

[Ver este correo en su navegador](#)



## Boletín de noticias

Contenidos enlazados a nuestra web



### DÍA INTERNACIONAL DE LAS MONTAÑAS 2024

“Soluciones basadas en las montañas para un futuro sostenible: innovación, adaptación y juventud” es el tema del **Día Internacional de las Montañas 2024**. A lo largo de los siglos, las comunidades de montaña han concebido soluciones para adaptarse a sus entornos hostiles, mitigar la pobreza y garantizar el futuro de las generaciones más jóvenes. El objetivo del DIM 2024 es centrarse en soluciones innovadoras, fomentar estrategias de adaptación y empoderar a la juventud para lograr un futuro sostenible.

La participación activa, significativa e inclusiva de la juventud en la toma de decisiones es fundamental para garantizar la sostenibilidad a largo plazo de las soluciones basadas en las montañas. [Leer más](#)



### TRIANGULO DE LOS ALUDES

Vamos a dar un repaso al **triángulo de los aludes**: con los tres aspectos fundamentales que afectan a la seguridad en terreno de aludes: condiciones, terreno y grupo. Conocer el triángulo de aludes os puede ayudar a dirigir la información que dais y a potenciar todos los aspectos relativos a la seguridad en actividades en montaña invernal. Condiciones: empezamos por lo fácil: leer a fondo la previsión meteorológica y el Boletín de Peligro de Aludes #BPA (con el detalle de los problemas de aludes que se indiquen). Todos los enlaces en el que sigue. [Leer más](#)



### PODCAST DE MONTAÑA SEGURA

Montaña Segura está también para ser escuchada, por si no tienes tiempo para leer o prefieres que te lo contemos al oído. ¿Qué es el **podcast de Montaña Segura**?

Unos **diez minutos** de consejos e información para salir a la montaña con más seguridad. Y a más seguridad, mayor disfrute. Un podcast que te acompaña mientras planificas la actividad, equipas tu mochila y también cuando actúas con prudencia en tus actividades deportivas en el medio natural. Hablamos de #montañasegura en voz alta. [Leer más](#)



### MATERIAL DE SEGURIDAD EN TERRENO DE ALUDES

Llevar y saber utilizar el material de seguridad en terreno de aludes es imprescindible para practicar actividades en **montaña invernal**. Los deportes que se desarrollan en medio nevado fuera de las pistas balizadas de las estaciones de esquí alpino o de fondo son actividades técnicas de alto compromiso que requieren llevar -y saber utilizar- este material específico, además de formación en su manejo y en las técnicas para una progresión segura. En nuestra web tenéis información sobre los tipos de aludes, el **Boletín de Peligro de Aludes** (BPA) o en qué consiste la cartografía ATES. Aquí nos vamos a centrar en el material de seguridad imprescindible para movernos por la montaña nevada. [Leer más](#)



Realiza:



Patrocina:



Federación Aragonesa de Montañismo  
C/ Albareda 7, 4º 4ª - 50004 - Zaragoza - ESPAÑA  
Teléfono: 976227971 Fax: 976212459 [fam@fam.es](mailto:fam@fam.es)

¿Quieres seguir recibiendo estos emails o darte de baja?  
[Actualice sus preferencias](#) o [Darse de baja de esta lista](#)