

# VESTITI IN MODO ADEGUATO

PER CAPIRE COME VESTIRCI IN MONTAGNA, QUESTE SONO LE TRE DOMANDE CHE DOVREMMO FARCI:

**1 - IN CHE STAGIONE SIAMO?**

**2 - DOVE STIAMO ANDANDO?**

**3 - SE CAMBIA IL TEMPO, SIAMO PREPARATI?**

### **1. RISPONDERE ALLA PRIMA DOMANDA È SEMPLICE, BASTA GUARDARE IL CALENDARIO!**

IN ESTATE FA PIÙ CALDO ANCHE IN QUOTA ED È IMPORTANTE PROTEGGERSI DAL SOLE CON INDUMENTI CHE CI PROTEGGANO SOPRATTUTTO LA TESTA E LE SPALLE (T-SHIRT CON LE MANICHE E CAPPELLINO). RICORDIAMOCI CHE PIÙ SI SALE, PIÙ IL SOLE È VICINO A NOI E PIÙ SCOTTA!

IN INVERNO IN MONTAGNA FA DECISAMENTE FREDDO E QUASI CERTAMENTE AVREMO A CHE FARE CON LA NEVE. È IMPORTANTE CHE LE NOSTRE SCARPE, I NOSTRI PANTALONI E LA NOSTRA GIACCA SIANO CALDI E ISOLANTI E MAGARI ANCHE RESISTENTI ALL'ACQUA. LE ESTREMITÀ, OVVERO MANI E ORECCHIE, ANDREBBERO COPERTE BENE PERCHÈ SONO LE PARTI DEL NOSTRO CORPO PIÙ ESPOSTE E ANCHE LE PIÙ LONTANE DAL CUORE, PERCIÒ SONO LE PRIME A RAFFREDDARSI. IN PRIMAVERA E IN AUTUNNO IL CLIMA È PIACEVOLE MA ATTENZIONE: SE PIOVE LA TEMPERATURA SCENDE ANCHE DI MOLTI GRADI PERCIÒ È CONSIGLIABILE PORTARE CON NOI UN GILET IMBOTTITO E UNA FELPA IN PIÙ.

**2. SE STIAMO ANDANDO IN ALTA MONTAGNA** CI SERVIRÀ UNA GIACCA NELLO ZAINO ANCHE IN PIENA ESTATE, SE SIAMO DIRETTI A FONDO VALLE ED È UNA GIORNATA DI SOLE DI INIZIO DICEMBRE FORSE AVREMO VOGLIA DI APRIRCI LA GIACCA ANCHE SE SIAMO GIÀ ALLE PORTE DELL'INVERNO. L'ALTITUDINE, CIOÈ QUANTO IN ALTO ANDIAMO, CONTA MOLTO IN MONTAGNA SE PARLIAMO DI TEMPERATURE. INFORMIAMOCI SEMPRE BENE SULLE PREVISIONI METEO DEL LUOGO DOVE SIAMO DIRETTI E RICORDIAMOCI CHE PIÙ SALIAMO IN ALTO E PIÙ IL TEMPO CAMBIA IN FRETTA!

**3. A PROPOSITO DI TEMPO CHE CAMBIA**, ECCOCI ALLA TERZA DOMANDA DI QUESTO CAPITOLO: SAREMO PRONTI SE VENISSIMO SORPRESI DALLA PIOGGIA, DAL VENTO, O ANCHE SOLO DA UN'ESCURSIONE TUTTA SOTTO AL SOLE? FARSI TROVARE PRONTI È FONDAMENTALE IN MONTAGNA, COME ABBIAMO GIÀ VISTO IN PRECEDENZA, ESSERE PREPARATI AL CAMBIO DEL METEO È IL PANE QUOTIDIANO DEGLI ESPLORATORI E PER QUESTO NELLO ZAINETTO NON DOVREBBERO MAI MANCARE UN CAMBIO COMPLETO, UN INDUMENTO CALDO (PILE, FELPA) E UNA GIACCA LEGGERA ANTI-PIOGGIA E ANTI-VENTO.

# COME MI VESTO?

VESTI QUESTI BAMBINI NEL MODO CORRETTO PER L'AMBIENTE IN CUI SI TROVANO:  
ALTA MONTAGNA, IN VALLE, NEL BOSCO E AL LAGO!

