



N.3 AUTUNNO 2026  
GIORNALE DEL CAI DI REGGIO EMILIA FONDATA NEL 1951



# IL CUSNA

## ISTRUZIONI PER GLI AUTORI

### TESTO

Concordare sempre la lunghezza definitiva e il numero di foto con il redattore di riferimento.

Sono previste tre tipologie di articoli con i seguenti limiti di battute, spazi inclusi:

- **Articolo esteso.** Reportage di un'attività di più giorni, progetto o approfondimento: max 9000 battute. Possibilità di aumentare il numero di battute concordando con direttore e redazione.
- **Articolo breve.** Notizia, recensione, attività CAI (trekking...) di una giornata: max 4500 battute.
- **Speciale.** Da concordare con direttore e redazione.  
Rientrano in questo conteggio anche le battute di eventuali box a parte, dei ringraziamenti e dei riferimenti bibliografici.
- **Titolo e sottotitolo:** se l'articolo è sprovvisto del titolo sarà la redazione a crearne uno
- **Autori:** indicare gli autori nell'ordine desiderato seguiti dall'affiliazione gruppo/ente/associazione/sottosezione di appartenenza
- **Stile:** scrivi in modo semplice, chiaro e concreto, con frasi brevi. Descrivi ciò che hai visto, fatto e percepito, coinvolgendo il lettore.
- **Accuratezza:** verifica nomi, luoghi, sentieri, eventi e tradizioni.
- **CAI:** scrivi sempre l'acronimo in maiuscolo.
- **Bibliografia:** negli articoli scientifici la bibliografia è obbligatoria; negli altri è consigliata.
- **Ringraziamenti:** se necessari ridotti allo stretto essenziale

### FORMATO DEL TESTO

Inviare l'articolo in uno dei seguenti formati modificabili:

Word (.docx)

OpenDocument (.odt)

Pages (Apple)

Non inviare PDF, testi manoscritti o file non modificabili.

### IMMAGINI

- Inviare le foto via e-mail, non tramite WhatsApp, per conservarne la qualità.
- Fornire immagini nitide e ad alta risoluzione.
- Per ogni foto indicare una breve didascalia e il nome dell'autore.

### PRIMA DELL'INVIO

- Rileggere il testo e correggere ortografia, grammatica e punteggiatura.
- Accogliere con disponibilità eventuali proposte di modifica o taglio della redazione.

### SCADENZE PER LA CONSEGNA DI TESTI E FOTO

- **Primavera:** 15 gennaio
- **Estate:** 15 aprile
- **Autunno:** 15 luglio
- **Inverno:** 15 ottobre

### Info e contatti:

silviadegani@me.com



**CLUB ALPINO ITALIANO**<sup>APS</sup>  
SEZIONE DI REGGIO EMILIA  
Fondata nel 1875

## IL 5x1000 AL CAI REGGIO EMILIA

Destina il 5 per 1000 al CAI di Reggio Emilia. Non ti costa nulla.  
Trasforma la tua dichiarazione dei redditi in un'azione di sostegno per chi ama la natura e sostiene la montagna. Firma nell'apposita sezione della dichiarazione dei redditi indicando il codice fiscale

**80022910352**

nello spazio riservato agli enti del Terzo Settore.

Con il sostegno di EmilBanca

## ISCRIVETEVI AL CAI

### ORARI DELLA SEDE

La sede della Sezione CAI in Via Caduti delle Reggiane 1/H a Reggio Emilia è aperta nei seguenti giorni:  
MARTEDÌ dalle 17:30 alle 19:30 | GIOVEDÌ dalle 19:00 alle 21:00 | VENERDÌ dalle 17:30 alle 19:30

# Editoriale

di Alberto Fangareggi  
con Elio Pelli e Giovanni Fiori

Il CAI non è solamente un club di appassionati di montagna ma è anche una associazione che ha una importante funzione sociale, in particolare per quanto riguarda l'enorme lavoro di sentieristica e cartografia che svolge. Devo ammettere che in passato l'eccessiva facilitazione dei sentieri (manutenzione e segnaletica) non mi entusiasmava, ritenendo che chi frequentava la montagna, dovesse avere la conoscenza e l'esperienza per sapersi muovere in questo ambiente. Ma la realtà di oggi è che i soci del CAI, anche se quest'anno dovrebbero arrivare all'impressionante numero di 380 mila, sono una minoranza dei frequentatori costanti o saltuari della montagna, che sono vicini a 10 milioni. Questo significa purtroppo che la maggior parte di chi va in montagna ha un'esperienza limitata e quindi una buona sentieristica significa prima di tutto maggiore sicurezza. L'attività del CAI ha poi un'altra importante funzione sociale ed economica in quanto i *nostri* sentieri diventano uno strumento importante per lo sviluppo di un turismo sostenibile nelle nostre montagne, pensiamo ad esempio al Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano. I sentieri, e ovviamente anche il nostro rifugio Battisti, hanno grande valore per sviluppare un'economia sostenibile sui nostri monti. La nostra sezione, con le sue sottosezioni, ormai da anni sta facendo un lavoro enorme. Tante volte abbiamo detto che ci occupiamo di circa 1400 chilometri di sentieri sulla base di convenzioni con Comuni, Regione e PNATE. Abbiamo un gruppo di volontari motivatissimi e un'importante collaborazione con Geomedia per la parte cartografica.

Quest'anno, per la seconda volta, abbiamo avuto un accantonamento dei nostri sentieristi. Lo scorso anno al Battisti, quest'anno alla Valle dei Cavalieri per operare nella zona dell'Alpe.

Così ci dice Elio Pelli, presidente della Commissione Sentieristica e Cartografia. "Facendo riferimento ai due giorni di accantonamento a Succiso, direi che lo spirito che ci ha accomunato viene da passione, entusiasmo, voglia di essere utili per un bene comune, e poi anche divertimento e scoperta, per molti del gruppo, di sentieri mai percorsi prima ed apprezzati per la loro bellezza paesaggistica, con la soddisfazione, con il nostro lavoro, di renderli fruibili a tanti. Hanno partecipato 22 volontari delle squadre delle sottosezioni e della sede. Abbiamo lavorato su circa 70 km di sentieri nella zona dall'Alpe di Succiso a Lagastrello e, sul Sentiero dei Ducati, da Cereggio a Camporaghena in Toscana. È stato confermato, se mai ce ne fosse stato bisogno, lo spirito di gruppo: sentirsi *sentierista* accomuna noi soci CAI ad un volontariato speciale, consapevole di operare per il bene della montagna, di chi la frequenta e di chi ne trae giovamento economico. Tutte le settimane ci sono squadre della Commissione che lavorano sui sentieri dal Po al Crinale. La nostra gratificazione sono i frequentatori dei sentieri e la maggior parte degli amministratori locali che riconoscono il nostro impegno e la qualità del nostro lavoro, sia di manutenzione che di cartografia".

Quest'anno abbiamo definito un accordo con l'Associazione Via Matildica del Volto Santo. Dice ancora Pelli: "Siamo finalmente giunti ad un accordo con la VMVS che sancisce il ruolo centrale del CAI nella manutenzione di questo cammino, nell'ambito di convenzioni stipulate con i Comuni coinvolti. Gran parte della VMVS era già su sentieri CAI, ma ora tutto il percorso sul nostro Appennino è sotto l'occhio vigile dei volontari del CAI". Oltre alla VMVS, la nostra sezione si occupa ovviamente anche del Sentiero Spallanzani e del Sentiero dei Ducati. Per quest'ultimo, orgoglio del-

la nostra sezione, non di occupiamo solo di manutenzione e cartografia, ma anche della gestione del cammino stesso. A proposito di SD, c'è un'importante novità di cui ci parla Giovanni Fiori che insieme a Carlo Possa e Anna Pratissoli costituisce il *direttivo* di SD: "Il Sentiero dei Ducati è un cammino escursionistico che collega Reggio Emilia a Sarzana, attraversando l'Appennino reggiano e parmense e la Lunigiana, lungo territori ricchi di storia, borghi e paesaggi, un tempo legati ai Ducati estensi e di Parma e Piacenza oltre che ai Ducati Toscani. La sua particolarità, più unica che rara nel panorama nazionale dei cammini, sta nella sua origine: è stato interamente ideato e organizzato dalla Sezione CAI di Reggio Emilia, che tuttora ne cura e coordina la gestione con la preziosa collaborazione delle Sezioni di Fivizzano e Sarzana, in particolare nell'importante e continuo lavoro di manutenzione del tracciato. Oggi il progetto compie un ulteriore passo avanti. Il CAI Reggio Emilia, in collaborazione con Geomedia, sta sviluppando una serie di itinerari ad anello di uno, due o tre giorni. L'obiettivo è renderlo più facilmente fruibile anche da chi non può affrontare consecutivamente l'intero percorso di 12 tappe ma anche e soprattutto favorire una maggiore scoperta dei territori circostanti, seguendo per il ritorno altri sentieri CAI e vie minori, valorizzando borghi, paesaggi e luoghi d'interesse dei diversi Comuni attraversati. Il Sentiero dei Ducati diventa così non solo un grande cammino da percorrere nella sua interezza, ma una vera e propria porta d'accesso a territori da conoscere e riscoprire attraverso esperienze più brevi, diverse e ripetibili nel tempo".

Un'ultima positiva osservazione: nel nostro Appennino non abbiamo ancora un sentiero oltremodo sovraffollato per andare ad acquistare un *krapfen*.

# SOMMARIO

## N. 3 - AUTUNNO 2026

- 03  
Editoriale  
*Alberto Fangareggi con Elio Pelli e Giovanni Fiori*
- 05  
Notizie dal Consiglio Sezionale  
*Alberto Fangareggi*
- 06  
Ci ha lasciato Gianna Poli,  
una colonna del CAI reggiano
- 07  
Il CAI e il futuro  
*Massimo Bizzarri*
- 08  
Lo scaffale del Cusna  
Calore di lana e profumo di resina  
*Chiara Todesco,*  
*a cura di Lucia Cuccurese*
- 09  
Lo scaffale giallo  
Mondi sotterranei  
*di Volker Mehnert, illustrazioni di Claudia Lieb*  
Il segreto del bosco vecchio  
*di Dino Buzzati*  
*a cura di Silvia Degani*
- 10  
Tra valli, boschi e scrittura:  
Sandro Campani racconta i luoghi che  
diventano storie  
*Intervista a cura di Silvia Degani*
- 12  
Montagne d'arte.  
Giovanni Segantini. "...librarsi su verso  
l'azzurro profondo,  
nel gran silenzio bianco delle alte  
montagne"  
*Lucia Gramoli*
- 14  
Zaino e benessere  
*a cura di Anna Maria Ferrari*  
Il mal di montagna ... non è il mal  
d'Africa  
Un nemico imprevedibile  
*di Angela Venturini e Cecilia Campani*
- 17  
La Madia  
Dalla nascita dell'escursionismo  
nel medio e basso Appennino  
reggiano ad oggi  
*di Carlo Possa*  
C'è sempre più interesse per  
l'escursionismo a bassa quota  
*di Elio Pelli*
- 20  
Strade maestre: quando la scuola si  
mette in cammino  
*Intervista a Marika Sacchi a cura di Silvia Degani*
- 22  
La mia inconfondibile vita  
*Fabrizio Silveti*
- 24  
La valle Wadi al Qaraqir nel nord del  
Libano  
*Maurizio Davolio*
- 26  
Capire il paesaggio in montagna.  
Parte 1 Geologia  
*Alberto Fangareggi*
- 30  
Il Signore degli Anelli  
L'anello di Quara
- 31  
Sentieri e storie. La valle di Rio Re  
*Daniele Canossini*
- 32  
Il cammino di San Benedetto del CAI  
di Novellara  
*Lucia Gramoli*
- 35  
Trekking in Abruzzo tra natura, storia  
e poesia  
con il CAI di Scandiano  
*Lorella Ferrari e Catia Mercanti*
- 37  
C'era una volta nel Lazio.  
La vera storia di un migrante  
al contrario  
*di Simone Storchi*
- 39  
Cronaca alpinistica. Polifemo:  
una nuova linea sullo Scoglio  
dei Ciclopi  
*Davide Iotti*
- 40  
Il nostro GR20 - la Grande Avventura  
Annina, Tazio e Gian  
*a cura di Simona Morandi*
- 44  
Tre giorni nelle terre di confine:  
dal Carso all'Istria in compagnia della  
SAG  
*Cecilia Marchesi e Matteo Lemmi*
- 47  
Nei luoghi de "Le otto montagne"  
*Paolo Storchi*
- 49  
Inaugurato il Sentiero Frassati  
di Carpineti
- 50  
Si scrive museo ma si legge memoria  
*Marino Bigi, Enzo Zannoni*



### IL CUSNA

Direttore Responsabile: **Silvia Degani**

Redazione: **Sandra Boni, Lucia Cuccurese, Silvia Degani  
Cecilia Marchesi, Gian Paolo Montermini, Simona Morandi**

Redazione

Club Alpino Italiano - Sezione di Reggio Emilia  
Via Caduti delle Reggiane 1/H - 42122 Reggio Emilia (RE)  
Tel. 0522 436685 - [ilcusna@caireggioemilia.it](mailto:ilcusna@caireggioemilia.it)

Proprietario

Club Alpino Italiano - Sezione di Reggio Emilia  
Autorizzazione del Tribunale  
di Reggio Emilia n. 157 del Reg. Stampa in data 15-03-1963  
L'abbonamento di 3 euro è stato riscosso con la quota sociale  
1 numero € 0,75 (IVA compresa)

Stampa: **Bertani & C. Industria Grafica Srl**  
via Guadiana 6/8 42025 Corte Tegge, Cavriago (RE)

### FOTO DI COPERTINA

"La scaglia rossa nel Brenta settentrionale"  
*di Alberto Fangareggi*

# Notizie dal Consiglio Sezionale

di Alberto Fangareggi

## Consiglio del 8 giugno 2026

Il Consiglio approva il verbale del 11 maggio, 35 nuovi soci e due nuove gite di Montagnaterapia e Val d'Enza-GEB. Il Consiglio approva la chiusura della sede di Reggio per tutto il mese di agosto. Il Presidente presenta al Consiglio gli obiettivi del mandato triennale che vengono discussi dal consiglio e che verranno finalizzati nel prossimo consiglio di luglio. A seguito delle dimissioni di parte della Com-

missioni Escursionismo della sede, il Consiglio decide che verrà costituita una nuova commissione che si occuperà non solo della sede di Reggio ma di tutta la Sezione. Il Consiglio approva definitivamente di esternalizzare la contabilità della Sezione a partire dal prossimo anno. La decisione è ritenuta necessaria per l'aumentata mole di lavoro e per la necessità di operare secondo la nuova normativa

ETS. Vengono approvate nuove spese, in particolare: kit di pronto soccorso e nuovi manuali CAI da mettere a disposizione di sede e sottosezioni. Il Consiglio decide che verrà distribuito un gadget per gli iscritti del prossimo anno. Bovero informa su quanto si sta facendo per rinnovare il nuovo sito web della sede. Il Presidente aggiorna sulla recente assemblea nazionale dei delegati tenutasi a Modena.

## Consiglio del 13 luglio 2026

Il Consiglio approva il verbale del 8 giugno e 47 nuovi soci. Il Consiglio decide che l'assemblea ordinaria di autunno si terrà il 16 novembre 2026. L'assemblea dovrà votare per il 2027 i nuovi delegati, la quota di iscrizione e il bilancio preventivo. Il Consiglio approva il progetto dell'insegna che verrà posta sul fabbricato della sede. Bovero e Ognibene presentano la bozza del restyling della nuova pagina web della Sezione. Ottimo lavoro in attesa di consigli e aggiornamento dei testi entro settembre per poter diventare

pubblica in ottobre. Il vice presidente Celestini aggiorna il consiglio sulla costituzione della nuova Commissione Escursionismo della Sezione e sul gruppo di lavoro che dovrà preparare il calendario escursionistico della sede di Reggio. Il Consigliere Olivi propone che l'iniziativa di Family CAI si allarghi dalla sottosezione di Novellara alla Sezione e di creare un collegamento fra Family a AG. Tutti d'accordo, ovviamente si devono identificare volontari per questa iniziativa. Il Presidente aggiorna il consiglio sul re-

cente incontro con i rappresentanti del CAI GIOVANI della nostra Sezione. Il Presidente presenta gli obiettivi del mandato triennale approvati dal consiglio e che verranno presentati alla prossima assemblea ordinaria. Spese e investimenti: completato rifacimento scale al rifugio Battisti, a settembre si metterà a posto la zona fontana. Approvato il corso BLSD proposto da A.M.Ferrari. Celestini definirà come procedere con questo corso nell'ambito del programma di aggiornamento dei DE.

## Consiglio del 7 settembre 2026

Il Consiglio approva il verbale del 13 luglio, approva 41 nuovi soci (portando il numero di soci ad oggi a 3219, 4,3% in più dello scorso anno nella stessa data), approva diverse variazioni di gite, nuove gite e un corso di AL1 della Scuola Bismantova da tenersi in settembre-novembre. Approva anche una convenzione della Sottosezione di Scandiano con due istituti scolastici. Il Consiglio rivede e approva, con una minima variazione, il primo regolamento sezionale (ispirato a simili

documenti di altre sezioni) dedicato al Family CAI, preparato da Alice Olivi. Si vorrebbe estendere le attività di questo tipo oltre la Sottosezione di Novellara. Il past-president Ovi illustra la situazione dei nostri soci under-35 mostrando come, in questa fascia della nostra popolazione, ci sia un forte ricambio quindi una bassa fidelizzazione dei soci giovani. Si è deciso di lavorare con i nostri gruppi Giovani per valutare quali iniziative possiamo intraprendere per migliorare questa

situazione. Il Consiglio ha commentato un recente documento SAT sul tema della responsabilità dell'accompagnamento in montagna (quindi dei Direttori di Escursione e del Consiglio Sezionale). A questo proposito, si concorda sull'importanza delle azioni che la Sezione ha preso con le approvazioni dei calendari, dei DE e dei programmi di aggiornamento. Infine il Consiglio ha rivisto e aggiornato il programma di spese e investimenti dell'anno in corso.

# Ci ha lasciato Gianna Poli, una colonna del CAI reggiano

Gianna Poli ci ha lasciato all'improvviso il 3 agosto scorso: era ammalata da pochi mesi, e aveva iniziato a curarsi, ma la malattia l'ha portata via in pochissimo tempo. Gianna è stata una figura importantissima (si potrebbe dire essenziale) del CAI reggiano negli ultimi decenni. È stata per un triennio anche consigliere sezionale, dal 2007 al 2009, e a più riprese anche sindaco revisore. Ma specialmente ha avuto un ruolo straordinario nel settore escursionistico e dello sci di fondo. Amava moltissimo la montagna, che per anni ha frequentato assieme al marito Luciano Crotti. Nonostante la prematura scomparsa di Luciano, dopo una lunga malattia, e altri problemi familiari, Gianna ha continuato con tantissima passione e capacità ad organizzare gite escursionistiche e a coordinare il calendario sezionale. A lei in particolare (assieme al mai dimenticato Sergio Morini) si deve l'intuizione dei primi trekking "mediterranei" organizzati dalla Sezione nel sud dell'Italia e nelle tante isole del "mare nostrum". Quei trekking – alcuni realizzati con le bravissime guide di Misafumera – ebbero un grandissimo successo: una

esperienza che poi si è radicata moltissimo anche nelle Sottosezioni. L'ultimo trekking organizzato da lei con Sergio Morini fu quello a Maiorca nel 2021. Ma non possiamo dimenticare le tantissime gite organizzate da Gianna, e la sua intensa attività nel Gruppo fondisti.

Nel bellissimo filmato realizzato per i 150 anni della Sezione c'è anche a più riprese la voce di Gianna, e forse la sua è la definizione più bella di cosa vuol dire andare in montagna con il CAI: «Le amicizie che nascono nell'ambito della montagna sono durature, sono molto forti, perché c'è solidarietà, perché c'è sostegno in caso di difficoltà e sono relazioni che poi si mantengono nel tempo». E aggiunge: «La montagna è lì, rimane lì e rimarrà sempre lì. Quindi si deve imparare l'umiltà della rinuncia» Sono parole che dimostrano come Gianna conoscesse bene la montagna, e come la si deve affrontare. Gianna aveva anche il suo "caratterino" e le sue "spigolosità", che però venivano subito dimenticate di fronte al suo entusiasmo e alla capacità di stringere amicizie. E di amicizie ne aveva tante!

Quando negli ultimi anni per qualche acciacco aveva allentato l'attività di organizzatrice, la Sezione ne aveva risentito. Ma ha continuato fino a pochi mesi fa a partecipare alle uscite del CAI, prima della sua improvvisa malattia. La gioia che aveva nel frequentare la montagna la si capisce dal suo sorriso nelle fotografie scattate nell'uscita del Gruppo fondisti a Riale in Val Formazza, nel marzo di quest'anno.

Così la ricorda Massimo Bizzarri, presidente del Cai Reggio Emilia dal 2013 al 2019: «Ho avuto contatto diretto con Gianna sin dalla mia elezione, poiché aveva dato disponibilità per far parte di quello che allora veniva definito il "collegio dei sindaci". In Gianna ho potuto riscontrare un forte attaccamento al CAI ed alla nostra Sezione. Ha sempre cercato di facilitare le cose, ma con competenza e professionalità. È stata un'anima dell'escursionismo e dello sci di fondo e se ancora oggi tante e tanti soci continuano a frequentare i nostri corsi e le nostre uscite, è certamente anche merito suo per aver trasmesso voglia, entusiasmo e amore per il sodalizio. Un sentito abbraccio ai familiari».

Gianna Poli al Passone



Gianna Poli, seconda da destra, con le fondiste reggiane del CAI a Riale in Val Formazza



# Il CAI e il futuro

*Volontariato, giovani e tutela della montagna: ritrovare comunità e responsabilità per rinnovare il nostro sodalizio*

di Massimo Bizzarri\*

Mai come in questo periodo vedo orizzonti poco limpidi per il nostro sodalizio. Poco limpidi nel senso che di fronte alle tante attività che proponiamo e svolgiamo, l'evoluzione, o meglio l'involuzione della società e il dirompente "nuovo clima" (sembra una frase forte ma mai come oggi tocchiamo con mano gli effetti dei danni all'ambiente che l'uomo ha creato), ci obbligano a forti riflessioni e, forse, a dover riguardare le mete e i traguardi che ci eravamo prefissati.

La prima, e per me quella che più ci tocca dal vivo, essendo vitale per le sezioni, è la contrazione di persone che si vogliono impegnare. Questo disamore ritengo sia il frutto di una visione che sta distorcendo la nostra società, sempre più votata all'individualismo e all'edonismo. Ci sono solo io, le forze le devo sfruttare solo per il mio benessere, sono contento solo se riesco a fare quello che voglio e gli altri non devono interferire.

Il vero problema di questa misera condizione è che non esistono più regole: ogni limite è stato spostato in avanti, compreso quello morale, ben più importante. E più ci si avvicina a quel confine, più si tende a spingerlo sempre più avanti.

Questa malattia è assai contagiosa e in questi ultimi due decenni lo abbiamo toccato con mano. Nel CAI poi, sono cresciuti a dismisura i soci/tesserati ma non vi è la stessa tendenza per i soci/volontari.

Il vedere quindi cosa succede attorno, e nel nostro caso, sui sentieri, sui ghiacciai, nei laghi di alta quota e nei rifugi e bivacchi, fa sì che le socie e i soci siano sempre meno incentivati ad impegnarsi. Da un lato, i tanti nuovi iscritti difficilmente entrano nel CAI per partecipare ma solo per usufruire dei suoi vantaggi e servizi. Dall'altro lato, le socie ed i soci che da anni si impegnano sono scontenti da conti-

nue richieste e ulteriori responsabilità. Occorre quindi una nuova spinta. La sezione deve ridiventare un polo attrattivo, dove non solo si va ad acquistare il "bollino" (possibilità oggi anche evitabile con iscrizioni o tesseramenti on line) ma in cui ci sia accoglienza. Dobbiamo sforzarci di non far percepire all'esterno che noi forniamo un servizio, non siamo un'agenzia né di viaggi né di turismo, ma mettiamo in pratica quei semplici principi di diffusione ed amore per la montagna, che sono il fondamento del nostro sodalizio.

Non siamo noi che dobbiamo adattarci all'esterno (ovviamente ciò non significa vivere in un altro mondo e chiuderci a riccio), ma dobbiamo far comprendere che il mondo CAI ha sue regole, è fatto di persone, di solidarietà, di condivisione, di impegno, di cortesia, di competenza, passatemi il termine, di professionalità e che nulla lasciamo al caso.

Diventa così dirompente anche il nuovo corso del CAI Giovani. In questi ultimi quattro anni tanto è stato fatto, tanto anche rifatto e poi stravolto (e quindi spesso, poco comprensibile). Ma sul territorio è rimasta la voglia dei giovani di mettersi in gioco e di entrare in CAI attivamente. In questi pochi anni, in Italia sono nati oltre 150 gruppi, solo nella nostra sezione ne abbiamo tre. Dobbiamo comprendere le potenzialità nel presente ma soprattutto per il futuro, il nostro futuro. Certo ci sono e ci sono stati momenti di attrito, ma se entrambe le parti giocano sullo stesso tavolo (anche se non dovremmo usare questi termini perché facciamo parte dello stesso sodalizio, non c'è e non ci deve essere uno scontro di generazioni), il risultato non potrà che essere positivo. Diamo loro spazio, accompagniamoli convinti, senza far sentire pressante la nostra presenza, possono e devo-

no sbagliare per apprendere, come abbiamo fatto tutti noi "vecchi" (ovviamente di tesseramento e non anagraficamente). Avremo future socie e futuri soci che prenderanno il nostro posto e miglioreranno il CAI.

Concludo con un'ultima valutazione sul overtourism. L'estate che è appena passata è stata l'apice di maleducazione e arroganza. Sui giornali, in TV e sui social si sono susseguiti servizi di persone che, incuranti delle minime regole civili, ne hanno fatte di tutti i colori e, a conferma di quanto già espresso, con arroganza ma anche tanta ignoranza, pretendono di aver ragione. Cosa può fare il CAI? Cercare, anzi li conosciamo già, nuovi itinerari, nuove mete, evitando così di aumentare le presenze in luoghi già saturi, mostrare che facciamo scelte consapevoli e tutelanti per l'ambiente e nel contempo diamo una mano a certe aree di montagna di sostenersi e così contribuire ad evitare l'abbandono del territorio. Certamente una scelta coraggiosa, che potrebbe essere poco appetibile per coloro che ci hanno scambiato per un'agenzia di viaggi ma sicuramente apprezzata dai tanti che condividono i nostri pensieri e il nostro modo di vivere la montagna.

\*Massimo Bizzarri, Consigliere centrale del CAI, ex Presidente del CAI Emilia-Romagna e del CAI di Reggio Emilia



# Lo Scaffale del Cusna

## "Calore di lana e profumo di resina": quando la montagna cambia prospettiva

a cura di Lucia Cuccurese

Chiara Todesco

### **CALORE DI LANA E PROFUMO DI RESINA - LA MONTAGNA DELLE DONNE**

2022 MonteRosa Edizioni - 132 pagine

C'è una montagna che non si misura in metri di dislivello o nel numero delle vette raggiunte, ma nella qualità delle relazioni che sa generare. È quella esplorata da Chiara Todesco in *Calore di lana e profumo di resina - La montagna delle donne*. Una montagna che ha il sapore di bosco, di connessioni e di saperi, dove il paesaggio non è uno sfondo, ma un intreccio di tradizioni, passione, innovazione.

Nel libro, la giornalista raccoglie tredici storie di donne diverse per età, professione e provenienza, unite da un legame profondo con le terre alte e dalla convinzione che la montagna sia, prima di tutto, un luogo da vivere e rispettare.

Le esperienze raccontate da Todesco sono quelle di guide alpine, geologhe, mediche, forestali, rifugiste, allevatrici, artigiane, imprenditrici. Mestieri diversi che hanno un filo comune: portare energia e competenze al servizio del territorio e delle persone. La montagna, dunque, non come foto patinata né come avventura estrema, ma nella sua veste sostanziale e quotidiana, fatta di aree da preservare, sentieri da mantenere, attenzione per gli animali, comunità da ricostruire.

Colpisce come il lavoro diventi il vero protagonista del libro. Un lavoro che nasce dalla cooperazione e dall'introspezione più che dalla competizione, dalla capacità di creare reti e rinnovare economie locali attraverso attività che, fino a non molti anni fa, sembravano destinate quasi esclusivamente agli uomini. La lana, il legno, i rifugi, la silvicoltura, il turismo lento diventano strumenti di rinascita, di crescita e di rigenerazione.

Il libro affronta, inevitabilmente, anche la questione del ruolo delle donne nelle zone montane. Le protagoniste si occupano di ambiti da sempre considerati di appannaggio maschile, senza tuttavia imitare modelli esistenti, quanto piuttosto trasformarli. Introducono modalità e strategie diverse, fondate sull'autodeterminazione, sull'innovazione delle competenze e su un grande riguardo verso l'ambiente.

Emblematica è la testimonianza dell'alpinista Cristina Piolini, che, oltre a salire le sommità del pianeta, fa la gattista e gestisce il Rifugio Monte Moro: «La parola "conquistare" per me non esiste: io salgo una montagna e se lei mi vuole e mi accetta bene, se non mi vuole vorrà dire che torno indietro».

In questa considerazione c'è molto più di una scelta alpinistica. C'è il rifiuto di una cultura del possesso che, in montagna così come altrove, domina da secoli la narrazione. La vetta non è un nemico da espugnare né un trofeo da esibire; è uno spazio con cui entrare in relazione. *Accettare di tornare indietro* significa riconoscere che la natura non è qualcosa da soggiogare, ma da ascoltare e rispettare.

Le protagoniste del libro mostrano, così, che un altro modo di vivere la montagna è possibile. Un modo in cui il successo non coincide con il consumo né con la visibilità, ma con la capacità di lasciare un territorio migliore di come lo si è trovato.

La prosa del volume è sobria, documentata, mai enfatica. Ogni ritratto lascia parlare le persone prima ancora dell'autrice, evitando il rischio

dell'agiografia e restituendo tutta la complessità dei personaggi e delle loro scelte.

*Calore di lana e profumo di resina*, in definitiva, non è tanto e solo una raccolta di biografie, ma un libro che invita tutte e tutti noi a cambiare prospettiva -e, pertanto, linguaggio- sulla montagna e non soltanto. L'opera racconta di donne che hanno scelto di costruire il proprio avvenire nelle terre alte dando forza e fiducia ai sogni, entrando in ascolto con sé stesse e con l'habitat circostante. Il libro, proprio per questo, offre un'immagine della montagna autentica e visionaria: non luogo di fuga o parco giochi, ma laboratorio di futuro, dove lavoro, ambiente e comunità trovano un equilibrio possibile. Un testo capace di far capire che le storie più rivoluzionarie, spesso, non si consumano sulle cime, ma lungo i sentieri percorsi ogni giorno da chi, donne e uomini, si prende cura degli spazi che abita.



# Lo Scaffale Giallo. Letture per giovani esploratori in montagna

a cura di Silvia Degani

**Autore: Volker Mehnert. Illustratore: Claudia Lieb**

**MONDI SOTTERRANEI** – Edizioni Donzelli. Collana: Fiabe e storie (album). Pagine: 40, ill., Rilegato

*Mondi sotterranei. Grotte, gallerie, miniere e altre meraviglie del sottosuolo*, scritto da Volker Mehnert e illustrato da Claudia Lieb, è un albo divulgativo che accompagna bambine e bambini alla scoperta di ciò che si nasconde sotto la superficie della Terra. Pubblicato da Donzelli, il volume propone un viaggio tra diciotto luoghi sotterranei, alternando meraviglie naturali e costruzioni realizzate dall'uomo.

Il fascino del libro nasce prima di tutto dal tema: il sottosuolo è un ambiente misterioso, poco visibile e per questo capace di accendere subito l'immaginazione. Grotte di ghiaccio, cunicoli, miniere, città scavate nella roccia, tunnel naturali e opere di ingegneria diventano tappe di un percorso che invita a guardare il mondo da un punto di vista insolito: non verso l'alto, ma verso il basso, là dove spesso non pensiamo di trovare storie, vita e bellezza.

Il testo non cerca di essere un'enciclopedia completa: preferisce offrire informazioni brevi, chiare e ben selezionate. Questa scelta rende la lettura

adatta ai giovani lettori, soprattutto a partire dai sei anni, perché lascia spazio allo stupore e alle domande. Ogni luogo presentato diventa una piccola avventura, più che una semplice scheda descrittiva, e permette di avvicinarsi a temi complessi come il rapporto tra natura e intervento umano, il tempo geologico, l'orientamento nello spazio e la trasformazione della materia.

Un ruolo fondamentale è svolto dalle illustrazioni di Claudia Lieb. Le immagini non hanno soltanto una funzione decorativa, ma aiutano a comprendere ambienti difficili da immaginare: spazi bui, profondi, nascosti, spesso lontani dall'esperienza quotidiana dei bambini. Il formato ampio valorizza il carattere visivo del libro e rende l'esplorazione più coinvolgente, quasi come se il lettore potesse entrare dentro ogni scenario.

Dal punto di vista educativo, *Mon-di sotterranei* è interessante perché non offre risposte definitive, ma apre possibilità. Può diventare il punto di partenza per attività di lettura, con-

versazioni scientifiche, percorsi di geografia, archeologia, storia o educazione ambientale. La curiosità è il vero motore del volume: il libro suggerisce che conoscere significa anche imparare a osservare ciò che normalmente resta nascosto.

**Età consigliata: dai 6 anni**



**Testi e illustrazioni di Dino Buzzati**

**IL SEGRETO DEL BOSCO VECCHIO** – Edizioni Mondadori. Oscar Junior. Pagine: 191

*Il segreto del Bosco Vecchio*, scritto e illustrato da Dino Buzzati, è un romanzo in cui la montagna e la foresta non fanno soltanto da sfondo, ma diventano veri protagonisti. Il Bosco Vecchio è un luogo speciale, abitato dagli abeti più antichi della zona, forse del mondo, e custodito a lungo con rispetto dal suo precedente proprietario, il Morro, che prima di morire aveva persino cercato di farlo dichiarare monumento nazionale.

Buzzati costruisce attorno al bosco un mondo misterioso e pieno di vita: ci sono i geni degli alberi, gli animali, i venti con un nome e una voce, come Matteo ed Evaristo, e poi gli esseri umani, tra cui il colonnello Procolo e il nipote Benvenuto, nuovi proprietari

delle terre. La loro presenza introduce nel racconto il contrasto tra possesso e cura, tra desiderio di sfruttamento e capacità di ascolto.

La forza del romanzo sta proprio in questo continuo passaggio tra realtà e immaginazione. Il Bosco Vecchio sembra appartenere a un tempo antico, quasi leggendario, ma parla anche al presente: nel suo lamento, nei suoi segnali, nel fermento di vita che aumenta quando arrivano i bambini, si riconosce uno sguardo sulla natura sorprendentemente vicino alla sensibilità di oggi.

Non è però un libro soltanto "ecologico" nel senso più semplice del termine. È anche una storia sulla crescita, sullo sguardo che cambia diventando

adulti e sul rischio di perdere la capacità di meravigliarsi. Per questo può parlare ai ragazzi, ma anche ai lettori meno giovani: ognuno può ritrovare nelle sue pagine il fascino di un bosco che non è mai muto, se si è disposti ad ascoltarlo.

Buzzati offre un'avventura breve ma ricca di suggestioni, adatta dagli 11 anni. *Il segreto del Bosco Vecchio* invita a entrare nella foresta con passo leggero: non per dominarla, ma per scoprire che ogni albero, ogni animale e persino ogni soffio di vento può custodire una storia.

**Età consigliata: da 11 anni**

# Tra valli, boschi e scrittura: Sandro Campani racconta i luoghi che diventano storie

Intervista a cura di Silvia Degani

**Sandro Campani, nato nel 1974, è originario della Val Dragone, in provincia di Modena, e attualmente risiede da diversi anni nel cuore dell'Appennino reggiano. Ha pubblicato diversi romanzi. Gli ultimi per Einaudi "Il giro del miele", "I passi nel bosco", "Alzarsi presto", "La casa del dormiveglia".**

**In che modo i luoghi delle tue origini e quelli in cui vivi attualmente hanno plasmato la tua scrittura e il tuo modo di raccontare storie?**

L'hanno plasmata in molti modi, il primo dei quali è questo: senza i luoghi in cui sono cresciuto forse non scriverei nemmeno. Sicuramente non scriverei come scrivo, ma penso che non avrei neanche cominciato.

Scrivere per me vuol dire coltivare una visione laterale e marginale, che nasce dal disagio: un disagio che da piccolo non sai, perché è felicità abitare in un posto dove tanti direbbero che non ci sia nulla, ma c'è tutto, perché c'è tantissimo spazio da esplorare, e lentezza che ti permette di osservare per bene le cose. Poi, da adolescente, il nulla si fa sempre più evidente, ti senti emarginato, e ti struggi pensando che da qualche altra parte ci sia un tutto e che a te sia precluso. Se poi sei un adolescente con delle fisime già di suo, e pochi coetanei con cui condividerle, la cosa peggiora: bene, se non avessi sentito come parte di me questo disagio non avrei avuto il modo di

trasformarlo in un guardare, e di conseguenza in uno scrivere.

Poi c'è che ho un'immaginazione visiva, più che altro – ho imparato prima a descrivere che a raccontare, per esempio; perciò è stato da subito quello che ho intorno la partenza di tutto; il luogo, prima dei personaggi, e della trama. Fin da piccolo, quando leggevo Pavese e Steinbeck, con i loro paesi e le vallate e i campi, prediligevo quegli autori che parlavano di posti in cui mi sembrava di riconoscere il mio.

**Esistono "valli da tanto, e valli da poco"? La valle di cui parli in "Alzarsi presto", apparentemente "valle da poco", può diventare in realtà una valle da tanto con la scrittura?**

Quel poco per la scrittura è tutto, dentro di me; come dicevo non scriverei nemmeno, forse, se non avessi vissuto il disagio di quel poco.

Quello che cambia è che man mano che invecchio il disagio di quel poco mi è sempre più caro, e c'è il rischio che, da spinta di energia e curiosità del guardare, si trasformi in nostalgia inerte. Sarebbe il modo più subdolo per arrivare al kitsch, e togliere senso a quel che scrivo. Spero che non succeda.

**La montagna, come luogo e protagonista dei tuoi romanzi è più un luogo di rifugio o occasione di confronto?**

È sicuramente più un luogo di confronto, anche perché in quella media montagna, se vogliamo chiamarla così, dell'Appennino ai confini tra Modena e Reggio, io ci sono nato e il primo confronto è stato con quei posti, ai quali mi son da subito sentito inadeguato, non sapendo fare tutti i lavori che facevano mio padre e mio nonno. Forse per avere un senso di rifugio dovresti venire da una distanza, essere "scappato" fino a lì. Io la distanza l'ho sempre sentita già dentro di me, e spesso mi ha fatto star male. E quindi

c'era già un confronto, nel tentativo di diminuire questa distanza fra me e il luogo, di sistemarla attraverso la scrittura.

E poi è un luogo di confronto tra i personaggi delle mie storie – ed è strano perché la dimensione del paese io ho sempre creduto di non averla. Non ho mai fatto una gran vita di paese. Forse mi si è impressa da piccolo inconsapevolmente, sotto gli sguardi degli adulti. Anche adesso vado giro incontrando poca gente, però poi nei miei libri ce n'è tanta, e litiga, e si arrabatta, e lavora, si guarda in cagnesco, e tante volte mi chiedo se questo confronto che "invento" sia sballato e immaginario, non coincidente con la verità. È per questo che ogni piccola volta che qualcuno ci si riconosce mi fa un piacere gigantesco, che va ben al di là dell'idea di aver fatto un buon lavoro: è quasi il sollievo di aver detto in qualche modo una verità, anche se non lo sapevo.

**Che significato ha per te il camminare e in che modo influisce sulla tua vita e sulla tua scrittura?**

C'è prima di tutto il camminare insieme a mio padre, o con mio fratello, per andare a funghi, o per seguirlo mentre va a tartufo, ed è un camminare che vorrei fosse molto più frequente (giorno per giorno me lo dico, e faccio una vita che raramente lo permette). Quello è un camminare che è il senso di famiglia più grande che ho, il più vicino al nocciolo.

Camminare nel bosco è la sospensione del tempo, è sapere che sei niente e che intorno tutto ti sovrasta ed è più grande di te ed è magnifico; senza voler fare nessuna tirata mistica, eh: ma per me questa è una cosa che ha direttamente a che fare con la scrittura, con lo spirito del guardare le cose con rispetto, e cercare di farsene tramite. Per il resto ho passato tanti anni, direi



una buona ventina, con qualche salto in mezzo, ad andare in montagna a camminare per rifugi. Le camminate lunghe che più mi sono rimaste nel cuore, e se chiudo gli occhi rivedo tantissimi spezzoni di sentiero, sono state in certe valli del cuneese, ma anche in Carnia.

Intorno a casa cammino tanto per andare a funghi, quelli che posso trovare qua in basso, ma anche così, soprattutto d'inverno: il senso di svuotamento della testa, di distacco dal resto, che ho mentre cammino, mi è necessario.

### **La scrittura è cammino?**

Potrei dire che proprio questo svuotamento della testa e questo distacco, questo ridimensionamento di tutto, l'aprire spazio che succede camminando sono necessari a me, ma anche allo scrivere.

Poi, se per una volta vogliamo metaforizzare un po', quando inizi a scrivere un romanzo t'incammini in una cosa che da tanti punti di vista è una fatica superflua e lunghissima, piena di punti in cui dici: "Ma perché devo continuare? Chi me lo fa fare?" Però quando sei in cima e a posteriori è diventato tutto facile, ti sembra che l'unico posto in cui meritava di arrivare fosse quello.

### **Ci sono sentieri o luoghi dell'Appennino che consideri particolarmente simbolici o che ricorrono, anche se non dichiaratamente, nei tuoi romanzi?**

Tanti. Anche trasfigurati, spostati d'altitudine... Prima di tutto la Val Dragone, in cui sono cresciuto: le borgate e certi paesi, il Calvario, il crinale dal Passo delle Radici in là, San Pellegrino in Alpe. Carpineti, Baiso, Valestra... Un mescolone di vari laghetti e dighe rielaborate, compreso il lago Santo modenese, ma vuoto di gente, com'è ormai solo in certi giorni d'inverno. Il Passo del Lagastrello.

Nella "Casa del dormiveglia" ci sono diverse camminate. Quella che i personaggi fanno al capitolo sei è liberamente ispirata al giro intorno al Monte Duro, qua sul primo Appennino di Reggio, vicino a dove abito.

Poi un pezzo di sentiero che, sull'Appennino modenese, più o meno da Roccapelago va verso il Sasso Tignoso. Ma soprattutto quei grotti rivolti a nord che ci sono qua nel reggiano, dove ci sono dei faggioni ad altitudini anche molto basse, delle orbaie in cui rabbrivisci anche quando sopra si cuoce; le orchidee, i carpini, i cerri, quel che vedo adesso quando giro intorno a casa.

Capita poi di assemblare più luoghi diversi (un po' come fanno i registi con le location per i film: una macchina esce da un portone a Reggio Emilia e dopo un minuto di strada sterrata magari si ritrova a Ramiseto). Allo stesso modo pesco dei tratti che diventano uno spazio unico nella memoria, ma poi nella realtà sono magari in Val Nure, in provincia di Piacenza, o in Val Gesso sulle Alpi Marittime, e non li saprei neanche ritrovare. Però sono entrati a far parte dei luoghi mentali dove ambiente le mie storie.

### **Leggendo i tuoi romanzi, in particolare "La casa del dormiveglia", si percepisce una particolare attenzione ai dettagli nella descrizione dei luoghi, della natura e della luce – come, ad esempio, lo "sbrillucicare tra le foglie giovani". È una sensibilità quasi da fotografo esperto: attraverso l'osservazione e l'esperienza, riesci a cogliere sfumature che spesso sfuggono agli altri. Da quale prospettiva, con quale "lente", osservi e interpreti i luoghi nel tuo racconto?**

Il punto è sentirsi nulla di fronte a un tutto, sapere che non puoi avere l'illusione di conoscerlo, di dominarlo (una cosa che sai già per intero, che interesse ha?) Cerchi di indagare un pezzetto di mistero, qualcosa che ti meraviglia, che ti dà voglia di muoverti, e curiosità. Lo fai con gli occhi svuotati il più possibile dalla presunzione, e quindi come chi guarda per la prima volta, se riesci. Da lì il rispetto per le cose, il tentativo di dirne un pezzettino in più, facendoti tramite di una certa luce che non sai se sia già stata detta in quel modo, cercando quella stessa sensazione che hai quando leggi e incontri un'espressione o una riga o un paragrafo intero in cui una certa cosa viene descritta in un modo che per te è nuovo, e ti senti grato a chi l'ha scritta.

### **A che altitudine ti muovi nei tuoi romanzi? Ci vuoi parlare anche di ciò che ti trasmettono i luoghi? Al personaggio di Toschi "la pedemontana per lui era una soglia, oltre la quale c'era lo sprofondo, cosparso di fuochi fatui – troppa vastità in cui smarrirsi. Si è sempre sentito più sicuro con un costone a fianco, che chiude e definisce la vista, da cui si possa dedurre un sopra e un sotto."**

In genere, da quella soglia che appunto tu citi, la pedemontana, ai 1600, 1700 del crinale. A voler essere ancora più precisi, se dovessi fare una stima altimetrica delle mie storie, delle vite che ci girano dentro, la maggior sarebbero tra i 500 metri e i 1000, con

qualche giro più in alto e qualcuno in pianura per lavoro. In quella frase di Toschi ho messo un'idiosincrasia che è proprio mia: in pianura, mi sento sotto possibile attacco da ogni parte, confuso dal troppo e dalla mancanza di punti di riferimento. Farei molta fatica ad abitarci, anche se mi affascina. Sarebbe come abitare su una nave in mare aperto. Invece quando c'è della pendenza mi sento già più tranquillo, c'è qualcosa che limita l'orizzonte. Una volta parlavo con un ragazzo che è nato nella bassa: a lui questa cosa che ci sia un monte o un colle che chiude l'orizzonte, e che da una certa ora del giorno toglie la visione del sole, mette un senso di angoscia e di oppressione. Dice che vedere l'ultimo spicchio di sole che tramonta nel piano gli dà l'idea rassicurante di essere insieme a tanti altri che lo guardano, fino all'ultimo secondo come lui, e lo fa sentire meno solo. A me, la chiusura dell'orizzonte fa sentire protetto; mi dà l'idea che il mondo possa essere illusoriamente "tutto lì", più raccolto e più comprensibile, e mi difenda dal caos.

### **Qual è nella scrittura il tuo modo di osservare gli animali? Animali per altro molto presenti, penso solo al gatto nel romanzo "La casa del dormiveglia", ai cani da tartufo in "Alzarsi presto"**

Nasce dallo stupore per degli esseri che ci sono intorno e per quanto familiari e vicinissimi, anche nel DNA, sono irriducibilmente diversi da noi, e per quanto crediamo di poterli studiare e hanno delle lingue che ci resteranno per sempre intraducibili. Senza pretesa di spiegare, né di forzarli, spero, a essere comprimari in un fondale a nostro uso e consumo. Poi capita sempre che gli animali nelle mie storie prendano anche un valore simbolico, ma non è mai un valore che gli assegno programmaticamente, non è mai un'allegoria. Vorrei che fosse un ruolo aperto, libero da un'interpretazione rigida.

Spero sempre che le descrizioni degli animali presenti nelle mie storie non siano mai gratuite, e cioè che non sembrino una spezia esotico-sentimentale appiccicata lì per strappare un "Ooooh", ma abbiano un ruolo dentro la storia. La lince nel "Giro del miele" ce l'ha. Anche i lupi nella "Casa del dormiveglia" (nel 2001, in tempi in cui non erano ancora così "quotidiani" come adesso, e in cui il loro passaggio poteva sospendere gli umani un bar e lasciarli incantati ad ascoltare).



# Montagne d'Arte

## Giovanni Segantini

"...librarsi su verso l'azzurro profondo, nel gran silenzio bianco delle alte montagne"

di Lucia Gramoli



*Pascoli in primavera* - 1896; olio su tela, cm 95x155; Milano, Pinacoteca di Brera  
(Fonte immagine sito Pinacoteca di Brera)

Dire "montagna" è come dire "Giovanni Segantini": nessuno come lui ne ha rappresentato la bellezza, amandola fino alla fine della vita.

Di fronte a questi *Pascoli in primavera* non si può rimanere indifferenti, credo che anche chi non predilige la montagna è catturato dal modo in cui il pittore riesce a farla vivere.

*"Erano le sei del mattino, quando mi alzai. A quell'ora sui primi di gennaio, è ancor notte: m'invadeva una gioia latente: l'anima mia sorrideva a pensare che fra qualche momento avrebbe spezzato le catene che l'avvinghiavano alla bassa atmosfera della grande città trafficante per librarsi su verso l'azzurro profondo, nel gran silenzio bianco delle alte montagne".* Così scrive Segantini, che dal 1886 decide di lasciare la città e stabilirsi in Svizzera a Savognin, nel Cantone dei Grigioni. Un po' di anni dopo, nel 1894, inizia a manifestare il desiderio di ritirarsi in un luogo più solitario e si trasferisce definitivamente a Maloja (1800 m.),

nella valle svizzera dell'Engadina, circondato solo dalle imponenti montagne alpine. Il paesaggio così maestoso e isolato sarà il grande protagonista di molte delle sue opere.

La vita del pittore non è stata facile. Era nato il 15 gennaio 1858 ad Arco di Trento, ma a sette anni in seguito alla morte prematura della madre, il padre decide di inviarlo a Milano da un'altra figlia più grande avuta da una relazione precedente. L'infanzia milanese di Giovanni fu molto infelice per la lontananza dalla famiglia e per la solitudine. Fu anche arrestato per vagabondaggio e rinchiuso in riformatorio fino al 1873. Andò a Trento da un altro fratellastro e lavorò per lui. Dopo un anno tornò a Milano dove si iscrisse ai corsi serali dell'Accademia di Belle Arti di Brera che si pagò lavorando da un decoratore. La sua formazione fu di impronta verista, come tipico di quegli anni. L'esposizione delle sue prime opere suscitò l'interesse del critico e mercante Vittore Grubicy che lo ap-

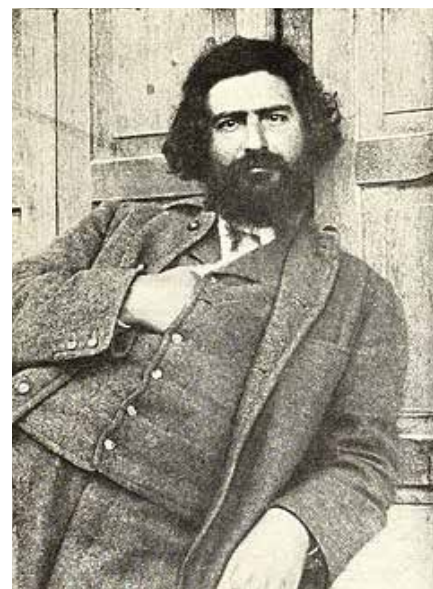
prezzò e lo sostenne, facendolo conoscere al pubblico e alla critica.

Si sposò con Bice Bugatti, compagna di una vita che gli darà quattro figli. Con la famiglia andò a vivere in Brianza, primo di una serie di trasferimenti che li porteranno sempre più verso le alte montagne, a Maloja, come si è detto, dove l'artista manifesta sempre più un'esigenza di solitudine e misticismo. Scrive: *"Non cercai mai Dio fuori di me, perché ero persuaso che Dio fosse in noi e che ogni atomo è parte dell'universo infinito"*.

Nel 1886 l'opera *Alla stanga* (acquistata dallo Stato italiano) gli procurò fama e ricevette premi per questa e altre opere.

In quegli anni si era avvicinato alla tecnica divisionista che poi diventerà la cifra distintiva del suo stile. Il Divisionismo, novità pittorica della fine dell'800, adottata anche da altri pittori (come Gaetano Previati e Pellizza da Volpedo) si basava sulla scomposizione scientifica dei colori. Come scrive Segantini: *"Il mescolare i colori"*

*Ritratto di Segantini, fotografia*  
(Fonte immagine Wikipedia)





*Le due madri* - 1889; olio su tela, cm 157x280; Milano, Galleria d'Arte Moderna (Fonte immagine Wikipedia)

sulla tavolozza è una strada che conduce verso il nero: più puri saranno i colori che getteremo sulla tela, meglio condurremo il nostro dipinto verso la luce, l'aria e la verità". La tecnica di Segantini si distingue per essere molto meticolosa e allo stesso tempo istintiva. Le sue pennellate erano piuttosto veloci e allungate, ma studiamente distanziate in modo da poter riempire gli spazi con colori complementari o anche con oro e argento. "*Pascoli di primavera*" è particolarmente esemplare di questa cromia luminosa che rende anche visivamente la vitalità della primavera che rinasce.

La ricerca di Segantini si caratterizzerà sempre più per un'impronta profondamente simbolista, come ne *Le due madri*, del 1889, uno dei suoi quadri più noti. È un'opera di grande intensità dove una giovane contadina, stanca delle fatiche quotidiane, reclina il capo sonnecchiando e tiene fra le braccia il suo bambino addormentato. Lì vicino una mucca mangia il fieno mentre il vitellino giace vicino a lei. Due madri, appunto, accomunate dalla durezza della vita di montagna. L'amore materno è universale, ci dice Segantini, e pervade tutta la natura. Questo è un tema che il pittore sentiva particolarmente a causa delle tristi vicende personali dell'infanzia. La scena è descritta minuziosamente, ma grande protagonista è la lanterna che con la sua calda luce incarna il significato simbolico del quadro e ne definisce lo spazio.

La natura, che per Segantini è per lo più rappresentata dagli ambienti

montani, è in continuo dialogo con gli abitanti del luogo. Ne *Il ritorno dal bosco*, capolavoro della tecnica divisionista, ci mostra la fatica di un ritorno a casa nel freddo dell'inverno e la striscia nella neve sottintende il ripetersi di questa azione nel tempo, come un rito nella vita dura delle montagne. In un malinconico silenzio la donna trascina un grosso ceppo di legno, che rappresenta il peso dell'esistenza. Se la primavera è simbolo di vita e di rinascita, la neve è invece simbolo di morte. Segantini è questo: un continuo vitale impulso verso la vita, la natura, la luce, ma anche un pensiero frequente della morte.

Il *Trittico della natura (la Vita, la Natura, la Morte)*, ultimo lavoro del pittore e suo testamento spirituale, parla proprio della ciclicità dell'esistenza

dell'uomo e della natura. Aveva da tempo raggiunto una fama internazionale e questo prestigioso lavoro, composto da tre grandi quadri, era destinato all'Esposizione Universale di Parigi del 1900, ma Segantini non lo terminò. Proprio mentre stava dando gli ultimi ritocchi al pannello della Natura, e per farlo era andato sul monte Schafberg (a 2700 m.), fu colto da un attacco di peritonite. Non poté essere soccorso in tempo. Era il 28 settembre 1899, Segantini aveva 41 anni. Le sue ultime parole furono: "*Voglio vedere le mie montagne*".

Per chi volesse percorrere la vita di Giovanni Segantini consiglio la lettura di un bel romanzo:

Carmine Abate, *Il cercatore di luce*, Mondadori 2021.

*Il ritorno dal bosco* - 1890; olio su tela, cm 64 x 95; St.Moritz, Museo Giovanni Segantini (Fonte immagine sito Segantini Museum St. Moritz)



a cura di Anna Maria Ferrari

*Nasce questa rubrica per offrire a chi vive e pratica la montagna nel CAI informazioni essenziali su salute e prevenzione. Conoscere, riconoscere e condividere le notizie che riguardano il nostro benessere significa affrontare ogni attività con maggiore consapevolezza, responsabilità e sicurezza.*

*Il primo articolo è dedicato al mal di montagna, un rischio che può interessare anche persone allenate e manifestarsi in modo inatteso. Impareremo a riconoscerne i segnali, a prevenirlo con una corretta acclimatazione e a capire come intervenire tempestivamente.*



## Il mal di montagna...non è il mal d'Africa Un nemico imprevedibile

Angela Venturini (ex medico SAER) - Cecilia Campani (medico SAER)

Quello che immaginiamo come un nemico dell'alta quota può, in realtà, manifestarsi in modo imprevedibile anche in ambienti a noi più familiari e comportare rischi non trascurabili. Negli ambienti d'alta quota è fortemente raccomandata la presenza di un medico esperto: chi ha esperienza himalayana ne conosce bene l'importanza. Chi frequenta invece le escursioni locali del CAI sa che la presenza di un medico, soprattutto con competenze specifiche, è spesso solo un evento occasionale. Per questo motivo, è utile conoscerne qualcosa di più.

### Che cos'è il mal di montagna?

Salendo in alta quota, la pressione atmosferica diminuisce e con essa anche la quantità di ossigeno disponibile nell'aria inspirata. Se l'organismo non riesce ad adattarsi adeguatamente, i polmoni assorbono meno ossigeno e ai tessuti ne arriva una quantità insufficiente: le cellule ricevono così meno "carburante", con possibili effetti sul funzionamento degli organi. Questo rischio aumenta ulteriormente durante l'attività fisica, quando cresce il fabbisogno di ossigeno da parte dei muscoli coinvolti nel movimento, nella respirazione... e ricordiamo che anche il cuore è un muscolo! Quando questo deficit di ossigeno non viene adeguatamente compensato, può svilupparsi

la malattia acuta d'alta quota. Essa comprende il mal di montagna acuto (AMS), l'edema polmonare d'alta quota (HAPE) e l'edema cerebrale d'alta quota (HACE), condizioni distinte che possono manifestarsi singolarmente o associate tra loro.

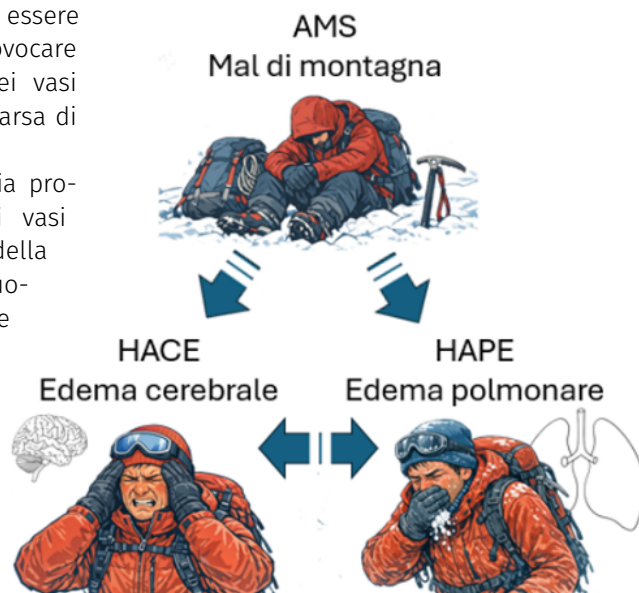
### In che modo la salita attiva questa patologia?

Alla diminuzione della disponibilità di ossigeno, il corpo risponde rapidamente aumentando la frequenza e la profondità della respirazione e attivando diversi meccanismi di adattamento. Se la salita è troppo rapida o l'esposizione prolungata, questi meccanismi possono non essere sufficienti e l'ipossia può provocare alterazioni della funzione dei vasi sanguigni, favorendo la comparsa di edema in alcuni organi.

A livello dei polmoni, l'ipossia provoca un restringimento dei vasi polmonari, con aumento della pressione al loro interno e fuoriuscita di liquido nei tessuti e negli alveoli. Si sviluppa così l'edema polmonare d'alta quota (HAPE), che compromette ulteriormente l'assorbimento di ossigeno e l'eliminazione di anidride carbonica e può causare difficoltà respiratoria e

tosse, inizialmente secca e successivamente accompagnata da secrezioni schiumose. A livello del cervello, invece, l'ipossia può aumentare la permeabilità dei piccoli vasi e favorire il passaggio di liquidi nel tessuto cerebrale, provocando un edema cerebrale (HACE). Questo può manifestarsi con forte mal di testa, vomito, difficoltà a camminare e coordinarsi, fino a grave disorientamento e alterazione dello stato di coscienza.

In entrambi i casi, scendere rapidamente di quota è fondamentale. Mantenere una buona idratazione è importante durante l'esposizione all'alta



quota, ma non è sufficiente da sola a prevenire o risolvere HAPE e HACE.

### Perché si presenta (e non per tutti)?

Il meccanismo alla base dello sviluppo del mal di montagna acuto (AMS) rimane ancora in parte sconosciuto. Numerosi studi condotti negli ultimi 50 anni non hanno identificato correlazioni solide e significative tra la comparsa dell'AMS e specifici fattori individuali. Non è stato ancora individuato un test in grado di predire con affidabilità la suscettibilità individuale all'AMS; il miglior indicatore della tolleranza all'altitudine rimane la storia di precedenti esposizioni alla quota, soprattutto se associate a un pre-acclimatamento simile.

### A quale quota si manifesta il mal di montagna?

La maggior parte dei casi di mal di montagna si osserva generalmente oltre i 3.000 metri. La quota di 2.000-2.500 metri è considerata la soglia minima per la comparsa del mal di montagna acuto (AMS), quota già superata da molte cime alpine, anche se episodi possono verificarsi occasionalmente a quote inferiori, fino a circa 1.500 metri. Lo sviluppo dell'edema polmonare d'alta quota e dell'edema cerebrale d'alta quota richiede generalmente altitudini superiori ai 3.500-4.000 metri. Tutte e tre le forme di mal di montagna acuto possono svilupparsi in assenza di un adeguato acclimatamento o in caso di una salita troppo rapida.

### Come riconoscere il mal di montagna nel proprio compagno di salita?

Esistono questionari specifici per valutare la gravità dei sintomi del mal di montagna, aiutano a riconoscerne la presenza e a valutarne l'evoluzione. Questo approccio, basato principalmente sui sintomi e sulla performance, è raccomandato dalle linee guida UIAA (Union International des Associations d'Alpinisme) e può essere utilizzato anche dai non sanitari.

I sintomi possono essere aspecifici e comprendono mal di testa, scarso appetito, nausea, affaticamento, sensazione di stordimento o

| SINTOMI                  | PUNTI |
|--------------------------|-------|
| LIMITAZIONI DI ATTIVITÀ  |       |
| Nessuna (benessere)      | 0     |
| Lieve                    | 1     |
| Moderata                 | 2     |
| Severa (forte malessere) | 3     |

vertigini e difficoltà nel camminare correttamente. La cosa più importante è valutare il benessere generale e l'efficienza: se una persona non si sente bene e/o deve ridurre in modo evidente la propria performance, bisogna considerare la possibilità del mal di montagna.

È importante però non attribuire automaticamente ogni malessere all'alta quota. Un dolore toracico può indicare un problema cardiaco, come un infarto; dopo aver dormito in un bivacco poco aerato, sintomi simili possono essere dovuti a un'intossicazione da monossido di carbonio. Possono inoltre esserci altre cause, come un'infezione in fase iniziale, spossatezza, attacco di panico, caldo o freddo eccessivi, riduzione degli zuccheri o dei sali e disidratazione. In tutte queste situazioni è necessario valutare rapidamente la gravità del quadro e, se necessario, allertare i soccorsi. Se possibile, si può iniziare la discesa in attesa di assistenza. Se il malessere persiste nonostante la correzione delle cause più semplici, BISOGNA SCENDERE e NON LASCIARE MAI IL PROPRIO COMPAGNO DA SOLO!



Il mal di montagna può colpire chiunque, anche le persone più allenate, ma il rischio aumenta soprattutto quando si sale troppo rapidamente e in chi ha già avuto episodi precedenti. Una corretta acclimatazione, attraverso una salita graduale, permette di ridurre il rischio durante le successive ascensioni a quote elevate. Al contrario, non aver mai sofferto di mal di montagna in passato non garantisce di esserne immuni. Il problema emerge soprattutto durante viaggi brevi, con spostamenti rapidi in aereo verso destinazioni remote e ad alta quota: ah, le ferie corte!

### Che fare per prevenirlo.

Le attuali linee guida per le ascensioni ad altitudini superiori ai 3000 m raccomandano di non aumentare la quota del pernottamento di oltre 500 m al giorno e di prevedere un giorno di riposo ogni 3-4 giorni. Questa è considerata una delle strategie preventive più importanti.

Qualora non sia possibile seguire questo profilo di ascensione prudente, ad esempio per motivi logistici (terreno, condizioni ambientali), è opportuno programmare giorni di acclimatamento aggiuntivi prima o subito dopo le tappe caratterizzate da maggiori dislivelli. Tuttavia, è importante ricordare che la tolleranza all'altitudine varia da persona a persona.

Mantenete un'adeguata idratazione, anche in assenza dello stimolo della sete.

Garantite un adeguato apporto calorico: il metabolismo aumenta con la quota! Camminate lentamente e prevedete frequenti pause. Se raggiungete quote elevate, evitate di pernottare alla massima altitudine raggiunta, ma scegliete una quota inferiore per dormire.

### Si può ricevere aiuto dai farmaci?

L'utilizzo di farmaci e sostanze nell'alpinismo d'alta quota sembra essere in aumento, parallelamente alla crescente diffusione di questa attività. La storia dell'alpinismo è costellata di "aiutini" fai da te: bevande alcoliche sulle montagne britanniche e sulle Alpi; le spedizioni britanniche sull'Everest degli anni '20 ricorrevano a sostanze stimolanti; l'ossigeno supplementare in quota viene utilizzato fin dal 1922. Nel corso degli anni sono stati inoltre riportati diversi tentativi di utilizzare sostanze stimolanti, psicoattive o anabolizzanti per aumentare la resistenza, favorire l'acclimatamento o accelerare il recupero con risultati a dir poco controproducenti se non dannosi.

L'UIAA (Union Internationale des Associations d'Alpinisme) si occupa di tutelare gli alpinisti dai possibili danni legati all'utilizzo improprio di farmaci e sostanze. Analizziamoli.

Un bicchiere di vino rosso o di birra la sera precedente non rappresenta un problema, ma quantità di alcol, superiori aumentano la frequenza cardiaca e riducono l'efficienza nell'utilizzo dell'ossigeno. L'alcol compromette il recupero, può danneggiare il sistema cardiovascolare, peggiorare disidratazione e ipotermia, ridurre la capacità di valutare e gestire correttamente i rischi.

Gli anabolizzanti possono determinare insonnia, aumento dell'irritabilità, depressione, alterazioni dell'atteggiamento mentale, sintomi psicotici, sensazioni di euforia e grandiosità, con conseguenze dannose sia per chi li assume sia per le persone che lo circondano.

Con la diffusione dell'alpinismo di massa in alta quota si è affermato

l'utilizzo di alcuni farmaci, in particolare acetazolamide e desametasone, talvolta assunti senza adeguato controllo medico. È importante ricordare che i farmaci non sostituiscono un corretto acclimatamento e che il loro impiego va sempre valutato con un medico, considerando indicazioni, controindicazioni ed effetti collaterali. Anche l'acetazolamide, pur essendo utilizzata nella prevenzione del mal di montagna acuto, non è priva di rischi. Sono disponibili altri farmaci, generalmente non necessari per trekking brevi o a quote moderate, il cui utilizzo deve essere valutato esclusivamente dal medico di spedizione in alta quota.

Sono in commercio tende e generatori ipossici, dispositivi progettati per ridurre la quantità di ossigeno nell'aria e simulare, anche in casa, un ambiente simile a quello dell'alta quota. Vengono spesso pubblicizzati come strumenti utili prima di una spedizione impegnativa. Tuttavia, l'esposizione domestica è in genere breve o discontinua e, con ogni probabilità, offre benefici limitati o nulli. Bisogna inoltre considerare il costo degli impianti, il consumo di energia e la possibilità di un sonno meno ristoratore: se protratta nel tempo, questa condizione potrebbe persino influire negativamente sulle prestazioni durante la spedizione.

Se il sintomo principale è il mal di testa e si ha a disposizione un farmaco abitualmente utilizzato per questo disturbo, la sua assunzione non è controindicata.

In conclusione: se assumete farmaci per motivi di salute, in particolare terapie per asma o ipertensione, non sospendeteli autonomamente, ma affidatevi al vostro medico per eventuali

indicazioni specifiche. Non assumete farmaci senza una precisa indicazione e senza un consiglio medico, affidandovi solamente a Internet.

È sempre preferibile affidarsi ai complessi meccanismi naturali di adattamento dell'organismo, sviluppati attraverso milioni di anni di evoluzione, piuttosto che cercare scorciatoie farmacologiche. L'acclimatamento rappresenta infatti il principale strumento di protezione dell'uomo in alta quota.

### BIBLIOGRAFIA

#### **Drug Use and Misuse in the Mountains. An UIAA MedCom- Consensus Guide for Medical Professionals**

- Enrico Donegani, Peter Paal, Thomas Küpper, Urs Hefti, Buddha Basnyat, Anna Carceller, Pierre Bouzat, Rianne van der Spek, David Hillebrandt - High Alt Med Biol. 2016 Sep;17(3):157-184. doi: 10.1089/ham.2016.0080. Epub 2016 Sep 1.

#### **Wilderness Medical Society Clinical Practice Guidelines for the Prevention, Diagnosis and Treatment of Acute Altitude Illness**

- Enrico Donegani, Peter Paal, Thomas Küpper, Urs Hefti, Buddha Basnyat, Anna Carceller, Pierre Bouzat, Rianne van der Spek, David Hillebrandt - Wilderness & Environmental Medicine 2024 Vol 35 (IS) 2S-195S

**Acute mountain sickness:** Medline Plus Medical Encyclopedia - Official website of the United States government - 2025

**Acute Mountain Sickness** - Jennifer McGowan, Jeff Thurman, Martin R. Huecker - StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2026 Jan. 2025 Sep 15.



**LA PIETRA**  
GUIDE ALPINE

**ALPINISMO - ARRAMPICATA**  
**SCIALPINISMO - FREERIDE**  
**VIE FERRATE - CANYONING**  
**www.guidelapietra.com**



**Pace S.p.A.**  
OFFICE SUPPLIES | PRINTING EVOLUTION





# La Madia

a cura di Carlo Possa

## Dalla nascita dell'escursionismo nel medio e basso Appennino reggiano ad oggi

Fin dalla sua nascita nel 1951, "Il Cusna" ha sempre parlato oltre che di alpinismo anche di escursionismo. Però per anni l'escursionismo è stato quello delle Alpi, delle Dolomiti o del crinale appenninico. L'escursionismo "vero", si riteneva, era solo quello (opinione peraltro molto diffusa in tutto il CAI). In realtà già nei primi anni '70 iniziava a nascere negli ambienti del CAI reggiano un escursionismo diverso, di ricerca, che trovava il suo campo d'azione non più in alta montagna, ma sui sentieri del basso e medio Appennino reggiano. Era un vero e proprio

escursionismo di scoperta: non c'erano sentieri tracciati, non c'erano carte o guide da consultare, se non le carte dell'IGM o la vecchia guida di Pighini, Siliprandi e Stainer. Il primo ispiratore di questo "nuovo" escursionismo fu il grande Olinto Pincelli: straordinario alpinista, conosceva anche tutte le carraie, le mulattiere, i sentieri, i borghi da Albinea in su. Nei primi anni '70 mise in calendario una escursione straordinaria, da Casina a Vetto, passando per Roncroffio, Villaberza, Pinedo: luoghi vicini a casa ma sconosciuti. Per gli escursionisti reggiani (e non

solo) si aprivano nuovi orizzonti: c'era un altro Appennino tutto da scoprire. Poi Pincelli fece proseliti: Gian Marco Ligabue, Giuliano Cervi, e un giovanissimo Daniele Canossini. Nell'ottobre del 1978 Il Cusna pubblicò in prima pagina un bellissimo articolo di Gian Marco Ligabue, che raccontava di un suo "viaggio" a piedi tra Tassobio e Tassarò. Nel dicembre del 1979 apparve in uno speciale dedicato all'Appennino reggiano, un articolo di Giuliano Cervi dal titolo significativo "Il nuovo escursionismo. Il crinale Fosola Valtre", affiancato da un altro articolo di

Il Cusna - Ottobre 1978



# IL CUSNA

## Giornale del CAI di Reggio Emilia

Trimestrale della Sezione di Reggio Emilia del Club Alpino Italiano - Corso Garibaldi, 14 - Tel. 261055  
42100 Reggio Emilia - Pubblicità: 1718 - Via Fontanelli, 3 - Reggio Emilia - Tel. 42090 - Spedizionale  
in abbonamento postale gruppo IV/75

PRODOTTO DA: VITTORIO  
Via d'Azimio, 8  
42100 REGGIO EMILIA

N. 4 - DICEMBRE 1979

### LA MONTAGNA NELLE SCUOLE

La nostra redazione Pier Maria Varini ha avuto occasione di assistere ad una lezione di educazione ambientale, svolta da un gruppo di ragazzi della scuola elementare di Sesto San Giovanni, in occasione della visita alla casa di Giuseppe Verdi.



Un giovane e la montagna.

Il CAI, per mezzo di una serie di iniziative, vuole sensibilizzare i giovani alla montagna e alla natura.

La montagna è un luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

Il CAI, attraverso le sue iniziative, vuole promuovere la montagna come luogo di incontro e di crescita per tutti.

### IL CONVEGNO REGIONALE DEGLI ISTRUTTORI SEZIONALI DI ALPINISMO

Il 22 e 23 gennaio 1980 si è svolto a Piacenza il convegno regionale degli istruttori sezionali di alpinismo del CAI di Reggio Emilia.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

Il convegno ha avuto come tema principale la sicurezza e la tecnica dell'alpinismo.

### IL NUOVO ESCURSIONISMO: IL CRINALE VALESTRA - FOSOLA

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

Una proposta per il prossimo anno escursionistico del CAI di Reggio Emilia.

**GAZZOTTI sport**  
Corso Garibaldi, 11/9 - Tel. 261055  
42100 REGGIO EMILIA

- ATTREZZATURE ED ARTICOLI PER TUTTI GLI SPORT
- ATTREZZATURE SPECIALI PER ALPINISTI, SCIGIATORI, ESCURSIONISTI

**G.A.F.**  
GRUPPO ARTIGIANI FOTOGRAFIA  
Via Bechi, 2 - Tel. 26122 - REGGIO EMILIA

TUTTO PER LA FOTOGRAFIA E LA CINEMATOGRAFIA

**SIRONI & DAVOLI**  
Via Farini, n. 1 - Tel. 26172 - REGGIO EMILIA

TESTI SCOLASTICI - MOVITA' LIBRARIE  
FORNITURE PER UFFICIO E ARTICOLI TECNICI

**BAMBOO**  
abbigliamento  
Via Boglietti, 1 - Reggio Emilia - Tel. 261055

**C.R.E.A. - FORNACIARI**  
Via E. S. Pietro, 270 - Tel. 261055 - REGGIO EMILIA

PER UN BUON PAIO DI OCCHIALI

**Ditta NINO PATRINO**  
TUTTI GLI ARTICOLI DI GOMMA  
REGGIO EMILIA

**PIRELLI - SUPERGA**  
Brandine - Sacchi a pelo  
Accessori per il camping  
Zaini da montagna  
Materassi gonfiabili  
Scarpe  
Mantelli per alpinisti

Ligabue che raccontava di una gita del Cai lungo lo stesso crinale. Nel primo corso di escursionismo organizzato dal CAI reggiano nel 1979 una uscita era la (lunguissima) Cerezzola-Castel-novo ne' Monti. Nel 1984 uscì la guida escursionistica per valli e rifugi del TCI-CAI dedicata all'Appennino reggiano e modenese, che dedicò ampio spazio agli itinerari collinari. All'inizio degli anni '90 nacquero il Sentiero Spallanzani, il Sentiero Matilde e il Sentiero dei Ducati, che attraversa-

vano l'Appennino reggiano partendo dalla pianura. Da quei tempi sono passati oltre 50 anni e le cose nel tempo sono cambiate. Non in peggio, perché la frequentazione di questi sentieri è sì molto aumentata, ma in modo "sostenibile" (se parliamo degli escursionisti); sicuramente in meglio, perché abbiamo una articolata rete sentieristica collinare curata per la manutenzione e la segnaletica dal CAI (che in tanti ci invidiano), e ci sono da anni carte

escursionistiche e guide. E i tre cammini che attraversano l'Appennino, il Sentiero dei Ducati, il Sentiero Spallanzani e la Via Matildica del Volto Santo indubbiamente valorizzano il "basso" Appennino. Abbiamo chiesto a **Elio Pelli**, da anni responsabile della Commissione Sentieri del CAI reggiano, come si è trasformato in mezzo secolo l'escursionismo collinare sull'Appennino reggiano.

# C'è sempre più interesse per l'escursionismo a bassa quota

di Elio Pelli

Dai primi pionieri ad oggi la frequentazione del basso e medio Appennino reggiano è sicuramente aumentata: i sentieri sono molto frequentati e apprezzati da tanti gruppi che cercano sempre nuovi itinerari ad anello da percorrere specialmente in primavera ma anche d'inverno, dato che ormai

alle basse quote non nevica più. Dopo la parentesi del lockdown del Covid c'è stata una vera e propria esplosione dell'escursionismo sia collinare che urbano: pensiamo al progetto Reggio Emilia Città dei Sentieri che ha dato un ulteriore impulso ad un trend partito negli anni 70' e in costante cre-

scita. Con la crescente diffusione delle mountain bike e ultimamente delle E bike la frequentazione è raddoppiata con esiti positivi, ma a volte anche negativi. 50 anni fa i sentieri segnati dal CAI erano solo sul crinale. Oggi abbiamo una vasta rete sentieristica nella

bassa e media montagna che si sviluppa sulle tre direttrici principali dei "cammini", ovvero il Sentiero Ducati, il Sentiero Spallanzani e la Via Matildica del Volto Santo, tutte collegate con un intreccio di altri sentieri che permettono di pianificare innumerevoli percorsi ad anello per tutte le gambe. Solo nella fascia medio-bassa dell'Appennino (comprendendo anche i percorsi di pianura) abbiamo circa 191 sentieri per una lunghezza di 1012 km, il che comporta un impegno notevole per i volontari del CAI impegnati nella manutenzione. Tutti i sentieri CAI sono presenti nella cartografia escursionistica e in quella digitale e la situazione è sempre aggiornata: il lavoro dei nostri soci cartografi è tempestivo e di altissimo livello.

Questa rete escursionistica così vasta è resa possibile dalla collaborazione con quasi tutti i Comuni. Con loro abbiamo ottimi rapporti che vanno al di là della sola convenzione per la manutenzione dei sentieri, pur molto importante. Con molti Comuni organizziamo anche escursioni per valorizzare la loro rete escursionistica, spes-

so in collaborazione con associazioni locali.

La manutenzione dei sentieri nel medio-basso Appennino sta diventando un problema in quanto circa 50 anni fa quando Pincelli, Cervi, Ligabue, Canossini individuavano i primi itinerari, si trovavano a percorrere molto spesso carraie ben tenute e battute da mezzi agricoli dell'allora florida agricoltura di montagna. Ora, con il progressivo spopolamento di diverse zone della montagna anche i campi vengono abbandonati nonché le carraie. La conseguenza diretta è l'avanzata della vegetazione invasiva che progressivamente tende a chiudere le carraie, ora ridotte a poco più di un sentierino. E anche gli effetti del cambiamento climatico si fanno sentire. Ed è qui che il nostro lavoro si fa complesso: abbiamo un nutrito e validissimo gruppo di volontari (mai abbastanza...) che si impegnano con grande passione, con attrezzature come decespugliatori, tagliasiepi e motoseghe, per cercare di tenere transitabili i sentieri segnati in bianco rosso, ma la lotta a volte sembra impari, e senza l'aiuto di qualche

Elio Pelli sul Monte Duro



Il Pincio sul crinale Fosola-Valestra nel 1979

Escursione del CAI nella valle del Pozzone



agricoltore rimasto, munito di trattore con trincia, facciamo molta fatica a tenere aperti tutti i sentieri. Noi comunque ci proviamo, e siamo sicuri di fare il massimo.

Dai camminatori "pionieri" di 50 anni fa i tempi sono cambiati, basti pensare all'utilizzo sempre più diffuso della cartografia digitale con le varie app, ma il senso dell'avventura su questi sentieri si può ritrovare come allora. Ci sono sentieri poco battuti la percorrenza dei quali è veramente un'avventura: uno su tutti è il 674 nella valle del Pozzone tra Montecastagneto e Villaberza. Qui ci si può sentire Indiana Jones, ma volendo, chi, essendo esperto escursionista, vuole divertirsi su percorsi poco trafficati la Val Tassobbio offre tanti itinerari. D'altra parte sia la nostra Sezione che le Sottosezioni propongono da anni numerose camminate a bassa quota, e tutte sono molto apprezzate. Il medio-basso Appennino continua ad appagare escursionisti di tutte le età più o meno allenati, rendendo merito a chi 50 anni fa ne propose la frequentazione, non senza anche feroci critiche o commenti sarcastici.

# Strade maestre: quando la scuola si mette in cammino. Imparare camminando, l'esperienza di Marika Sacchi

Intervista a cura di Silvia Degani

Abbiamo intervistato Marika Sacchi, docente, Guida Ambientale Escursionistica e appassionata di cammini, che ha preso parte alle prime due edizioni di Strade Maestre come guida-insegnante. Abbiamo scelto di raccontare la sua esperienza perché unisce scuola, crescita interiore, cammino e conoscenza dei territori, temi centrali per il nostro modo di vivere e promuovere la montagna.

## **Ci puoi raccontare da quale percorso personale e professionale nasce il tuo incontro con Strade Maestre?**

Sono nel mondo della scuola da diversi anni, mi piace il contatto con i giovani, ma la scuola vissuta solo tra quattro mura mi stava da tempo un po' stretta. Nel 2024 ho deciso di prendermi un anno sabbatico, in primis per avere tempo di ascoltare i segnali del mio corpo al termine di un percorso di terapia medica lungo sei anni e poi per cercare di rielaborare le esperienze nell'ambito outdoor, in campo educativo e del benessere, sino ad allora sperimentate.

In questo momento di pausa e ricerca mi sono imbattuta in Strade Maestre, con cui ho avuto l'opportunità di collaborare. Dopo aver vissuto in prima persona questa modalità di scuola così diversa e fuori dagli schemi, ho sentito il bisogno di concedermi un secondo anno di tempo per capire meglio e sperimentare ancora, sempre più consapevole che, come afferma Forrest Gump nel film omonimo, "la vita è come una scatola di cioccolatini, non sai mai quello che ti capita".

## **Che cos'è Strade Maestre e in che modo si svolge l'anno scolastico in cammino?**

Strade Maestre è un contenitore ampio che include al proprio interno più progetti, di cui il più evocativo e noto è quello dell'anno scolastico in cammino, a cui ho avuto modo di partecipare attivamente nelle prime due edizioni. Si tratta di una modalità di scuola parentale in cui un gruppo di studenti del terzo, quarto e quinto anno della scuola secondaria di secondo grado decide di intraprendere un viaggio a

piedi attraverso l'Italia per un intero anno scolastico, con l'accompagnamento di alcuni adulti denominati guide-insegnanti, per comodità e brevità dette GUI.

L'idea, sviluppata a partire dal 2021, ha preso forma concreta con la prima edizione nell'anno scolastico 2024-25. La seconda edizione, conclusa nella parte di cammino a inizio giugno, nei mesi estivi ha visto gli studenti impegnati negli esami di idoneità previsti per completare il percorso didattico. A settembre 2026 prenderà avvio la terza edizione. Strade Maestre propone un approccio all'educazione attraverso la pratica del cammino di gruppo, considerato strumento privilegiato per promuovere competenze trasversali e attuare una didattica situata. È noto che ciò che si vede e sperimenta in modo diretto, mettendo in gioco emozioni, è in grado di generare conoscenze più profonde e durevoli. Il progetto vede tra i suoi partner associazioni di rilievo nazionale come il CAI, l'AIGAE e l'AGESCI, oltre a una rete di associazioni, imprese e istituzioni che appoggiano l'iniziativa sui territori, offrendo ospitalità e sostegno di vario tipo.

## **Come sei venuta a conoscenza di Strade Maestre e che cosa ti ha spinto a collaborare al progetto?**

Sono venuta a conoscenza dell'iniziativa tramite la collega Guida Ambientale Escursionistica, Emanuela Vanda,

che in fase iniziale aveva collaborato all'ideazione del progetto. Sapendo del mio interesse per la "scuola in cammino" - negli anni scolastici 2022 e 2023 avevo coinvolto alcune mie classi in esperienze di uscite giornaliere sul territorio - mi ha parlato di questa opportunità. Così il 28 ottobre del 2024 ho preso parte a Roma a un incontro pubblico organizzato da Camminamenti (la cooperativa sociale che gestisce Strade Maestre) e in quella occasione ho avuto modo di interagire per la prima volta con il gruppo al tempo impegnato nello svolgimento dell'anno scolastico. Ho manifestato il mio entusiasmo per l'idea e ho iniziato a partecipare ad alcune riunioni online, cercando di capire meglio la strutturazione del percorso e offrendo la mia disponibilità a collaborare. Volevo sperimentare una scuola più concreta, più fondata sulle relazioni umane, senza valutazione numerica e basata sul cammino, la cui pratica per me è diventata "vita".

## **Quali ruoli e attività hai svolto nelle prime due edizioni del progetto?**

Durante la prima edizione ho supportato lo staff delle GUI come docente di Matematica e Fisica, accompagnando per alcune settimane il gruppo in cammino nel Lazio, in Emilia-Romagna e in Friuli, oltre a seguirlo a distanza, tramite lezioni e tutoraggio online. Nella seconda edizione (l'anno scolastico

La partenza





Sardegna

2025-26) ho camminato più a lungo con il gruppo: fin dalla prima settimana in Valle d'Aosta, successivamente per un mese in Sardegna, e altre quattro settimane tra Lazio e Calabria. Ho seguito come docente di Genio Rurale lo studente impegnato nel percorso di Istituto Tecnico Agrario e offerto supporto anche per Matematica e Fisica ove richiesto. Ho progettato l'itinerario in Sardegna, dove a inizio ottobre ho svolto i sopralluoghi necessari per conoscere le persone contattate al telefono che ci stavano offrendo prezioso supporto e generosa ospitalità per la buona riuscita dell'impresa nell'isola. Nei periodi non in cammino ho tenuto diverse lezioni online e contribuito agli altri progetti della cooperativa, fra i quali Sentiero Scuola.

#### **Quali opportunità educative offre una scuola vissuta in cammino e nella quotidianità del gruppo?**

In cammino studenti e docenti vivono a contatto diretto 24 ore su 24: un modo di fare scuola che offre la possibilità di avere spazio per l'ascolto e il dialogo, per la costruzione di relazioni umane, per lo sviluppo di responsabilità e motivazione allo studio. Il gruppo è un ecosistema biodiverso e insegna a cogliere il valore della diver-

sità, nella sua difficoltà. Le potenzialità del progetto sono tante: servirà tempo perché diventino mature e sostenibili.

#### **In che modo il cammino trasforma studenti e guide, e quale esperienza ti ha fatto cogliere più chiaramente questo cambiamento?**

Il cammino è trasformativo per tutti, studenti e guide, ognuno evolve in funzione del proprio punto di partenza, tutti tornano a casa con un'esperienza che, volenti o nolenti, lascia tracce profonde. Il cammino permette di incontrare e confrontarsi con numerose persone e comunità, assaporandone l'accoglienza, la generosità, la semplicità. La strada invita ad osservare la natura, quindi la vita, con occhi curiosi e pieni di meraviglia. Lo scorso maggio, al termine del percorso, ormai in Calabria, nello specifico a Lorica, abbiamo svolto un'attività di riflessione sull'intero viaggio, portando l'attenzione sui rapporti e sui cambiamenti fra "io", "noi", "i territori attraversati". Sono emerse riflessioni su concetti importanti (umanità, cura, volersi bene, pazienza, umiltà, accoglienza, scoperta, autonomia, ...) che ciascuno ha geolocalizzato sulla carta d'Italia, creando una sintesi visuale del percorso interiore compiuto indivi-

dualmente in connessione con quello temporale e spaziale vissuto dal gruppo. Sono grata per avere sperimentato il confronto, l'apertura, la flessibilità, la condivisione, le difficoltà incontrate ed affrontate.

#### **Quali sono i tuoi progetti futuri, dentro e fuori Strade Maestre?**

Per il futuro spero di continuare a collaborare con Strade Maestre e contribuire all'evoluzione delle varie iniziative in campo: non solo l'anno scolastico in cammino, ma anche Sentiero Scuola, il progetto che propone a classi di scuole "tradizionali" di vivere l'esperienza della didattica in cammino per almeno tre giorni. Inoltre, mi auguro di poter continuare a proporre attività outdoor nella mia scuola, l'IC di Albinea, dove a settembre farò rientro. Mi piacerebbe realizzare un progetto a lungo termine che possa coinvolgere gli studenti e avvicinarli in modo graduale a questa modalità di scuola "fuori dall'aula". Mi felicitò sapere che ci sono già delle scuole che si stanno muovendo in questa direzione, stimolate dal modello di Strade Maestre o di altre realtà che considerano l'outdoor una possibile via per rendere la scuola più "naturale" e allo stesso tempo "umana".

#### **Quale messaggio o auspicio vorresti lasciare alla scuola tradizionale e a chi immagina nuovi modi di educare?**

Mi auguro che la scuola tradizionale lasci sempre più spazio a esperienze di questo tipo. Non so quanto tempo occorrerà per assistere a cambiamenti significativi, ma traggono forza da una certezza: "C'è un tempo per ogni cosa" (Qoélet). E se è vero che "c'è chi non sa dove andare e sta correndo per andarci subito" (Tonino Guerra), c'è per fortuna anche chi si lascia guidare da un sogno e, con lentezza e meraviglia, assapora ogni istante, avendo cura di sé e dei propri compagni di viaggio.

Lazio



Sardegna



# La mia inconfondibile vita

di Fabrizio Silvetti

*Il mattino sono solito alzarmi di buonaora, tanto più quando sono in Nepal.*

*Mi trovo per qualche giorno a Khumjung, per un periodo di insegnamento alla Hillary School, la scuola secondaria della valle.*

*Le lezioni cominciano alle 10 del mattino per poi terminare alle 16, e in questo modo anche gli studenti che abitano nei paesi vicini hanno il tempo di arrivare per il loro inizio e rientrare alla fine. A piedi.*

*Così partendo all'alba ho la possibilità di prendere un po' di tempo per me e an-*

*dare a Namche Bazar a fare colazione. Per raggiungere Namche Bazar occorre, andando veloci, almeno un'ora e mezza di cammino, attraversando il Khumjung La, il passo a 3900 metri.*

*Sto faticando lungo questa ripida salita e il fiato è corto.*

*Svoltando l'angolo raggiungo un gruppo di tre ragazze. Le chiamo ragazze perché meritano tutto il rispetto per ciò che stanno facendo, ma sono bambine di 12-13 anni, con gli anellini alle orecchie, la loro divisa scolastica curata e un sogno da rincorrere.*

*Tutti i giorni in cui hanno lezione percorrono il tragitto di andata e ritorno dalla loro casa alla scuola, con qualunque tempo, o difficoltà che sia.*

*Lo fanno per necessità, per educazione, per cultura, ma soprattutto perché sono consapevoli che lo studiare rappresenta per loro una opportunità sociale e personale.*

*E lo perseguono con un impegno che raramente riscontro tra gli studenti della mia scuola, qui nel nostro Appennino.*

La mia esperienza sulle montagne dell'Himalaya e del Karakorum è iniziata nel 2008, quando ho partecipato ad una spedizione al Cho Oyu organizzata con un gruppo di amici dell'Appennino.

È poi proseguita al Gasherbrum 2 in Pakistan, allo Shisha Pangma in Tibet, al Manaslu nuovamente in Nepal.

Il progetto con alcune scuole della valle dell'Everest è nato quasi per caso nel 2019 quando sono stato in spedizione all'Ama Dablam.

L'Ama Dablam non è una montagna di 8000 metri, ma ha sempre avuto una fascinazione particolare su di me, che andava oltre l'aspetto tecnico e iconico. In qualunque luogo ti trovi nella valle dell'Everest, voltando lo sguardo la scopri sempre nel tuo orizzonte visivo. Chiunque ami l'alpinismo trovandosi di fronte questa montagna non può non desiderare di salirla. È quello che nel tuo immaginario associ all'immagine della *montagna*: imponente tanto da incutere timore, perfetta, vertiginosa, bellissima.

Anch'io ci sono cascato e nel 2019 ci ho provato.

Io non sono un alpinista tecnico ed ho

dovuto affrontare i miei spettri per provare a salirla.

In quell'anno non ho avuto fortuna, ma non sempre la fortuna risiede nel risultato che ti aspetti. Al campo 2 sono dovuto rientrare per un'infezione intestinale che mi ha tenuto in ostaggio una notte intera sulla cresta della montagna. Ma se la delusione è stata forte, lo svelarsi di nuove opportunità a cui conduce, lo sono ancora di più. Rientrando verso Namche bazar sono passato per il villaggio di Khumjung dove ho incontrato la realtà di questa scuola. Avere l'idea di unire la mia professionalità di insegnante con la mia passione per la montagna è stato un atto naturale quanto decisivo. Essendo la scuola chiusa per le festività del Dashian in quel periodo ho cercato i contatti del dirigente, ci siamo scritti, accordati ed il 2021, oltre a raggiungere finalmente la vetta dell'Ama Dablam, mi ha visto nel Khumbu per un periodo di condivisione con la Khumjung Secondary School dove ho tenuto un corso di programmazione informatica.

Il vivere fianco a fianco la quotidianità della vita degli studenti, oltre che a quella della scuola con le sue difficoltà

e le sue meraviglie, mi ha permesso di entrare in qualche modo a fare parte della comunità del villaggio, e della valle stessa.

Da allora quasi ogni anno sono tornato per portare materiale e computer.

Cerco di contribuire alla loro capacità educativa attraverso la tecnologia, sulla base delle loro esigenze e delle mie possibilità, cercando il supporto di aziende e privati sensibili.

In questo 2026 porteremo smartboards interattive per la didattica alla scuola di Khumjung, ma anche alla scuola primaria del Monastero di Tengboche ed al British Gurkha College di Kathmandu.

Sì, perché le notizie in alta quota volano più del pensiero, e quindi altre realtà hanno chiesto di poter far parte del progetto.

Il monastero di Tengboche è il più importante centro spirituale della valle, ed ha da sempre una scuola primaria per i bambini che chiedono di fare il percorso monastico e prepararsi quindi a divenire monaci.

La visione aperta e lungimirante dei nuovi responsabili vuole allargare non solo la scuola, ma anche la possibilità di frequentazione gratuita da parte di tutti i bambini, indipendentemente dalle loro aspirazioni.

Poi il British Gurkha College, che prepara ragazze e ragazzi alla professione ed all'università, dove il responsabile è un ex studente della scuola di Khumjung, che grazie ai social è venuto a conoscenza del progetto alla Hillary School. Con loro nel prossimo autunno durante la mia permanenza a Kathmandu abbiamo pensato un progetto di sostenibilità ambientale, che prevede la piantumazione di piante da frutto in un parco vicino al college, per abbattere la produzione di CO2 legata al mio viaggio.

Alla base la necessità di sensibilizzare ragazze e ragazzi verso questi problemi, in un territorio colmo di meraviglie che



BroadPeak campo



Gasherbrum 2 vetta

ha bisogno di abitanti educati e consapevoli.

C'è molta felicità e responsabilità in tutto questo nella mia anima, e, se pur è sempre una piccola goccia nell'oceano, è comunque bagnata.

Sullo sfondo del progetto una nuova montagna.

Potrebbe essere il Cholatse, al confine tra la valle dell'Everest e quella di Gokyo. Tutto è cominciato con una domanda: vieni con noi al Cho Oyu?

Era il 2008, e la mia risposta istintiva fu: no. In quegli anni la mia attività era la corsa in montagna e lo scialpinismo, ma non certo l'alpinismo d'alta quota.

Nella mia testa quei luoghi erano sede di eventi popolati da eroi, di vita impossibile, di forze della natura incontrollabili.

Grazie a quella domanda è però cambiata la mia vita negli ultimi quasi 20 anni. La possibilità di vivere un'esperienza di quel tipo è entrata nella mia testa come un tarlo e mi ha fatto capire che affinché le cose possano accadere, i desideri essere esauditi, e magari i sogni avverarsi, occorreva dire: sì.

Un sì incondizionato, abbandonando certezze ed essendo pronti a fare un primo passo al buio.

La spedizione al Cho Oyu non mi ha concesso di arrivare in vetta, ma è stato un insegnamento di come le emozioni ti pervadono vivendo giornate intense, profonde e mai ordinarie, confrontandoti con i tuoi limiti fisici e mentali in una esperienza volutamente affrontata con l'etica pulita del *no ossigeno supplementare, no portatori d'alta quota*.

La nottata vissuta da solo a campo 3 a 7600 metri ha spalancato la mia curiosità e focalizzato i miei desideri.

Ed ha permesso di conoscermi, di scoprire come il mio corpo reagiva a quell'ambiente, di vedere i miei limiti, di voler andare oltre per vivere con intensità esperienze che hanno poi segnato la mia vita.

Al Gasherbrum 2 in Pakistan abbiamo avuto la possibilità di mettere a frutto tutto questo e, circondati dalla meraviglia delle montagne del Karakorum, un po' di fortuna e la fatica di combattere anche contro qualche problema fisico, ho raggiunto insieme a Samuele Sentieri

la vetta a 8035 metri.

Lì ho trovato consapevolezza ed ho scoperto che i desideri si possono soddisfare ma che non ti possono appagare. Anzi, ne alimenteranno sempre di nuovi, che ti faranno passare notti febbrili a sognare nuova vita.

Questa ricerca mi ha spinto a cercare una nuova forma di fatica nel vivere queste esperienze, fatica necessaria per vivere le cose fino in fondo, dentro te.

Ho quindi deciso di affrontare la spedizione allo Shisha Pangma da solo, senza la possibilità di condividere responsabilità e difficoltà.

Partire senza conoscere quali saranno i tuoi compagni di viaggio, gestire da solo materiale e notti insonni, non avere sponde per il torrente delle emozioni e lasciarsi portare dall'incedere delle cose.

Un po' di esperienza l'avevo vissuta, avevo il desiderio di sperimentare nuovi modi, non avevo paura di abbandonare a casa certezze e consapevolezze, ho chiuso gli occhi ed ho fatto quel passo.

In vetta allo Shisha Pangma sono arrivato, non a quella Principale a 8027 metri, ma a quella Centrale a 8013, la cresta finale sarebbe stata troppo pericolosa per me, da solo.

Ma l'ho fatto con le mie sole forze, affrontando i fantasmi che via via ho incontrato lungo la strada.

Ad ogni esperienza la mia sensibilità, la mia forza, la mia determinazione acquisivano nuovi orizzonti.

Khumjung Hillary School



Nella mia vita personale ho però, ad un certo momento, dovuto affrontare un periodo di forti difficoltà che avevano bloccato il mio entusiasmo e la mia felicità.

Mi sono allora chiesto cosa mi avesse in precedenza reso questa felicità, ed ho intravisto la montagna. Seguirne la traccia nella neve è stato il mio modo per ritrovarmi.

Il Manaslu è stato questa terapia.

Quel periodo passato in Nepal, solo con i miei pensieri, mi ha restituito ciò che cercavo, e mi ha riconosciuto che il cercare di vivere le mie giornate in modo intenso, con impegno e forte emozione era *la mia inconfondibile vita*.

Agli 8163 metri della punta ho potuto guardare nuovamente indietro e, forse ancor più, dentro.

Dopo il Manaslu ho organizzato nuovamente una spedizione in Pakistan, al Broad Peak.

Il trekking nella valle del Baltoro è sempre un'esperienza provante e meravigliosa, circondata dai quattro 8000 del Karakorum: Gasherbrum 1 e 2, Broad Peak e K2.

La cima questa volta non è arrivata, l'instabilità meteo non mi ha permesso di andare oltre al colle Conway, tra la cima nord e quella principale a 7300m. Al di sotto, tra campo 2 campo 3, il palcoscenico della tragedia che ha visto morire 10 alpinisti in questa estate, tra cui l'iconico innovatore Nims Dai.

Sullo sfondo altre cime in Nepal, l'Imja Tse, il Lobuche East, l'Ama Dablam.

E altri progetti solidali, nei confronti della Buddhist Child Home, un orfanotrofio di Kathmandu, e la regione del Damar, per la ricostruzione di scuole dopo il terremoto del 2015 e di un presidio medico che potesse assistere le donne per il parto.

All'orizzonte rimane il progetto delle scuole in Khumbu, che sta creando in me affezione non solo per i luoghi ma anche, e soprattutto, per le persone.

L'entusiasmo mi porterà a nuove spedizioni, non fare collezioni ma per rendere mia questa vita.

# La valle Wadi al Qaraqir nel nord del Libano

*Un progetto di cooperazione internazionale tra natura, tradizioni e futuro sostenibile per i giovani*

di Maurizio Davolio

Presidente della Fondazione di Partecipazione Turismo Responsabile AITR ETS.

Una valle profonda e stretta, attraversata da un torrente ricco d'acqua in inverno, secco o quasi in estate; nei fianchi della valle fitti boschi che contengono i segni della vita e dell'attività umana.

Come nella vicina e famosa Kadisha Valley, anche qui ritroviamo un fenomeno curioso, per noi insolito: per compiere un'escursione nella natura si scende dall'altopiano abitato e si percorrono sentieri verso il basso, fino al letto del torrente, e lungo i fianchi della valle.

Sono sette i sentieri su cui stiamo lavorando nell'ambito di un progetto di cooperazione internazionale allo sviluppo guidato dalla ONG Pro Terra Sancta e cofinanziato dall'AICS, Agenzia Italiana per la Cooperazione allo Sviluppo, un ente operativo del Ministero degli Esteri e della Cooperazione Internazionale. La nostra Fondazione

di Partecipazione Turismo Responsabile AITR ETS vi svolge un ruolo professionale e consulenziale molto intenso.

Io, durante le mie missioni, ho percorso tutti i sentieri quando erano soltanto delle tracce percorse da contadini e pastori. Ora stanno diventando dei sentieri ben tracciati, puliti, segnati e, speriamo, frequentati da turisti e trekker quando saranno ultimati. Sono sentieri talvolta scoscesi ed esposti ma che a regime saranno del tutto sicuri. Uno, grazie alla sua limitata pendenza, sarà accessibile anche alle persone con disabilità e particolarmente adatto anche per le scuole, con finalità educative.

I sentieri saranno configurati il più possibile ad anello, includendo anche qualche tratto di strada asfaltata per le ragioni che vedremo in seguito.

Ci troviamo nel Nord del Libano, non

lontano da Tripoli, Il territorio è abitato dai Maroniti, cristiani che sono in unione con la Chiesa Cattolica, ma con una forte autonomia organizzativa e liturgica, in quanto Chiesa Patriarcale. Un territorio tranquillo e del tutto sicuro, che però come l'intero paese è percepito come pericoloso e che pertanto non è al momento visitato se non dalla popolazione locale e dalla diaspora libanese.

Il progetto ha l'obiettivo di creare opportunità di lavoro e di reddito nel turismo, soprattutto per i giovani, e di contrastare l'emigrazione, un fenomeno che da decenni colpisce duramente tutto il paese.

Proponiamo un turismo naturalistico che si coniuga con la tutela dell'ambiente, il nostro partner locale è Green Community, un'associazione di giovani che amano il loro paese ed hanno acquisito una grande competenza in

Tratto di Sentieri - Qarqir Valley



Stoccaggio naturale per attività mulini - Mereh Kfersghab



campo naturalistico. Nei paesi del Medio Oriente, che sarebbe più corretto chiamare Asia Occidentale, era ed è diffuso da secoli l'approccio Hima di origine islamica che prevede un forte coinvolgimento delle comunità locali nella salvaguardia dell'ambiente naturale e nel suo corretto utilizzo.

Negli incontri con i giovani interessati ad operare sul territorio soprattutto come guide naturalistiche ci siamo avvalsi della collaborazione dell'Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche, che ha una grande competenza in materia.

La valle Wadi Al Qaraqir è veramente spettacolare, con punti panoramici sorprendenti.

I fianchi della valle sono ricoperti da una fitta vegetazione all'interno della quale si scoprono i segni di una antica attività umana, oggi interrotta: la chiesetta con un'iscrizione in Siriaco, cisterne per la produzione del vino, mulini, resti di abitazioni, terrazzamenti, antichissimi ponti, acquedotti abbandonati e persino alberi da frutto.

Tra il 1915 e il 1918 nel pieno della Prima Guerra Mondiale ci fu una spaventosa carestia in Libano, oltre 200.000 persone morirono di fame; parecchi contadini vendettero le loro terre per poter comprare il cibo; ma in seguito quelle terre vennero abbandonate dai nuovi proprietari, l'attività agricola cessò del tutto e gli alberi da frutto furono man mano circondati e som-

mersi da piante selvatiche, qualche pianta sopravvisse.

Nella valle si trova una spettacolare cascata, che si può raggiungere a piedi. I sette sentieri possono essere percorsi ciascuno in poche ore, in tre o quattro giorni di permanenza si possono percorrere tutti.

Vi si trovano alberi monumentali, purtroppo però non il mitico Cedro del Libano. La valle è abitata da una ricca fauna che comprende iene, sciacalli, lupi e gatti selvatici.

Tantissimi sono i funghi commestibili, la raccolta è libera, e abbondanti le erbe selvatiche officinali.

La valle si trova all'interno di un altopiano, da cui bisogna discendere per entrarvi. Sull'altopiano si trovano i paesini, che hanno un particolare fascino. Ovunque si notano i segni della fede maronita, che costituisce l'elemento identitario della popolazione: chiese vecchie e anche nuovissime, cappelle, maestà, crocifissi e immagini sacre lungo le strade che sono asfaltate ma pochissimo frequentate e pertanto gradevoli da percorrere a piedi, collegando i vari sentieri; dalle strade si vedono anche tante ville nuove, con bellissimi giardini, costruite spesso con risorse provenienti dall'immensa diaspora libanese (15 milioni di emigrati e loro discendenti a fronte di una popolazione di 5 milioni di abitanti). Meritano un'occhiata anche i cimiteri dove le monumentali tombe familiari

prevalgono sulle tombe individuali.

Sull'altopiano troviamo anche trattorie e ristoranti dove gustare lo straordinario e sorprendente cibo libanese (tipico il kibbeh) in un contesto di ospitalità molto cordiale e anche un po' incuriosita nei confronti dei turisti. Il sistema sentieristico è collegato con il Parco Nazionale Horsh Ehden, dove finalmente si può ammirare il Cedro del Libano all'interno di una vegetazione ricchissima.

Il Libano è un paese straordinario; grande quanto una piccola regione italiana, offre tanto mare, montagne che superano i 3000 metri, un'infinità di siti archeologici che ci raccontano un'antica storia di Fenici, Romani, Bizantini, Arabi, Turchi, parchi naturali, una ricca gastronomia. Sono ben 18 le religioni ufficialmente riconosciute, nelle varie chiese cristiane si prega in arabo, aramaico, siriano. Un paese tormentato, che ha affrontato guerre civili e tanti conflitti purtroppo sempre sul punto di riesplodere. Ma la gente è ospitale e gentile, c'è simpatia per noi italiani, io mi ci trovo benissimo, anche nella valle della Bekaa dove stiamo collaborando in un altro progetto che riguarda Baalbek e Hermel, e dove siamo immersi nella comunità scita.

Se nel CAI si decide un viaggio in Libano, di trekking e cultura, sarà per me un piacere parteciparvi, favorire i contatti con le comunità e le loro narrazioni.

Riserva d'acqua per funzionamento mulini tramite pompa - Mezrt el teffeh



Cascata - Mezrat el Teffef



# Capire il paesaggio in montagna

## Parte 1: Geologia

di Alberto Fangareggi

*Questo è il primo di una serie di brevi articoli che hanno come tema il PAESAGGIO, ovviamente il paesaggio in montagna. Non saranno trattazioni scientifiche, questo non è lo scopo, ma semplicemente un aiuto per l'escursionista e l'alpinista, a capire l'ambiente montano in cui si muove. Non vuole nemmeno essere una trattazione teorica, perciò si prenderanno ad esempio delle montagne, quelle che personalmente conosco meglio e di cui ho un minimo di competenza. Si parlerà di paesaggio NATURALE e successivamente di paesaggio ANTROPICO, anche perché spesso si fa confusione, ritenendo naturale quello che in realtà non è. In questo primo articolo si tratta di GEOLOGIA, che è ovviamente il punto di partenza per la comprensione del paesaggio. Non me ne vogliano i geologi a cui capiterà di leggere queste poche righe.*

Le montagne del Trentino Occidentale sono parte delle Alpi Retiche Meridionali. In questa area delle Alpi si trovano tre importanti gruppi montuosi: le Dolomiti di Brenta, la parte meridionale dell'Ortles-Cevedale e la parte orientale dell'Adamello-Presanella. Ciò che rende particolarmente affascinante questa regione, è il fatto che questi tre gruppi montuosi sono com-

pletamente diversi l'uno dagli altri, per storia geologica, per composizione litologica e conseguentemente per il paesaggio. Questi tre gruppi sono separati da due importanti linee di faglia: la Linea Insubrica, qui coincidente con la Val di Sole, che separa Ortles-Cevedale da Adamello-Presanella, e la Linea delle Giudicarie che passa per Val Rendena e Valli Giudicarie, che

separa Adamello-Presanella dal Brenta. Cerchiamo quindi di capire perché i paesaggi di questi monti sono fra loro così differenti.

### ORTLES-CEVEDALE

Questo gruppo montuoso, situato a nord della Linea Insubrica, è costituito dalle tipiche rocce metamorfiche

Le rocce metamorfiche nel gruppo del Cevedale, dal Vioz a Punta Cadini (foto di Alberto Fangareggi)





La croce su Cima Payer nel gruppo dell'Adamello (foto di Alberto Fangareggi)



Tonalite, la granitica roccia dell'Adamello (foto di Alberto Fangareggi)

dell'Austro-alpino, principalmente scisti, porfiroidi e filladi, molto antiche, risalenti a circa 300 milioni di anni fa e derivanti da più antiche rocce ignee e sedimentarie sottoposte ad alte temperature e pressione. Un esempio sono il Cevedale, il San Matteo e tutta la catena delle Tredici Cime. Queste rocce sono state ovviamente innalzate dall'orogenesi alpina quando la placca africana ha spinto su quella europea, piegando e sollevando gli esistenti strati rocciosi. Nella parte nord del gruppo (qui siamo già in Alto Adige e Lombardia) emergono anche rocce sedimentarie parzialmente metamorfizzate; si tratta di una dolomia di colore grigio di cui sono costituiti ad esempio l'Ortles e il Gran Zebrù. La differenza di paesaggio fra le due tipologie di montagne salta subito all'occhio. Profili più dolci per le prime, spesso caratterizzate da un colore rossastro dovuto a minerali ferrosi. Pareti scoscese, ripide di colore grigio scuro per le seconde. La differenza è evidente, in particolare quando le due tipologie si trovano a stretto contatto. La predominante presenza di rocce silicatiche, impermeabili all'acqua, rendono questi monti ricchi di corsi d'acqua e laghi in superficie.

#### ADAMELLO-PRESANELLA

A sud della Linea Insubrica si trova invece il gruppo Adamello-Presanella, anche questo ricco di acqua ma la cui conformazione è molto diversa da

quella dell'Ortles-Cevedale, avendo una storia geologica molto diversa. Queste sono rocce magmatiche intrusive, giovanissime da un punto di vista geologico, avendo solo 30-40 milioni di anni. Magmi acidi provenienti dal profondo sono risaliti in cavità venute

Il lago Vedretta incastonato fra le pareti di tonalite nel gruppo dell'Adamello (foto di Alberto Fangareggi)



tesi a creare sotto la crosta terrestre a seguito dell'orogenesi alpina. Protette dalla crosta terrestre questi magmi hanno avuto modo di raffreddarsi lentamente e cristallizzare, dando origine al plutone dell'Adamello, un granito con la tipica composizione di cristalli di quarzo, feldspato e biotite. Questo granito prende qui il nome di tonalite, da Tonale dove fu studiato per la prima volta. Sono poi presenti anche granodioriti. La successiva continua orogenesi e fenomeni di erosione hanno poi eliminato il coperchio litico preesistente e portato alla luce queste splendide rocce granitiche. Il paesaggio è molto diverso da quello dell'Ortles-Cevedale. Queste sono montagne giovani e costituite di robustissimo granito. Quindi qui si vedono picchi e pareti ardite, creste aguzze che non sono presenti nelle montagne precedentemente descritte. Percorrendo la Val di Sole e guardando ai versanti nord e sud, non si può non apprezzare la differenza del paesaggio di queste montagne. Ovviamente non tutto il gruppo montuoso è composto da rocce granitiche. Come esempio citiamo, nella zona meridionale, il ver-

rucano lombardo (roccia sedimentaria fluviale molto antica, utilizzata anche per costruzioni) dove tutto l'ambiente roccioso è di un colore rosso scuro.

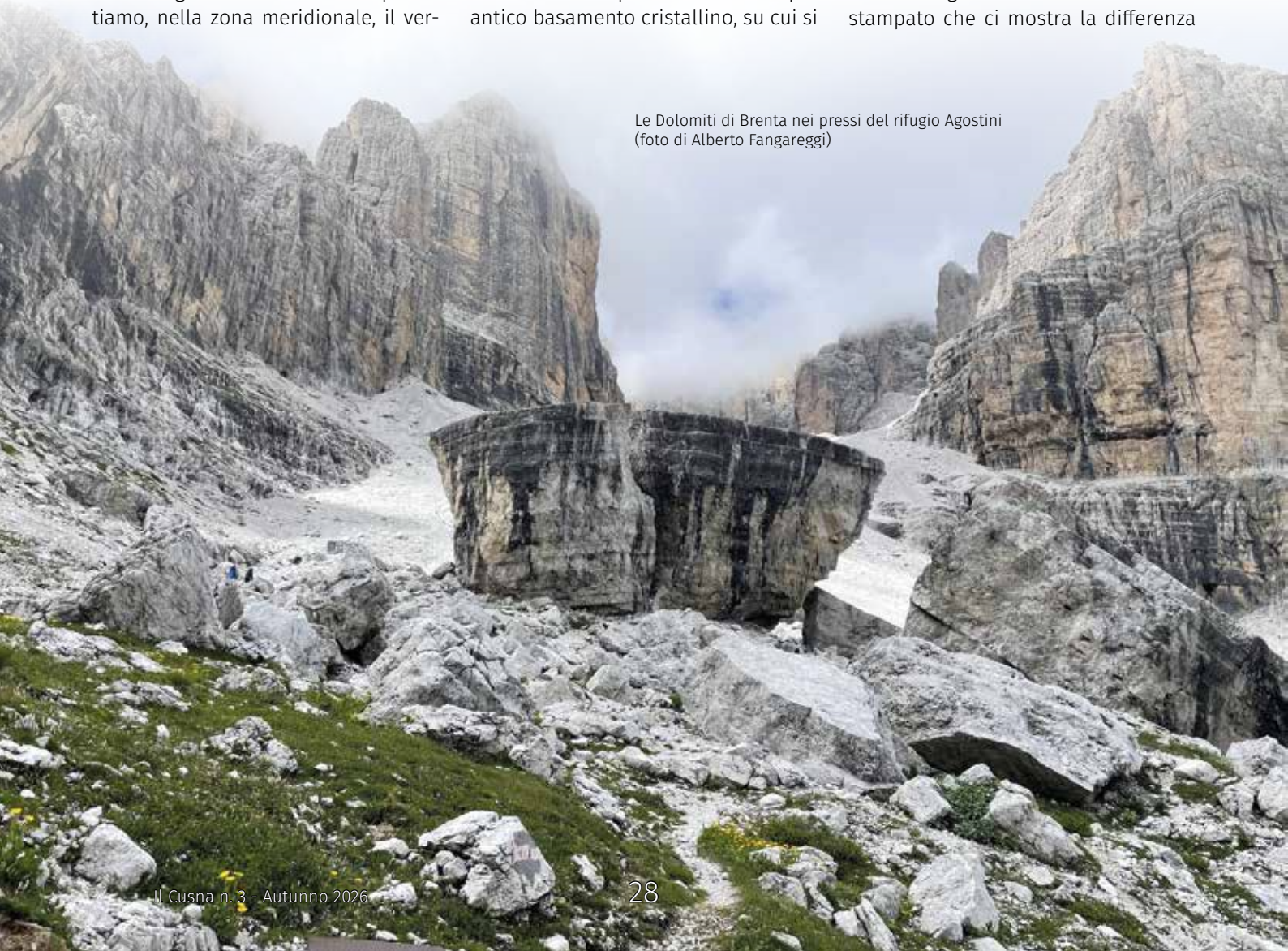
## BRENTA

Il paesaggio dolomitico è inconfondibile. Come tutti sappiamo, sono rocce sedimentarie formatesi per deposizione di sedimenti carbonatici formati da microrganismi, alghe, conchiglie e coralli (e infatti ricche di fossili), nel mare della Tetide, sovrapponendosi, in uno spessore fino a 1000 metri, al preesistente zoccolo metamorfico del basamento cristallino, circa 200-220 milioni di anni fa. L'orogenesi ha poi piegato e sollevato questo strato roccioso che è composto da rocce carbonatiche: calcari e dolomia. La dolomia principale (carbonato di calcio e magnesio) è più resistente all'erosione del calcare (carbonato di calcio) per cui le rocce che sveltano ripide, paradiso dei climber, sono costituite da dolomia, mentre le rocce di calcare sono state maggiormente erose e lisce dal tempo. Il sottostante più antico basamento cristallino, su cui si

sono depositate le rocce sedimentare, emerge nel Brenta al Doss del Sabion, nei pressi di Campiglio. La stessa roccia si trova a Cima d'Asta nei Lagorai. Il paesaggio delle dolomiti è scarso di acqua, questo è dovuto al fenomeno del carsismo. Le rocce sono poco solubili in acqua, ma la presenza di acido carbonico che si genera nella reazione fra acqua e anidride carbonica, trasforma i carbonati in bicarbonati che sono invece molto più solubili in acqua. Su queste montagne l'acqua, di conseguenza, non corre in superficie ma nel sottosuolo. Chi percorrerà i sentieri del Brenta più settentrionale (Monte Peller, Sasso Rosso), troverà un paesaggio ancora diverso. Qui non è più dolomia principale ma la cosiddetta "scaglia rossa" una diversa roccia sedimentaria, più recente, con una forte colorazione rossa.

Tre montagne quindi, ognuna delle quali ha una storia geologica diversa ed è costituita da rocce diverse. Si studiava a scuola che ci sono tre fondamentali tipi di rocce (magmatiche, sedimentarie, metamorfiche). Queste tre montagne sono come un libro stampato che ci mostra la differenza

Le Dolomiti di Brenta nei pressi del rifugio Agostini  
(foto di Alberto Fangareggi)





Il Gran Zebrù (dolomia matamorfizzata) e Punta Graglia (roccia silicatica metamorfizzata) a contatto (foto di Alberto Fangareggi)

fra queste tre tipologie di rocce e ce ne racconta la storia. Passiamo dall'una all'altra e ci troviamo in un ambiente completamente diverso. Capire il paesaggio in cui ci muoviamo è un valore aggiunto a tutte le altre moti-

vazioni che ci portano in montagna.

*Nel prossimo articolo si parlerà dei ghiacciai (sempre prendendo come esempio gli stessi gruppi montuosi delle Alpi), di come le ere glaciali*

*hanno modellato le montagne e di come possiamo distinguerne i segni. Si parlerà di come il paesaggio stia cambiando e del futuro dei ghiacciai. Ci saranno ancora le ere glaciali? Alla prossima puntata.*

**REGGIO GAS**  
**VERDE & BLU**  
**TREKKING ALPINISMO ARRAMPICATA**

**Vivi con noi la tua avventura!**

sconto del 15 %  
a tutti i soci  
CAI

via Cecati 3/1 Reggio Emilia • tel + fax 0522-431875 • [www.reggiogas.it](http://www.reggiogas.it)



# Il Signore degli Anelli

## L'Anello di Quara

La seconda proposta del Signore degli Anelli riguarda il territorio tra Quara, Gova e Costabona, nei Comuni di Toano e Villa-Minozzo. È un anello già proposto in diverse escursioni organizzate dal CAI. La bellezza di questo percorso sta nella grande varietà dei luoghi attraversati, con paesaggi che cambiano in continuazione, tra boschi e antichi borghi, il tutto arricchito da inaspettati e ampi panorami sull'Appennino reggiano. Di particolare interesse sono le suggestive e selvagge Gole del Malpasso e i ruderi del Castello di Gova. È un anello di media lunghezza che si sviluppa tra i 600 e 900 metri di quota, senza dislivelli accentuati e con un tratto in salita del tutto abbordabile. È comunque una escursione che va fatta con un buon allenamento e piede fermo.

Si parte dal paese di Quara (724 m), dove è possibile parcheggiare casomai nei pressi di un bel tabellone illustrativo dei sentieri della zona, realizzato dalla Sottosezione CAI di Novellara. Si esce dal paese seguendo verso sud la strada provinciale per Costabona. Poco fuori dal paese si lascia la strada e si prende a sinistra il sentiero 613 (lo seguiremo per tutto l'anello) che sale per un breve tratto nel bosco fino a raggiungere la strada asfaltata (770 m circa) che porta al campeggio di Quara. La si segue a sinistra per poi lasciarla subito dopo imboccando a sinistra il

sentiero che porta in leggera discesa all'interessante borgo di Montebiotto (704 m), dopo aver incrociato la strada per Gova. Attraversato il paese si prosegue sul 613 scendendo all'abitato di Castagnola (614 m). Qui il sentiero svolta decisamente verso sud e dopo un breve tratto pianeggiante nel bosco entra nella suggestiva e selvaggia zona delle Gole del Malpasso, affluente del Dolo, sicuramente uno dei luoghi più affascinanti dell'Appennino reggiano. Qui sono stati realizzati percorsi attrezzati e un ponte tibetano, che esulano però dal nostro anello. All'inizio di questo tratto si incrocia la Via Matildica del Volto Santo (VMVS) proveniente da Toano, che da qui fino a Cadignano coincide con il 613. Superato il ponte in legno sul rio Malpasso in un punto particolarmente suggestivo, il percorso comincia ad affacciarsi dall'alto sulla valle del Dolo e prosegue quasi pianeggiante fino al borgo di Cadignano (600 m circa) con alcuni interessanti edifici in pietra. Qui si lascia la VMVS e sempre seguendo il 613 per strada asfaltata si sale al paese di

Gova (735 m) e subito dopo alle case di Famegallo.

Da qui il 613 lascia l'asfalto e accompagna da una bella visione sul Monte Penna di Novellano si sale in breve ai ruderi del Castello di Gova, appartenuto alla famiglia Dalli nel XV sec. ma di origine più antica. Del castello rimane un massiccio torrione. I ruderi del castello si raggiungono con una breve deviazione dal sentiero. Il 613 prosegue sempre in salita fino a raggiungere la panoramica quota di 918 m, il punto più alto dell'anello.

Da qui in leggera discesa il sentiero prosegue verso Costabona, fino a raggiungere l'incrocio con il sentiero 611 (che porta alla Penna di Novellano e al Passo di Vallestrina), in una zona incantevole (890 m) poco sopra Costabona e al nucleo rurale del Monte, con una fantastica vista sulla Pietra di Bismantova e sul Monte Prampa. Si segue il 613 a destra nel bosco per iniziare la discesa che porta alla strada del campeggio di Quara, e ripercorrendo il primo tratto dell'anello si arriva a Quara.

Alle Gole del Malpasso



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tempo di percorrenza:</b> 4,00 ore circa (soste escluse).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Difficoltà:</b> escursionistiche (E).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Dislivello:</b> 365 metri circa di salita complessiva.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Avvertenze:</b> è un percorso escursionistico che si sviluppa tra i 600 e 900 metri di quota. Non è molto lungo e i dislivelli non sono eccessivi, ma va affrontato con un buon allenamento e con buone condizioni metereologiche. È indispensabile l'abbigliamento da montagna (scarponi, giacca a vento, zaino, borraccia). Si consiglia sempre di studiare il percorso sulla carta (prima di partire, non dopo!).                                                                               |
| <b>Periodo consigliato:</b> dalla primavera a novembre. Particolarmente indicati i mesi di ottobre e novembre. In determinate condizioni (sempre più frequenti) è un anello percorribile anche d'inverno.                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Cartografia:</b> Carta Escursionistica "Alto Appennino Reggiano", ed. GeoMedia e l'app collegata Sentieri APP.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Informazioni gastronomiche:</b> a Quara si trova il bar ristorante Vittoria e nelle vicinanze è consigliabile a Costabona l'Osteria del Maggio.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Curiosità.</b> Tra le più significative tradizioni dell'Appennino reggiano c'è sicuramente quella del Maggio, che a Costabona ha un punto di eccellenza. Si tratta di una antica forma di teatro popolare in versi e in musica, qui portata avanti dalla Società del Maggio Costabonese, nata nel 1962 sotto la spinta di Romolo Fioroni, grande esperto della materia. Gli spettacoli del Maggio si svolgono all'aperto in radure tra i boschi: a Costabona nell'apposito spazio della Carbonaia. |



# Sentieri e Storie

## La Valle di Rio Re

*Dalla caserma forestale ai rifugi: memorie, sentieri e silenzi nel cuore dell'Appennino*

di Daniele Canossini

In fondo ad una valletta ben stretta e buia in inverno, in primavera in estate e in autunno, la Forestale dello Stato ha costruito una casermetta poco dopo la Prima guerra.

A pochi mesi dal conflitto il demanio del regno acquistò dagli usi civici di Ligonchio tutte le foreste tra Ozola e Rossendola; praticamente tutte. Non si potevano opporre ovviamente. Per tagliare legna, proprio tutta, da inviare alle fabbriche d'armi.

Finita la guerra, si doveva dar lavoro ai superstiti, e iniziarono i lavori di rimboschimento. Qui a Rio Re fu impiantato un grande cantiere. Gli operai stavano in baracche di legno e i geometri e le guardie forestali in una caserma costruita lungo il torrente. Poco sopra, in un ripiano creato dai ghiacciai migliaia di anni fa, fu creato un vivaio per far crescere soprattutto coniferine. Ci sono stato da piccolo con mio padre, che era geometra della Forestale. La caserma era ancora tale, gli alberelli mi parevano altissimi... Le stufe andavano anche in piena estate in una valletta ombrosa. Si dice che quattro forestali morirono a causa della stufa difettosa. Dopo anni di abbandono, negli anni Ottanta la Provincia decise, per quei tempi con grande lungimiranza, di attrezzare la casermetta a rifugio, come anche la Bargetana e la Segheria. Facemmo i sopralluoghi: presente il Forestale Bertoluzza, Chiari per la Provincia e il sottoscritto per il CAI. L'assessore allora era Ione Bartoli che, oltre agli asili più belli del mondo, voleva anche i rifugi più belli del mondo.

Un po' per l'ombra e anche per i fantasmi, non avremmo scommesso una lira sull'attrattiva del Rifugio Rio Re.



Comunque, nel giro di un'estate, fu attrezzato con bagni nuovi, cucina completa, letti a castello come gli altri due. Efficienza di un tempo.

E Invece, lasciandolo in autogestione per gruppi, si riempì subito con i ragazzini di campi estivi comunali, parrocchie, scout e in agosto gruppi e famiglie. Lo gestivamo dal Battisti, ma chiavi e controlli erano a Ligonchio nelle mani esperte di Roberto Barbanini, che ancora studiava. Come del resto gli altri gestori, tutti ventenni.

Prima ancora, la rete di mulattiere costruite dalla Forestale negli anni Venti pian piano venne dipinta di rosso e bianco, verso il vivaio, tra i fitti boschi di conifere, tra le rade, allora, faggete. Al CAI ci eravamo divisi le zone. I sentieri 37 e 39 di Rio Re erano segnati da Romano Ferrari e Paolo Piccinini.

Le conifere crescevano, e l'ombra nella valle era sempre più cupa. Ma i sentieri poi uscivano nel mirtilleto, e via verso il Monte Sillano, verso Pradarena, verso le Porraie e verso la Presalita. L'ombra d'estate era invece un bel

sollevo per chi saliva dalle città, sia emiliane che toscane.

Tanto è vero che dopo anni di autogestione, negli ultimi dieci anni una famiglia lo ha gestito direttamente. Recentemente ha rinunciato. Vedremo se la ex Caserma forestale avrà una terza vita o resterà muta e silenziosa dopo tante persone che ci hanno vissuto per gli ultimi cento anni, almeno qualche notte, con lo scroscio leggero del Rio Re e le ombre lunghe degli abeti.

I sentieri ci sono ancora, qualcuno è stato dismesso, altri sono percorsi da tanti, anche se non sono segnati, ma ci passano adesso anche in bici, non sempre muscolari. Si possono percorrere anelli tra Ospitaletto, Rio Re, la Comunella e Pradarena, tornando per la stradetta Enel o dal 643. Anche un anello da Ligonchio per Tarlanda e il 641, tornando con il 637. Il fascino della valle di Rio Re sta nella sua storia letta tra il bosco e il ruscello, le mulattiere a tornanti, il silenzio. Anche troppo silenzio.

# Il cammino di San Benedetto del CAI di Novellara

di Lucia Gramoli

Grazie a una proposta di Paolo Storchi, il CAI di Novellara ha organizzato il 10.11.12 aprile 2026 **Il cammino di San Benedetto**: una bellissima iniziativa che ha unito trekking, arte, cultura e spiritualità.

Luoghi poco noti ai più, ma ricchi di fascino e sorprendenti scoperte.

La zona è limitrofa a Subiaco, cittadina che fa parte della città metropolitana di Roma, dal cui centro dista circa 60 Km. La regione si estende lungo la valle dell'Alto Aniene, che abbiamo in parte percorso. È un fiume dalle acque purissime (per questo nei secoli passati qui si produceva una carta pregiata) che scorre tra gole strette, chiuse

da monti che formano la catena dei Simbruini.

Proprio per la loro selvatichezza San Benedetto, originario di Norcia, si recò qui intorno al 490 isolandosi in eremitaggio, dopo aver deciso di dedicare la propria vita a Dio, deluso dalla corruzione della Chiesa di Roma.

Già l'imperatore Nerone nel 60 d.C. aveva scelto questo luogo per la costruzione di una villa enorme e sontuosa, ricca di piscine che utilizzavano l'acqua del fiume Aniene.

Quando Benedetto giunge in questo luogo, della villa c'erano solo resti, ma trova un piccolissimo eremo. Desideroso di solitudine e preghiera, deci-

de di vivere per ben tre anni in una grotta (Sacro Speco) e qui è sorto il primo monastero, che nel corso dei secoli si è ingrandito dando origine a una struttura enorme e labirintica che abbiamo percorso e conosciuto grazie a una bravissima guida, che ci ha accompagnato anche nella lettura dei numerosi affreschi.

È da questo luogo che ha avuto origine l'Ordine di San Benedetto, una confederazione di conventi che allora come oggi seguono la Regola dettata dal Santo intorno al 529 e che si fonda sull'equilibrio tra preghiera, studio e lavoro, riassunto dal celebre motto "Ora et labora". I monasteri benedet-

Monastero di San Benedetto Sacro Speco (foto dal Sito Ministero della cultura)





Scala santa al Sacro Speco (foto dal Sito Ministero della cultura)

tini, sorti in tutta Europa, sono stati una rete o "Un filo infinito", come dice Paolo Rumiz nel suo libro che, da viaggiatore raffinato quale è, ne ha visitati molti, trovando nel loro legame le profonde radici dell'Europa.

A Subiaco San Benedetto ne fondò dodici, ma gli unici superstiti sono il Sacro Speco e, a poca distanza, Santa Scolastica (sorella gemella del Santo e fondatrice di un ordine femminile) che, oltre ad essere un importante luogo di culto e scrigno di opere d'arte, è anche una capiente foresteria. Abbiamo alloggiato qui e l'accoglienza e la cucina sono state molto buone.

Questa premessa credo fosse indispensabile per far capire a chi legge non solo la storia, ma soprattutto lo spirito e la natura speciale di questi luoghi e le emozioni del nostro viaggio.

Il programma ha previsto il primo giorno un percorso di una decina di chilometri lungo le rive dell'affascinante fiume Aniene, una piccola parte del Cammino di San Benedetto che da Norcia porta a Montecassino (300 km). Arrivati a Subiaco abbiamo visitato la chiesa di San Francesco dove una suora ci ha accolto con la sua calorosa ospitalità.

Il secondo giorno abbiamo fatto la visita al Monastero di Santa Scolastica e a piedi abbiamo poi raggiunto il



Gutenberg a Subiaco (foto di Lucia Gramoli)

Fiume Aniene (foto di Lucia Gramoli)



Foto di gruppo (foto di Lucia Gramoli)





Roccia scolpita a Cervara (foto di Lucia Gramoli)



Panorama Monti Simbruini (foto di Lucia Gramoli)

Sacro Speco: dalla grotta di San Benedetto la guida ci ha condotto nelle altre parti della grande costruzione ricchissima di opere d'arte.

Una vera e propria chicca, non prevista dal programma di questa giornata, è stata la visita a una mostra temporanea: "Gutenberg a Subiaco". I monaci benedettini avevano impiantato qui una tipografia, la prima in Italia a caratteri mobili, che fu visitata da chierici provenienti dalla Germania. La mostra ci ha dato l'opportunità di vedere opere molto rare fra cui la Bibbia di Gutenberg, conservata alla Biblioteca Apostolica Vaticana.

Scendendo successivamente verso il fiume abbiamo incontrato le rovine della Villa di Nerone e il laghetto di San Benedetto, luogo molto suggestivo in mezzo al bosco con cascata e pi-

scina rocciosa trasparente, una piccola parte di quelle che dovevano essere le piscine dell'imperatore romano. Per gli amanti del brivido, la guida ha proposto una visita serale alla Fortezza di Subiaco con tanto di fantasmi e personaggi in costume: un'esperienza emozionante.

Il terzo giorno abbiamo visitato Subiaco, uno dei borghi più suggestivi del Lazio, la cui storia è stata sempre legata al fiume Aniene: qui sorsero infatti numerosi mulini e opifici soprattutto per la produzione della carta. Il monumento più importante è la Rocca Abbaziale, più nota come Rocca dei Borgia, che domina il centro storico e che fu la dimora della famiglia Borgia e luogo di nascita di Cesare e Lucrezia. Edificio dalla storia millenaria, contie-

ne appartamenti interamente dipinti e offre un panorama unico sul borgo medievale di Subiaco e sulla vallata sottostante.

Lungo la strada del ritorno abbiamo fatto una sosta al paese di Cervara di Roma, un suggestivo borgo montano incastonato nei Monti Simbruini, conosciuto come la "Montagna scolpita". È un museo a cielo aperto famoso per i murales e le sculture incise direttamente nella roccia e per la sua rocca. Il cammino di San Benedetto del CAI di Novellara è stato un trekking veramente riuscito: al di fuori degli itinerari turistici più battuti dove piccoli borghi, una natura incantevole e tanta ospitalità ci rimarranno nel cuore.

Rocca dei Borgia (foto di Lucia Gramoli)



# Trekking in Abruzzo tra natura, storia e poesia con il CAI di Scandiano

di Lorella Ferrari e Catia Mercanti

Una settimana in cammino tra i parchi nazionali abruzzesi con un tuffo nel mare della costa teatina.

La sottosezione Rustichelli del CAI di Scandiano ha organizzato questo viaggio in una terra meravigliosa. Claudia e Luciano, di AbruzzoParks sono le nostre guide locali.

A l'Aquila passeggiamo tra piazze e palazzi restaurati dopo il terremoto che sembrano antichi e nuovi allo stesso tempo. La luce solare si riflette sulla pietra bianca delle strade e illumina la città rendendola affascinante. Alla Basilica di San Bernardino da Siena incontriamo casualmente un signore, pneumologo in pensione, che si offre di guidarci nella visita. La nostra passeggiata prosegue verso la splendida basilica di Collemaggio con la sua elegante facciata bianco-rosa.

Il giorno successivo ci accoglie Campo Imperatore, un immenso altipiano dall'aspetto selvaggio con vaste distese erbose circondate dai rilievi del Gran Sasso. Da qui raggiungiamo il rifugio Duca degli Abruzzi per poi proseguire la salita al monte Aquila. Camminiamo lungo un percorso di alta quota, il panorama è spettacolare, il Corno Grande si mostra in tutta la sua imponenza. Il vento ci accompagna, il silenzio e la luce rendono il sentiero davvero speciale!

Il terzo giorno partiamo da S. Stefano di Sessanio con le sue storiche case-mura, la torre medicea e le tracce dell'antica opulenza dovuta al commercio della lana e ci incamminiamo verso Rocca Calascio. Il sentiero attraversa paesaggi magnifici del Piano Lucchiano, sale la cresta al Monte delle Croci ed ecco che appaiono all'improvviso, spettacolari, la Rocca e l'Oratorio di Santa Maria della Pietà.

Il quarto giorno ci portiamo sulla costa dei trabocchi. Da S Vito Chietino a Fossacesia percorriamo il vecchio tracciato della ferrovia Ortona-Casalbordino che costeggia il mare, i trabocchi sembrano case sospese sull'acqua con lunghe braccia di legno che calano le reti nel mare. "L'uomo del trabocco non sfida il mare, lo ascolta" così ci ha raccontato Claudio, una bella persona piena di amore per il mare, i trabocchi e per chiunque voglia parlare con lui. Dopo il pranzo in un trabocco raggiungiamo La Maestosa Abbazia di S. Giovanni in Venere.

Il quinto è il giorno della Montagna Madre, la Maiella, simbolo di identità e protezione. Colpisce la sua imponenza, la vicinanza al mare, il senso di pace e la ricca vegetazione di faggi e pini mughi. La neve ancora presente ci costringe a adattare il nostro itinerario partendo dal Rifugio Pomilio per arrivare al Bivacco Carlo Fusco a



Verso l'Eremo di San Bernardino (foto di Carla Ferrari)

Rocca Calascio (foto di Renato Bellotto)



2455mt. Siamo in affaccio sull'anfiteatro delle Murelle, paradiso dei camosci che non si fanno attendere!

Il sesto giorno ci aspetta la traversata degli eremi della Maiella, dalla Maielletta a Roccamorice, uno degli itinerari più suggestivi. Siamo sui passi di papa Celestino V, al secolo Pietro Da Morrone. Camminiamo tra boschi, eremi, chiesette e santuari fino all'Eremo Abbazia di Santo Spirito a Maiella. Proseguendo nei boschi raggiungiamo l'eremo di S. Bartolomeo in Legio incastonato nella roccia del Vallone di S. Spirito, con la sua scala Santa. Il paesaggio è silenzioso, spirituale e selvaggio.

Il settimo giorno ci portiamo sulla cresta del monte Porrara, propaggine meridionale della Maiella. La traversata inizia salendo nella faggeta che conserva tracce di trincee e ripari scavati dai tedeschi a difesa della linea Gustav. Ci accompagna Domenico, membro del CAI aquilano e appassionato di storia che ci racconta di soldati, partigiani e di eventi che si sono svolti su questa cresta.

L'ultimo giorno in Abruzzo ci porta nella valle selvaggia e aspra del fiume



Linea Gustav (foto di Claudia Di Nardo)

Orfento, nel cuore della Maiella, una breve escursione che ha inizio da Caramanico Terme, ci accoglie un corso d'acqua fatto di cascate, piccole rapide e pozze circondato da una vegeta-

zione lussureggiante e di color smeraldino. Questo viaggio tra montagne maestose, borghi senza tempo e un mare che sa sorprendere ha donato emozioni diverse ogni giorno!

Discesa dal Monte Aquila (foto di Lorella Ferrari)



Faggeta della Maiella (foto di Lorella Ferrari)



# C'era una volta nel Lazio

La vera storia di un migrante al contrario

di Simone Storchi

Siedo alla mia scrivania, in questa bollente giornata di inizio agosto, "graziato" dalle mura di pietra che, spesse quasi un metro come da maniera di qui, riescono a tenermi fresco quanto basta da poter vivere dignitosamente e senza accendere l'aria condizionata. Il compito è di scrivere che cosa mi ha spinto a trasferirmi e a vivere qui... e davanti a questo foglio ancora vuoto, vedo materializzarsi immagini tra le più adatte a raccontarlo (*speróm*).

Ancora dopo anni, ormai, sento l'innamoramento del primo giorno; quando, dopo un lungo cammino, ho conosciuto questi luoghi. Mi accompagna quella sensazione estasiante di avere fatto centro con la più bella delle belle al primo appuntamento, tutte le volte che qualche impressione fulminea ed appagante mi arriva come un piccolo shock.

Uno scorcio del tramonto di Ferentino, sopra i tetti delle casette di pietra e, a sfondo, la valle del Sacco sfumata dell'oro del cielo che lambisce le pendici dei Monti Lepini, può davvero ristorarti cuore ed anima, dopo una giornata difficile.

Una conversazione tra paesani in dialetto ciociaro, con la loro cadenza tanto divertente ed i loro modi genuini e calorosi è capace di fermare il tempo. Per un animale nato nella pianura degli allevamenti intensivi, dell'industria moderna e dell'innovazione, è davvero singolare vivere ogni giorno in un luogo che - non fosse per le automobili che oggi hanno sostituito somari e carretti, negli stretti vicoli (non sempre!) a senso unico- sembra uscito direttamente da un racconto ambientato in secoli passati.

Già: davvero non ha prezzo il realizzare che anch'io, come loro "autoctoni", abituati a macinare salite e discese per recarsi in qualsiasi luogo, vivo nell'alto di un fantastico colle fortificato del Centro Italia!

A Sud di Roma, per giunta! Cioè! Mi faceva un po' impressione, i primi tempi, arrivare con l'A1 a Roma e, addirittura, dovere tirare dritto, in direzione Napoli.

Sono semplici cose che, però, mi fanno sentire leggero come un vacanziero, a me che qui ho scelto di trasferirmi proprio per aprire Ferentino B&B ed accogliere coloro che avranno la fortuna di voler visitare una zona d'Italia tanto sconosciuta, quanto affascinante e sorprendente. Un vero gioiello, per chi arriva da fuori! Per mille motivi che ora provo a ridurre al nocciolo.

Comincio dalla mia nuova casa, Ferentino: una città che è storia. Le sue radici affondano nei tempi in cui Roma ancora doveva essere immaginata, oltre che fondata. Puoi leggerne i trascorsi e le vicende osservando le sue imponenti mura, perché esse sono stratificate secondo gli stili che si sono susseguiti nel tempo: preromano, romano e medievale; poi il reset post-bombardamento del 1944.

Possiede le mura ciclopiche tra le meglio conservate del mondo, il titanico e misterioso strato preromano che cinge tutto il borgo e che funge da basamento dell'acropoli, la cima del colle. Queste costruzioni incredibili, presenti anche in altre città del Basso Lazio, "stanno all'Italia come le piramidi stanno all'Egitto": una "meraviglia" capace di suscitare dubbi e ipotesi su civiltà antichissime che fossero custodi di capacità perdute.

Altre città d'arte, incantevoli, tra cui Anagni, Alatri, Veroli ed Arpino e siti religiosi millenari, come Casamari e la Certosa di Trisulti, gioiello incastonato nei boschi, fanno della Ciociaria una regione dove l'antichità si respira e, in un certo senso, può ancora essere vissuta.

Anche la nostra posizione geografi-



ca, potrebbe invidiarcela chiunque: a un'ora dal centro di Roma e a un'ora da Napoli, comodamente in autostrada; e, con una superstrada a due corsie, in quaranta minuti si è in Abruzzo. Il mare, un bellissimo mare dalle acque limpide è ad un'ora di auto e, soluzione alla calura estiva, in quaranta minuti si arriva e parcheggia direttamente a 1700 metri, in cima ai Monti Ernici. Da qui partono sentieri di cresta per le vette da 2000 con vista spettacolare su tutte le montagne d'Abruzzo. Nelle giornate più limpide, lo sguardo spazia dal Mar Tirreno, con le Isole Pontine e Ischia, fino al Mare Adriatico. I boschi sottostanti sono oasi perlopiù incontaminate in cui potere fare trekking, mountain-bike, andare a caccia di funghi e tartufi, arrampicare su roccia (tantissime sono le falesie attrezzate) ed immergersi, dopo la fatica, in torrenti d'acqua gelida.

Per voi che leggete *Il Cusna*, la parte relativa all'outdoor sarà sicuramente interessante, per cui vi racconto anche del mio progetto da *camminante per camminanti*: è mia intenzione regalare

al territorio una parte importante di me e, al contempo, vorrei che in molti possano avere la possibilità di viaggiare in modo lento attraverso la terra delle mura ciclopiche. Farò in modo che si possano visitare queste costruzioni eccezionali nello stesso modo in cui lo fecero i primi esploratori che, nell'Ottocento, giungevano qui per studiarle, percorrendo le antiche mulattiere, prima che esistessero le automobili e il traffico delle strade principali.

Non che non si possa fare già, eh!

Sei anni fa, mentre le persone perbene si misuravano con coprifuochi e zone colorate, io partivo da Campagnola a piedi, nel mio personale quanto bizzarro (per chi ascoltava la mia storia) pellegrinaggio verso questi luoghi. Alla fine, riuscii a visitare molte delle città ciclopiche, ma non esistendo un sentiero escursionistico apposito che le collegasse direttamente, per arrivare alla prossima evitando le strade principali occorsero talvolta più giorni e l'esperienza risultò dispersiva.

È così che mi è venuta l'idea. Mi

auguro di potere presto inaugurare il *Gran Tour Ciclopico*, un percorso ciclo-pedonale che faccia tappa in tutti i borghi della zona in cui queste mura resistono intatte da millenni. Da Ferentino fino a Montecassino, il percorso complessivo sarà di circa 100km a piedi, spezzabili in 5 o 6 tappe che ricalcano il viaggio che portò a termine la storica e pittrice Mariana Candidi Dionigi nel 1809, caro esempio a cui voglio tributare questa citazione.

Quale migliore occasione di un viaggio lento, per far innamorare le persone di questi luoghi, fatte di tranquille campagne scoscese, panorami sorprendenti e storia antichissima?

E poi... in Ciociaria *se magna i se biue* che è una favola! A tavola, non sbagliamo un colpo! Tanto che ancora non sono riuscito a provare tutti i posti mangerecci che ho sulla mia lista dei desideri. Anche perché, soprattutto in estate (ma da queste parti, non ci diamo pace fino a dopo il tempo della vendemmia), ogni fine settimana è una festa continua. Un Santo di qua, la festa del vino di là, sagre per tutti i gusti... gli stretti vicoli e le piazzette di questo o quel paesello sono letteralmente inondati dal folklore e dall'energia ancestrale trasmessa dai canti e dai balli tradizionali, infusi di allegria e movimenti sensuali; sentiti nel profondo anche dai giovanissimi che, il cosiddetto "Saltarello", paiono avercelo nel sangue: il momento del ballo era, in passato, l'unica occasione di complicità permesso a due giovani invaghiti l'uno dell'altra.

Tra un bicchiere di vino, una leccornia artigianale e uno stornello musicale in mezzo alla folla festante, queste serate rappresentano la natura più vera di questa regione, così attaccata alle ritualità ed ai festeggiamenti collegati alla faticosa vita agricola e pastorale, "povera" solo per chi non sa apprezzare la ricchezza vera: quella di poter gioire e poi godere di quanto ottenuto da Madre Natura grazie al proprio sudore, abilità e determinazione (e *graziadeddì*).

Solo alcuni, ormai, indossano il vestito della tradizione contadina, di cui il calzare "ciocia" è orgoglioso corredo, portato con fierezza da coloro che rivendicano la propria appartenenza.

Io quelli li vedo un po' come i fiori in superficie di queste radici profonde; prima o poi, un costume con tanto di ciocie lo avrò anche io.



# Cronaca alpinistica

## Polifemo: una nuova linea sullo Scoglio dei Ciclopi

di Davide Iotti

Lo Scoglio dei Ciclopi, al Monte Cimo, è una struttura imponente e rinomata in Val d'Adige, celebre per i severi strapiombi chiodati da Rolando Larcher e compagni. Osservandola dal fondovalle, è difficile percepire la reale verticalità di questo scudo di roccia. Eppure, spostando lo sguardo verso destra, i grandi strapiombi lasciano spazio a una delle placconate più compatte e affascinanti dell'intera valle. Ed è proprio qui, nell'amata Val d'Adige – un luogo che ormai considero una seconda casa –, che si sviluppa questa nuova avventura.

Tutto ha inizio quando accolgo la proposta di Matteo Rivadossi. Dopo un mio suggerimento e un suo successivo sopralluogo insieme a Cristina, decidiamo di andare a esplorare una porzione di parete apparentemente vergine. Su questo specchio d'acqua verdoniano corrono già alcuni itinerari storici; tra tutti spicca per estetica e continuità *Prigioniero del Sogno*, capolavoro del mitico Sergio Coltri, pioniere e instancabile apritore di questa valle.

La perlustrazione di Matteo ("Pota") rivela però un mistero: sulla sezione di parete inviolata sono già presenti tre soste con catena e anello di calata, ma tra l'una e l'altra non c'è traccia di spit. Qualche telefonata e l'enigma è risolto: le calate erano state posizionate anni prima da Gigi Pinamonte. Calatosi dall'alto in esplorazione, Gigi aveva battezzato la parete come troppo compatta e priva di una linea logica, abbandonando il progetto.

Armati del più puro entusiasmo, ci presentiamo alla base dello Scoglio. L'accesso al muro è in comune con le vie *Koala* e *Prigioniero*; percorriamo il primo tiro ripulendolo accuratamente dalla vegetazione. La seconda lunghezza, seppur breve, regola subito

una placca super compatta che muore su una generosa cengia. Da qui in avanti, si apre un vero oceano di calcare.

Non è facile intuire come collegare le soste preesistenti senza finire in un vicolo cieco, ma, spit dopo spit, la linea comincia a prendere forma dal basso. La ricerca degli appigli è meticolosa, quasi chirurgica: la scalata esige precisione assoluta e sangue freddo. Proseguiamo inesorabili. Per nostra fortuna una leggera brezza attenua il calore del sole che picchia forte; la determinazione e la "fame" di linea sono decisamente più forti della sete che comincia a farsi sentire. Segue un altro tiro capolavoro, ricamato su goccie fantastiche.

Arriviamo così all'ultima lunghezza, con i boschi sommitali che finalmente non sembrano più così irraggiungibili. In questo settore, tuttavia, lo Scoglio si fa improvvisamente avaro di prese. Rivadossi, tra imprecazioni e un momento di comprensibile sconforto, constata l'impossibilità di progredire in libera pura. Decidiamo comunque di forzare il passaggio per raggiungere un vago diedro che immette sulla cengia sommitale. Matteo attrezza la sosta e mi recupera. Provo a liberare il tiro: il passo è davvero durissimo, ma il resto della lunghezza offre un'arrampicata sostenuta e strepitosa.

Siamo in cima. Ci concediamo un momento per riprendere il fiato e riflettere su ciò che abbiamo creato. Inizialmente i pensieri si accavallano, quasi discordanti, poi i dubbi svaniscono per lasciare spazio alla soddisfazione. La via, sebbene non lunghissima, è stupenda. Presenta tre passi in A0: chissà che in futuro qualche arrampicatore con più "ghisa" e dita di noi non riesca a risolverla interamente in libera.



La stanchezza si fa sentire e il sole è ormai calato dietro le cime più alte della valle. Iniziamo le doppie attrezzando definitivamente le soste di via e rientriamo a valle. Nel silenzio della sera, sulla parete del Cimo è nata una nuova via. Il nome era già impresso nella mente di Cristina e Matteo, ispirato ironicamente alle disavventure del primo giorno di apertura (quando un bastoncino nell'occhio ha momentaneamente "accecato" la Cri) e perfettamente in linea con la toponomastica mitologica del settore: *Polifemo*.



# Il nostro GR20. La grande avventura di Annina, Tazio e Gian

a cura di Simona Morandi

*«Ho iniziato la mia carriera come escursionista, e l'ho conclusa da escursionista. Non è mica una vergogna. Anzi, gli escursionisti sono spesso più alpinisti di tanti che arrampicano».*

*Riccardo Cassin*

Il GR 20, o Grand Randonnée N°20, mi ha sempre affascinato. Pur ritenendolo un trekking molto impegnativo lo considero da sempre estremamente suggestivo per i luoghi che attraversa. A lungo ho pensato che, prima o poi, lo avrei percorso. Chi mi ha fermata dall'organizzarlo molti anni fa sono stati logistica, meteo e impegno fisico: le tre variabili necessarie per portarlo a termine. Passano gli anni (e anche gli obiettivi) e leggo sui social di alcuni ragazzi reduci dalla spedizione in Pakistan dello scorso anno che lo stanno percorrendo. Nel loro diario di viaggio su FB raccontano a tappe la loro grande avventura, perché, come sottolineano, "bisogna essere preparati e un po' alpinisti per farlo al meglio." Attendo il loro rientro e durante la grigliata a Cavriago dei Caniscolti propongo loro un'intervista coinvolgendo Annalisa, l'autrice del diario. Ma andiamo con ordine e presentiamo i protagonisti di questa avventura: "Annina" Annalisa Cavani, "Tazio" Tazio Fabio Roli e "Gian" Gianflippo Pirillo, amici che condividono le stesse passioni e la montagna in tutte le stagioni. Il GR20 rappresenta una

nuova sfida, un "mettersi alla prova" e scoprire perché uno dei trekking più impegnativi d'Europa possa essere così attraente e appagante. Il percorso della lunghezza di 187 Km attraversa diagonalmente la Corsica da Nord a Sud con un dislivello complessivo di D+13500 mt. in 15 tappe.

## **Come è nata l'idea di questo trekking?**

Gian: "È nata in Pakistan. Rappresentava qualcosa di diverso. Un trekking meno tecnico, ma comunque impegnativo nato dal bisogno di diversificare il nostro approccio alpinistico. Ovviamente il GR20 non preclude altre avventure o scalate, è semplicemente una forma di evasione dalle nostre avventure alpinistiche classiche."

## **Dopo la spedizione alpinistica in Pakistan perché il bisogno di fare un trekking?**

Gian: "Diciamo che anche il Pakistan è stato per buona parte un trekking. La parte alpinistica si è sviluppata solo nell'ultima fase. Frequentare la montagna spesso è fare trekking, poi adesso lo si chiama hike, approach, backpacking, trekking d'alta quota,

più o meno tecnico e impegnativo. I francesi dicono "avoir le pied montagnard" per intendere chi ha confidenza con l'andare in montagna nei percorsi tecnici. Ecco per un trekking come il GR20 ci vogliono proprio i piedi da montagna.

Per un alpinista il sentiero sarà molto divertente e scorrevole, con qualche tratto più impegnativo. Per un escursionista troverà qualche difficoltà in più, sarà necessaria molta confidenza del grip, aderenza dei piedi e buon uso delle bacchette. Inoltre pochi sono i pezzi attrezzati, quindi occorre massima tranquillità nelle parti esposte e ogni tanto lo scrambling sarà obbligatorio (usare le mani per arrampicarsi)."

## **È stato davvero un trekking molto impegnativo? Leggiamo che l'80% delle persone che lo percorrono non riescono a concluderlo.**

Annina: "In realtà, per chi ha un minimo di abitudine alle attività di montagna, il percorso non presenta nulla di particolarmente complesso.

Dal punto di vista tecnico, non credo si vada mai oltre il primo grado di arrampicata. Il passaggio chiave, ad

Annina, Tazio e Gian



Tende davanti al rifugio



esempio, è una parete appoggiata di circa quindici metri che presenta passaggi più sostenuti, motivo per cui è attrezzata con catena; per evitare di perdere troppo tempo dovendo aspettare la discesa di chi proveniva in senso contrario al nostro, noi siamo saliti a fianco, superandola con passaggi di primo grado con molta esposizione. Anche i tratti innevati, affrontati con ramponi o ramponcini, non sono stati un problema per noi, ma abbiamo visto gente in difficoltà e scivoloni a rischio infortunio; l'esposizione su traversi ripidi è una costante nella quasi totalità delle tappe del nord. Le tappe, se non accorpate, non sono massacranti. Alcune le abbiamo concluse in sole tre ore, mentre la giornata più lunga ci ha visto camminare per otto ore e mezza, calcolando però la deviazione per la salita al Monte Cinto che ha richiesto un paio d'ore in più.

Riguardo alla statistica del 20% di successi, non credo sia un dato reale. Prima di tutto perché non esiste alcun tipo di registrazione formale, quindi è difficile capire quanti lo portino davvero a termine. In secondo luogo, pur non essendo una passeggiata, non è nemmeno così proibitivo, ma si può pensare che il meteo stabile che abbiamo avuto noi sia stata una condizione rara per l'isola, soggetta a venti e cambiamenti repentini di clima. Questo può essere sicuramente motivo di abbandono, perché è altamente sconsigliato percorrere alcune tappe col maltempo, e posso confermare che le difficoltà sarebbero aumentate notevolmente nel caso. Temo che la fama di "trekking più duro d'Europa" però sia più che altro una strategia di marketing per attirare l'attenzione, perché comunque tanti trail runner lo portano a termine anche in pochi giorni con un allenamento adeguato. Poi è chiaro che bisogna arrivarci preparati senza improvvisare."

### **L'itinerario prevede 15 tappe da Nord a Sud. Voi l'avete percorso in senso contrario per scelta mi pare.**

Tazio: "Sì, abbiamo deciso di percorrerlo al contrario semplicemente perché, muovendoci da Sud a Nord, saremmo arrivati più tardi alle tappe più alte, trovando così meno neve, inoltre il meteo della prima settimana era più instabile della seconda, e a sud non è stato un problema avere vento e nuvole. È una scelta che rifaremmo assolutamente: se fossimo partiti da

Nord avremmo dovuto portare con noi anche la piccozza, oltre a rischiare alcune tappe per maltempo. Lungo il cammino abbiamo scoperto che procedere in questo senso non comporta maggiori difficoltà tecniche. Anzi, l'itinerario si è rivelato un crescendo di bellezza e tecnicità. Seguendo il percorso originale da Nord a Sud si incontra subito la parte più spettacolare, con il rischio che le ultime tappe risultino poi un po' noiose. L'unico lato negativo del farlo al contrario è la difficoltà nel ritrovare le persone conosciute nei giorni precedenti, dato che ci si incrocia una volta sola. Comunque, a parte questo aspetto legato alle amicizie e alla socialità, non abbiamo trovato motivi validi per preferire il senso di marcia classico."

### **Come lo avete trovato il percorso ben segnato?**

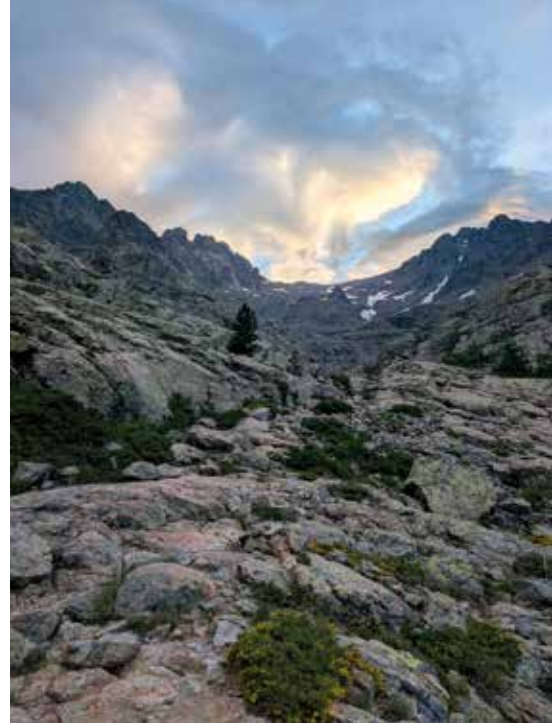
Tazio: "Il percorso è perfettamente segnato. Certamente avere con sé la traccia e il GPS aiuta, ma si può tranquillamente farne a meno; persino le varianti sono segnalate benissimo. Abbiamo percorso anche una variante che è stata "dismessa" — ovvero il vecchio tracciato originale del GR20 — dove i vecchi bolli erano stati coperti con della vernice grigia, ma anche in quel tratto è davvero difficile perdersi."

### **come vi siete organizzati e preparati per questo GR20?**

Gian: "Abbiamo avuto qualche indecisione fino all'ultimo se andare o meno, questo ci ha dato meno tempo di preparazione. Comunque ci siamo allenati singolarmente, come facciamo tutto l'anno per gli altri obiettivi che ci diamo, e siamo riusciti a fare una due giorni insieme sulle Apuane per testare i materiali. Avendo già vissuto parecchie avventure insieme non c'è stato bisogno di testarci tra di noi, l'intesa c'era. Le Apuane sono sicuramente un ambiente insidioso che prepara bene per molte avventure.

Comunque non è mancata una ricerca sul tipo di attrezzatura da portare, ridurre pesi e ingombri, tipologia di calzatura. Avendolo fatto a inizio giugno abbiamo dovuto portare i ramponi per i pezzi su neve e avere qualche indumento più pesante, nonché un sacco a pelo da zero gradi circa.

La parte difficile dell'organizzazione sono stati i trasporti perché la Corsica ha qualche limite sul trasporto pub-



Creste e rocce

Tappa a nord con tracce di neve



blico ma alla fine, risolto quello, è stato tutto fantastico."

### **Avete consultato guide dedicate per questo trekking? Suggerimenti e consigli?**

Gian: "Qua ci sarebbe molto da dire. Tento di riassumere.

Abbiamo letto le varie guide che si trovano online. Aiutano a capire le difficoltà delle tappe, quantità di acqua da portare, possibili varianti. Per il resto il percorso è ben segnato, meglio avere una app con il tracciato per essere più tranquilli, ma se si presta attenzione non ci si perde.

Il suggerimento è di capire come si è



Pascoli selvaggi

fatti. Mi spiego meglio: bisogna conoscersi e capire se si preferisce essere molto autonomi ma portarsi molto peso, o rinunciare a parte dell'autonomia e viaggiare più leggeri.

La differenza tra le due: se si viaggia autonomamente si può arrivare più tardi nei rifugi o cambiare tappe; portando la propria tenda non ci sono problemi di posti per dormire.

Se si viaggia leggeri bisogna rispetta-

re certi orari e le tappe prenotate altrimenti il rischio è dormire solo col sacco a pelo.

Io personalmente voto sempre sulla leggerezza. Riduce usura, fatica e anche gli imprevisti sono facili da risolvere. Trovarsi con uno zaino molto pesante per 12 o 13 giorni potrebbe essere complicato.

Se dovessi rifarlo ridurrei ancora di più il peso, io ero sui 10/11 kg.

Tramonto



Il secondo suggerimento è la CALZATURA. Qua non si scappa, noi abbiamo incontrato di tutto: quelli con gli scarponi da alpinismo, quelli in sandali, quelli in scarpette da Trail. La questione è personale e dettata dalle condizioni del terreno (neve e sassi) e dal peso dello zaino. Noi abbiamo optato tutti per lo scarponcino alto da trekking/hike. Nonostante fossero nuove sono arrivate alla fine massacrata, addirittura abbiamo dovuto incollare più volte, a fine di ogni tappa, quelli di Tazio dopo poco dalla partenza. Quindi sulla calzatura vale una riflessione. Gente con vesciche, piedi distrutti l'abbiamo vista, e non erano sereni come noi, a parte Tazio che non era tra quelli sereni."

### **Consigli pratici per chi volesse approcciare a questo trekking. Ad esempio cose da sapere prima di partire**

**Annina:** "Dormire bere e mangiare credo siano le cose fondamentali da sapere, ma

vado per argomento.

#### **Dormire.**

Si può dormire dentro o fuori. Dentro il rischio di cimici, gente che russa, è alto. Chiaramente si è più riparati dal meteo. La tenda rende il tutto più vero e genuino, più avventuroso.

Sul dormire ognuno è fatto a suo modo, io dormo anche sui sassi o sulle corde (tecnica sperimentata sulla neve dopo rottura materassino), chi ha bisogno di più comfort invece deve avere un buon materassino. Non importa molto l'isolamento (indice R) quanto il comfort vero e proprio.

Sacco a pelo anche qui è personale. Io l'ho fatto con 7 gradi. Ho passato un paio di notti completamente vestita e col piumino, ma non è stato un problema. Sicuramente con uno zero gradi si sta sicuri.

**Bere.** Sicuramente ci sono delle tappe che nel periodo luglio e agosto necessitano di 3 litri d'acqua minimo. Noi, a inizio giugno, abbiamo trovato moltissima acqua. Le tappe critiche sono comunque sempre espresse nelle guide. Avere una borraccia filtrante o un filtro può essere molto utile. Abbiamo integrato con sali classici da sport, e con birra, tante birre. (Manca IPA attenzione)

**Mangiare.** Hanno tutto, anche vegan, e il costo è onesto quasi sempre. Qualche posto è più attento di altri ma qualcosa lo si trova sempre. C'è sempre la cucina a gas e pentolame a di-

sposizione per chi si porta il proprio cibo, nonché la possibilità di comprare cibo da cucinare nei rifugi. Abbiamo integrato con qualche amminoacido e integratore.”

“In conclusione il nostro GR20 ci ha portato da sud a nord partendo da Conca

a sud della Corsica, siamo arrivati a Calenzana nel nord, attraversando tutta la catena montuosa al centro dell'isola culminante nel monte Cinto (2706m).

Noto come il trekking più duro d'Euro-

pa, ci ha affascinato con i suoi scorci sul mare, le sue torri e guglie affilate di roccia granitica, creste aspre e canalini, ma anche immensi pascoli verdi e boschi antichi, canyon, torrenti cristallini e laghi blu cobalto.

Non è stata una prestazione (il record di percorrenza è 30h e 25min!), ma un'immersione nella terra e nell'anima del popolo corso, fiero e rispettoso delle proprie montagne e tradizioni, e del popolo “camminante”, con cui si condividono storie e passioni.”

Annina, Gian e Tazio



Tratto attrezzato

## IL GR20 IN BREVE

### **Tappa 1: Conca - Rifugio Paliri (14km, 1200m pos, 400m neg)**

L'inizio prevede una tappa facile ma un po' lunga, con poca acqua lungo il percorso.

### **Tappa 2: Rifugio Paliri - Rifugio Asinau (12km, 1250m pos, 780m neg)**

Possibile variante delle guglie di Bavella, sentiero in cresta con belle torri di granito.

### **Tappa 3: Rifugio Asinau - Rifugio Usciolu (17,6 km, 1300m pos, 1100m neg)**

Due tappe accorpate con variante del GR20 originale dismesso. Prima più dura con cima monte Incudine e lunghe creste esposte.

### **Tappa 4: Rifugio Usciolu - Rifugio Prati (11 km, 820m pos, 840m neg)**

Tappa riposante, bel rifugio con pascoli in quota e bivacco molto comodo.

### **Tappa 5: Rifugio Prati - Rifugio E Capanelle (18,6 km, 920m pos, 1200m neg)**

Lunga e scorrevole, questa tappa si sviluppa nei boschi con abbondanza di acqua.

### **Tappa 6: Rifugio E Capanelle - Vizzavona (19 km, 570m pos, 1100m neg)**

Ultima tappa del sud, si scende dalle montagne a metà percorso per raggiungere una cittadina.

### **Tappa 7: Vizzavona - Rifugio Onda (10,4 km, 1070m pos, 870m neg)**

Si risale arrivando ad un bel rifugio con ottimo cibo in un'oasi verdissima contornata da cime possenti e brulle.

### **Tappa 8: Rifugio Onda - Rifugio Petra Piana (7 km, 950m pos, 520m neg)**

Percorsa la variante alpina e raggiunto il rifugio più alto e caratteristico, dove i rifugisti corsi gridano e ballano a tempo di musica.

**Tappa 9: Rifugio Petra Piana - Rifugio Manganu (8,6 km, 620m pos, 890m neg)** Tappa corta ma molto tecnica e paesaggisticamente la più bella con ancora tanta neve.

**Tappa 10: Rifugio Manganu - Rif. Ciottulu di i Mori (26 km, 1250m pos, 860m neg)** La tappa più lunga ma scorrevole, dove si attraversano pascoli, boschi, si scende e si risale un ripido torrente con pozze d'acqua cristallina confortante.

### **Tappa 11: Rifugio Ciottulu di i Mori - Rifugio Tighiettu (9 km, 450m pos, 750m neg)**

Tappa ristoratrice dove fermarsi a mangiare è d'obbligo in una bergerie poco sotto il rifugio per l'ottimo cibo.

### **Tappa 12: Rifugio Tighiettu - Rifugio Ascu Stagnu (10 km, 1260m pos, 1520m neg)**

La tappa più impegnativa del nord, su roccia molto ripida, in salita e discesa con deviazione per la cima del Monte Cinto, il più alto della Corsica.

### **Tappa 13: Rifugio Ascu Stagnu - Rifugio Carrozzu (5,2 km, 610m pos, 850m neg)**

Altra tappa più tranquilla che percorre pareti a picco su un canyon spettacolare e arrivo al rifugio con terrazza sul mare.

### **Tappa 14: Rifugio Carrozzu - Rif. Ortu du Piobbu (7,3 km, 1020m pos, 790m neg)**

Tappa ancora tecnica con molti saliscendi su roccia e traversi esposti su gole vertiginose.

### **Tappa 15: Rifugio Ortu du Piobbu - Calenzana (12 km, 200m pos, 1500m neg)**

L'ultima tappa una lunga discesa con vista mare, da considerare più dura se percorsa in salita affrontata come prima tappa.

# Tre giorni nelle terre di confine: dal Carso all'Istria in compagnia della SAG

di Cecilia Marchesi e Matteo Iemmi

Ci sono escursioni che si misurano in chilometri e dislivello, altre che sembrano fatte apposta per ricordarci che un sentiero può attraversare anche la storia.

Quella in programma tra il 31 maggio e il 2 giugno, organizzata dai direttori di escursione della sezione del CAI di Reggio Emilia CAI, Matteo Manzini, Matteo Iemmi, Cecilia Marchesi e Anna Pratissoli (l'unica ad avere conoscenze botaniche e che ringraziamo per averci sostenuto e aver colmato le nostre lacune in materia di fiori e piante) appartiene decisamente alla seconda categoria: tre giorni tra il Carso triestino, l'Istria croata e Trieste, con il mare

quasi sempre a portata di sguardo e con una quantità di confini — geografici, culturali e storici — ben superiore a quella normalmente affrontata da un paio di scarponi in una escursione standard.

In questa escursione non eravamo soli: a distanza di due anni dall'ultimo viaggio in questi luoghi, abbiamo deciso di affidarci nuovamente all'esperienza degli amici Franco Fogar e Mauro Privileggi, direttori d'escursione della SAG di Trieste, la "Società alpina delle Giulie", che ci hanno accompagnati nella tre giorni, raccontandoci della loro terra e delineandone per noi peculiarità e contraddizioni.

Si parte, come vuole la migliore tradizione escursionistica, a un'ora in cui perfino il caffè deve ancora capire chi è. Ritrovo alle 5.45 e partenza da Reggio Emilia alle 6.00, direzione Aurisina, paese sul Carso Triestino a metà strada tra Monfalcone e il capoluogo giuliano. Qui comincia la prima giornata, lungo il ciglione carsico fino a Opicina: sedici chilometri e circa sei ore e mezza di cammino, in un ambiente in cui il Carso precipita verso l'Adriatico e il sentiero alterna vegetazione mediterranea, rocce calcaree, falesie arrampicabili e panorami sul golfo di Trieste e la prima costa istriana.

Il percorso non offre soltanto belle vedute: già nei primi tratti si incontrano resti di opere difensive austro-ungariche della Prima guerra mondiale, quasi a ricordare che da queste parti il paesaggio e la storia hanno sempre avuto una relazione piuttosto intensa tra di loro. Poi arriva il sentiero CAI 1, nel tratto dedicato a Tiziana Weiss, alpinista e naturalista triestina, morta nel 1978 scalando le Pale di San Martino, il belvedere sul golfo, la Via della Salvia, chiamata così per il persistente profumo di salvia selvatica che si sente quando la si percorre e che è presente lungo il percorso, Santa Croce e la vedetta dedicata a Scipio Slataper, il paese di Prosecco ed il suo cimitero militare austro-ungarico.

Una piccola menzione va al bar Lorena, situato a Borgo San Nazario: lì il tempo sembra essersi fermato. Entri e trovi un bancone di formica stile anni '70 dietro al quale sveltano amari, liquori e vini di ogni tipo. Il luogo è frequentato quasi solo da abitanti del luogo, prevalentemente anziani che giocano a carte parlando in dialetto triestino, talmente musicale che ci sembra quasi una lingua straniera. C'è anche qualche escursionista come noi: già di prima mattina molti ordinano un bicchiere di vino friulano (che non si può più chiamare tocai,



Il Carso presso Buzet



Il golfo di Trieste dalla Strada Napoleonica

l'esclusiva del marchio ce l'hanno gli ungheresi) o una malvasia istriana e mangiano crostini di pane con baccalà mantecato. Ammettiamo che durante il sopralluogo che facemmo a marzo, anche noi ci fermammo a orari per noi inconsueti per una pausa e ci facemmo tentare da diverse prelibatezze, come la ghibanizza o la torta carsolina, dolce che potete trovare, con decine di altri nomi diversi, lungo tutta la costa dalmata fino a Cattaro, in Montenegro. Proseguendo con l'itinerario si continua in saliscendi, attraverso i boschi sopra Grignano e Prosecco e si giunge alla Strada Napoleonica, che lasciamo per una deviazione verso il Santuario di Monte Grisa, noto a Trieste come "il formaggino" per la sua forma trapezoidale visibile da tutta la città, e dal quale si gode di una vista impareggiabile sul golfo, fino ad arrivare all'Obelisco di Opicina, realizzato in onore di Francesco I D'Austria.

A quel punto, dopo una giornata trascorsa sul bordo dell'altopiano, si scende idealmente dalla geologia carsica alla civiltà mitteleuropea: sistemazione a Trieste, nel Borgo Teresiano, a poche centinaia di metri dalle Rive e da Piazza Unità d'Italia. Una collocazione strategica: abbastanza centrale per godersi la città e abbastanza vicina alla cena da evitare che qualcuno proponga, con entusiasmo sospetto, «ancora due chilometri a piedi».

Il secondo giorno si cambia lo Stato, ma non certo il ritmo. Da Trieste si parte in pullman verso Buzet, l'italiana Pingente, nella valle del fiume Quieto, in croato Mirna. Qui ci attende uno degli itinerari più noti dell'Istria: il Percorso delle Sette Cascate. Il nome è rassicurante perché almeno chiarisce subito quante ce ne saranno; meno chiaro è se, alla settimana, le gambe avranno ancora voglia di contarle. Si cammina inizialmente lungo il Quieto, poi si entra nella forra del torrente Draga. Alcuni tratti sono ripidi e attrezzati con corrimano: i guanti, infatti, sono consigliati. Le prime cascate introducono a un ambiente più selvaggio, fino alla cascata Vela Pec, la più alta. Raggiunto il pianoro panoramico con vista su Pingente, il percorso prosegue tra sentieri e carrarecce, toccando Mala Pec, il Ponte Napoleone e poi i piccoli abitati di Kuhari e Kotli. Quest'ultimo, rimasto quasi so-



Il gruppo sui bastioni di San Giusto a Trieste

speso nell'aspetto di fine Ottocento, ospita anche il celebre mulino accanto alla quinta cascata: il pranzo al sacco, sotto la provvidenziale tettoia di una trattoria chiusa, acquista improvvisamente anche un notevole valore paesaggistico.

Il rientro segue ancora il fiume, passa dalla cascata Zelenskak e dalla settimana, Grjok, con il suo ampio specchio d'acqua. Poi ci sarebbero quattro facili guadi, ma non arriviamo a farli, perché inizia a scendere una pioggia battente, che in pochi minuti diventa acquazzone e l'acquazzone diventa grandine (e neanche tanto piccola) e il sentiero

si trasforma in un ruscello. Dopo una breve valutazione tra tutti i DE, si decide di interrompere l'escursione: il fiume Quieto ci pare diventato poco coerente col suo nome e sospettiamo che i guadi, che durante il sopralluogo presentavano come unico rischio quello di bagnarsi le caviglie, potrebbero rappresentare un serio ostacolo per un gruppo di escursionisti. Si torna indietro sotto la grandine (per chi non ha un cappello robusto lo zaino in testa è una buona alternativa) fino a raggiungere il luogo dove si era consumato il pasto: la tettoia che prima era stata la nostra tavola ora diventa

Il torrente Quieto gonfio della pioggia dell'acquazzone



uno spogliatoio per asciugarci e cambiarcisi. Acquista ora ancora più senso il suggerimento in locandina di portare un piccolo asciugamano da utilizzare dopo i guadi: avremmo però preferito usarlo per la motivazione iniziale. Nel frattempo il bravo autista di pullman, contattato al telefono, viene a prenderci senza l'aiuto di Google Maps (in queste zone la copertura dati è approssimativa) ma col vecchio metodo della cartina e della comunicazione a gesti coi locali, mentre il sole torna a splendere in cielo. Salutiamo il fiume Quieto ancora gonfio delle acque del forte acquazzone.

Conclusa l'escursione rientriamo in Italia e ceniamo in una tipica osmiza-agriturismo del Carso. Dopo rocce, forre, cascate e confini, il programma inserisce quindi una fase di recupero basata sulla gastronomia locale: un metodo non ancora riconosciuto ufficialmente dai manuali di alimentazione sportiva, ma molto apprezzato dagli escursionisti. La cena è a base di formaggi e salumi tipici come antipasto, di jota, tipica zuppa triestina a base di fagioli, crauti e carne di maiale, frittata con la rucola o il formaggio e l'immane carsolina, il tutto annaffiato da terrano e altro vino della casa. Dal menù, che non si può scegliere, si capisce che la cucina delle osmize è una cucina a km zero, realizzata con prodotti locali dell'azienda agricola. Infatti osmiza, deriva dalla parola slovena osem che significa "otto". Un decreto del 1784 emanato da Giuseppe II d'Asburgo permetteva agli agricoltori di vendere vino sfuso prodotto in casa per un periodo di otto giorni ed era la durata della concessione del periodo di apertura, di otto giorni appunto, delle osmize. Questo in realtà era una consuetudine che venne ripristinata nel '700, ma che ha radici ben più lontane, risale al periodo di Carlo Magno "quando l'Istria e Tergeste vennero abbandonate dai bizantini ed entrarono a far parte del Regno franco. Un'ordinanza di Carlo Magno concedeva a tutti i viticoltori dell'Impero il diritto di vendere direttamente il loro vino segnalando tale attività con l'esposizione di una frasca di edera"<sup>1</sup>

Il terzo giorno gli scarponi restano ai piedi, ma cambiano scenario. È il tur-

no di Trieste, da percorrere a passo lento grazie a Franco Fogar che ci guida alla scoperta della città della Bora, partendo dalle Rive davanti a Piazza Unità d'Italia. Molo Audace, Porto Vecchio, Canal Grande e i grandi palazzi del fronte mare aprono una camminata urbana che attraversa il cuore monumentale della città. Piazza della Borsa, il Teatro Romano, Santa Maria Maggiore, San Silvestro, l'Arco di Riccardo e il colle di San Giusto compongono un itinerario in cui ogni svolta sembra aggiungere qualche secolo alla giornata.

Dal Castello e dalla Cattedrale di San Giusto, da cui si gode di un panorama davvero unico sul golfo di Trieste, si ridiscende verso Piazza Goldoni, viale XX Settembre, la Sinagoga, Foro Ulpiano e Piazza Oberdan, per poi tornare verso il Canal Grande passando davanti a San Spiridione, una splendida chiesa Serbo-Ortodossa che merita una visita e ai grandi palazzi della Trieste ottocentesca. Sette chilometri di visita a piedi: dopo le due giornate precedenti, quasi una passeggiata. «Quasi», naturalmente, è una delle parole più usate nel vocabolario del CAI.

A rendere particolarmente interessante questa uscita è proprio la varietà dei suoi tre giorni. Il primo mette insieme Carso, mare e memoria della Grande Guerra; il secondo porta nell'I-

stria interna, tra acqua, pietra e piccoli borghi; il terzo entra nel cuore di una città che, forse più di ogni altra in Italia, racconta cosa significhi vivere su un confine.

E poi ci sono i dettagli pratici, quelli che riportano ogni poesia escursionistica alla realtà: abbigliamento da media montagna, protezione dal sole, mantella per la pioggia e per l'eventuale Bora, spray antizecche (sul Carso è presente la famigerata e aggressiva zecca gigante), guanti, asciugamano per i guadi e, per la giornata croata, carta d'identità valida per l'espatrio o passaporto, a ricordarci che i confini degli uomini a volte interrompono continuità territoriali in maniera innaturale.

Tre giorni, dunque, per camminare lungo una terra che non si lascia raccontare con una sola parola. Carso, Istria e Trieste sono natura, storia, mare, pietra, lingue, frontiere e memorie sovrapposte. Un piccolo viaggio escursionistico in cui il confine non è soltanto una linea sulla carta geografica, ma il filo che tiene insieme tutto il percorso.

E, alla fine, forse è proprio questo il bello: partire da Reggio Emilia pensando di andare a fare tre escursioni e tornare con la sensazione di avere attraversato, oltre a qualche decina di chilometri, anche un bel pezzo di storia europea.

Il Canal Grande di Trieste



Palazzo del Lloyd Triestino in Piazza Unità d'Italia



<sup>1</sup> <https://it.wikipedia.org/wiki/Osmiza> sito verificato l'ultima volta in data 14.08.2026

# Nei luoghi de "Le otto montagne"

di Paolo Storchi

Questa uscita ha avuto origine almeno un anno prima, nel corso di una serata organizzata dalla Sottosezione di Novellara in collaborazione con il Cinema Campagnola in cui è stato proiettato per tutti i tesserati (e non solo) il film "Le otto montagne" tratto dal libro omonimo di Paolo Cognetti.

Rapiti dalle bellissime immagini panoramiche che si sono susseguite, alcuni soci hanno chiesto immediatamente se c'era modo di organizzare un trekking in quei bellissimi posti per poterli "toccare con mano".

Io, che avevo già avuto modo di frequentare quelle zone in più occasioni, ho accettato la "sfida" e mi sono messo al lavoro.

Dopo mesi di preparazione, finalmente venerdì 17 luglio siamo partiti in un gruppo di venti per fare questa bellissima esperienza.

Ovviamente, prima ancora di raggiungere il punto di inizio del trekking, non potevamo non fare una sosta nel luogo dove è stata ambientata la parte più importante del libro e che è stato scelto anche per la maggior parte delle riprese del film: il borgo di Graines ("Grana" nel libro e nel film).

Situato pochi chilometri prima di Brusson, sulla parte est della Val d'Ayas, il borgo è dominato dall'omonimo bellissimo castello (risalente al XI° secolo). Curiosità: proprio dall'alto di questo castello è stata fatta la prima



Cascata di Mascognaz (foto di Giordano Lusuardi)

immagine panoramica del borgo che viene proposta all'inizio del film!

Nel corso del giro fatto attraverso i caratteristici vicoli di Graines, abbiamo potuto vedere che ben poco è cambiato qui nel corso dei secoli, e l'atmosfera che si respira tutt'oggi è esattamente quella che è stata "catturata" e riprodotta dalla pellicola cinematografica.

Le case profumano ancora di antico e molto rapidamente intuivamo chi sono le vere padrone di casa ancora adesso, come era anche nel film: le mandrie di mucche che incontriamo perfino sull'unica strada che arriva al borgo. E, proprio come nel film, anche in questo caso a dirigerle c'è un ragazzino che ci

ha fatto immediatamente pensare a Bruno, uno dei due personaggi principali descritti da Cognetti.

Una gentilissima signora incontrata nel borgo ci ha persino indicato con precisione la casa di legno che è stata usata per le riprese del film come residenza estiva di Pietro (l'altro protagonista) e dei suoi genitori!

Dopo una breve visita al suggestivo castello di Graines, ci siamo trasferiti al punto di inizio del trekking, il borgo di Estoul, sopra a Brusson, altro punto cardine de "Le otto montagne".

In questa località, infatti, da alcuni decenni Cognetti si trasferisce ad abitare nel corso della bella stagione (proprio come Pietro nella sua opera letteraria). Possiamo dire che qui ha concepito la storia che poi ha messo su carta aiutandosi con le tante esperienze fatte in questa valle.

Fino a circa 15 anni fa, Estoul aveva pochi abitanti. Negli ultimi anni è cresciuta soprattutto grazie al turismo invernale. Sono stati costruiti alcuni impianti di risalita per le poche piste da sci della zona, collegate al comprensorio Monterosa Ski. La presenza di B&B, bar e ristoranti mostra chiaramente questo sviluppo.

Da Estoul siamo saliti con comodo sentiero, diventato poi una vera forestale, fino al Rifugio Arp, incastonato nella parte alta del verdissimo Vallone Palasina e circondato da due cime di più di 3.000 metri (Punta Valnera e

Lago Valfredda Inferiore e vista sulla parte alta del Vallone Palasina\_n



Punta Valfredda). Nel salire, abbiamo fatto una breve deviazione per raggiungere un altro dei posti geografici legati all'opera di Cognetti (come il sito internet della Valle d'Ayas ricorda): il Lago Litteran, posto in una incantevole conca verdeggianti ai piedi del Monte Bieteron.

Questo lago è il primo dei cosiddetti "Laghi Palasina", gruppo di fantastici specchi d'acqua che costellano nella sua interezza l'omonimo vallone.

Curiosità: ci siamo trovati a condividere l'ultima parte della salita con gli atleti che hanno partecipato alla gara internazionale di corsa in montagna "Monte Rosa Trail" (82 km di corsa con partenza da Pont-Saint-Martin e arrivo a Gressoney con dislivello previsto di quasi 3.000 metri), diretti come noi al Rifugio Arp che era punto di ristoro ufficiale della manifestazione.

In attesa della cena in rifugio, i più "performanti" del gruppo non si sono fatti mancare la salita ad altri due bellissimi laghi distanti una ventina di minuti dal rifugio (Lago Valfredda Inferiore e Lago Valfredda Superiore) tipici laghi alpini di alta quota dove tutto è silenzio e tranquillità.

Il trekking del secondo giorno prevedeva la traversata dal Rifugio Arp al Rifugio Vieux Crest (sopra Champoluc; 5h di cammino con 300 metri circa di dislivello positivo e circa 1.000 di dislivello negativo) passando per il Colle Palasinaz (2.668 metri, la "Cima Coppi" di questa uscita, per usare una metafora ciclistica!).

La salita al Colle è stata resa spettacolare dal passaggio in mezzo agli altri "Laghi Palasina": Lago della Battaglia, Lago Verde, Lago Lungo, Lago Pocia e Lago Couloir.

Tutti questi laghi, salendo, interrompono a quote diverse il fantastico ver-

de della prateria di alta montagna che caratterizza queste zone.

Da questa meraviglia ne è scaturita altrettanta, se non di più, quando, arrivati sul Colle, all'improvviso ci è apparsa davanti la strepitosa immagine della catena montuosa a cui chi abita in questa valle è più legato: il Monte Rosa.

Lo stesso Cognetti ha ambientato alcune scene de "Le otto montagne" sul suo ghiacciaio nella zona del rifugio "Guide d'Ayas", oltre ad aver girato un altro documentario ("Fiore Mio") per riflettere anche sul ritiro delle nevi perenni sopra questo gruppo montuoso.

Tornando a noi, questo panorama, forse anche inaspettato, quasi completo del Monte Rosa dal Breithorn Occidentale fino al Lyskamm ci ha lasciato veramente "a bocca aperta".

E, ad aumentare lo stupore del momento, sono comparsi anche sei camosci immediatamente scappati, probabilmente disturbati dalla nostra presenza.

Anche la discesa nel vallone di Mascognaz, rallegrata dalla vista dei ghiacciai del Rosa e successivamente dal Grand Tournalin e perfino dalla parte alta del Cervino è stata particolarmente gradevole. Dopo un tratto inizialmente un po' ripido, il percorso è diventato sempre più comodo man mano che si perde quota fino a raggiungere i verdi prati dove si alternano graziose malghette e mandrie di mucche e capre al pascolo, in un ambiente in cui il silenzio e la tranquillità la fanno da padroni.

Dopo circa 2h e 30 di discesa abbiamo raggiunto il villaggio di Mascognaz: creato dal popolo Walser arrivato fin qui dalla Svizzera, il primo a riuscire ad insediarsi e a vivere a quote così

elevate, oggi è stato convertito in un resort di lusso e questa cosa, a mio modo di vedere stride non poco...

Da lì, in breve tempo, abbiamo raggiunto l'alloggio della seconda notte, il Rifugio Vieux Crest con vista panoramica sul paese di Champoluc.

È un rifugio un po' particolare perché "diffuso", cioè le camere non sono nel plesso centrale ma sparse un po' più in alto e un po' più in basso.

Il terzo giorno, dopo essere ritornati a Mascognaz per la stessa via del pomeriggio precedente, abbiamo preso il "Sentiero delle Cascade" che costeggia l'omonimo torrente in discesa fino al centro di Champoluc.

Il nome non è casuale, visto che il Rio Mascognaz nel suo passaggio ha creato una serie di bellissime e scenografiche cascate dove è possibile fermarsi in spiazzoli creati appositamente per fare foto senza intralciare chi sta camminando.

Arrivati a Champoluc e raggiunti i nostri pulmini (portati lì il primo giorno), siamo andati a recuperare la macchina che avevamo lasciato ad Estoul.

Ne abbiamo approfittato per fermarci a visitare il borgo di Fenilliaz a poca distanza da Estoul, a cui sono particolarmente legato per averci vissuto alcuni campi parrocchiali quando ero un bimbo all'interno di quella che era la scuola del villaggio, poi chiusa a causa dello spopolamento (la mia conoscenza della Val d'Ayas parte proprio da quegli anni, fine 80-inizio 90). Fenilliaz in quegli anni era praticamente disabitata (pochi anziani e qualche mandria di mucche erano gli unici esseri viventi che si potevano incontrare) e assomigliava molto alla Graines come descritta nel libro di Cognetti ma anche alla Graines attuale.

Negli ultimi 15 anni, però, qui le cose sono cambiate: tante delle abitazioni sono state recuperate e rinnovate da famiglie piemontesi e lombarde che da allora passano le loro vacanze in questo borgo, creando tra loro una vera e propria comunità "vacanziera" che collabora attivamente anno per anno per rendere il villaggio sempre più accogliente ma senza rovinarne l'aspetto "retrò" che è il suo bello. Questa è stata l'ultima tappa prima di fare rientro nella nostra calda pianura (a parte la sosta a fare scorpacciata di formaggi e prodotti tipici valdostani in un fornitissimo negozio di Brusson!).

La mia speranza è che queste zone, questi panorami, questi borghi possano rimanere a lungo nella mente di chi ha partecipato all'uscita sezionale.

Lago Couloir



# Inaugurato il Sentiero Frassati di Carpineti

*Un percorso fra natura, storia e spiritualità*

Il 4 luglio scorso, presso il Castello di Carpineti è stato inaugurato il Sentiero Frassati di Carpineti alla presenza del vescovo Giacomo Morandi e del sindaco di Carpineti Giuseppe Ruggi. Il percorso dedicato al santo torinese canonizzato nel settembre scorso da Papa Leone XIV, si snoda su esistenti sentieri la cui manutenzione è curata dalla nostra Sottosezione CAI di Scandiano.

I Sentieri Frassati sono una iniziativa del Club Alpino Italiano nazionale in collaborazione con Azione Cattolica e altre associazioni. Già da diversi anni è stato creato un Sentiero Frassati in ogni regione italiana ma ora ne stanno sorgendo altri per l'entusiasmo che l'iniziativa ha riscosso in tante nostre sezioni. Il CAI nazionale, che gestisce anche un sito web che descrive gli esistenti sentieri, non pone come criterio alcun limite di chilometraggio o di dislivello, per cui si va da percorsi di pochi chilometri fino al sentiero del Trentino, lungo 100 km con 4600 m di dislivello positivo. Pone però una condizione necessaria: che il sentiero abbia un interesse naturalistico, storico e spirituale. Per questo motivo, quando AC ci ha contattati chiedendo non solo la nostra collaborazione, ma anche di scegliere noi il sentiero, abbiamo optato per un percorso che si snoda fra Valestra e il Castello di Carpineti passando per la Pieve di San Vitale. Il percorso è ad "otto", con difficoltà E, lungo 12,7 km, con un dislivello di 550 m e un tempo di percorrenza di circa 5 ore. Il sentiero si presta a varianti più brevi se si percorre uno solo dei due anelli o se si fa semplicemente la traversata da un estremo all'altro. I criteri richiesti dal CAI sono ampiamente soddisfatti. Il percorso sulla cresta e la cima del Monte Valestra è infatti di grande interesse naturalistico. La storia di questa terra parte dai Liguri per poi arrivare ai Romani e quindi ai Bizantini, che cristianizzarono la nostra montagna prima di essere sostituiti dai Longobardi. E poi ovviamente i Canossa con Matilde che aveva nel Castello di Carpineti una delle sue residenze. Infine da un punto di vista religioso-spirituale,



la Pieve di San Vitale ebbe grande importanza nel periodo bizantino, e lungo il percorso si trovano i piccoli oratori di San Michele e Santa Maria Maddalena, oltre ovviamente alla bella chiesa romanica di Sant'Andrea nel castello di Carpineti.

Qualcuno si chiederà come mai il CAI abbia preso questa iniziativa dei Sentieri Frassati. Ebbene, Pier Giorgio Frassati, scomparso a soli 24 anni, il 4 luglio 1925, per una poliomielite fulminante, era un grande appassionato di montagna, iscrittosi prima al CAI, poi anche alla Giovane Montagna. Scalava le montagne con un gruppo di amici che si definivano "I tipi loschi". Ma Frassati era anche fortemente impegnato nel sociale. Iscritto alla AC, si occupava assiduamente dei poveri e dei sofferenti. Stava per laurearsi in ingegneria quando morì appunto nel 1925. Vedeva nella montagna non solo l'impresa del salire in vetta ma anche l'avvicinarsi a Dio e al creato. La pienezza di vita di questo ragazzo, che nella sua brevissima vita fece più di quello che tanti fanno in una lunga esistenza, lo rende un esempio per tutti, sia per chi crede che per chi non crede. Frassati scrisse su una fotografia che lo ritraeva nella sua ultima scalata su roccia, la breve frase "Verso l'alto", frase dai molti significati, che è diventata simbolo della sua intensa vita.



**Informazioni.** Il Sentiero Frassati si snoda sui sentieri 618 e 618A. Tabelle che illustrano il sentiero si trovano al castello di Carpineti, a San Vitale, presso la chiesa di Valestra e in paese a Carpineti. Nell'oratorio di Santa Maria Maddalena, lungo il percorso, è stata allestita una mostra che illustra la vita di Frassati. AC ha stampato una brochure che illustra il percorso. Il sentiero è già sul sito dei Sentieri Frassati gestito dal CAI nazionale.

# Si scrive museo ma si legge memoria

*Le importanti sorprese di una piccola ricerca in val d'Enza*

di Marino Bigi e Enzo Zannoni

Quando nell'estate del 2024, come Cai Val d'Enza - GEB unitamente all'Istituto Cervi, al Circolo fotografico Tannetum e al film-maker Ideo Grossi ci siamo incamminati in questa indagine sui musei della vallata, risentivamo anche noi della visione assai diffusa nell'immaginario collettivo, che li descriveva come luoghi stantii, noiosi, superati, poco attraenti. Forse proprio l'intenzione di trovare la conferma a tali supposizioni, ci ha spinto a proseguire nell'impresa. Ben presto però, quando abbiamo incominciato ad incontrare i volontari o gli operatori e a visitare capillarmente le varie realtà, il pregiudizio iniziale ha cominciato a sgretolarsi e parecchi aspetti hanno iniziato a sorprenderci. Era abbastanza frequente, infatti trovarci di fronte a persone animate da una forte passione per la loro raccolta, ma anche per il loro territorio, la sua gente la sua storia; persone alquanto dinamiche e non certo prive di idee, di fantasia, di voglia di fare.

Poi, sempre con un certo stupore, ci siamo resi conto, progressivamente, che queste entità rappresentavano, soprattutto nei piccoli borghi, il cuore pulsante, il centro vitale di quel nucleo. A Coenzo come a Villa Aiola, a Ciano come a Bazzano, a Bibbiano come a Gottano o Sella di Lodrignano

questi musei, legati alla civiltà contadina, alla Resistenza, all'arte, alle antiche tecniche di tessitura o a un qualche altro tema locale, non erano solo dei preziosi contenitori di oggetti, di opere o di testimonianze, ma attorno ad essi si sviluppavano molti eventi culturali e aggregativi: feste, rievocazioni storiche, attività con le scuole e non raramente, iniziative di studio e di approfondimento.

Infine, dopo la pubblicazione della piccola guida "Andar per musei in val d'Enza" e la presentazione, in diversi comuni della valle, dei materiali realizzati — una mostra fotografica e due documentari — i media hanno mostrato un interesse inatteso e molto apprezzato. Qualche giornale vi ha dedicato intere pagine, un emittente reggiana vi ha fatto una quindicina di servizi; infine la prestigiosa rubrica di Rai Tre "Bellitalia" vi ha dato un significativo risalto in una sua recente puntata. Non abbiamo riflettuto molto sulle ragioni di questa attenzione, certamente superiore alle nostre iniziali aspettative, che puntavano "semplicemente" a far conoscere aspetti meno noti della valle, valorizzando nel contempo il sentiero 672, che la solca da Boretto a Canossa. Il riscontro ricevuto costituisce indubbiamente un motivo di soddisfazione per tutto il CAI reg-

giano che ha promosso e sostenuto il progetto dei volontari della Sottosessione.

Abbozzando tuttavia qualche frettolosa considerazione al riguardo, si può supporre che, in una società sempre più "liquida" e volubile come quella odierna, dove la conoscenza del passato non è più un valore basilare, dove la coerenza e la linearità di pensiero sembrano optional fuori moda, si inizia forse ad avvertire il bisogno di cercare ancoraggi per la memoria, punti di riferimento che ci possano parlare del tempo andato attraverso i suoi oggetti, i suoi racconti, le sue tradizioni, il suo sapere. "L'uomo senza passato non ha futuro" recita un antico detto.

Più recentemente il noto scrittore Ian McEwan ci ricorda che una società senza memoria è destinata a sflacciarsi, a frammentarsi, a perdere identità e prospettive.

Vogliamo dunque credere che l'interesse suscitato dal lavoro svolto possa scaturire proprio dall'esigenza di riattivare la memoria collettiva, di risvegliarla da una certa letargia. Se l'ipotesi è verosimile possiamo dire che anche i piccoli, solitari musei della val d'Enza stanno contribuendo a un grande, ambizioso obiettivo e non possiamo che sostenerli in questo laborioso compito.

Brescello museo Peppone e don Camillo



Villa Aiola Museo Parmigiano Reggiano





L'Hotel Ristorante Waldheim si trova in Val Martello nel cuore del Parco Nazionale dello Stelvio, vicino alla chiesetta del pellegrinaggio di Santa Maria.

Questi luoghi che durante l'inverno permettono la pratica di sci di fondo e sci alpinismo, nel corso dell'estate diventano punto di partenza per bellissime passeggiate ed escursioni a tutti i livelli.

Dopo una lunga camminata o una intensa discesa, per ritrovare le forze, è sempre possibile rilassarsi nel centro benessere

dell'Hotel Waldheim: sauna finlandese, bagno turco e sauna alle erbe.

L'Hotel ha anche un ottimo Ristorante, membro dell'alleanza dei cuochi Slow Food in Italia. Famosissima è inoltre la Cantina Waldheim per la qualità e la varietà dei vini dell'Alto Adige, ideali per piatti tipici come quelli a base di funghi e selvaggina, come lo speck, la trota affumicata e lo strudel.

Gli amici della montagna ritornano sempre volentieri nell'Hotel Ristorante Waldheim.



#### Hotel Ristorante Waldheim

Santa Maria alla fonderia 16 - 39020 Martello - Val Venosta  
 Telefono: +39 0473 744545 - Fax: +39 0473 744546 - [hotel@waldheim.info](mailto:hotel@waldheim.info)  
[www.waldheim.info/it](http://www.waldheim.info/it)



# REGGIO ASSICURA

di Prampolini Gianluca, Donelli Gianni e Massimo

Per gli appassionati della montagna particolari ed interessanti coperture assicurative, estese all'alpinismo con scalata di qualsiasi grado di difficoltà, accesso ai ghiacciai, sci, sci-alpinismo e speleologia.

**REGGIO ASSICURA** s.n.c. - di Prampolini G.

Via Emilia Ospizio, 118 - R.E. - Tel. 0522.267011 - Fax 0522.267026

[www.reggioassicura.it](http://www.reggioassicura.it) - E.mail: [info@reggioassicura.it](mailto:info@reggioassicura.it)

**Ufficio di S. Ilario d'Enza**

Via Libertà, 59 - S. Ilario d'Enza - Tel. 0522.672142 - Fax 0522.472321

**Sub Agenzia di Montecchio Emilia**

Via XX Settembre, 25 - Montecchio - Tel. e Fax 0522.866389

**Sub Agenzia di S. Polo d'Enza - Conti Alessandra**

Via G. Bonetti, 10 - S. Polo d'Enza - Tel. e Fax 0522.241129

**PER I TUOI WEEKEND E LE TUE VACANZE IN MONTAGNA**



## GINETTO SPORT

**Dal 1973 la Montagna in città**

*Da oltre 40 anni l'accurata e costante selezione dei migliori articoli dedicati agli sport di montagna ed al mondo outdoor è la nostra passione.*

*Da noi trovi sempre personale esperto e disponibile pronto a consigliarti.*

*Noleggiamo attrezzatura da ferrata e da alpinismo, ciaspole, sci di fondo e sci alpinismo a prezzi speciali.*



GINETTO SPORT - via Minghetti, 1a Reggio Emilia - Tel. 0522 438638 - [www.ginettosport.it](http://www.ginettosport.it)