



# MONTAGNA SLOW



## MONTAGNA SLOW

<https://www.slowmedicine.it/montagna-slow/>

Progetto dell'associazione Slow Medicine per un approccio alla Montagna sobrio, rispettoso e giusto, che favorisca la salute e il benessere per tutti e tuteli l'ambiente e la biodiversità

### MONTAGNA SLOW È:



**SOBRIA**

Montagna Slow promuove un modello di vita sana, semplice ed essenziale, invita a evitare il superfluo, gli eccessi, gli sprechi e la velocità come mito, a difendere le risorse naturali e paesaggistiche, a comportarsi in modo consapevole e a non mettere a rischio la propria vita e quella degli altri.

**IN MONTAGNA FARE DI PIÙ E VELOCEMENTE  
NON SIGNIFICA FARE MEGLIO**



**RISPETTOSA**

Montagna Slow rispetta l'ambiente e l'ecosistema, le persone, gli animali, le piante, il paesaggio, la cultura, la storia e le tradizioni locali; favorisce la conoscenza di sé e la relazione tra le persone; rispetta l'armonia della natura e dei suoi tempi.

**AMARE LA MONTAGNA  
VUOL DIRE RISPETTARLA**



**GIUSTA**

Montagna Slow è adatta per tutti, per tutte le età, per tutte le condizioni fisiche e mentali e per tutte le situazioni economiche e sociali. Promuove il benessere e favorisce la salute fisica, mentale e spirituale di tutti.

**LA MONTAGNA È SALUTE E BENESSERE  
PER TUTTI**

**SLOW MEDICINE ETS**

Corso Vittorio Emanuele II, 52 - 10123 Torino

[info@slowmedicine.it](mailto:info@slowmedicine.it) - [www.slowmedicine.it](http://www.slowmedicine.it)

