

Escursioni in montagna con restrizioni: dieci consigli utili

VARESE, 4 maggio 2020-Da oggi si può svolgere attività sportiva in montagna, e non solo. Escursioni, gite in bicicletta e molto altro. “Al fine di svolgere l’attività motoria o sportiva – si legge infatti nelle FAQ sul sito del Governo – è consentito anche spostarsi con mezzi pubblici o privati per raggiungere il luogo individuato per svolgere tali attività. Non è consentito svolgere attività motoria o sportiva fuori dalla propria Regione”.

Si potrà andare in bicicletta: “È consentito utilizzare la bicicletta per svolgere attività motoria all’aperto”. Tutto questo salvo regole più stringenti definite dalle singole Regioni. “Ne siamo molto contenti di queste opportunità. Le avevamo chiesto – precisa il Presidente nazionale Uncem, **Marco Bussone** – I territori sono pronti. Servono buon senso e impegno da parte di tutti. Poche regole per **guardare ai territori come luogo dei beni comuni, compresi gli spazi dove fare sport**. A piedi o in bici. Le FAQ del Governo, le regole delle Regioni devono essere ben chiare a chi va sui territori a fare attività sportive. Ciascuno riscopra il proprio limite, fondamentale oggi. Siamo impegnati con tante associazioni di categoria a costruire opportunità per il turismo estivo, quando si potrà, e invernale. Lavoriamo per dare ai borghi e ai territori nuove opportunità. Uncem fa la sua parte accanto ai Sindaci, con tutti i Comuni. Buona attività sportiva in montagna, dunque, con buon senso e attenzione massima”.

Uncem propone una serie di dieci consigli in particolare per chi nei prossimi giorni andrà in montagna:

1. Non scegliere luoghi per l’attività sportiva eccessivamente

lontani da casa. Resta sempre – per l'attività sportiva – all'interno della tua regione. Non è consentito svolgere attività ludica, ma solo attività sportiva anche in Comuni diversi dal proprio, entro i confini della propria regione.

2. Segui le disposizioni sugli spostamenti e in caso di ogni dubbio leggi le FAQ sul sito del Governo, al link: <http://www.governo.it/it/faq-fasedue>

3. I soggetti con sintomatologia da infezione respiratoria e febbre (maggiore di 37,5° C) devono rimanere a casa.

4. Rispetta la distanza interpersonale di almeno due metri se svolgi attività sportiva.

5. Non scegliere – a piedi o in bicicletta – percorsi troppo impegnativi, rispetta i tuoi limiti e affronta le attività sportive gradualmente in base alla preparazione fisica.

6. Per gli spostamenti in auto per raggiungere la destinazione dell'attività sportiva, compila e porta con te l'autocertificazione

(https://www.interno.gov.it/sites/default/files/allegati/nuovo_modello_autodichiarazione_editabile_maggio_2020.pdf). Le seconde case non si possono raggiungere.

7. Anche per attività sportiva in bicicletta porta con te una copia dell'autocertificazione, da avere in caso di controlli. Come scritto nelle FAQ: "È consentito utilizzare la bicicletta per svolgere attività motoria all'aperto. In ogni circostanza deve comunque essere osservata la prescritta distanza di sicurezza interpersonale".

8. Fermati in un negozio del territorio. Se entri in un luogo chiuso devi indossare la mascherina. Nel negozio, acquista i prodotti tipici del territorio e del paese dove ti trovi da portare a casa. È un segno di vicinanza al territorio stesso e un atto di sostegno all'economia locale. Se quando sei a casa ti piace acquistare on line, scegli i portali che realmente

rappresentano il territorio e le sue imprese. Non le grandi piattaforme ma i siti internet “di valle”, di territorio. È fondamentale per sostenere le aziende agricole e artigiane dei territori.

9. Se vuoi acquistare beni alimentari da consumare, con la formula del take away, chiama prima il ristorante o il bar dove potrai recarti, per ordinare i prodotti da ritirare. I prodotti non potranno essere consumati nell’esercizio né in prossimità dello stesso, per evitare assembramenti.

10. Ricorda che **la Montagna è il cuore dei beni comuni**: sentieri, aria, acqua, prati, foreste, clima e ambiente sono di tutti. Ma sono beni della Montagna. Rispettali – porta a casa sempre i rifiuti -, guarda ai territori e ai paesi come luogo pulsante, comunità vive, centri di innovazione, impresa, produttività, impegno e coesione dei singoli che generano comunità. Non passare oltre. I territori sono cultura e all’ombra di un campanile c’è la vitalità di un paese che nel Paese ha affrontato in modo diverso la crisi sanitaria rispetto alle aree urbane, che rinasce accogliendo – dai prossimi mesi – turisti ed escursionisti secondo le norme e le regole che verranno. La montagna non è il parco giochi delle aree urbane. Accoglie e dà vita a opportunità sportive che permettono di godere dei beni comuni. Scopri piano i territori e segui questo decalogo per poterti sentire parte di comunità che sono più che mai vive.