



# I lunedì dell'AG

Incontri online per gli Accompagnatori di AG  
e i ragazzi dai 14 anni in su

## *La terra ha la febbre... e tante altre domande sul clima*

*con Elisa Palazzi, ISAC-CNR*

**Quando:** 8 febbraio 2021, ore 21

Il clima e i suoi cambiamenti vanno spiegati ai giovani perché prima di tutto sono un argomento di grande attualità che coinvolge ognuno di noi. Proveremo a capirne qualcosa di più apprendendo trucchi e consigli per spiegare ai ragazzi questi argomenti e soprattutto per riuscire a capire, nel nostro camminare per i monti, quello che sta succedendo al clima: come funziona, come sta cambiando e cosa possiamo fare a riguardo.

Una serata per alimentare la cultura del rispetto dell'ambiente, compiendo piccoli gesti quotidiani in suo favore.



## *L'appetito vien camminando*

con

**Stefano Arlotto, Dietista e Nutrizionista**

**Stefania Brovero, Dietista, Struttura Complessa di  
Dietetica Nutrizione Clinica, Azienda Ospedaliera S.  
Croce**

**Quando: 22 febbraio 2021, ore 21**

Una serata rivolta a tutti per comprendere i segreti per alimentarsi correttamente e i trucchi e i consigli su cosa portare con noi nello zaino per un'escursione, affinché il nostro appetito sia saziato in modo intelligente e le forze ci permettano di vivere con gioia e entusiasmo la nostra avventura in montagna.

**Serata aperta anche ai genitori dei ragazzi**



## *La sicurezza in montagna – modulo 1*

*con Mauro Graziani, Scuola Nazionale del Servizio Valanghe Italiano, responsabile della sicurezza A.I.Ne.Va.*

**Quando:** 8 marzo 2021, ore 21

Una serata rivolta a tutti per approfondire alcune nozioni di sicurezza in montagna.

**Modulo 1:**

- che cos'è la sicurezza
- ripasso di alcuni fondamentali
- approccio sistemico
- errori attivi e fattori latenti



*Facciamo teatro raccontando la montagna: le leggende, la narrativa, la storia dell'alpinismo*

*con Stefania Giubergia, teatro-terapeuta*

Quando: 22 marzo 2021, ore 21

Perché: una serata rivolta a tutti per scoprire come coniugare una forma d'arte con la storia della montagna e dell'alpinismo, per trovare spunto per attività di gioco con i ragazzi in una sera in rifugio o sotto le stelle ... sognando di ripercorrere le gesta di chi ha tracciato una via sulle montagne che ci circondano, o facendo volare la fantasia raccontando ogni sua storia od elemento!



## *La geologia vista con gli occhi dei ragazzi*

*con Stefano Melchio, Associazione Valle Stura  
Adventure*

**Quando:** 12 aprile 2021, ore 21

Ogni volta che usciamo in natura senza volerlo abbiamo sotto gli occhi la geologia dei luoghi che visitiamo.

Con questo incontro vogliamo provare a imparare qualche trucco e accorgimento per raccontare ai giovani la storia della terra di cui noi siamo solo piccoli ospiti, in processi che in milioni di anni hanno modellato i luoghi in cui ora camminiamo e viviamo.



## *La sicurezza in montagna – modulo 2*

*con Mauro Graziani, Scuola Nazionale del Servizio Valanghe Italiano, responsabile della sicurezza A.I.Ne.Va.*

**Quando:** 26 aprile 2021, ore 21

Una serata rivolta a tutti per approfondire alcune nozioni di sicurezza in montagna

**Modulo 2:**

- valutazione e gestione dei rischi
- una proposta per la gestione del rischio nella conduzione di gruppi in montagna

