivare ampie fasce di popolazione a "mettersi in cammino"

◆ migliorando con un'attività sportivo-ricreativa accessibile a chiunque il **benessere generale della persona**, diminuendo l'impatto delle patologie caratteristiche della nostra

società (obesità, disturbi all'apparato circolatorio e respiratorio, disturbi all'apparato scheletrico e muscolare);

◆ migliorando il rapporto uomo/ambiente con la messa in atto di comportamenti "virtuosi" di **rispetto per il patrimonio naturalistico**, anche nel lungo periodo;

◆ sensibilizzando e avvicinando alle tematiche del rispetto per l'ambiente e a comportamenti finalizzati al **risparmio energetico** (acqua, aria, energia), al **miglior utilizzo delle risorse**, all'attenzione nello **smaltimento dei rifiuti** e al **riciclo**, e alle altre tematiche ambientali;

◆ favorendo la **conservazione e promozione delle culture umane tradizionali**;

◆ favorendo un più corretto utilizzo del tempo libero, in alternativa alla sedentarietà e alla videodipendenza (televisione e computer), sostituendo nel singolo il concetto di "oggetto passivo" con quello di "soggetto attivo", con importanti riflessi anche sulla **socializzazione**.

SPORT

La nostra società ci costringe a ritmi di vita che sempre meno spazio lasciano alle attività ricreative, in particolare allo sport, che in molti casi è il miglior presidio contro i mali, fisici e psicologici, più diffusi della nostra epoca. Non serve essere campioni per godere del beneficio dell'attività fisica, anche camminare può diventare uno sport ricreativo, se scegliamo di frequentare luoghi e territori capaci di stimolare il fisico e lo spirito. Soprattutto, è un'attività alla portata di ognuno, senza necessità di abilità motorie particolari, che offre in cambio emozioni intense, a prescindere dal terreno in cui si pratica. Anche le città, coi loro parchi, le vie strette e contorte dei centri antichi dove il caos del traffico non arriva, possono essere la palestra ideale per gli escursionisti. In Trentino abbiamo la fortuna di vivere in una grande palestra a cielo aperto che ci permette di praticare tutti gli sport godendo di un ambiente accogliente anche vicino ai centri abitati. Camminare aiuta a mantenersi in forma ma può essere anche un mezzo eccellente per conoscere le persone, per condividere attimi di relax, approfondire amicizie, scongiurare la solitudine, vivere con maggior qualità.



Iva Berasi
Assessorato all'Emigrazione,
Solidarietà Internazionale,
Sport e Pari Opportunità
Provincia Autonoma
di Trento

SPORT NELL'AMBIENTE NATURALE VIVERE MEGLIO in SALUTE

L'attività sportivo-ricreativa lenta, di cui il camminare è la massima espressività, migliora il benessere psicofisico e previene molte delle malattie e patologie della nostra società. È informazione ormai quotidiana l'aumento delle patologie cardiovascolari, tumorali o a carico dell'apparato osseo causate dalla sedentarietà e qualsiasi filosofia medica concorda nell'individuare nell'attività fisica del camminare la migliore e più economica "medicina" preventiva. Ancora più eclatante il problema, nella società occidentale, dell'obesità infantile, in grado di provocare, nel medio periodo, un calo drastico della produttività lavorativa dei singoli e soprattutto, a causa di tutte le patologie conseguenti a questo fenomeno - causato da una cultura alimentare aberrante e dalla sedentarietà - il collasso del sistema sanitario.

L'azione sportivo-ricreativa del camminare, facile da compiere e di grande soddisfazione, è essenziale per il relax e la rigenerazione delle energie mentali.

Il movimento fisico lento predispone alla tranquillità e permette di "rallentare" anche l'attività mentale, permettendo la concentrazione e la contemplazione dell'ambiente in cui si muove l'escursionista, favorendo la

scoperta di aspetti culturali e ambientali che sfuggono ai ritmi di vita normali.

Il camminare è l'attività più indicata per chi soffre di problemi depressivi; un problema che sta diventando, per la nostra società, un'emergenza sociale.

SPORT E SOCIALIZZAZIONE VIVERE MEGLIO insieme agli ALTRI, VIVERE MEGLIO in AMICIZIA con le persone e in ARMONIA con l'ambiente

In una quotidianità "virtuale" che allontana sempre più le persone, camminare insieme è un modo straordinario per riavvicinarsi e socializzare, condividendo emozioni e piccole fatiche. Soprattutto nei ragazzi e adolescenti, mancando la componente competitiva e antagonista, si sviluppano positivi rapporti di amicizia e vicinanza. Nell'esperienza già acquisita con lo sviluppo di queste attività nella scuola, si è verificato che anche - a volte soprattutto - i soggetti considerati "difficili", provenienti da realtà urbane degradate, superato il primo scoglio di diffidenza e rifiuto per un'attività fisica "faticosa e inutile" come il camminare, sono quelli maggiormente coinvolti nella scoperta di emozioni infinitamente lontane da quelle offerte dal mondo dei videogiochi e della strada.

AMBIENTE

La consapevolezza e la necessità di dover affrontare i sempre più urgenti problemi legati alla tutela dell'ambiente si è tradotta in un impegno, anche a livello locale, che ha interessato l'agire della Provincia Autonoma di Trento. Da anni, infatti, contribuiamo al cammino verso la sostenibilità, supportando sia la promozione di una cultura ambientale, fondata sul fare, che si radichi a livello locale, sia l'adozione di buone pratiche di tutela dell'ambiente da parte della popolazione trentina. In questo contesto le azioni di sensibilizzazione, informazione, educazione e formazione attuate, si intersecano come strumenti trasversali indispensabili alla costruzione di una partecipazione informata delle comunità, per favorire un forte processo di mutamento degli stili di vita e dei modelli attuali di consumo e comportamento, individuati come una delle cause dei danni arrecati all'ambiente. Il risparmio idrico ed energetico, la corretta differenziazione dei rifiuti, il limitare il consumo di prodotti che derivano da risorse non rinnovabili sono così, nel nostro territorio, azioni concrete che migliorano nel tempo la qualità di vita di tutti.



Mauro Gilmozzi
Assessore all'Urbanistica,
Ambiente e Lavori Pubblici
Provincia Autonoma
di Trento

SENSIBILITA' AMBIENTALE **VIVERE MEGLIO risparmiando** **ACQUA, ARIA, ENERGIA** **VIVERE MEGLIO differenziando** **i RIFIUTI e riciclando RISORSE** **VIVERE MEGLIO consumando** **meno**

Camminare nei diversi territori - naturali e non - aumenta la coscienza e la sensibilità dei singoli nei confronti delle tematiche ambientali, fondamentali per ipotizzare un futuro in equilibrio tra uomo e ambiente.

Gli allarmi sulla salute del pianeta sono ormai arrivati allo stadio di delirio, argomento di moda e forse proprio per questo destinati a cadere nel vuoto, ridotti a evento/spettacolo tragicomico al pari di qualsiasi fiction. Purtroppo, invece, la degenerazione della nostra qualità della vita è sotto gli occhi di tutti, ma spesso talmente sottile e costante nelle proprie modificazioni da risultare invisibile.

Durante la pratica di attività sportivo-ricreative facili e gratificanti, anche sfruttando il coinvolgimento emotivo dei partecipanti agli eventi, è più facile e immediato veicolare messaggi e informazioni finalizzate a migliorare il nostro rapporto con il patrimonio ambientale.

TURISMO

Ci piace considerare il nostro territorio una palestra a cielo aperto e un'iniziativa come la Carta di Trento pare essere stata ideata appositamente per rafforzare questo concetto. E' con grande soddisfazione che va considerata la scelta del Ministero dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e del Mare di coinvolgere proprio il Trentino come prima sede permanente di un progetto finalizzato all'analisi di tematiche ambientali correlate alla salute e al benessere delle persone. Un benessere che trova difficile realizzazione nello stile di vita dettato dai ritmi frenetici imposti dalle dinamiche della società attuale. E allora ecco che la Carta di Trento si propone come momento fondamentale nella programmazione di un modo di vivere di quanti si riconoscono nelle filosofie che propongono un approccio più "lento e armonico", a favore di un miglioramento del benessere e della qualità della vita. Camminare nella natura cercando di concentrarci solo su quello che ci circonda può rappresentare un primo passo verso il miglioramento qualitativo della vita. Certamente un valore aggiunto importante per impreziosire la nostra proposta turistica.



Tiziano Mellarini
Assessore
all'Agricoltura,
Commercio e Turismo
Provincia Autonoma
di Trento

CULTURA DEL TERRITORIO VIVERE MEGLIO conoscendo, tutelando e promuovendo le CULTURE TRADIZIONALI

Il turismo rappresenta una componente fondamentale per la tutela e valorizzazione del territorio.

Avvicinare a piedi e lentamente i vari aspetti dell'ambiente, la natura, le culture rurali e tradizionali, gli interventi umani positivi e negativi, rappresenta il miglior modo per sensibilizzare la coscienza degli individui sui problemi ambientali, che da una visione teorica e indeterminata diventano reali e a portata di occhi e pensieri.

Anche l'uomo, soprattutto nelle aree rurali, e in particolare nelle zone di montagna, è una componente dell'ambiente, spesso a rischio come e più dei soggetti che solitamente la propaganda ambientalistica considera "in estinzione".

Le culture tradizionali, l'agricoltura, la pastorizia e la produzione casearia, l'artigianato sono un patrimonio in pericolo come le risorse naturali.

Chi si appassiona alla scoperta dell'ambiente, attraverso il camminare e le altre attività sportivo-ricreative "lente", diventa in prima persona un divulgatore di

sensibilità ambientale, impegnandosi molto più facilmente e con meno sacrifici nell'attivare e attuare comportamenti "virtuosi" per la tutela dell'ambiente.

RIEDUCAZIONE ALIMENTARE VIVERE MEGLIO consumando PRODOTTI GENUINI e ricchi di suggerimenti

Avvicinare le culture tradizionali e agricole permette la riscoperta dei prodotti alimentari naturali e tipici della nostra economia.

Il tentativo di rallentare lo sviluppo inteso solo in senso tecnologico e industriale passa anche attraverso la riscoperta delle peculiarità dei prodotti tradizionali, soprattutto nella proposta alimentare. La frutta e verdura di stagione, i prodotti latteo-caseari tipici, l'enogastronomia tradizionale - legata alle diverse e quasi infinite peculiarità locali - è un mezzo di forza straordinaria per rallentare il processo di scomparsa delle microeconomie rurali e agricole.

Stiamo perdendo la cultura dei sapori, mangiamo male e in modo dannoso, perché non conosciamo più i sapori veri.

Appassionarsi alla cultura dei territori significa apprezzare e dare valore aggiunto alle produzioni tradizionali.

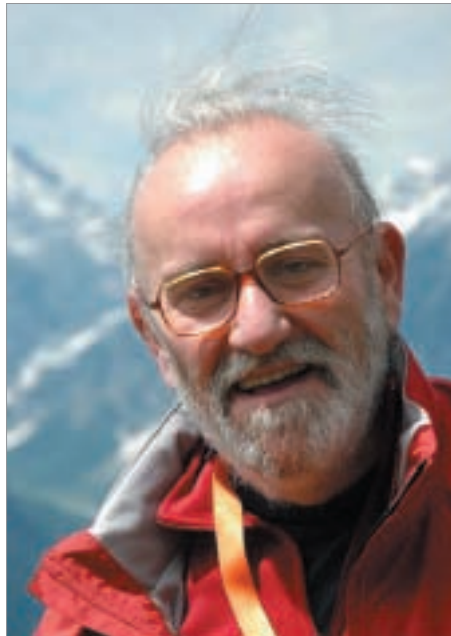
“Outdoor” è divenuta ormai parola d’uso comune che racchiude tutte le suggestioni del vivere all’aria aperta: benessere, salute, sport e relax, ma anche occasione per avvicinare e conoscere storie, culture e tradizioni dei più diversi territori.

Con semplicità, chiarezza e senza alcuna ambizione di voler risolvere problemi ed emergenze planetarie, noi di TREKKING siamo schierati da sempre (e non per convenienze e opportunità dell’ultimo minuto, ora che i temi ambientali sono entrati in modo deflagrante in ogni aspetto della nostra vita) in prima fila tra quanti si battono per affermare l’obbligo, comune a ogni uomo, di impegnarsi per la tutela, la salvaguardia, la conservazione e la promozione di un patrimonio che è di tutti, nonostante ovunque, nel mondo, lobby economiche senza scrupoli considerino spesso il territorio e le sue risorse solo un bottino da predare.

Fedeli a questi principi abbiamo lanciato questo progetto di costituzione di una “Carta” che desse, al singolo individuo, spunti e idee per iniziare a vivere meglio in armonia col mondo che ci circonda.

Siamo lusingati di poter intraprendere questo percorso con due partner d’eccezione: il Ministero dell’Ambiente, del Territorio e del Mare e la Provincia Autonoma di Trento.

Questo progetto vedrà l’intervento dei più autorevoli nomi nel campo della scienza, della cultura e dell’economia; noi metteremo a disposizione, come abbiamo sempre fatto, le nostre energie per coordinare e organizzare quanti vorranno partecipare a questo ambizioso ma semplice programma, aperto a tutti coloro che si sentono coinvolti e responsabili verso il mondo della natura e degli uomini!



Italo Clementi
Presidente Gruppo Clementi

TREKKING
ITINERARI E VIAGGI NELLA NATURA & OUTDOOR



Trento Film festival
MONTAGNA, ESPLORAZIONE, AVVENTURA

TrentoFilmfestival - Montagna, Esplorazione, Avventura: una partnership internazionale

Il Filmfestival Internazionale di Trento, dedicato alla Montagna, all’Esplorazione e all’Avventura, giunto alla 56° edizione, è una delle più importanti e titolate rassegne internazionali di cinematografia, conosciuta in tutto il mondo e capace di attirare nel capoluogo trentino, in primavera, alpinisti, appassionati di escursionismo e corrispondenti di testate giornalistiche e televisive da un gran numero di paesi e nazioni.

La più importante manifestazione artistico-culturale trentina, non a caso dedicata alla montagna in omaggio a questa città che è uno dei punti di riferimento per la cultura alpina e le tradizioni valligiane, non poteva rimanere insensibile al messaggio lanciato dalla “Carta di Trento”.

È nata perciò, fin da subito, una partnership tra questi due importanti eventi e il Comitato Organizzativo del Filmfestival si è offerto di inserire i lavori della “Carta di Trento” tra le manifestazioni di spicco a corollario della kermesse cinematografica, che nel 2008 si svolgerà tra il 22 aprile e il 6 maggio.



**Escursionismo
risorsa economica**

RECUPERO E RILANCIO DELLE MICROECONOMIE

Una attenta e sensibile valorizzazione e promozione territoriale che metta in primo piano le peculiarità e le risorse di ogni singolo territorio, senza cadere nel tranello dell'omologazione a modelli preordinati, che spesso richiedono interventi costosi, distruttivi e irreversibili, è il mezzo migliore per favorire uno sviluppo armonico e sostenibile di ogni ambiente, e può diventare una risorsa economica importante.

CAMMINARE PER VIVERE MEGLIO con l'ECOLOGIA dell'ECONOMIA

Solo riconoscendone l'altissimo valore è possibile salvare le microeconomie agricole, rurali e montane.

Se vogliamo conservare queste realtà estremamente fragili, ma ricche di suggestioni, è fondamentale mettere in atto, anche per il nostro territorio, oltre ad un progetto turistico mirato alle unicità che ogni territorio sa esprimere, anche una sorta di "commercio equo e solidale" che riconosca il valore alimentare e l'importanza culturale delle atti-

vità tradizionali, in cui si innesta anche l'artigianato.

L'escursionista collega, nelle proprie emozioni, un prodotto alimentare a suggestioni e sensazioni positive vissute in un determinato territorio; attivare un meccanismo che, tramite certificati di garanzia e marchi finalizzati, consenta l'immissione di prodotti ad altissimo valore alimentare e "culturale", supportati da prezzi che ne identifichino la "diversità" con il prodotto industriale, è l'unico mezzo per cercare di salvare quello che resta della cultura agricola rurale, che rappresenta le nostre radici storiche e culturali.

ESCURSIONISMO RISORSA ECONOMICA VIVERE MEGLIO valorizzando i TERRITORI AUTENTICI

La forte crescita del turismo lento, del viaggio lento, dell'esperienza ricreativa intesa come momento di conoscenza profonda e attenta dei territori visitati, camminati, viaggiati lentamente e per questo capiti e goduti con pienezza, va opportunamente promossa e valorizzata per lo sviluppo economico di territori altrimenti destinati all'abbandono.

Giro d'Italia Trekking

**CAMMINARE NELLA
PRINCIPI, SPUNTI
UN MANIFESTO**

**NATURA PER METTERE IN PRATICA
E IDEE DELLA CARTA DI TRENTO,
PER VIVERE MEGLIO**

**Scopriamo
insieme le
meraviglie naturali
del nostro Paese**

Camminare nelle meraviglie naturali e culturali del nostro paese per riscoprire l'ambiente, la cultura, le tradizioni, l'amicizia e il benessere; questi sono gli obiettivi del GIRO D'ITALIA TREKKING! I principi della CARTA DI TRENTO - UN MANIFESTO PER VIVERE MEGLIO sono messi in pratica nel progetto GIRO D'ITALIA TREKKING, evento di grande impatto comunicazionale e di immediata identificazione e memorizzazione, che si propone di muovere e incentivare ampie fasce di popolazione a "mettersi in cammino".

Per il 2008 è previsto il primo evento nel territorio trentino del Parco Nazionale dello Stelvio, "prova generale" per il GIRO D'ITALIA TREKKING che, dal 2009, si evolverà in una manifestazione a tappe con cadenza bisettimanale per portare il grande pubblico dei camminatori a scoprire, insieme alla rivista TREKKING, al Ministero dell'Ambiente e a personaggi di fama internazionale nel mondo dell'alpinismo e dell'avventura, i territori più affascinanti del nostro paese.



**Primo evento
GIRO D'ITALIA TREKKING
Parco dello Stelvio - settore Trentino
4/5 luglio 2008**

**Per informazioni sulla
CARTA di TRENTO
Un Manifesto per vivere meglio
e sul GIRO D'ITALIA TREKKING:
info@giroditaliatrekking.it**

Ministero dell' Ambiente, del Territorio e del Mare



*Ministero
dell' Ambiente,
del Territorio
e del Mare*

Provincia
Autonoma
di Trento



Trento Film festival
MONTAGNA - SPIRITUALITÀ - AVVENTURA

TREKKING
ITINERARI E VIAGGI NELLA NATURA & OUTDOOR