

LUGLIO IN CAMMINO

Luglio: l'estate, la voglia di aria aperta e libertà. E alla Biblioteca del Galluzzo abbiamo pensato di dedicare al mese di Luglio una bibliografia sui cammini, brevi o lunghi che siano. Abbiamo suddiviso il materiale per argomenti: dai percorsi veri e propri, ai manuali di riconoscimento di piante e animali, a piccoli manuali di "sopravvivenza" utili in caso di imprevisti, a ciò che un cammino o una breve escursione è in grado di operare in noi, in termini di benessere, centratura e consapevolezza... e in tutto questo, abbiamo pensato anche ai piccoli camminatori con letture dedicate per incoraggiarli a vivere un cammino come una splendida avventura.

Tutti i titoli, dove non segnalato diversamente, sono nel catalogo della Biblioteca del Galluzzo e sono disponibili sia per il prestito locale che per il prestito interbibliotecario.

Buon viaggio!



I CAMMINI DI "CASA NOSTRA"

Sentieri natura in Terre di Siena

Volumi I e II;

Angiolo Naldi

Betti Editrice, Siena 2019

Venti percorsi circolari di lunghezza varia, tutti dettagliati e percorribili in una giornata.

Escursioni sulle Apuane e dintorni: 19 itinerari adatti a tutti;

Francesco Greco,

Editoriale Programma: Treviso 2020

Escursioni di varia lunghezza e dislivello percorribili in una giornata.

Il Cammino di Dante, da Ravenna a Firenze e ritorno;

Marcello Bezzi, Silvia Rossetti, Massimo Venturelli

Terre di Mezzo Editore, Milano 2021.

380 Km a piedi tra Romagna e Toscana.

Guida alla Via Degli Dei: da Bologna a Firenze e ritorno

Simone Frignani

Terre di Mezzo Editore, Milano 2020.

120 Km tra Emilia Romagna e Toscana

La Via degli Abati e del Volto Santo;

Niccolò Mazzucco, Luciano Mazzucco, Guido Mori
Terre di Mezzo Editore, Milano 2019.
350 Km da Pavia a Lucca.

La Via di Francesco: da la Verna e da Roma verso Assisi;

Gianluigi Bettin, Paolo Giulietti, Nicola Checcarelli
Terre di Mezzo Editore, Milano 2020.
450 Km tra Toscana, Umbria e Lazio

Italia Coast to Coast: dall'adriatico al Tirreno;

Simone Frignani
Terre di Mezzo Editore, Milano 2020.
400 Km tra Il Conero e l'Argentario

La "Via Teutonica": l'alternativa germanica alla Via Francigena;

Renato Stopani
Le lettere, Firenze 2010.

Il reticolo di vie Medievali della Via di Alemania che da Roma porta a i confini fra Germania e Danimarca: da Forlì e Forlimpopoli a Montefiascone, dal Brennero a Treviso e da lì le vie di acqua e di terra per Ravenna, Forlì e Bologna, Da Bologna a Firenze e Siena, da Bologna verso Empoli, e da Nonantola a Pistoia e Lucca

PERCORSI IN BICICLETTA

In sella all'Arno: dal verde del Casentino al blu del Tirreno in bicicletta

Enrico Caracciolo
Ediciclo editore, Portogruaro 2020,
In bicicletta, tappa dopo tappa, lungo il suo percorso dalla sorgente, Capo d'Arno, sul monte Falterona, giù per le foreste casentinesi e verso la Valdichiana, per dirigersi a Sud Ovest lungo il Valdarno inferiore fino a Firenze, per terminare a Marina di Pisa a Bocca d'Arno.

Italia in bicicletta

Abramo Mercarini,
Touring Club Italiano, Milano 2021
Itinerari, ciclovie, tappe del Giro d'Italia sparsi per tutta Italia, chilometri e dislivelli sia per i più che per i meno allenati.

CHI CI ACCOMPAGNA SUL CAMMINO?

ANIMALI, ALBERI ED ERBE SELVATICHE OSSERVATI NEL LORO AMBIENTE

Alberi: manuale per riconoscerli e amarli;

Victor Coutard
Giunti editore, Firenze 2021
Capire come funziona il ciclo vitale degli alberi, riconoscerne le varie specie, orientarsi fra miti e simboli, conoscerne il ruolo ecologico, biologico e sociale.

Riconoscere gli alberi;

Roger Phillips
De Agostini, Milano 2019
500 Alberi, le chiavi di riconoscimento delle foglie, e per ciascuno di essi le foto di foglie, i fiori, i frutti e il disegno schematico della sagoma. Un manuale completo per imparare a riconoscerli specie per specie, a colpo d'occhio.

Che fiore è questo?

M. Sphon, M. Golte Bechtle, R. Spohn

Ricca Editore, Roma 2017

Una guida completa per riconoscere 850 piante erbacee spontanee attraverso il colore e la forma dei fiori, completo di foto, indicazioni circa il tipo di terreno su cui crescono, le “associazioni” in cui si trovano a loro agio e altre piccole curiosità che le riguardano. Per grandi, ma anche per esploratori in erba!

Farfalle e falene;

David Carter

R.C.S., Milano 1999

Guida fotografica a oltre 500 specie di farfalle e falene di tutto il mondo. Una guida naturalistica completa che permette una classificazione sicura, semplice e diretta.

La magia e il mistero degli alberi;

Jen Green, Claire McElfrick

Gribaudo, Milano 2020

Gli alberi e il loro mondo segreto, come comunicano fra loro, a quali animali offrono cibo e protezione e come reagiscono quando vengono disturbati. (saggistica per ragazzi)

Raccontare gli Alberi;

Pia Valentinis, Mario Evangelista

Rizzoli, Milano 2012

Un libro per immagini, splendide chine che accompagnano i racconti sugli alberi a noi più vicini.

Un libro pensato per i ragazzi, ma anche per quegli adulti che riescono a farsi coinvolgere dalla bellezza e dalla poesia degli alberi. (Saggistica per ragazzi)

Alberi, foglie, fiori e semi: lo straordinario regno vegetale;

Sarah Jose, Chris Clennett,

Gribaudo, Milano 2020

L'affascinante mondo delle piante, dai semi più minuscoli agli alberi più maestosi. Qual'è il fiore più puzzolente del pianeta? Come fanno i cactus a immagazzinare acqua? Come funzionano le radici?

Tantissime curiosità sulla flora dei cinque continenti e sulla sua evoluzione. Un incredibile viaggio alla scoperta di questi organismi chiamati piante, che rendono possibile la nostra esistenza. (Saggistica per ragazzi)

Sfoggia e ascolta il bosco;

Tony Wolf,

Dami Editore, Firenze 2008

Un libro per i più piccoli attraverso il quale familiarizzare con gli abitanti del bosco, le loro abitudini e con le loro voci (Bambini 0-6)

UN'ESCURSIONE COME UN'AVVENTURA

Viaggia green nella natura: guida pratica al turismo ecosostenibile in tutta sicurezza;

Chiara Grassi, Christian Lenzi

Edizioni Sonda, Milano 2021

Dalla scelta dell'alloggio, ai mezzi di trasporto, dalla preparazione dei bagagli all'arrivo nel posto che ci ospiterà, dalle attività al rapporto con la natura e gli animali.

Con dieci itinerari in Europa e l'utilissimo vademecum di primo soccorso e sopravvivenza.

Bushcraft 101: guida da campo all'Arte della sopravvivenza nella natura selvaggia;

Dave Canterbury,

Priuli e Verlucca, Scarmagno 2021

I più importanti consigli per ottenere risorse utili dall'ambiente circostante.

Dallo scegliere cosa portare con sé, all'accendere un fuoco da campo, a costruirsi un riparo di fortuna, al preparare una gustosa zuppa di topo muschiato...

N.B. Seguire i consigli contenuti in questa guida solo in caso di effettiva emergenza.

Nella foresta: avventura e attività per bambini;

Licia Baldini, Jolana Kozarova

Gemma Viva edizioni, Vignano 2021

Piante, animali, alberi e fiori, la foresta è un mondo ricco di vita.

Un libro per tutti i bambini avventurosi che vogliono imparare a conoscerlo. (Saggistica per ragazzi)

I boschi e le foreste a piccoli passi;

J.B. Durand, G. Feterman

Motta Junior, Milano 2021

Un libro divertente da seguire passo passo per scoprire tutti i segreti del bosco e dei suoi abitanti: riconoscere le impronte degli animali, scoprire quali bacche e frutti mangiare e quali no, le attività divertenti da sperimentare e le regole da osservare per il rispetto e la tutela del bosco.

Un libro per piccoli esploratori intraprendenti dai sette anni in su. (saggistica per ragazzi)

Passi da gigante;

Anais Lambert,

Pulce Edizioni, Santarcangelo di Romagna (Rn) 2019

Con occhi grandi e curiosi un bimbo esplora il suo giardino... ma attenzione al gigante!

Un libro per piccoli lettori alla scoperta del mondo verde. (Bambini 0-6)

Cerfoglio;

Ludwig Bemelmans,

Lupoguido 2020

Un vecchio pino, un cervo anziano e... un cacciatore, in una favola ecologica per i più piccini dove ogni pagina è contrassegnata da una pianta spontanea diversa. (Bambini 0-6)

IL CAMMINO, LA NATURA E IL BENESSERE

Noi e l'albero: natura urbana, salute umana;

Valentina Ivancich

Corbaccio, Milano 2018

Questo libro dimostra che il rapporto fra uomo e natura è fondamentale e va ripensato per la nostra salute, il nostro equilibrio e la nostra felicità come individui e come specie.

Effetto biofilia: il potere di guarigione degli alberi e delle piante;

Clemens G. Arvay

Macro, Cesena (Fc) 2017

L'effetto biofilia è quell'istintiva attrazione che l'uomo ha nei confronti della natura. Significa riconnettersi con le nostre vere radici, che non crescono nel cemento. Effetto biofilia vuol dire esperienza dell'ambiente e dei luoghi selvaggi. Alla luce dei più recenti studi scientifici, l'effetto biofilia è l'insieme degli effetti terapeutici che la natura ha su di noi.

Shinrin Yoku – Immergersi nei boschi:

il metodo giapponese per coltivare la felicità e vivere più a lungo;

Li Quing

Rizzoli, Milano 2019

Shinrin Yoku, letteralmente "bagno nel bosco", non è una passeggiata o una forma di esercizio fisico ma un'esperienza codificata di sollecitazione dei cinque sensi per educarsi al sentire il bosco e la natura intorno a noi e per percepire la profonda connessione con essa. (Materiale disponibile nel catalogo collettivo SDIAF)