

FILIALE DI CHIERI

Piazza Europa, 23

T. 011 9427328

chieri@bancadiasti.it

Messaggio Pubblicitario.

Le attività sono riservate ai soci.
Quota associativa 2019
(compensiva di assicurazione
responsabilità civile e infortuni):
gratuita per i minori di 18 anni
8 euro socio ordinario
25 socio sostenitore



www.camminarelentamente.it
380.6835571 - 349.7210715
camminarelentamente2@gmail.com



Senfiero Verde 2019



“Conoscere il tuo pianeta è un passo verso il proteggerlo” Jacques-Yves Cousteau



con il patrocinio di

Nell'anno dedicato al **turismo lento**, ma anche per **sensibilizzare le nuove generazioni** alle tematiche del rispetto dell'ambiente e di una **mobilità lenta e sostenibile**, proponiamo **passaggiate ed escursioni** per bambini (a partire dalla fascia 0-6 anni, con il progetto **“A piccoli passi”**, ideato con l'asilo nido Cuccolo di Chieri) e ragazzi delle scuole di ogni ordine e grado, che vogliono scoprire insieme a noi il territorio e le sue ricchezze, a partire da quello piemontese. Sul nostro sito si possono trovare e scaricare le attività contenute nel progetto **“Siamo nati per camminare”** (laborato in collaborazione con l'Istituto Comprensivo Antonio Astesano di Villanova d'Asti), che si possono adattare e modificare secondo le esigenze e le richieste delle scuole e delle classi.

ATTIVITÀ PER LE SCUOLE

- promuoviamo la **vita in armonia con la natura**, il cammino, le buone pratiche per vivere meglio e mitigare il cambiamento climatico;
- riscopriamo, **senza fretta**, a piedi, il territorio, facendone conoscere e **valorizzando** le bellezze monumentali e ambientali, le risorse culturali ed enogastronomiche;
- **sensibilizziamo** i cittadini e le istituzioni su temi oggi fondamentali, quali la **lentezza** come valore sociale, la qualità della vita nel territorio urbano e non, **uno stile di vita più sobrio e sostenibile**, ossia capace di futuro.

CHI SIAMO

Via Giuseppe Grassi 14
angolo via Gropello
10138 - Torino
NUOVA ED USATA
COMPRA/VENDITA E PERMUTA
ATTREZZATURA FOTOGRAFICA



Azienda agrituristica
“BRICCO GALLO”
www.briccogallo.com
Cascina Ronco
Strada Tigliole 31
14016 Tigliole - (AT)



ESTETICA SOLARIUM
BENESSERE
GIRASOLE
di Roccisano Elisabetta
Per i tesserali di Camminare Lentamente
SPECIALE SCONTO del 20%
334 5893068
Estetica Girasole
Villanova d'Asti

LUCA QUAGLINO Personal Trainer | Istruttore Posturale
ALLENAMENTI AL FEMMINILE
SENIOR - TERZA ETÀ
ESERCIZI PER LA SCHIENA
POSTURA ED EQUILIBRIO
TONIFICAZIONE E DIMAGRIMENTO
Per i tesserali di Camminare Lentamente
SPECIALE SCONTO del 15%
LUCA QUAGLINO PERSONAL TRAINER STUDIO FITNESS
NEL CHIHERESE E DINTORNI
342 0688376



MITIGHIAMOCI 2019 INFORMA-AZIONI per mitigare il cambiamento climatico

Anni senza pioggia, altri con precipitazioni intense, caldo a gennaio e fredde ad agosto, incendi devastanti e venti fortissimi. Il Cambiamento climatico è arrivato! Ci restano pochi anni... Come camminatori, oltre che come appartenenti al genere umano, abbiamo il dovere di provare a cambiare la situazione, a ridurre il nostro impatto sul pianeta, a MITigare il Cambiamento climatico. Ed essendo esseri con i piedi ben piantati per terra, partiremo da piccoli gesti pratici che aiutano il pianeta:

- uso costante di **bicchieri riutilizzabili**, che verranno consegnati alla partenza di ogni camminata;
- utilizzo di carta ed altri **materiali riciclati ed ecologici**;
- **riduzione della plastica** ed eliminazione di quella monouso;
- promozione ed utilizzo dell'**acqua pubblica**, delle casette comunali;
- incentivazione all'**uso dell'auto in condivisione** ed alle energie rinnovabili;
- dedica di alcuni eventi agli **alberi monumentali**, alle meraviglie della natura, alle giornate della terra, dell'ambiente, della mobilità sostenibile, alla Marcia per la Terra;
- **collaborazione** con associazioni, scuole ed enti pubblici per promuovere azioni virtuose nei confronti dell'ambiente;
- **informazione** continua sulla situazione ambientale locale e mondiale.



CONVENZIONI

I soci possono usufruire di una serie di **sconti** presso negozi, attività e strutture convenzionate. L'elenco completo è disponibile sul sito nell'apposita sezione.

CONCORSO FOTOGRAFICO

Prorogata al 31 luglio la scadenza del concorso fotografico organizzato per festeggiare il **V anno di Camminare lentamente** nel 2018. Il regolamento è pubblicato sul sito dell'Associazione.



CALENDARIO 2019

DATA	DURATA	TITOLO	LUOGO DI PARTENZA	ORA	DIFFICOLTÀ	NOTE
27 gennaio		<i>Aspettando la merla</i>	Cellarengo (AT)	14,30		
10 febbraio		<i>Alle porte del Roero</i>	Villata di Valfenera (AT)	14,30		
24 febbraio		<i>In marcia con i Cacciatori delle Alpi</i>	Brozolo (TO)	14,30		
10 marzo		<i>San Fruttuoso, la perla del Tigullio</i>	Camogli (GE)	9,30		
24 marzo		<i>Api e alberi in fiore</i>	Piobesi d'Alba (CN)	14,30		
31 marzo		<i>Nel cuore della Malvasia</i>	Casorzo (AT)	14,30		
12-14 aprile		<i>Camminando tra Langhe e Roero</i>	Alba (CN)	9,00		
22 aprile		<i>Pasquetta, tra pace e natura</i>	Cisterna d'Asti (AT)	10,30		
28 aprile		<i>Terra d'Arneis</i>	Castellinaldo (CN)	14,30		
01 maggio		<i>Cammino DiVino</i>	Buttigliera d'Asti (AT)	14,30		
12 maggio		<i>Revigliasco, la Riviera di Torino</i>	Testona di Moncalieri (TO)	14,30		
19 maggio		<i>La Cappella del Barolo</i>	La Morra (CN)	14,30		
02 giugno		<i>Le Rocche dei Sette Fratelli</i>	Treiso (CN)	14,30		
09 giugno		<i>Acque di bellezza</i>	Mergozzo (VB)	9,30		
22 giugno		<i>Metti un notturno al Bricco Gallo</i>	Tigliole (AT)	18,30		
23 giugno		<i>Provenza in Langa: un tuffo nella lavanda</i>	Sale delle Langhe (CN)	9,30		
05-07 luglio		<i>L'Alta Via dei Re in Valle Gesso</i>	Sant'Anna di Valdieri (CN)	9,30		
23 luglio		<i>Notturmi nelle Rocche</i>	Corneliano d'Alba (CN)	21,00		
27 luglio		<i>Ricci in fiore, dal Colle al Fontanino</i>	Colle Don Bosco (AT)	17,00		
01 settembre		<i>Il Giro del Lago</i>	Ceresole Reale (TO)	9,30		
15 settembre		<i>XVIII Passeggiata del Traversola</i>	Savi di Villanova d'Asti (AT)	14,30		
21 settembre		<i>Passeggiata del Parrocchiano</i>	Chieri (TO)	14,30		
29 settembre		<i>A Cascina Graziella con Libera</i>	Moncalvo (AT)	14,30		
06 ottobre		<i>Nel cuore del Barolo</i>	Castiglione Falletto (CN)	14,30		
13 ottobre		<i>Le colline di Casorati</i>	Pavarolo (TO)	14,30		
20 ottobre		<i>Cervo, un borgo sospeso tra cielo e mare</i>	Andora (SV)	9,30		
03 novembre		<i>Roero, terra di grandi vini</i>	Montaldo Roero (CN)	14,30		
10 novembre		<i>Mitighiamoci - Marcia per il clima</i>	Alba (CN)	14,30		

LEGENDA

DURATA	1/2 GIORNATA	1 GIORNATA	2-3 GIORNI	NOTTURNO
DIFFICOLTÀ	MOLTO FACILE	FACILE	MEDIA	IMPEGNATIVA
NOTE	GITA IN BUS GT CON PARTENZA DA CHIERI ALLE 7	DEGUSTAZIONE VINI	MERENDA SINOIRA/CENA	



Il programma completo, la descrizione dei percorsi, i costi e le informazioni sulle passeggiate e sui trekking si possono trovare sul sito www.camminarelentamente.it, al quale occorre fare riferimento per eventuali variazioni di data o annullamenti.