



SEZIONE DI BOLZANO



## ARTICOLO PER SERATA CULTURALE CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Bolzano

**Giovedì 6 febbraio 2025 ore 18.00**

**I giovedì di CAI Bolzano e Cristallo**

***Sala Giuliani Teatro Cristallo***

**“Con il Dr. Paolo Pretto già Primario di Pneumologia Territoriale Aziendale Sabes e Fernando Gardini esperto CAI di escursionismo e scrittore. Modera Eddi Treccani.**

***“Camminare in città”***

Sempre più donne e uomini, giovani e meno giovani si muovono in città a piedi. Camminiamo per svolgere attività fisica tutti i giorni, per compensare situazioni di stress, per stare in compagnia, per evitare il traffico con l'auto o la moto. Ma sappiamo che Bolzano è una città colpita da diversi fenomeni che peggiorano fortemente la qualità dell'aria, danneggiando la nostra salute psico-fisica e la qualità della vita.

### **Gli effetti dell'inquinamento da traffico**

Il dr. Paolo Pretto, già primario del Servizio Aziendale di Pneumologia Territoriale della nostra Azienda Sanitaria, ci spiegherà gli effetti in particolare dell'inquinamento da traffico sulla nostra salute. Ci sono alcuni aspetti importanti da tenere ben presente quando camminiamo in città svolgendo attività fisica, sia a ritmo normale che sostenuto.

### **In quali punti della città la qualità dell'aria è peggiore**

Nella relazione presenteremo anche le rilevazioni più recenti della situazione dell'aria nella città di Bolzano. In quali orari, giornate e condizioni meteo la qualità dell'aria è particolarmente critica. Quali sono i percorsi stradali più problematici e dove si verifica il cosiddetto “effetto Canyon”. In positivo, quando e dove muoverci a piedi, e quali percorsi scegliere anche dedicando qualche minuto in più ai nostri spostamenti.

### **Come è meglio muoverci in città a piedi**

Con il supporto prezioso di Fernando Gardini, esperto CAI di escursionismo, rivediamo insieme i migliori percorsi per muoverci a piedi e come sfruttare al meglio le vaste aree di Bolzano dove l'aria è migliore e la presenza di vegetazione ci protegge e ci mette a contatto con la natura. Rivediamo con Fernando i diversi sentieri che partono da Bolzano, per passeggiate brevi ed escursioni senza prendere l'auto.

Senza ovviamente dimenticare che senza interventi strutturali sulla limitazione del traffico privato – over-turismo, pendolari, spostamenti interni con auto, politica dei parcheggi, ampliamento di ZTL – e senza circonvallazioni, la nostra città resta nella morsa del traffico. Soprattutto per chi va a piedi, in bici o con mezzi pubblici. Come la maggior parte di noi!

