

Bio

magazine

N.19 MENSILE - MAGGIO 2016 - €2,90

STOP ALLA CELLULITE

TRATTAMENTI NATURALI PER CONTRASTARE

Meditare

CAMMINANDO

LIBERATI DALLO STRESS E GUARISCI L'ANIMA

UN FIORE IN BOCCA

MAL DI DENTI, AFTE E GENGIVITI: CURIAMOCI CON LA FITOTERAPIA

Fermare il tempo

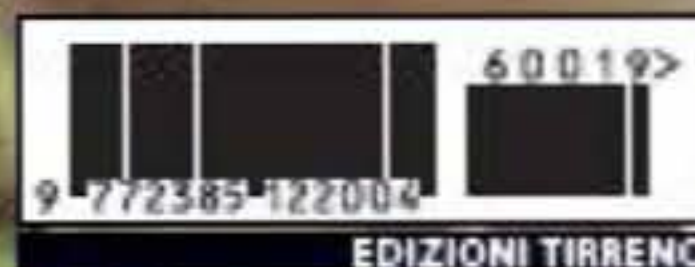
METODI GREEN

PER FAR SPARIRE LE RUGHE

OLI AROMATICI FAI DA TE

Rimedi bio per risolvere i più comuni problemi estetici

10 modi per combattere LA PELLE GRASSA





Uno dei cardini del turismo ecosostenibile è lo sviluppo di una coscienza ambientale e culturale

IL MODO GIUSTO DI VIAGGIARE

Si parla sempre più spesso di ecoturismo (o turismo ecologico), ma perché è così necessario trasformare il modo di vivere il tempo libero, i viaggi e le nostre vacanze?

Stiamo parlando di una forma di turismo che si fonda sul desiderio di recuperare un rapporto più profondo con la Natura, con le tradizioni e con la cultura dei luoghi che si vistano. A farla da padrone, più che il lusso e le strutture sorprendenti, sono i paesaggi incontaminati, di frequente lontani dai grandi centri urbani, per riprendere così possesso di tutti quei valori e quelle bellezze che l'uomo del nuovo millennio sente sempre più lontano da sé ma che vuole comunque fare nuovamente propri. Il "padre" di quest'idea di turismo lo possiamo ritrovare in Hector Ceballos-Lascuráin, architetto messicano, ambientalista, esperto di turismo culturale e sostenibile e impegnato in progettazione architettonica eco-



NATURA E SPORT

Arabba, uno dei principali centri turistici invernali che ha molto da offrire anche durante la stagione estiva, si trova nel cuore delle Dolomiti a 1600 metri di altezza. Che si tratti di una semplice escursione tra i boschi, di un suggestivo trekking tra i rifugi o di impegnative camminate, Arabba permette di vivere ogni aspetto della montagna, "adattandosi" alle necessità di ognuno. Dal paese partono sentieri adatti a tutti gli escursionisti, dalla famiglia con bambini ai più esperti. Ma l'estate di Arabba è l'ideale anche per gli amanti del ciclismo: il 21 maggio passerà la tappa 14 del Giro d'Italia, ma è da ricordare anche la SellaRonda Bike Day. La bici da off-road, peraltro, permette di raggiungere posti unici impossibili per l'automobilista (dolomitisuper-summer.com o arabba.it).

compatibile.

In un'intervista l'architetto messicano ha spiegato come l'ecoturismo abbia come meta aree naturali relativamente indisturbate con lo scopo di studiare e ammirare il paesaggio con le sue piante e i suoi animali selvatici, nonché eventuali aspetti culturali esistenti, pur non essendo necessariamente uno scienziato professionista, un artista o un filosofo. Tutto ciò coinvolgerà maggiormente la persona anche nei problemi di conservazione e di difesa di tali luoghi.

TURISMO E IMPATTO AMBIENTALE

A partire dagli Anni '90, a seguito della Conferenza di Rio, lo sviluppo sostenibile ha acquistato sempre più rilevanza sia dal punto di vista politico che sociale, toccando aspetti molto diversi tra loro. Primo tra tutti, però, a essere analizzato fu sicuramente il rapporto che l'uomo ha con la Natura, in cui deve sussistere la volontà e la capacità di utilizzare le risorse naturali a disposizione nel pieno rispetto del Pianeta. Studi sulla relazione tra turismo e ambiente cominciarono però già dagli Anni '80. Ma quali sono i principali effetti del turismo sull'ambiente? Inquinamento

VIAGGIANDO ALLA SCOPERTA DEI PAESI TROVERAI IL CONTINENTE IN TE STESSO

(PROVERBIO INDIANO)

dell'aria e dell'acqua; inquinamento da rifiuti e acque reflue; deturpamento del paesaggio; uso non controllato delle risorse naturali; eccessivo spreco energetico; congestione di traffico; inquinamento acustico.

L'ITALIA

Non c'è da stupirsi che l'Italia sia al quinto posto per il numero di turisti, considerando le sue numerose attrattive sia architettoniche che paesaggistiche. Le mete più ambite sono le bellezze naturalistiche e le città d'arte, ma anche gli iter di degustazione di prodotti enogastronomici locali. Il problema però è che si rileva una scarsa informazione sugli effetti ambientali legati proprio al turismo. Secondo l'ISTAT le preoccupazioni dei singoli cittadini sono rivolte soprattutto verso l'inquinamento atmosferico, la produzione e lo smaltimento dei rifiuti e il cambiamento climatico. Per la maggioranza degli italiani è importante non sprecare energia elettrica e acqua; il 42% della

popolazione invece ritiene che creare aree naturali protette può notevolmente contribuire alla salvaguardia delle specie animali e vegetali. C'è però un dato che risulta contraddittorio: nel 2014 solo il 16% della popolazione si è recato in vacanza nelle aree protette. Risulta quindi necessario potenziare sempre di più un turismo volto al recupero e alla rivalutazione dell'ambiente, preservandolo al tempo stesso.

UN TURISMO SOSTENIBILE

Più del 20% della CO2 prodotta durante le nostre vacanze è legata alla ricettività turistica. È per questo che è sempre più impellente operare scelte sagge anche per quanto riguarda la nostra vacanza, preferendo strutture rispettose dell'ambiente, dei luoghi e delle comunità locali. Proprio su questa filosofia si basa Ecobnb.com, una piattaforma per trovare ospitalità in armonia con la Natura. Ogni proposta, suggerita dalla community, deve però rispettare almeno 5 di 10 caratteristiche: cibo



biologico o a "km zero", energia da fonti rinnovabili, raccolta differenziata oltre l'80%, raggiungibilità senza auto, pannelli solari, riduttori di flusso per il risparmio dell'acqua, detergenti ecologici, lampadine a basso consumo, riuso delle acque piovane. Chi viaggia può prenotare sistemazioni che risparmiano fino al 90% di CO2 rispetto a hotel tradizionali: dal rifugio a zero emissioni al bed & breakfast biologico. Si possono scoprire meravigliose location ricavate in antiche masserie circondate dal verde o situate in piccoli borghi fino a qualche anno fa disabitati (ecobnb.com; info@ecobnb.com).

Tramite il sito Legambienteturismo.it, i turisti possono scoprire e scegliere le migliori offerte in una varietà di strutture sparse nei più bei luoghi d'Italia. "Oggi per il turista la sostenibilità ambientale è uno dei parametri più attrattivi. L'Italia deve diventare sempre più un modello per lo sviluppo sostenibile che associa qualità ambientale alle buone pratiche ecologiche: investire sulle bellezze naturalistiche e sui prodotti tradizionali, infatti, significa investire sul nostro futuro creando un modello basato sulla sostenibilità ecologica", spiega Angelo Gentili, responsabile Legambiente Turismo. Sono 10 i parametri

"ECO" E "BIO"

"Sono tanti i piccoli tour operator e le agenzie che si sono specializzati nel programmare e proporre itinerari, pacchetti e soggiorni in cui la mission è garantire il più basso impatto ambientale possibile, l'impiego della manodopera locale e l'utilizzo delle materie prime a km 0". Così commenta la consulente di viaggi Miriam Silvestri (miriam@jacinitravel.it).

"Le varie alternative? Fly&drive in SudAfrica, Australia, California con pernottamenti e degustazioni in aziende vinicole, oppure in ranch/fattorie, o ancora sistemazioni in Parchi nazionali e naturali. In questo modo i clienti possono permettersi, all'interno di un itinerario elaborato in autonomia, di inserire qualche giorno a stretto contatto con la natura e la cultura enogastronomica del Paese che stanno visitando, vivendo esperienze speciali e indimenticabili. Ad esempio nelle Isole Cook vi sono opportunità di soggiorni in resort a basso impatto ambientale e la possibilità di cenare in ristoranti familiari, in cui la cuoca/proprietaria invita gli ospiti nell'orto per scegliere e cucinare insieme gli ingredienti della cena", conclude Miriam.

E in Italia? Il biologico sbarca sulle mappe! Online su biobank.it è possibile trovare 400 ristoranti, 1.500 agriturismi, 200 mercatini e molto altro ancora. In questo modo ovunque e in qualunque momento, da computer, tablet e smartphone, ci si potrà lasciare ispirare dalle numerosissime alternative per girare l'Italia in modo "bio".

SECONDO I DATI FORNITI DA TERRANOOSTRA E FEDERALBERGHI, I SOGGIORNI IN STRUTTURE DI CAMPAGNA HANNO SUBITO UN INCREMENTO DEL 10%

da rispettare, che vengono poi costantemente controllati per entrare a far parte dell'etichetta "Turismo Bellezza Natura": rifiuti, acqua, energia, alimentazione, gastronomia, trasporto collettivo, mobilità leggera, rumore, beni naturali e culturali e comunicazione (mappa completa su Legambienteturismo.it).

Si può scegliere tra: hotel, relais, alberghi, agriturismi, b&b, country house, fattorie bio, rifugi, alberghi, centri di educazione ambientale, stabilimenti balneari, centri sportivi, ristoranti, camping e villaggi (turismo@legambiente.it o contattare lo 0564.48771 per maggiori informazioni).

