



ESCURSIONISMO

Rivista della FIE - Federazione Italiana Escursionismo

Già ente morale, fondato nel 1946 - Personalità Giuridica riconosciuta con D.P.R. 23 novembre 1971 n. 1152 - Associazione di Protezione ambientale D.M.A.T.T.M. n.224 del 23/05/2018
Aderente alla Federazione Europea Escursionismo - Europäische Wandervereinigung - European Ramblers' Association - Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre

ANNO 64 - NUMERO 2 - DICEMBRE 2023



In questo numero

Editoriale <i>di Massimo Mandelli</i>	3
Tanti modi per dire FIE <i>di Cinzia Manetti</i>	4
Inclusione & Condivisione <i>di Marta Cantagalli</i>	6
Stare insieme divertendosi e il nostro Territorio <i>di Beatrice Bari, Graziana Tarchi, Maila De Bianchi, Maria Cristina Baldi, Rosa Metella Refini, Monica Di Donato</i>	7
Geologia e Escursionismo <i>di Renato Scarfi e Francesca Origlia</i>	8
Progetto Tree-kking 2023 <i>di Thimoty Grosso</i>	15
ALMESE: Un patrimonio di piste forestali accessibili al tempo libero e allo sport <i>di Paolo Manenti</i>	20
AMBIENTE MARINO. Implicazioni geopolitiche <i>di Renato Scarfi</i>	24
Dalle domeniche campestri al Terzo Settore <i>di Francesca Caputo</i>	28
Oltre la disabilità c'è tanta vita <i>di Antonio De Martino</i>	32
Escursione ai Monti del Matese <i>di Giacomo Cacchione</i>	35
EDREVIA: La manutenzione dei sensi <i>di Giuseppe Paletta</i>	38
Raduno FIE Lazio <i>di M. Macaro, G. Macrino e G. Miccoli</i>	43
Da Sarria a Santiago di Compostela <i>di Maurizio Lo Conti</i>	46
Il Cammino nella Storia <i>di Stefano Lo Coco</i>	55
Il ponte, la forchetta e la dieta <i>di Mauro Mantovani</i>	60



In copertina: I ricami dell'inverno, Località Locate Triulzi (MI).
Autore: Carlo Vercellino partecipante al FIE Photo Contest 2022.

Le opinioni espresse negli articoli appartengono ai singoli autori dei quali si intende rispettare la piena libertà di giudizio. La direzione della rivista resta a disposizione di tutti gli eventuali detentori di diritti d'immagine non individuati o che non sia stato possibile raggiungere per l'assolvimento degli obblighi di legge. La riproduzione totale o parziale degli articoli non è vietata, purché siano citati la fonte e gli autori.



ESCURSIONISMO

Organo ufficiale della
FEDERAZIONE ITALIANA ESCURSIONISMO
Rivista fondata nel 1959,
iscritta al Tribunale di Torino
al n. 1961 del 26-09-1968
Anno 64 n. 2 - Dicembre 2023

DIRETTORE RESPONSABILE
Giampaolo Olivari

DIRETTORE EDITORIALE
Massimo Mandelli

COMITATO DI REDAZIONE
Mimmo Pandolfo, Renato Scarfi,
Alberto Soave,

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO
Massimo Mandelli, Cinzia Manetti, Marta Cantagalli, Beatrice Bari, Graziana Tarchi, Maila De Bianchi, Maria Cristina Baldi, Rosa Metella Refini, Monica Di Donato, Renato Scarfi, Francesca Origlia, Thimoty Grosso, Paolo Manenti, Francesca Caputo, Antonio De Martino, Giacomo Cacchione, Giuseppe Paletta, Mario Macaro, Giovanni Macrino, Giuseppe Miccoli, Maurizio Lo Conti, Stefano Lo Coco, Mauro Mantovani.

FIE
Sede Legale e Operativa:
Via Imperiale, 14 - 16143 Genova
Tel. 010 351 5736

MAIL
info@fieitalia.it
redazione@fieitalia.it

INTERNET
www.fieitalia.it
www.sentierieuropei.eu
www.era-ewv-ferp.com

SOCIAL
@fieofficial
@FieItalia
fie_italia
FIE-Federazione Italiana Escursionismo

STAMPA
Arti Grafiche Francescane
Corso Europa, 336 - 16132 Genova
info@agfrancescane.com





Massimo Mandelli
Presidente FIE

Siamo ormai prossimi alla fine di questo 2023, un anno che ha riservato alla FIE momenti di grande importanza e di estremo rilievo. Di quest'anno potremo ricordare la revisione Statuto Federale, l'aver raggiunto e superato la soglia delle 250 Associazioni affiliate, il nuovo Consiglio Federale e le tante persone incontrate da ognuno di noi nelle innumerevoli attività Federali sparse sul grande territorio nazionale.

Gli incontri tra escursionisti, tra Associazioni, tra le varie realtà Federali sono sicuramente uno degli aspetti fondamentali della nostra organizzazione. Ed è con questa visione che è stata istituita la Consulta Generale dei Territori, un organo sociale che ha il compito di raccogliere ed elaborare le istanze e le problematiche dei volontari che operano in nome di FIE su tutto il territorio nazionale.

Questa nuova realtà è nata con l'intento di conoscere, favorire e diffondere le "buone pratiche" già sperimentate ed utilizzate dai ns. Affiliati in tutte le regioni. Questi esempi virtuosi, e posso dire con orgoglio "che sono tanti", devono diventare degli "agenti di contaminazione" per i nostri affiliati e tesserati e per chiunque si voglia avvicinare alla nostra Federazione.

CARISSIMI PRESIDENTI CARISSIMI TESSERATI

Le possibilità di contaminazione delle idee sono delle splendide occasioni per diffondere le varie esperienze in essere sui vari territori, migliorandone la creatività ed ampliandone l'interdisciplinarietà tra le varie anime della Federazione, esaltando l'appartenenza alla Federazione e incrementando in questo modo il senso di inclusione di tutti i nostri tesserati nella grande famiglia FIE.

Inclusione significa operare in maniera che tutti si sentano parte di uno stesso grande progetto. Ed è in questo grande progetto che si colloca il programma "FIE - CAMMINIAMO TUTTI INSIEME", un'iniziativa dedicata al mondo delle disabilità, con l'obiettivo di rendere fruibile, il più possibile, la pratica dell'escursionismo anche a chi è "meno fortunato di noi".

Questo progetto, nato dalla formazione specialistica degli Accompagnatori di Escursionismo, ha lo scopo di predisporre una serie di strumenti per rendere possibile la pratica escursionistica a tutti coloro che sono affetti da una qualsiasi disabilità, sia motoria che cognitiva.

Il team incaricato sta predisponendo un censimento di tutti i dispositivi utili all'escursionista con handicap (joelette, Kbike ecc.) detenuti dalle Associazioni affiliate, per poter avviare una "mappa nazionale" da mettere a disposizione di questi tesserati. Ha avviato la certificazione di sentieri/percorsi, con una propria classificazione, che ben si prestano al transito di questi dispositivi e sta organizzando una rete di contatti per permettere a questi amici di poter organizzare le loro escursioni in tante parti del nostro meraviglioso stivale italiano. Nelle pagine di questo numero di Escursionismo potrete trovare degli articoli che ben si compendiano con gli obiettivi anzidetti.

Questo è un programma che FIE ha fortemente voluto per abbattere gli steccati che, anche involontariamente, si creano in questi frangenti. Ha avviato l'attività nel CR Campania, come regione pilota, ed ora si sta espandendo in tutti i territori, in quest'ottica tutti saremo chiamati ad impegnarci e sono certo che tutti faremo la nostra parte.

Voglio concludere questo mio editoriale con un pensiero benaugurante. La fine dell'anno non è solo il momento di tirare le somme di quanto fatto nei mesi precedenti ma è anche, e soprattutto, Natale. Un momento magico che ci permette di tornare "un po' bambini" e di godere di questo periodo fatato nella serenità delle nostre famiglie e con i nostri cari, in piena armonia con chi ci è vicino e con la voglia di riprendere nell'anno nuovo, con l'entusiasmo che ci contraddistingue, le attività che ci stanno a cuore.

Auguro a tutti Voi e alle Vostre famiglie Buon Natale ed un sereno Anno 2024.

Massimo Mandelli

TANTI MODI PER DIRE FIE...

a più voci, di Giornaliste per caso

Tanti modi per dire e praticare l'escursionismo e, con esso, vivere l'ambiente, le emozioni, le relazioni, sviluppare conoscenze, competenze in un viaggio verso la consapevolezza e verso il benessere.

Tanti modi per dire FIE, attraverso il benessere per sé stessi e per gli altri.

Tanti modi per dire FIE, per esprimere valori condivisi attraverso comportamenti, iniziative che si racchiudono in semplici parole:

- stare insieme divertendosi & rete di amicizie;
- salvaguardia del Territorio;
- sviluppo di conoscenze e di competenze;
- accessibilità universale;
- non solo escursionismo: I Cammini, la Marcia Acquatica, la Marcia di Regolarità Alpina, Sci e altro ancora.

Parole che si traducono in scelte, in comportamenti caratterizzati da un'intersezione di relazioni, di incontri e scontri, di diversità di opinioni unite da obiettivi comuni.

Un intreccio di fili colorati disegna una rete fatta di tanti nodi, uniti tra di loro, sotto la guida di un'organizzazione strutturata, fondata su valori condivisi e fili conduttori tra le Associazioni parte della Federazione, i Comitati Regionali e Delegati, gli Organi Federali, fulcri della visione, della missione e delle strategie federative.

Tanti modi per dire FIE, le iniziative promosse con e dalle Associazioni in collaborazione con il Comitato Regionale Toscano, *a breve Toscana*, all'insegna di uno stare insieme amicale, con lo sguardo rivolto alle diverse esigenze dei portatori di interesse e alla salvaguardia del territorio.

Negli ultimi decenni, infatti, è cambiata l'attenzione verso le persone e sta cambiando l'attenzione verso le esigenze e le necessità diverse delle persone.

Un lento cammino verso un nuovo paradigma, dove siamo tutte persone e senza etichette, siamo tutte persone solo con particolari esigenze, alle quali si fa fronte con la Progettazione Universale e l'Accessibilità, come ribadisce la Dichiarazione ONU sui "Diritti delle Persone con disabilità".

Questo spirito caratterizza le varie tipologie di eventi promossi sul territorio, con i quali vogliamo rispondere alle diverse esigenze che, nel tempo, si sono consolidati diventando momenti annuali, organizzati con il coordinamento delle Commissioni Tecniche Regionali in collaborazione con Associazioni, Accompagnatori, Volontari esperti e Tesserati.

Dai Raduni Regionali delle Associazioni ai Raduni per e con gli Accompagnatori di Escursionismo (AE).

A queste vanno ad aggiungersi le giornate di approfondimento tematico abbinate a escursioni e momenti conviviali per Accompagnatori, Volontari Esperti e Tesserati, alle iniziative dedicate ai Cammini, all'avvicinamento all'escursionismo e ai temi della tutela dell'ambiente dei giovani in età scolare, al vivere l'escursionismo **"for All" – per Tutte e per Tutti**.

TANTI MODI PER DIRE FIE...

Stare insieme divertendosi, per esempio, con **"Inverno Insieme"**, ideato dalla Proloco di Agnano Pisano, in collaborazione con il CR Toscano - Commissione Tecnica Regionale Raduni. L'iniziativa è rivolta alle Associazioni e alle sue componenti e alterna momenti conviviali a camminate nel bosco e nella neve con le ciaspole. Iniziativa che ha generato una rete di amicizie tra i partecipanti.

La salvaguardia del territorio con **"Salviamo Le**

Apuane", un *trekking* di due giorni organizzato in collaborazione con l'Associazione Amici della Montagna di Camaione impegnata, durante l'anno, con diversi eventi: incontri tematici di confronto e condivisione, presentazione di libri sulle Apuane ed escursioni sul territorio.

Sviluppo di conoscenze e competenze. Tutte le nostre iniziative prevedono momenti di sviluppo delle conoscenze e delle competenze nell'ottica



dell'apprendimento permanente, in modalità di apprendimento formale e non formale. Modalità che supportano la crescita della Federazione a ogni livello in cui è articolata.

L'impegno diffuso e profuso di tutte le sue componenti: Associazioni e loro soci, i Comitati Regionali/Delegati Territoriali e le Commissioni Federali.

Il Comitato Regionale Toscana, con la collaborazione dei Soci delle Associazioni ha realizzato, tra il 2022 ed il 2023, corsi di aggiornamento per gli Accompagnatori di Escursionismo aperti ai Volontari esperti e ai Tesserati, che vanno a integrare la formazione specialistica progettata e organizzata dalla Commissione Federale Accompagnatori e Formazione.

Sviluppo conoscenze e competenze verso l'Accessibilità Universale

Corso gratuito e propedeutico alla conduzione in sicurezza della "joëlette", organizzato dalle Associazioni Gruppo Trekking Senese APS e T.H.E. Toscana Hiking Experience ASD, con il sostegno della FIE - CR Toscana. Un corso particolarmente importante, che ha permesso di prendere confidenza con la gestione della "joëlette" e degli altri aiuti fisici fuori strada, che consentono anche alle persone con disabilità e problemi di deambulazione di vivere esperienze a contatto con la natura, fruendo degli itinerari e delle opportunità insieme al resto del gruppo. Un approfondimento sulla tematica nell'articolo di Marta Cantagalli "Inclusione & Condivisione".

Sviluppo conoscenze e competenze: sempre più in sicurezza

Corso propedeutico al primo soccorso in ambito



La consegna degli attestati di specializzazione al neo Commissario Federale Accompagnatori Alessandro Nutini.

remoto - *Remote Life Support* - corso di aggiornamento per gli Accompagnatori, organizzato dalla Federazione Italia Escursionismo - CR Toscana, il Gruppo Trekking Senese, la Oltre Survival and Rescue, la Croce Rossa Italiana e con il patrocinio del Comune di Monteriggioni.

Il corso è stato strutturato secondo le linee guida della *Wilderness Medicine Society* e si è proposto di fornire informazioni di tecniche di primo soccorso, per affrontare una situazione di emergenza in ambiente impervio, montano, remoto o selvaggio.

Il corso RLS è stato svolto in aula e in *outdoor*, con la docenza di Daniele Manno, Istruttore AETEMP (Associazione Europea Tecnici

Emergenza Medica e Paramedici) di Primo Soccorso in Ambito Remoto - *Remote Paramedic* (MRP) - *Wilderness EMT* (NREMT), e il supporto dei Volontari di Croce Rossa Italiana.

Il corso propedeutico era rivolto a tutti gli Accompagnatori Volontari Escursionisti FIE, ai Tesserati della FIE e ai Soci delle Associazioni affiliate che operano in ambiente remoto e selvaggio, ove tale accezione è per ogni situazione *outdoor* a oltre 60 minuti/1 miglio dalle strade più vicine o dal raggiungimento di un Pronto Soccorso Ospedaliero.

Sviluppo conoscenze e competenze: l'ambiente e i nostri sentieri

Corso di aggiornamento su "La progettazione dell'escursione e la sentieristica della FIE", rivolto a tutti gli Accompagnatori e, soprattutto, a coloro che lo sono da lunga data. I singoli incontri sono stati aperti agli AE in formazione, con valenza di incontro specialistico di approfondimento.

Le unità formative hanno riguardato:



La progettazione di una escursione (Gabriele Rossi, AE ausiliario e CTR Sentieri):

- Le fasi di ideazione, progettazione, verifica, comunicazione;
- In tale ambito, l'esperienza di progettazione pratica ha riguardato "La gola del Furlo: storia, flora e fauna".

Basecamp in pratica (Angelo M. La Torre, AEN e Presidente del CR Toscana):

- Presentazione generale dell'applicativo *Basecamp*;
- Le funzioni e utilizzi per un accompagnatore;
- Presentazione dei principali strumenti;
- Progettazione di un percorso utilizzando la cartografia elettronica;
- La gestione del dispositivo GPS.

Il vademecum della sentieristica della FIE (Roberto Rosi, Referente Sentieri Area Centro Italia):

- Criteri per l'individuazione di nuovi sentieri;
- Metodologia di tracciamento;
- Disposizioni e i protocolli per la realizzazione della segnaletica;
- Tipologie di richieste da inviare agli Enti pubblici;

- Aree protette e singoli privati per l'ottenimento delle necessarie autorizzazioni.

Sviluppo conoscenze e competenze: Stare insieme Divertendosi - La rete dell'amicizia: La volontà di fare squadra

Un esempio, il Raduno Accompagnatori che ogni anno è svolto nel cuore di uno dei nostri Parchi. Il primo anno il 24 e 25 settembre 2022 presso il Parco regionale della Maremma, tra escursionismo e marcia acquatica.

Il secondo (16-17 settembre 2023) nel Parco delle Foreste Casentinesi e, nel 2024 ci attende un altro Parco!

I nostri Raduni rappresentano un momento per vivere insieme l'ambiente e per conoscersi, grazie all'alternanza tra escursioni, momenti conviviali e tavoli di lavoro con la presentazione collegiale e, a conclusione, il *feedback*.

Restando in tema di formazione, da poco è iniziata, tra mille aspettative, **una nuova avventura** con il Corso per Accompagnatore di Escursionismo Nazionale - **AEN23** dove gli Accompagnatori di alcune Regioni, tra cui la Toscana, partecipano incuriositi guardando al futuro della formazione in FIE, al futuro del nuovo ruolo dell'AEN nel contesto Locale, Regionale, Federale, al futuro della FIE proiettata ... "Oltre il Confine".

Cinzia Manetti

CR Toscana e Consigliere Federale

INCLUSIONE & CONDIVISIONE

Lo scorso 18 febbraio si è concluso il Primo corso dedicato alla conduzione delle *Joelette*, organizzato dal Gruppo *Trekking Senese*, in collaborazione con *Toscana Hiking Experience* e con il patrocinio della nostra Federazione, nella splendida cornice del Convento di S. Vivaldo (FI), la piccola Gerusalemme che si consiglia di visitare.

Il corso era articolato in tre diversi appuntamenti, per un totale di 12 ore di lezione, e ci ha visti impegnati, dopo due lezioni *online*, per una intera giornata nella prova pratica finale, in cui il nostro tutor Nicola Dainelli, da anni impegnato a Castelfiorentino nel progetto *neverstop*, ha illustrato la tecnica di montaggio e smontaggio della *joelette kids* e della *joelette adulti*, per poi proseguire nella prova di conduzione su un percorso misto (asfalto, bosco, sterrato e scale), in

cui ci siamo alternati sia nella conduzione sia nella postazione del passeggero.

Tra i molti partecipanti al corso, oltre ad alcuni accompagnatori FIE, erano presenti Guide ambientali escursionistiche e insegnanti di sostegno della scuola secondaria, realtà molto diverse che hanno permesso lo scambio di informazioni ed



esperienze, portandoci a riflettere in merito all'importanza dell'inclusione nella nostra attività escursionistica.

Un'unica prova pratica non consente assolutamente, a nostro avviso, di essere in grado di condurre persone con disabilità, ed è per questo che proseguiremo l'attività di allenamento quanto prima, con la speranza che l'argomento sia sempre più di interesse per tutti i nostri accompagnatori e volontari esperti.

Certe esperienze arricchiscono la nostra prepara-

zione e contribuiscono ad aumentare la sensibilità verso i nostri accompagnati, qualità che non deve mai difettare nel bagaglio di un accompagnatore escursionistico.

Un ringraziamento particolare a Nicola Dainelli di "Toscana Hiking Experience" e al "Gruppo Trekking Senese" per averci dato questa bellissima opportunità.

Marta Cantagalli

A.E. e Consigliere Regionale C.R. Toscano

STARE INSIEME DIVERTENDOSI E IL NOSTRO TERRITORIO

Il Raduno Accompagnatori nelle Foreste Casentinesi

Nel fine settimana del 16 e 17 settembre 2023 si è tenuto a Badia Prataglia, nel Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi, il secondo raduno annuale degli Accompagnatori Escursionistici del Comitato Regionale Toscano, appuntamento importante di condivisione e di grande cordialità, in un'atmosfera di allegria.

Il raduno si è svolto in un contesto ambientale e storico molto affascinante, il Casentino, territorio di sublime antropizzazione, ma anche di grande sacralità e di armonia naturale. Questa manifestazione nelle Foreste Sacre ha colto e accentuato, come sempre, lo spirito e i valori della Federazione e dei suoi Accompagnatori:

La conoscenza, la valorizzazione e il rispetto del territorio, della natura e la salvaguardia dell'ambiente.

I percorsi effettuati tra splendide faggete, dall'Eremo di Camaldoli a Badia Prataglia, cuore del parco delle Foreste Casentinesi, hanno suscitato l'entusiasmo e l'ammirazione di tutti i partecipanti, che hanno apprezzato le biodiversità e le bellezze artistiche dei luoghi.

La condivisione del cammino, dell'atmosfera e delle emozioni suscitate dalla pace del luogo, dagli scenari desueti per gran parte degli Accompagnatori e dalla spiritualità percepita, ha innescato in ognuno stimoli di confronto, di benessere e di armonia.

La volontà e la determinazione di fare squadra da parte di ogni accompagnatore ha incrementato un atteggiamento di confronto e di condivisione delle esperienze vissute nelle proprie associazioni, con lo spirito di risolvere insieme le problematiche emerse, facendo sentire ognuno parte integrante dello stesso gruppo, dello stesso progetto, aperto verso gli altri, per condividere la co-

mune passione: l'escursionismo.

Da questa esperienza sono emersi alcuni valori fondamentali: l'amicizia e l'inclusione, ingredienti essenziali per le associazioni, ma anche per gli Accompagnatori, come promotori di una modalità operativa tendente sempre più a "fare rete".

Il raduno è stato anche un'occasione preziosa di formazione e di arricchimento personale, in quanto ha stimolato lo spirito di adattamento, non solamente all'ambiente naturale, ma anche all'ambito relazionale, fortificando i valori indispensabili per delle relazioni sane e solidali.

Infine, è significativo focalizzare l'attenzione sull'importanza delle foreste a livello di disabilità e terapia. Nel parco abbiamo percorso una parte di un sentiero escursionistico dedicato ai portatori di problematiche motorie e visive, sufficientemente organizzato per carrozzine e cartellini in Braille. I boschi e le foreste hanno effetti positivi sulla psiche e sul fisico delle persone, permettono di contrastare *stress*, ansia e depressione e danno ampia possibilità di respirare e meditare. Possiamo sicuramente affermare che, con il superamento delle barriere fisiche e con l'inclusione, abbiamo tutti l'opportunità di conoscere e vivere un territorio naturale che diventa terapeutico e che favorisce socializzazione, funzione motoria e solidarietà.

Un sincero ringraziamento agli organizzatori, al Comitato e alle Commissioni Tecniche Regionali, per aver dato l'opportunità agli Accompagnatori di Escursionismo di partecipare a questo evento, che dovrebbe essere ripetuto costantemente.

Giornaliste per un Raduno:

Beatrice Bari, Graziana Tarchi, Maila De Bianchi, Maria Cristina Baldi, Rosa Metella Refini, Monica Di Donato

GEOLOGIA ED ESCURSIONISMO



*Una suggestiva immagine dell'eruzione dell'Etna
del dicembre 1986 (foto Renato Scarfi)*

L'Italia è una penisola prevalentemente montuosa. Questo fa in modo che l'escursionista abbia spesso a che fare con dislivelli, alle volte significativi, per raggiungere il suo obiettivo che può essere una malga, una vetta, una chiesetta o anche semplicemente un bel punto panoramico. Quante volte, percorrendo i nostri sentieri, ci siamo domandati di quale tipo di roccia era costituita la montagna su cui stavamo camminando? Domanda legittima, che rivela curiosità e voglia di comprendere meglio il territorio che stiamo attraversando. Anche senza essere degli esperti geologi, infatti, a chi le sa leggere - anche in maniera necessariamente approssimativa - le rocce rivelano la storia di una certa area meglio di qualunque altra cosa. E questo è appunto lo scopo del presente articolo, fornire un minimo di strumenti conoscitivi per comprendere meglio il territorio che stiamo attraversando con la nostra escursione. Per far questo, tuttavia, siamo obbligati a partire da molto lontano, interrogandoci sull'origine della Terra. Non abbiate timore, viaggeremo velocissimi.

Origine e sviluppo del nostro pianeta

Secondo le teorie più accreditate, circa 4,5 miliardi di anni fa, minuto più minuto meno, la contrazione di una nebulosa di polvere interstellare dette origine a un disco protoplanetario che ruotava attorno a una giovane stella gialla che chiameremo Sole. Il materiale di questa nebulosa gassosa e pulverulenta a forma lenticolare cominciò piano piano ad aggregarsi formando tanti corpi celesti che ruotavano ognuno seguendo una propria orbita attorno al Sole. Queste masse infuocate e liquide lentamente si raffreddarono, distribuendo i materiali più pesanti al centro, i meno pesanti intorno ai primi e poi i più leggeri, che formarono una crosta esterna. Nel caso del nostro pianeta, la parte centrale era costituita da ferro fuso ricoperta, per così dire, da una sfera intermedia di basalto semi malleabile. L'involucro più esterno, piuttosto sottile, era formato da basalto che impiegò milioni di anni per passare dallo stato liquido a quello solido. Precisamente quanti non è dato saperlo, ma rimane il fatto che le rocce più antiche trovate affioranti sulla Terra hanno un'età di circa 3,5 miliardi di anni.

Gli ultimi studi ci dicono che l'interno della Terra vede due fattori prevalere su tutti gli altri: la temperatura, che cresce verso il centro mediamente di un grado centigrado ogni 30 metri di profondità, portando tutte le sostanze allo stato liquido, e la pressione, che pure sale avvicinandosi al centro fino a valori elevatissimi. Dato che la densità media della Terra è pari a 5,517 gr/cm² e la densità media della parte più superficiale del pianeta è di 2,7 gr/cm², ne discende che la densità delle parti più interne del globo sono sensibilmente più alte.

Tenendo presente tutti questi fattori torniamo alla nostra Terra che, con il raffreddamento, ha visto formarsi le rocce. In tale ambito, ai fini della comprensione della storia del territorio dove ci troviamo a camminare è significativo comprendere come tali rocce sono state originate, ovvero delle condizioni in cui si sono formate e del tempo trascorso dalla loro formazione a oggi. A seconda della loro origine, quindi, possono essere racchiuse in tre grandi categorie: rocce ignee (o magmatiche), rocce sedimentarie e rocce metamorfiche.

Le prime hanno origine dal consolidamento per raffreddamento di quella massa totalmente o parzialmente fusa chiamata magma, che si forma in profondità. Le seconde, invece, si formano in superficie per deposito di materiale proveniente da rocce precedenti, più o meno disgregate, alterate, disciolte o anche da sostanze passate attraverso il ciclo biologico. Le rocce metamorfiche derivano da rocce magmatiche e sedimentarie che hanno subito trasformazioni più o meno accentuate per mutamenti delle condizioni fisico-chimiche dell'ambiente, quali apporto di calore fino a temperature anche molto elevate, aumento di pressione per accumulo di masse sovrimposte, apporti o impoverimenti di alcune sostanze per migrazioni¹.

Va sottolineato che queste categorie non sono immutabili, giacché l'attività vulcanica e le dinamiche correlate alla tettonica a placche contribuiscono a continui cambiamenti geologici. Così quando un granito, notoriamente roccia magmatica tra le più diffuse, rimane esposto agli agenti atmosferici si disgrega. I sedimenti derivanti da questo processo possono essere trasportati verso i mari, dove si depositano e formano le rocce sedimentarie. Queste, a loro volta, possono accumularsi

per lungo tempo in aree che lentamente sprofondano, migrando verso l'interno del pianeta, dove le crescenti temperatura e pressione le trasformano in rocce metamorfiche. Oltre un certo limite, che in questa sede non ci interessa esaminare, questa trasformazione può portare a fusione parziale o totale, facendole rientrare nel campo delle rocce magmatiche. Semplice no?

Le rocce ignee

Come detto, le rocce ignee derivano dalla solidificazione di magmi di varia natura, costituiti essenzialmente da una fase liquida che può contenere anche fasi solide e gassose. I magmi, raffreddandosi, danno origine a un certo numero di minerali silicatici. L'eccesso (vale a dire quello che va oltre il 60%) di SiO₂ nel minerale si consolida come quarzo, che non è compatibile con altri minerali non saturi come, per esempio, l'olivina. La presenza del quarzo qualifica la roccia come acida.

La struttura di una roccia magmatica è legata al tipo di raffreddamento del magma. Una delle classificazioni delle rocce magmatiche si basa proprio su questa differenza: quando il processo di solidificazione del magma avviene all'interno della crosta terrestre si formano le rocce ignee intrusive. Queste rocce, a occhio nudo, si presentano con aspetto diverso sia per effetto della composizione chimica che della struttura. Il lento raffreddamento del magma permette la formazione di cristalli più sviluppati in grandezza, generalmente osservabili ad occhio nudo. In un granito, per esempio, si distinguono abbastanza



Granito rosa - (foto Renato Scarfi)



facilmente il quarzo trasparente, i feldspatiⁱⁱⁱ bianchi opachi o rosei, la biotiteⁱⁱⁱ con il suo caratteristico colore bruno. La roccia generalmente appare, quindi, bianca punteggiata di bruno. Ciò non toglie che si possano trovare anche altre colorazioni oltre il bianco, come il giallo (granito giallo del Brasile), rosa, ecc...

Le rocce magmatiche effusive si formano invece per solidificazione della lava in seguito ad un'eruzione vulcanica. Il contatto della lava con l'aria provoca un repentino abbassamento delle temperature e una veloce cristallizzazione dei minerali. Come si può intuire, questo processo non permette ai minerali di svilupparsi in grandi dimensioni tanto che, nelle rocce effusive, è comune vedere un'unica massa costituita da piccoli cristalli poco visibili o identificabili, addirittura solo alla lente o al microscopio. Si possono formare rocce effusive sia in seguito a una colata di lava, come nel basalto, sia come prodotto piroclastico (es. tufo).

Le rocce magmatiche affiorano diffusamente sul territorio italiano. Le rocce intrusive sono concentrate prevalentemente sulle Alpi, in Sardegna, su alcune isole dell'Arcipelago Toscano, in Calabria. Queste hanno rivestito una duplice risorsa per l'uomo sin dall'antichità. Se da una parte i graniti furono oggetto di escavazione per il loro impiego come materiale lapideo, non dobbiamo tralasciare il fatto che la presenza di queste intrusioni ha permesso di avere a disposizione anche un'altra importante risorsa: i giacimenti minerari.

Le rocce effusive sono maggiormente concentrate nelle aree vulcaniche della Toscana meridionale, del Lazio, della Sicilia e della Sardegna. In particolare, la zona della Tuscia, tra Toscana meridionale e Lazio, è caratterizzata da un tipico terreno tufaceo che ha permesso all'uomo di realizzare opere ciclopiche e spettacolari, come le Vie Cave di Pitigliano nel grossetano. Un percorso escursionistico che non ha solo interessanti spunti storico-geologici, ma offre anche stimolanti scorci naturalistici.

In linea generale, i minerali in cui predomina il silice e allumina (quarzo, feldspati, ecc...) sono incolori o bianchi, mentre quelli che contengono magnesio e ferro (olivina, biotite, ecc...) sono sensibilmente più scuri.

Le varie gradazioni indicano le diverse percentuali chimiche.

Per completezza di informazione si ricorda che la struttura delle rocce ignee, valutabile solo con gli strumenti adatti, ci rivela la velocità con la quale il magma che ha dato origine alla roccia in esame si è raffreddato. Dal più veloce al più lento, infatti, possiamo identificare vari minerali, tra i quali lo zircone (raffreddamento molto veloce), l'olivina e la biotite (più lento) e il quarzo, la cui struttura indica che il raffreddamento è avvenuto in maniera lentissima e, quindi, cristallizza per ultimo. Ciò permette al quarzo di essere più stabile e di essere molto resistente agli agenti ambientali e chimici che alterano forma e costituzione del minerale più efficaci, dopo un periodo di attacco più o meno

lungo, sui minerali che si sono raffreddati più velocemente, come l'olivina.

Un piccolo inciso, che riguarda le rocce solo come effetto "collaterale". Quando la solidificazione del magma nel focolaio è già avvenuta in modo completo o quasi, possono emergere solo l'acqua e gli altri fluidi mineralizzatori. Le corrispondenti manifestazioni possono essere distinte in quattro tipi di attività: fumarolica, solfatarica, di *geyser* e idrotermale. Le sorgenti termali sono frequenti nelle regioni vulcaniche nelle quali l'attività è cessata da tempi relativamente brevi. Tali sono, per esempio, la solfatara di Pozzuoli (Napoli), uno dei quaranta vulcani che costituiscono i Campi Flegrei –protagonisti delle cronache degli ultimi mesi -, e la sorgente termale di Saturnia, in provincia di Grosseto, che sgorga a una temperatura costante di 37,5 gradi centigradi. Dopo una bella escursione è estremamente gradevole e rigenerante immergersi a Saturnia. Come diceva una vecchia pubblicità: provare per credere.

Rocce sedimentarie

Mentre le rocce magmatiche hanno origine da processi che si svolgono in profondità, le rocce sedimentarie si formano in superficie per processi dipendenti da dinamiche esterne. Per effetto della formazione per accumulo, l'aspetto delle rocce sedimentarie è quasi sempre stratificato. L'aspetto, la composizione e le strutture delle rocce sedimentarie dipendono sensibilmente dall'ambiente in cui si sono formate e ciò permette, attraverso l'opportuna interpretazione degli indizi, di ricostruire, talvolta con molti particolari, ambienti e paesaggi del passato.

Un interessante esempio si trova all'interno della gola del Bletterbach ad Aldino, sulle dolomiti bolzanesi, oggi patrimonio dell'UNESCO. Una escursione in quei luoghi permette di fare, per così dire, un viaggio indietro nel tempo di circa 40 milioni di anni. Osservando le varie stratificazioni che si sono succedute nel tempo è, infatti, possibile comprendere l'evoluzione delle Dolomiti.

La caratteristica delle roc-

ce sedimentarie è che queste si formano in ambiente instabile e, laddove non c'è un continuo accumulo di sedimenti, fattori ambientali (clima) e caratteri fisici (fessurazione e porosità) concorrono a generare processi di erosione e/o alterazione chimica. Ecco, quindi, che lo scorrere della pioggia come anche il movimento dei ghiacciai o le sostanze organiche presenti nei terreni alterano tali rocce, che conseguentemente risultano più friabili delle rocce "sane" e che spesso, nella parte alterata, presenza cambiamenti di colore. Molte rocce, come arenarie, argille, marne o calcari marnosi, che hanno colore grigio ceruleo o plumbeo, quando alterati diventano di un giallo ocraceo. L'aridità del clima e le forti escursioni termiche, con temperature elevate durante il giorno e un brusco raffreddamento notturno, causano inoltre tensioni nella roccia, possono fessurarla e staccarne frammenti. Da una parete ripida, per esempio, il materiale che si stacca si sedimenta per semplice caduta.

In altre occasioni i sedimenti vengono trasportati dalle acque correnti (in sospensione o per rotolamento sul fondo), dai ghiacciai, dai venti. Nel loro viaggio trasportati dall'acqua, inoltre, i sedimenti da angolosi si smussano, diventano rotondeggianti e di dimensioni progressivamente minori. Se trasportati da un ghiacciaio i sedimenti, invece, non variano la propria grandezza, sia che si tratti di grossi massi che di pol-

veri sottili depositate dal vento. Acquistano, tuttavia, una caratteristica levigatura, spesso accompagnata da striature rettilinee.

Tra le rocce sedimentarie, il calcare è una roccia il cui componente principale è rappresentato dalla calcite (CaCO_3). Il calcare deriva dall'accumulo di particelle formatesi per precipitazione chimica, per secrezione organica o per accumulo di sedimenti clastici all'interno di un bacino di sedimentazione. I depositi di calcare, quindi il minerale stesso, sono più o meno compenetrati da impurità argillose o quarzitiche.

Talvolta i calcari sono facili da riconoscere per la presenza di fossili marini, come nel caso del Calcare Rosso di



Calcare ammonico (foto Francesca Origlia)



Le cime di Lavaredo viste dal Monte Paterno. Sono ben visibili i sedimenti derivanti dalla frantumazione delle rocce per effetto delle variazioni termiche - (foto Maria Grazia Comini)

Verona. La celebre pietra veronese è caratterizzata da evidenti “disegni” tondeggianti che ricalcano le forme delle ammoniti, organismi marini ormai estinti e che popolavano le acque profonde del mare giurassico.

In altri casi la distinzione dei calcari è più difficile poiché il loro aspetto risulta omogeneo e compatto e solo un occhio esperto può identificarlo con una semplice osservazione. In generale però che c'è un piccolo stratagemma che aiuta a capire se siamo di fronte ad una roccia composta da calcite. Possiamo fare un piccolo *test* con una sostanza anticalcare (acido cloridrico e alcuni prodotti casalinghi che ne contengono una percentuale). A contatto con tale soluzione il carbonato rilascia un'effervescenza dovuta alla reazione chimica che libera come prodotti acqua e anidride carbonica. Fate comunque molta attenzione, l'acido muriatico è molto corrosivo e, se entra in contatto con la pelle o altri organi, anche in piccole quantità può causare danni, anche seri.

La calcite è un minerale spesso accoppiato alla dolomite. E qui il richiamo viene naturale, dato che proprio le montagne venete e il minerale sono accomunate dal nome del geologo francese Dolomieu. Alla fine del settecento, Dolomieu infatti fu il primo a studiare e caratterizzare la dolomite, un doppio carbonato di calcio e magnesio, costituente



Travertino - (foto Renato Scarfi)

principale della roccia detta dolomia.

Non si può non ricordare il travertino, ben noto ai romani (e non solo). Si tratta di una roccia sedimentaria calcarea di colore chiaro, giallognolo, di origine chimica. Il suo nome deriva dall'area dalla quale veniva estratto dai romani, lungo le rive del Tevere (*lapis Tiburtinus*). Il travertino presenta una tipica struttura semicompatta, con evidenti piccole cavità ed è molto resistente agli agenti atmosferici, tant'è che è stato usato sin dall'antichità romana nell'edilizia come materiale da costruzione e ornamentale.

Proprio per via della loro origine, le rocce sedimentarie – e i travertini in particolare, per ef-

fetto degli abbondanti depositi di acque ricche di bicarbonato di calcio - spesso racchiudono resti di vegetali, conchiglie od ossa di epoca antichissima. Reperti fossili importantissimi per capire come si è sviluppata la vita sul nostro pianeta. Ora, con questo non mettetevi a spaccare tutte le rocce sedimentarie che incontrate, magari sperando di fare una qualche scoperta importante. Oltre che uno spreco di forze, potreste anche incorrere in qualche reato. Lasciate lavorare i professionisti, che sanno dove mettere le mani.

Rocce metamorfiche

Come detto, per effetto delle dinamiche correlate alla tettonica a placche, tutte le rocce possono venire a trovarsi in condizioni diverse da quelle dell'ambiente in cui si sono formate. Abbiamo, infatti, visto come le rocce sedimentarie siano il risultato di accumulazione di detriti più o meno grandi. Questo accumulo è sottoposto a una crescente pressione orientata nel senso della gravità e ciò provoca delle trasformazioni. Le rocce argillose, per esempio, diventano più compatte e possono acquistare una particolare fissilità parallela alla stratificazione. Durante i movimenti geologici dovuti, per esempio, a corrugamento, le rocce possono presentare una fissilità obliqua agli strati. Se la pressione supera certi limiti la roccia si frantuma.

Se poi è la temperatura a innalzarsi, superando certi valori, cambia anche la natura chimica e strutturale dei minerali componenti la roccia. Dato che ogni minerale ha un suo preciso campo di stabilità, nei bacini sedimentari soggetti per tempi lunghi a subsidenza e a potenti accumuli di materiale, l'azione combinata di pressione e temperatura porta a un nuovo equilibrio, determinato dal nuovo ambiente in cui la roccia si trova. Tutte queste trasformazioni prendono il nome di metamorfismo.

Si comprende bene che questo è un processo che non avviene in superficie ma in profondità, salvo casi particolari come nelle aree a contatto con corpi magmatici ad alta temperatura, come

la Valle del Bove sulle pendici dell'Etna, e nei punti di impatto di grandi meteoriti, come il *Meteor Crater* in Arizona, nei pressi di Winslow.

In base al grado metamorfico, che deriva dalle complesse relazioni di temperatura e pressione a cui sono sottoposte le rocce, si possono originare diverse tipologie di prodotti metamorfici.

Tra le rocce a noi più familiari ci sono le ardesie, tra cui la comune lavagna. Le ardesie derivano da rocce argillose, in genere di colore grigio-scuro o nero, e sono caratterizzate tipicamente da una struttura a sottili piani paralleli. In questo caso l'orientamento dei minerali cristallizzati ci indica che le rocce si sono trasformate in condizioni dinamiche sotto l'effetto di pressioni molto alte.

Il metamorfismo può quindi modificare la "tessitura" delle rocce producendo ciò che si indica come scistosità, ovvero un orientamento preferenziale assunto da alcuni minerali formati in un ambiente di pressione orientata. A seconda della presenza più o meno marcata di questo fenomeno, le rocce metamorfiche si dividono grossolanamente in scisti e gneiss (scistosità poco accennata).

La caratteristica principale dello scisto è che tende a sfaldarsi facilmente in lastre sottili. Lo scisto può essere di vari tipi, a seconda della presenza più o meno marcata di vari minerali: bianco (presenza di talco e calcite), cristallino, verde, blu. Come riportato sulla dispensa del corso di formazione per Accompagnatori Escursionistici della F.I.E., in Italia "...scisti cristallini simili a quelli presenti nelle Alpi orientali affiorano anche su vaste aree della Calabria, nella parte sud-orientale della Sicilia e in Sardegna".

Lo gneiss si forma a grande profondità, nelle zone di convergenza di due placche, durante la fase di subduzione e in quella successiva di collisione continentale, che danno origine alle catene montuose. La tessitura è caratterizzata da un'alternanza di sottili letti ricchi in minerali lamellari (in prevalenza miche e cloriti) e letti molto più spessi formati in prevalenza da minerali granulari sialici (quarzo con uno o più feldspati).

Nel caso delle serpentiniti, rocce di tipico co-



Meteor crater - (foto Renato Scarfi)



Serpentinite verde (foto Francesca Origlia)

lore verdastro e con cristallizzazioni di serpentino in aggregati fibrosi, la trasformazione deriva da un processo che coinvolge rocce ultrabasiche, cioè minerali poveri in SiO_2 , ad alta pressione e in presenza di acqua.

Al di là di queste note tecniche, ricordiamo come la peculiarità cromatica di questa pietra abbia spinto l'uomo a utilizzarla per fabbricare elementi architettonici e decorazioni policrome di importanti cattedrali come il Duomo di Lucca, Firenze e Siena.

Infine, come non citare il marmo, spesso confuso con il calcare, da cui trae effettivamente origine dopo un lento processo di trasformazione ci cui abbiamo parlato prima.

Sono rocce calcaree cristalline e granulari il cui costituente principale rimane la calcite, accompagnato spesso da minerali accessori che talvolta si concentrano e danno vita a venature colorate. I marmi più celebri in Italia sono indiscutibilmente quelli di Carrara e del bacino Apuano, sfruttati sin da epoca romana e resi celebri dagli scultori rinascimentali. Tuttavia, esistono altri affioramenti di marmo. Tra i tanti citiamo il Monte Pisano e la Montagnola Senese in Toscana, Candoglia in Lombardia.



Marmo - (foto Francesca Origlia)

Conclusioni

Come abbiamo visto, le rocce ci possono rivelare un pezzo di storia del territorio che stiamo attraversando con le nostre escursioni e, apriamo e subito chiudiamo la parentesi, possono fornire elementi di riflessione filosofica circa la caducità della vita.

In conclusione, la terra è un'opera in corso da 4,5 miliardi di anni. Non è mai stata così come la vediamo ora e non lo sarà mai più. Essa è in continuo mutamento, comprese le sue rocce. Un mutamento che significa rinnovamento e rinascita e che va osservato, compreso e ... rispettato. L'escursionista responsabile questo lo comprende perfettamente e ne fa scuola di vita. Rispettare e ascoltare l'ambiente che ci circonda, comprese le rocce, può insegnarci molto e permette di ritornare in sintonia con la natura, dalla quale proveniamo. Buone camminate.

**Renato Scarfi
e Francesca Origlia**

*Geologa e Presidente
"Piedi in Cammino APS" Pisa*

¹ Livio Trevisan e Gaetano Giglia, *Introduzione alla geologia*, Pacini editore, Pisa, 1978

² Costituiscono circa il 41% della crosta continentale. Sono presenti in rocce magmatiche intrusive (plutoniti) ed effusive (vulcaniti), in molti tipi di rocce metamorfiche e sedimentarie e nelle vene idrotermali.

³ La biotite è un fillosilicato ferriero appartenente al gruppo delle miche.



Progetto Tree-kking 2023

*Cronaca di un viaggio-progetto all'insegna
della consapevolezza e sensibilizzazione sul tema della deforestazione.
Il Vietnam non è poi così lontano!*

Il progetto **Tree-kking 2023** ha per obiettivo piantare l'albero per ogni km di strada percorsa.

Quest'anno abbiamo attraversato la Thailandia, il Laos, la Cambogia ed il Vietnam per vivere un'esperienza incredibile e sensibilizzare sul tema della deforestazione nel sud est asiatico. In questi paesi non vengono tagliati gli alberi per cattiveria, inciviltà o poco senso civico ma semplicemente per rispondere alla crescente domanda di caffè e canna da zucchero che arriva proprio dall'Europa, Italia compresa.

Sono Thimoty, ho 33 anni e sono piemontese. Adoro fare escursioni in montagna e pellegrinaggi in Italia o in Europa. Quest'anno il viaggio voleva sempre essere itinerante ed ancora più ambizioso dei progetti precedenti. Ecco com'è andata.

Il 14 Luglio 2023 siamo arrivati a Bangkok. L'arrivo in Thailandia racchiudeva già tantissime preoccupazioni. Erano settimane che lavoravo

*Spiegare cosa possa
esser stato un viaggio di 40
giorni, in 4 nazioni dall'altra parte del
mondo, per più di 10 mila km, senza mai
prendere un volo, credo sia molto difficile
ma cercherò di raccontare la parte più
vera di cosa abbiamo vissuto,
senza alcun filtro.*

con gli sponsor, con l'ente di riforestazione e leggevo quanti più articoli potevo per essere ben informato sullo stato che avremmo attraversato per primo. Arrivati in aeroporto in Thailandia è iniziato veramente il "gioco". L'articolo che precedentemente leggevo a casa si era tramutato in una scelta pratica da prendere. Non sapevo se saremmo rimasti a Bangkok, se ci saremmo spostati in treno a Pattaya o se la nostra prima destinazione sarebbero state le isole del sud. "Claudione" (mio fedelissimo compagno di viaggio ormai dal Cammino Francese nel 2019, 65 anni, veneto) ha subito manifestato la volontà di andare a visitare la zona sud e così abbiamo preso il primo volo verso Koh Phangam e Koh Samui (Pucket è troppo caotica).

Le isole del sud della Thailandia sono un vero spettacolo: mare cristallino, spiagge sempre baciata dal sole e la cosa che più mi ha colpito è il continuo contrasto tra la sabbia arancione ed il verde intenso della giungla che la circondava.



Purtroppo quella foresta rigogliosa non è la reale fotografia della Thailandia che ogni giorno vede l'abbattimento di 4 mila alberi e si stima che solo tra il 1973 ed il 2009 sia andato perso il 43% del patrimonio boschivo del paese.

Tornati a Bangkok abbiamo iniziato la risalita del paese. Bangkok è una città di eccessi ed anche di forti contrasti. Quando qualcuno mi chiede "com'è Bangkok?" Io rispondo sempre "A Bangkok quello che cerchi trovi". Penso sia proprio così. In una via ci sono discoteche con musica a palla, spacciatori, chioschetti che vendono carne di coccodrillo o insetti fritti per i turisti, mentre la via a fianco è tranquillissima e piena di famiglie che si fanno la passeggiata serale. Rimane comunque una capitale incantevole con i suoi templi, il palazzo reale, il Buddha dormiente dorato e le sue tante altre attrazioni.

Ma questo dualismo, questa doppia faccia di Bangkok è poi diventata rappresentativa di un po' tutta la Thailandia. Una bambolina di porcellana che sotto l'abbondante e stupendo trucco cela qualche piccola crepa.

Vicino a Bangkok c'è un parco incantevole che si chiama Erawan e nell'escursione che avevamo prenotato era prevista anche una visita ad un santuario degli elefanti. Avevo chiesto molteplici volte che fosse una vera riserva ed ero stato tran-



quillizzato che lo fosse. Purtroppo non è stato così. Infatti gli elefanti vengono usati per mettersi in posa, per giocare a pallone, per dipingere e per fare il bagno con i turisti che entusiasti a cavalcioni sulle loro spalle tirano con forza la corda che avvolge il loro collo per farli impennare in acqua. Abbiamo letto di altri posti dove le tigri per essere avvicinabili per le foto vengono drogate. Non ho mai capito e mai lo capirò come si possa barattare la dignità e la vita di un animale per una foto orrenda su Instagram.

La nostra risalita del paese è stata lunga ma continua. Siamo passati per Ayutthaya dove c'è l'importantissimo parco storico; per Sukhothai dove abbiamo visto anche qui i templi stupendi girando tra le rovine in bicicletta; Lampang, una città particolarmente sconosciuta al turismo internazionale che ho trovato molto bella, Chiang Mai e Chiang Rai, pregevoli per i loro templi e siamo andati anche nella remotissima Pai (nell'estremo nord ovest al confine con Myanmar e Cina) che mi ha veramente rapito il cuore.

Pai è una cittadina nel nulla, in mezzo alle montagne (se soffrite la macchina preparatevi perché gli autisti sono completamente pazzi), di una bellezza e semplicità che difficilmente ho incontrato in vita mia. Ogni fotografia che fatta a Pai è uno spettacolo!

In tutta questa risalita abbiamo conosciuto un paese che è incredibile. In Thailandia ogni giorno puoi vedere qualcosa di stupendo ed il giorno successivo puoi vedere qualcosa di ancora più bello.

Ogni sera ci siamo spostati con pullman di 5-6 ore. Nessun occidentale e tutti locali a bordo con noi.

In questi viaggi notturni ci siamo accorti che la Thailandia confezionata per il turista occidentale è solo una piccola parte. La campagna lontana dalle tratte turistiche è una realtà che mostra un paese molto diverso, che si allontana di molto dai concetti di comfort e accoglienze turistiche.

Il 26 Luglio 2023 siamo entrati in Laos. Il viaggio che io e Claudio abbiamo fatto per entrare in Laos... non penso potrò mai dimenticarlo in vita mia. Siamo partiti da Chiang Rai alle 12 e siamo arrivati a Luang Prabang (Laos) alle 8 del giorno successivo.

L'organizzazione e lo spostamento non sono stati

semplici. Tutti i tour operator che contattavo mi consigliavano di partire il giorno successivo e di fare l'attraversata in nave. L'unico problema è che richiedeva 2 giorni di viaggio e noi non li avevamo. Sono riuscito ad organizzare uno spostamento nel pomeriggio tramite un primo furgoncino, attraversamento della frontiera, un secondo furgoncino ed infine un terzo pullman.

La cosa che mi ha fatto subito sorridere è che siamo partiti senza alcun biglietto: la signora che ci ha aiutato ad organizzare il viaggio ci ha semplicemente detto "alla frontiera qualcuno vi riconoscerà" ed effettivamente è andata così. Arrivati alla stazione dei pullman in Laos (subito dopo la frontiera) mi sono accorto immediatamente di essere entrato in un universo parallelo.

Nel parcheggio della stazione dei pullman mi sono trovato davanti un combattimento di galli illegale, le valigie venivano legate sul tetto del pullman ma la cosa incredibile è che gli operatori non salivano tramite una scaletta ma si arrampicavano come scimmiette dai fanali anteriori del

bus: scena incredibile! Il viaggio in pullman è durato 15 ore completamente al buio. Non c'era campo internet e non sapevamo dove ci stessimo trovando. Mi ricordo che ho guardato Claudio e gli ho chiesto "ma è tutto reale?" La mattina quando ho cominciato a vedere il sole sorgere ho provato uno dei più grandi sollievi della mia vita.

Il Laos non ha due maschere, non ha quel velo turistico che nasconde una realtà più cruda. Il Laos è crudo. Completamente destrutturato, pochissime strutture turistiche e quelle poche che ci sono non parlano neanche bene inglese. La natura però in cui è immerso il Laos è incredibile. Luang Prabang, Vang Vieng, Champasak e Don Det sono immersi in una natura stupenda.

Qui in Laos abbiamo anche fatto amicizia con un caro "amico" con cui abbiamo avuto a che fare più volte: il Mekong. A Vientiane ci ha raggiunti un altro compagno del viaggio di quest'anno: Andrea. Oltre alla complessità degli spostamenti avevamo anche amici che ci raggiungevano in punti diversi del percorso...non





avevamo molte possibilità di errore.

Abbiamo anche scoperto che Thailandia e Vietnam hanno delle restrizioni sul taglio degli alberi ma (specialmente il Vietnam) non hanno restrizioni sulle esportazioni. Succede quindi che vengono tagliati gli alberi in Laos e Cambogia e trasportati illegalmente in Vietnam che può esportarli senza alcun problema. Tante persone ci hanno raccontato questo traffico ma mai nessuna voleva dirlo davanti alla nostra videocamera. Il Laos è semplicità totale. A Don Det (una delle quattro mila isole sul Mekong) abbiamo visto dei bambini giocare a calcio con una ciabatta, farsi una casetta con un pezzo di cartone ed abbiamo anche visto dei bambini nudi che si tuffavano in mezzo alle risaie o lavati in giardino con la pompa dell'acqua. Il Laos mi è piaciuto per questo. Non è un paese per molti, non è un paese dove puoi visitare, il Laos è un paese che ti permette di portare indietro l'orologio di molti anni e ti permette anche di rallentare lo scorrere del tempo. In Laos avviene tutto più lentamente. E' un

orologio che nella vita di tutti i giorni non possiamo avere.

Il 3 Agosto 2023 siamo giunti in Cambogia. L'attraversamento del confine questa volta è stato molto più semplice ed indolore di quello precedente. La Cambogia è un paese di cui mi sono innamorato. E' molto più turistica del Laos, le persone parlano e capiscono bene l'inglese, è piena di storia e templi da visitare e ci ha regalato dei momenti incredibili.

A Siem Reap c'è il parco archeologico più grande di tutto il mondo. Una superficie immensa dove si possono vedere centinaia di templi ma la cosa che mi ha rapito sono le radici degli alberi. I templi in Cambogia sono avvolti da queste radici immense che si innalzano anche per decine di metri. Un connubio stupendo tra una rovina Kmer che si abbraccia con le radici di un albero che si sviluppa tra le cavità dell'antico palazzo. A volte lo abbraccia delicatamente, a volte spezza la sua pietra con forza. Bisogna solo fare attenzione a camminare per sentieri o strade poco battute perché la Cambogia è piena di mine inesplose. Anche lo stesso parco archeologico di Angkor potrebbe

ancora contenerne molte.

Abbiamo deciso di andare dall'altra parte della Cambogia e dopo un viaggio di 10 ore abbiamo vissuto un'esperienza incredibile. Siamo stati un po' "pazzereLLi". Abbiamo infatti deciso di dormire nella giungla. Il fatto che fossimo gli unici a farlo poteva essere un piccolo campanello di allarme. L'esperienza però è stata super. Abbiamo cenato con un ragazzo che viveva in un capanno nella giungla su un tappeto steso per terra. Tutta questa fatica per riuscire a vedere degli elefanti felici, nel loro habitat, senza alcuna restrizione o recinto. La giornata con questi animali è stata fantastica.

In questa riserva (Mondulkiri Project) ci sono 4 elefantesse tutte strappate a soprusi e violenze. Alcune di loro venivano usate nei circhi, altre venivano usate per trasportare il legname tagliato illegalmente, ad una addirittura la sua vecchia proprietaria aveva tagliato un pezzo di coda per venderlo e farci qualche soldo.

Abbiamo scoperto che gli elefanti sono animali di

una sensibilità unica, ognuna con una caratterizzazione comportamentale diversa.

Siamo andati alla capitale Phnom Penh. E' una città molto turistica e molto costosa per gli standard della Cambogia. Questa città mi rimarrà impressa nella memoria per due cose: il museo del genocidio e la diffusione della prostituzione minorile per le strade.

Il 10 Agosto abbiamo iniziato a risalire verso il Vietnam. È stata una giornata importante: siamo entrati nel nostro ultimo paese ed abbiamo anche preso in aeroporto ad Ho Chi Minh l'ultimo membro della ciurma: Francesco.

Il Vietnam si distingue dalla Cambogia siccome abbiamo subito notato tantissimo traffico in più, in pochissimi parlavano inglese e le frequenti baracche cambogiane per strada erano sostituite da veri e propri negozietti. Questo è stato l'ultimo sforzo, dopo 30 giorni di viaggio abbiamo dovuto fare più di 1500 km di risalita del Vietnam in dieci giorni.

Il Vietnam è un paese stupendo, il delta del Mekong è un'esperienza super consigliata ed anche le sue cittadine sulla costa sono da vedere.

Circa a metà del paese ci sono una città bellissi-

ma che si chiama Hoi An, il parco archeologico di My Son ed il Golden Bridge (il famoso ponte con le due mani che si raggiunge prendendo la funivia più lunga del mondo), una delle principali attrazioni del paese.

Qui abbiamo vissuto una delle giornate più emozionanti del viaggio quando siamo andati a visitare la foresta di Huong Son che riforesteremo grazie alla campagna crowdfunding.

Siamo arrivati nel villaggio vicino al sito di riforestazione dove il nostro traduttore ci ha detto che ha dovuto utilizzare l'inglese solo tre volte negli ultimi cinque anni. Questo per far capire in che zona remota fossimo.

Dopo pranzo ci hanno portato all'interno del sito di riforestazione, abbiamo camminato tra i bufali selvatici, visto la foresta nuova e la foresta vecchia.

Siamo andati a vedere il sito di riforestazione in cui verranno piantati gli alberi grazie ai fondi raccolti.

Gli ultimi giorni in Vietnam sono stati di avvicinamento all'aeroporto. Abbiamo visto le risaie a gradini di Sa PA (che è stupenda), la baia di Ha Long e la capitale Hanoi. Si era concluso così uno dei

viaggi più incredibile di tutta la nostra vita.

Il Progetto Treekking 2023 si è concluso qualche giorno fa. Abbiamo raccolto più di 8 mila euro con i quali potremo piantare 360 alberi con il nostro partner di riforestazione. Ne planteremo 180 nel Parco del Ticino e 180 a Huong Son in Vietnam. Siamo andati fisicamente a vedere la nostra futura foresta dall'altra parte del mondo.

Il progetto di quest'anno aveva il solo obiettivo di sensibilizzare che i cambiamenti climatici non sono mai verticali sul preciso stato o sulla singola realtà, ma bisogna analizzarli nel complesso. Solo così si può capire che il Vietnam non è davvero così lontano e che possiamo anche noi intervenire cambiando le nostre abitudini alimentari.

Vi aspettiamo con il progetto 2024 che ci porterà in Sud America!

Tutto il nostro viaggio lo trovate riassunto nei nostri posti su Instagram/Facebook o con dei video giorno per giorno su YouTube. Ci potete trovare col nome di Our Discovery Travel.

Thimoty Grosso





ALMESE

Un patrimonio di piste forestali accessibili al tempo libero e allo sport

La storia delle nostre valli è sempre stata caratterizzata da una permanente contesa tra un territorio aspro e le necessità di vita della sua gente. Di tale contesa ne ritroviamo un'evidente traccia nello sviluppo delle borgate, a volte nella toponomastica e nei racconti, ma soprattutto nella miriade di piccole e grandi opere disseminate qua e là per difendere quei territori conquistati con molta fatica. Le formazioni boschive di origine artificiale presenti nell'ampio anfiteatro tra il Monte Curto e il Musinè sono proprio uno di questi esempi, il risultato di una intensa opera di rimboschimento e conservazione che ha lasciato sul territorio una estesa rete di piste forestali molto frequentate da ciclisti ed escursionisti, la cui interessante storia merita di essere raccontata.

Il disboscamento

Tra la comunità montana e il bosco è sempre esistito un rapporto anche intimo, basato talvolta sulla sacralità attribuita ad alcuni di essi o sul terrore che le fitte foreste incutevano accompagnandosi a miti e leggende popolari, ma sempre comunque sul rispetto di un bene che si avvertiva prezioso e misterioso e dal quale si potevano trarre diverse utilità e vantaggi. Il bosco soddisfaceva a diverse necessità di sostentamento: forniva il legname per la costruzione delle case e degli arredi, la legna per gli impieghi domestici quotidiani, diversi frutti commestibili, erbe medicinali, rifugio e protezione contro le intemperie,

acque sorgive e aria salubre, ed infine, attraverso la fauna selvatica, un utile complemento di svago e di reddito. La vastità del territorio e la scarsità della popolazione non creavano grossi conflitti tra i diversi fruitori né incidenze pesanti sulle aree boscate.

Un delicato equilibrio che cessò con lo sviluppo industriale nel fondo valle dell'800, la necessità di terreni per i pascoli e, più in generale, l'aumento demografico che portò al raddoppio della popolazione. L'industria e l'attività artigianale ad essa collegata richiedeva grandi quantità di legname. Tale bisogno avviò lo sfruttamento intensivo del patrimonio boschivo di Almese con estesi fenomeni di disboscamento, generando facile reddito per la comunità. Il Comune concedeva permessi di taglio a pagamento che dovevano essere esibiti alle guardie comunali. Le attività di controllo dei permessi erano svolte lungo l'attuale sentiero delle Guardie. Lo sfruttamento del patrimonio boschivo continuò in modo indiscriminato fino all'inizio del '900, rendendo il versante orografico sinistro del torrente Messa quasi del tutto privo di copertura arborea. Le conseguenze furono l'incremento del rischio idrogeologico, fenomeni erosivi e la progressiva perdita di fertilità dei terreni. Le cronache del tempo raccontano di frequenti frane e dilavamenti durante i temporali o anche prolungati periodi di pioggia. Le piene di rii e torrenti erano in grado di causare gravi danni alle abitazioni e alle attività di valle. È la storia della nostra gente, che continua fino ad oggi. La natura



prende la sua rivincita e l'uomo ne esce sconfitto. Ma ogni qualvolta ciò è accaduto, caparbiamente, si è ripartiti ricostruendo e facendo del proprio meglio per evitare gli stessi errori. E così fu per i lavori di rimboschimento.

Il rimboschimento

Le prime notizie risalgono al 1920 quando il consiglio comunale di Rubiana approvò la proposta della Forestale (al tempo Real Corpo delle Foreste) di rimboschire il versante sinistro del torrente Messa. I finanziamenti necessari per l'esecuzione dell'opera furono resi disponibili grazie al R.D.L. 28/11/1919 n.2405 per *“l'immediata esecuzione di lavori pubblici e di colonizzazione intera al fine di combattere la disoccupazione ed accrescere la produzione nazionale”*. Successivi finanziamenti arrivarono dal Consorzio Provinciale Rimboschimenti e ancora dall'approvazione, nel 1931, del progetto

esecutivo di sistemazione idraulico-forestale del bacino torrente Messa.

L'utilizzo di manodopera locale diede un grande sostegno all'economia della Valmessa. Gli uomini salivano la montagna portando il letame con le gerle per la preparazione dei semenzai dove venivano coltivate le giovani piante da trapiantare per il rimboschimento. In questa opera di riconquista forestale si tese ad esaltare l'impiego delle conifere, in particolare il pino nero, per la facilità di impianto e di attecchimento in terreni poveri di sostanze organiche, resistenza alla siccità, frugalità

e discreta rapidità di crescita giovanile. L'uso massiccio di queste specie non fu tuttavia esente da critiche, esse infatti mostrano scarsa resistenza al fuoco, soprattutto dove crescono in popolamenti densi e forma vere e proprie monoculture, e sono inoltre soggette all'attacco da parte della “processionaria del pino”, un lepidottero altamente distruttivo poiché priva la pianta di parte del fogliame, compromettendone così il ciclo vitale.

I lavori di rimboschimento dell'area che va dal Musinè al Colle del Lys continuarono fino agli anni '50 e sono da considerarsi uno dei più importanti esempi riusciti della Regione Piemonte.

La tutela del patrimonio boschivo

Nel corso degli anni '60 e '70, i boschi di Monte Curto e Musinè subirono pesanti aggressioni da parte del fuoco. A partire dall'incendio del “Mollar della Pertica” del 1962 fino al grande incendio del Musinè – Pian delle Betulle che si estese per oltre 400 ettari nel 1973. Fu così che l'amministrazione comunale di Almese avviò progetti di protezione del patrimonio boschivo con la costruzione, in più fasi, di piste tagliafuoco che potessero consentire una costante manutenzione e l'immediato intervento in caso di incendio. Tra il 1975 e il 1980 la Pro Loco organizzò dei “cantieri di lavoro” che portarono decine di giovani e meno giovani ad eseguire lavori di diradamento, spalatura e pulizia sulle conifere del rimboschimento. Aumentò il legame tra popolazione e patrimonio forestale, creando la base per la nascita ad Almese, nel 1978, di una delle prime squadre AIB (Anti Incendi Boschivi) del Piemonte che ancora oggi funziona egregiamente e costituisce un bell'esempio di efficienza ed efficacia. Negli anni più recenti, con il patrocinio del comune ed i volontari dell'AIB, sono proseguite iniziative di didattica ambientale e







formazione forestale (pulizia dei sentieri, dei fossi e dei taglia acqua lungo le piste forestali, costruzione di manufatti e muri a secco), riprendendo con successo le iniziative del passato finalizzate alla valorizzazione di un patrimonio boschivo unico ed irripetibile.

La valorizzazione del patrimonio boschivo

Le vicende di depauperamento del territorio boschivo, della sua rinascita e conservazione, ci lasciano in eredità una diffusa rete di piste tagliafuoco per una lunghezza che supera i 30 Km, permettendo l'accesso pedonale e ciclistico da Caselette fino al Santuario "Madonna della Bassa", con tanti rami secondari. Le stagioni di accesso preferibili sono la primavera e l'autunno, tuttavia anche l'inverno può offrire suggestivi ambienti innevati e inediti panorami sulla Valle di Susa.

La grande pineta che si sviluppa dal Musinè fino al Monte Arpone è per Almese un patrimonio irrinunciabile di cui l'intera comunità è orgogliosa. Essa ha preservato Almese da sciagure che potevano essere provocate da frane e smottamenti e costituisce oggi, oltre che una sicurezza, un polmone verde accessibile al tempo libero e allo sport. E tutto questo, grazie alle politiche delle amministrazioni comunali degli ultimi decenni e all'impegno infaticabile delle locali squadre AIB e Vigili del fuoco volontari che da anni si prodigano per la prevenzione, la manutenzione dei boschi e lo spegnimento degli incendi.

Una bella storia di sensibilità per l'ambiente che ci auguriamo possa essere uno spunto di riflessione per tutti coloro che, a piedi oppure in bicicletta, percorreranno i sentieri e le piste forestali dell'anfiteatro Monte Curto - Musinè.

Paolo Manenti

Almese è un comune di 6.300 abitanti della Città Metropolitana di Torino, in Valle di Susa, ospita la sede regionale FIE del Piemonte.

BIBLIOGRAFIA

Tutela, gestione e valorizzazione del patrimonio boschivo di Almese

Realizzazione a cura di Comune di Almese (2006)

Dissesto idrogeologico e incendi boschivi, storia e attualità della prevenzione

Realizzazione a cura di Regione Piemonte (2011)

Piste forestali anfiteatro Monte Curto - Musinè di Paolo Manenti

Muntagne Noste 2019, Annuario CAI Intersezionale Valsusa Valsangone



AMBIENTE MARINO.

Implicazioni geopolitiche

A prima vista qualcuno potrà avere il dubbio che la questione della tutela dell'ambiente marino abbia poco a che vedere con la geopolitica. Si tratta di un **errore** che molti fanno, non riflettendo sufficientemente circa le significative implicazioni, per esempio, del riscaldamento globale sulla fauna ittica (peraltro messa in grave pericolo anche dalla pesca illegale), sulla salinità dei mari, sull'innalzamento del livello delle acque e sulla circolazione delle correnti marine che, se alterate in modo significativo, hanno significative ripercussioni sul clima globale. La salute dei mari e degli oceani ha, invece, **considerevoli implicazioni geopolitiche ed economiche**, influenzando su questioni fondamentali che riguardano la conformazione delle coste, le risorse ittiche, le attività produttive e il benessere complessivo delle popolazioni, non solo quelle rivierasche.

In tale ambito va sottolineato come il 19 giugno sia stato un giorno storico per gli oceani del pianeta, dato che le Nazioni Unite hanno adottato ufficialmente il primo *Accordo internazionale per la protezione dell'Alto mare*, ovvero di quelle acque che non ricadono sotto la giurisdizione di alcuno Stato. In sostanza, le aree marine che si

trovano oltre la Zona Economica Esclusiva (leggi articolo "[Zona Economica Esclusiva e potere marittimo](#)").

Approvato definitivamente lo scorso marzo, dopo ben quindici anni di negoziati, l'Accordo rappresenta una tappa cruciale per la salute degli oceani e, aggiungo, nostra. Emozionante e ben augurante l'annuncio fatto dalla presidente della Conferenza, Rena Lee: *la nave ha raggiunto il porto. Difendere gli oceani e i loro ecosistemi situati in profondità e, di conseguenza, la sopravvivenza dell'uomo*, questo è l'ambizioso obiettivo del documento, che fornirà la base giuridica per muovere i primi concreti passi per la conservazione e l'uso sostenibile della fauna ittica e la protezione dell'ambiente marino.

Il mare, una biosfera dinamica

Il mare è in continuo movimento, grazie alla presenza delle correnti marine, che mescolano e trasportano importanti masse d'acqua. Anche il Sole e la Luna, per effetto della loro massa, contribuiscono al movimento delle masse d'acqua oceaniche, causando le maree. Le radiazioni solari, infine, riscaldano sia la superficie del mare, generando masse d'acqua di diversa densità, sia la superficie terrestre, causando la formazione

dei venti, che provocano onde e influiscono sulle correnti marine^I.

In base alle cause che le generano, le correnti marine si possono classificare in correnti di gradiente, di deriva, di marea e geostrofiche. In base alla temperatura possono essere calde o fredde, a seconda della differenza di temperatura tra la massa d'acqua che si sposta e quella che la circonda, superficiali e profonde. Se, invece, teniamo conto della profondità alla quale le masse d'acqua scorrono parallelamente, o quasi, le une sulle altre possono essere classificate in *superficiali* (0-200 m) e *profonde* (*interne*, oltre i 200 m, e *di fondo*, in prossimità del fondale).

Le correnti superficiali sono determinate principalmente dai venti e dalla rotazione della Terra. I venti si muovono dalle aree di alta pressione verso quelle di bassa pressione e sono causati dalla risalita di aria relativamente calda e dalla discesa di aria relativamente fredda. Il movimento di rotazione terrestre, da occidente verso oriente, devia poi la direzione delle correnti d'aria nel momento della loro salita e della loro discesa nell'atmosfera. Anche le masse d'acqua superficiale (fino alla profondità di circa 100 m) risentono di questi spostamenti d'aria, essendo indotti dal vento per attrito degli strati superiori su quelli inferiori. Sotto l'azione della *forza di Coriolis*^{II} (ma sarebbe meglio chiamarlo "effetto Coriolis"), la direzione del moto viene deviata in senso opposto a quello di rotazione della Terra e ha intensità variabile con la profondità, la latitudine e la velocità delle particelle in movimento^{III}. A ciò si aggiunge anche il rimescolamento che avviene in senso verticale, quando masse d'acqua relativamente più calda arrivano ai poli e si raffreddano (ricordate la Corrente del Golfo?), inabissandosi e spostando verso l'equatore l'acqua profonda che, nel suo viaggio, subisce un riscaldamento e "riemerge" a latitudini più basse, ripartendo poi verso i poli, per un nuovo ciclo.

Al movimento orizzontale delle masse d'acqua si aggiunge, quindi, anche un movimento verticale, il cui effetto complessivo descrive una spirale, conosciuta come spirale di Elkmann, che contribuisce a mantenere attivo un grande sistema di circolazione di enormi masse d'acqua in continuo rimescolamento.

Importanza economica e geopolitica dell'ambiente marino

Gli spostamenti appena descritti sono indispensabili per la biodiversità e la sopravvivenza dell'uomo sul pianeta. La risalita e lo sprofondamento delle acque marine, per esempio, sono fe-

nomeni fondamentali per il clima e per la biodiversità sulla Terra. Sono, inoltre, irrinunciabili per la vita nei mari e negli oceani, in quanto questi movimenti fungono da "nastro trasportatore" dei nutrienti che permettono lo sviluppo di plancton, che favorisce la produzione ittica. Un esempio per tutti sono le pescosissime coste del Cile e del Perù, dove la risalita delle acque profonde, ricche di nutrienti, appunto, permette la formazione di enormi banchi di acciughe e di grandi pelagici. Se ne sono accorti anche i cinesi, che battono quelle acque in maniera intensiva, creando anche non pochi problemi nei rapporti internazionali con i paesi rivieraschi sudamericani.

Le masse d'acqua, inoltre, hanno un fondamentale funzione termica, assorbendo più del 90% del calore in eccesso, che viene immagazzinato negli oceani e lentamente "restituito", contribuendo alla **stabilità climatica**. Senza questa importante funzione il nostro pianeta sarebbe molto più freddo e la vita sarebbe impossibile. Tuttavia, per dirla in maniera semplice, il calore accumulato dagli oceani negli ultimi anni è molto superiore alle capacità di dissipazione e ciò sta causando una elevatissima mortalità degli organismi marini in tutti gli oceani, comprese importanti specie che formano gli *habitat* costieri, come coralli, spugne, gorgonie e alghe marine, che contribuiscono in modo determinante alla struttura e al funzionamento degli ecosistemi, fornendo cibo e riparo a molte specie che, altrimenti, non potrebbero sopravvivere^{IV}.

Come abbiamo visto l'impatto di un mare "depresso" non è, quindi, solo biologico ma anche economico, in quanto la perdita di questi *habitat* favorevoli comporta la diminuzione del pescato.

La perdita di fauna ittica, inoltre, colpisce le popolazioni locali, in maniera più grave quelle che vivono in territori con problemi di siccità e di povertà. Per sopravvivere queste sono, quindi, costrette a rivolgersi verso altre fonti di sopravvivenza economica non sempre legali, come il contrabbando e la pirateria. Inoltre, le condizioni di disagio sociale favoriscono il fenomeno della migrazione clandestina, spingendo questi disperati verso aree ritenute più socialmente favorevoli. Si innesca, quindi, un circolo vizioso in cui i problemi ambientali creano problemi economici e politici che costringono altri paesi (da soli o inseriti in dispositivi multinazionali) a impegnarsi per rendere sicure le linee di comunicazione marittima, indispensabili per garantire ben il 90% del commercio mondiale. Impegno oneroso che, a

sua volta, incide sui bilanci nazionali (leggi articolo “L’instabilità africana e le sue conseguenze geopolitiche”).

Sotto il profilo meteorologico, non trascurabile l’effetto che la crescente temperatura comporta a livello di maggiore evaporazione delle superfici marine. Ciò fa aumentare la quantità di energia e umidità in atmosfera, che causano fenomeni meteorologici più “aggressivi” e talvolta estremi, anche laddove fino a qualche decennio fa non esistevano. Il risultato è la comparsa di uragani e tifoni, con forti piogge e inondazioni, in aree impreparate a questi fenomeni, che causano morti e danni gravissimi su vaste aree del territorio colpito. Non è un caso, infatti, se da qualche anno nel Mediterraneo si stanno formando fenomeni finora inusuali di cicloni tropicali intensi, denominati “*Medicane*” (*Mediterranean hurricane*).

Coprendo una vastissima area della superficie terrestre, i mari custodiscono anche tesori di inestimabile valore. Non mi riferisco solamente alle enormi riserve di gas naturale e idrocarburi, con tutte le implicazioni economiche e politiche che il loro sfruttamento comporta. Mi riferisco anche al patrimonio storico-archeologico ancora custodito sui fondali marini, in particolare del Mediterraneo.

In tale ambito la Marina Militare conduce, in concorso con il Ministero dei beni archeologici culturali e del turismo (MIBACT), specifiche campagne per la ricerca archeologica subacquea e la conservazione dei reperti sommersi. Si tratta di attività altamente specialistiche volte a localizzare e ispezionare i siti archeologici subacquei e i relitti di interesse storico. È una collaborazione estremamente importante che dura da decenni, proprio grazie alla capacità di esplorazione dei fondali marini offerte da unità estremamente sofisticate e specializzate quali Cacciamine e Navi Idrografiche della Marina Militare. Una componente specialistica che, sotto il profilo militare, è importante per assicurare, in concorso con le altre componenti della Marina, la vigilanza e la protezione delle indispensabili linee di approvvigionamento di gas naturale e delle linee subacquee di comunicazione informatica (leggi articolo “Mediterraneo, un mare di crescenti opportunità e tensioni”).

Conclusioni

L’area ricoperta dai mari e dagli oceani rappresenta oltre il 70% della superficie terrestre. Si tratta di una sottile “pellicola” di rivestimento, se

pensiamo che ha una profondità massima di poco oltre gli 11 km, lo 0,17% del raggio terrestre medio (6.371 km). Tuttavia, questo strato d’acqua liquida superficiale ha una enorme importanza economica, sociale e strategica. I rilevanti rischi ambientali, non solo correlati al surriscaldamento del pianeta ma anche al suo livello di inquinamento, hanno importanti conseguenze, come ricordato, in termini di biodiversità e innalzamento del livello dei mari.

In tale ambito, l’Alto mare rappresenta quasi i due terzi degli oceani. Per molto tempo è stato messo in secondo piano nelle battaglie ambientali, a vantaggio delle zone costiere. Tuttavia gli oceani, minati da crisi climatica, inquinamento e pesca indiscriminata, producono la maggior parte dell’ossigeno che si respira, limitano il cambiamento climatico assorbendo la CO₂ e ospitano ricche aree di biodiversità addirittura ancora sconosciute. L’accordo delle Nazioni Unite prima citato dovrebbe finalmente consentire di proteggere tutto questo, ma la strada da percorrere è ancora lunga. Rimane, infatti, ancora da vedere quali e quanti Stati ratificheranno il Trattato.

La tutela dell’ambiente marino, come abbiamo visto, ha enormi implicazioni geopolitiche per diverse ragioni. La prima di queste è la presenza di rilevanti **risorse naturali**. Il mare è, infatti, un’importante fonte di approvvigionamento di pesce, petrolio e gas naturale per molti paesi. La protezione dell’ambiente marino è essenziale per lo sfruttamento sostenibile di queste risorse e per garantire la loro disponibilità per le future generazioni.

I mari del mondo sono poi l’autostrada lungo la quale si sviluppa il 90% del **commercio internazionale**. La protezione dell’ambiente marino è, quindi, essenziale anche per garantire la sicurezza dei trasporti marittimi ed evitare che alcune popolazioni rivierasche, per i motivi prima accennati, minaccino la continuità degli approvvigionamenti. È poi indubbio che gli sforzi che gli armatori stanno facendo comportano significativi impegni economici per il raggiungimento di *standard* più elevati per ridurre drasticamente l’impatto di questo “intenso” traffico commerciale globale. Ma ciò dovrà necessariamente essere fatto con un approccio concreto e pragmatico, tenendo in dovuto conto tutti i fattori coinvolti, non solo la volontà di avere meno emissioni complessive. Mi riferisco a un approccio intelligente ai combustibili per le navi, che affronti il problema dell’emissione di gas in modo pratico e realistico. Mi riferisco anche a sempre più efficaci regole e sistemi di sicurezza che permettano di ridurre al

minimo il pericolo di incidenti con fuoriuscita di idrocarburi o altri materiali inquinanti.

La questione della protezione dell'ambiente marino coinvolge anche la politica internazionale, poiché le attività che avvengono in un paese possono avere effetti significativi su altri paesi. Per esempio, l'inquinamento prodotto o le emissioni di CO₂ in un paese possono causare l'acidificazione delle acque (ZEE) dei paesi confinanti o anche oltre, con tutte le intuibili implicazioni.

Ultima, ma non ultima, la **sicurezza nazionale**. La protezione dell'ambiente marino è, infatti, anche essenziale per la sicurezza dei paesi. La pesca, per esempio, è un'importante fonte di cibo e reddito per molte comunità costiere. La protezione delle zone di pesca è, quindi, essenziale per garantire la sicurezza alimentare e la stabilità della propria popolazione. Inoltre, la protezione dell'ambiente marino è essenziale, come è stato ricordato, per la prevenzione del terrorismo marittimo e della pirateria. A ciò si aggiunge la **capacità di proteggere le infrastrutture subacquee sensibili**, che assicurano l'approvvigionamento di risorse energetiche o i collegamenti informatici, su cui "viaggiano" le transazioni internazionali (leggi articolo "Spazi marittimi e sicurezza internazionale").

In tale ambito, la ricerca scientifica assume certamente un ruolo fondamentale per monitorare e studiare forme di adattamento e di contenimento del cambiamento climatico e delle sue ripercussioni globali. Ma anche per sensibilizzare, attraverso dati scientifici e non tramite squinternate ideologie, le popolazioni, gli imprenditori, gli armatori e i governi del mondo a fare quanto in loro potere per rendere meglio abitabile questo nostro pezzo di acqua e roccia in perenne navigazione nello spazio.

Con una situazione così complessa, va sottolineato con forza che l'Italia non sta a guardare, mettendo in campo le sue competenze tecnologiche e professionali, con la volontà di recitare la sua parte. In questo settore va riconosciuto che il nostro paese ha messo in atto concrete azioni la cui efficacia è riconosciuta a livello internazionale.

La tutela dell'ambiente marino e costiero deve essere, infatti, uno degli obiettivi strategici da perseguire con convinzione e costanza, sia per la ricchezza del patrimonio naturalistico e storico nazionale, sia per i rilevanti interessi sociali ed economici coinvolti nella valorizzazione e nella fruizione delle relative risorse. In tutto questo dobbiamo convincerci che la tutela dell'ambiente marino non è compito devoluto a pochi attori del

settore, ma è un dovere che ci riguarda tutti, dai governanti (che ne hanno la **responsabilità principale**) ai cittadini.

A partire dalla tutela dell'ecosistema e delle specie ittiche, per arrivare alla protezione del patrimonio archeologico subacqueo. Sotto le acque del Mediterraneo giace, infatti, un vero e proprio museo sommerso che, ogni tanto, ci restituisce veri e propri tesori. E non si parla solo di relitti di navi, anfore, vasi, contenitori, monete antiche o suppellettili, ma anche di veri e propri tesori d'arte, come testimoniato per esempio dalle due statue ritrovate a Riace anni fa.

Le competenze maturate nel recupero di questi tesori non si fermano alle opere d'arte ma, come detto, si esprimono anche in capacità professionali e tecnologiche di protezione delle infrastrutture sensibili come i gasdotti, come le linee subacquee di comunicazione telematica.

La protezione dell'ambiente marino, quindi, va intesa a tutto tondo non solo come la protezione degli ecosistemi o delle nostre radici storiche, ma come la protezione delle nostre necessità più immediate, come l'alimentazione, e dei nostri interessi nazionali a più ampio spettro.

Unitamente alle iniziative di tutela del patrimonio marino è fondamentale, inoltre, la capacità di vigilanza e controllo. Ai politici spetta, di conseguenza, l'onere di non far mancare i necessari strumenti per l'assolvimento della missione da parte di chi opera sul mare.

L'Italia, non smetterò mai di scriverlo, è una nazione profondamente protesa verso il mare, anche se talvolta qualcuno lo dimentica, e il mare per noi deve essere sempre più al centro delle nostre riflessioni geopolitiche, economiche e strategiche, se veramente vogliamo tutelare adeguatamente la nostra economia e ambire a ricoprire un ruolo nella gestione delle **enormi risorse naturali** presenti in mare.

NOTE

- ¹ Roberto Danovaro, *Biologia marina. Biodiversità e funzionamento degli ecosistemi marini*, Utet, 2019
- ² La forza di Coriolis è una forza fittizia osservata nei sistemi non inerziali in rotazione, che agisce sui corpi in moto rispetto al sistema di riferimento non inerziale e che ha l'effetto di far deviare i corpi da una traiettoria rettilinea. È, in estrema sintesi, funzione della massa della particella, della velocità a cui si muove e della velocità angolare del sistema non inerziale, misurata rispetto a un sistema inerziale.
- ³ Roberto Danovaro, *Biologia marina. Biodiversità e funzionamento degli ecosistemi marini*, Utet, 2019
- ⁴ Andrea Mucedola su www.ocean4future.org

Foto: U.S. Navy

Renato Scarfi

DALLE DOMENICHE CAMPESTRI AL TERZO SETTORE

I Lupi del Raparo in cammino con la grande famiglia FIE

Giorni fa rileggevo alcuni argomenti da un libro di Geografia umana e mi sono ricordata di quanto fossero affascinanti e, al contempo, claustrofobiche le foto in bianco e nero che illustrano e sintetizzano la teoria fordista della catena di montaggio¹ teoria per la quale, durante la seconda Rivoluzione Industriale alla fine del XIX secolo, si mirava all'accrescimento dell'efficienza della produttività, attraverso una rigorosa pianificazione di fasi di produzione, che determinarono i cosiddetti "tempi moderni"². Nonostante il secolo dei Lumi fosse passato da oltre tre secoli, questa idea di "app economica" mi ha illuminato sulla formulazione di ciò che state leggendo.

Per avviare la mia riflessione ho scelto un argomento che poneva l'uomo su di una soglia standard di fatica, valida per tutti gli addetti a una data mansione, senza considerare che la reazione dei soggetti agli stessi sforzi era differente in rapporto non solo alla costituzione fisica, all'età, all'allenamento, ma anche al grado di motivazione psicologica innescata dall'esecuzione del lavoro e conseguente livello di soddisfazione. Un'analisi sul fenomeno della fatica ha messo in evidenza che la massimizzazione del rendimento umano, in qualsiasi

settore, è prima di tutto condizionata da fattori di natura non solo fisica ma anche psico-sociale e ambientale, ovvero: lavoro di gruppo, pause, supervisione dei dirigenti, ambiente gradevole e armonico. In altri termini, non è possibile stabilire dall'esterno una soglia oggettiva e universale della fatica, ma questa soglia è profondamente radicata nella soggettività delle persone. L'analisi venne, inoltre, estesa a un ulteriore problema che rendeva l'essere umano un automa e cioè la monotonia.

Si comprese quindi che, ai fini del rendimento la-



vorativo, fatica e monotonia insieme provocavano un rallentamento dei ritmi lavorativi e un calo di attenzione. Ora, ciò che ritengo risulti valido per il nostro campo di interesse comune (in questa sede) non è studiare e capire l'evoluzione dell'economia industriale, bensì scoprire come applicare conoscenze in modo creativo all'innovativo Terzo Settore in continua espansione, entro il quale trova spazio la FIE e per la quale noi escursionisti abbiamo scelto di impegnare tempo, abilità, caratteri e "assortimento" (FIE è sinonimo di oltre 200 associazioni italiane).

Tornando al discorso sul processo produttivo, l'immagine dell'uomo robot della fabbrica, che si è evoluto a uomo tecnologico dell'ufficio, fino a raggiungere la sua estrema trasformazione nell'*homo digitans* dello *smart working*, ha fatto nascere in me la curiosità di modellare il criterio di catena di montaggio sull'attività escursionistica, scardinando quel sistema da una postura di stallo (fabbrica, ufficio, casa) per trasportarla

nella dimensione dinamica della natura. Tutto questo significa che la necessità mentale e fisica di evadere dall'auto ingabbiamento ha spinto la società a cercare soluzioni di benessere emotivo. Questo ragionamento mi porta a credere che sta nascendo quella che mi piace definire una "nuova educazione civica" che ha, come argomento primario, il Turismo Lento (o Ecoturismo) e che si sta affermando come materia scientifica a più livelli. La prova della mia "tesi" è attestata dai programmi di formazione proposti dalla Federazione Italiana Escursionismo, poiché offrono una preparazione per attività di carattere sportivo non estremo, attraverso la quale ci si mette in gioco nell'immediata totalità di noi stessi: collaboratori domestici, ingegneri, musicisti, studenti, astronauti, medici, calzolai, ecc.; normodotati, disabili; maschi, femmine, LGBTQ+; bambini, adolescenti, adulti, anziani; credenti, atei, ecc. Su di un palcoscenico naturale i membri del gruppo escursionistico o del gruppo *trekker* di-



ventano attori e narratori di eventi dissociati dagli affari quotidiani e, al contempo, partecipano da spettatori alle cose così come appaiono realmente, nella pienezza delle forme più elementari della natura, quelle forme mutevoli sullo scorrere del tempo.

“Io senza piedi userò le mie mani e tutta l'arte di un equilibrista”³

Ho immaginato di far combaciare l'idea di catena di montaggio all'attività escursionistica, ma come? Semplice! La “catena” è data dalle relazioni umane che si determinano partendo dall'organizzazione della bozza primitiva dell'escursione (o *trekking*) fino all'esito finale dell'evento. L'aiuto nel superare le difficoltà, non solo tecniche, arriva da parte di tutti i partecipanti alla camminata, anche da chi inizialmente non ha nessuna relazione con le persone. Tale atteggiamento genera un clima di forte condivisione emotiva e un generale entusiasmo nel raggiungimento delle mete prefissate, più elevato rispetto a una comune escursione. Da un anno a questa parte, l'ultima domenica di maggio, noi AE FIE dell'associazione - A.S.D. *Lupi del Raparo* (Basilicata) -, specializzati in Accompagnamento Scolastico/Giovanile e Accompagnamento Disabili, abbiamo fissato una data simbolica che fa da apri-fila alla stagione escursionistica estiva. Già l'anno scorso, nella lussureggiante *Foresta Regionale Fieghi - Cerreto* di S. Chirico Raparo (PZ), una variegata partecipazione di camminatori si è fatta strada lungo il sentiero: dai piccolissimi avventurieri curiosi agli impavidi “escursionisti a quattro ruote”, insieme agli amici volontari della Protezione Civile *Gruppo Lucano* di Roccanova e S. Chirico Raparo. L'esperienza di noi accompagnatori ha consentito di pianificare un “itinerario inclusivo”, privo di ostacoli, dall'inizio alla fine: un percorso di appena 6 km serenamente vissuto tra momenti di pausa e momenti di scambi umoristici, alternati alle informazioni di didattica ambientale. È così che i partecipanti hanno acquisito la capacità di neutralizzare barriere fisiche effettive e quegli “imbarazzi culturali” che sedimentano attorno alla sfera della disabilità. Non è necessario dire che siamo tutti “non abili” in qualcosa per riconoscere che le persone disabili sono come chi non lo è fisicamente.

Uno degli obiettivi di un AE FIE è anche quello di dare l'opportunità di vivere un'esperienza positiva di socialità a coloro i quali non penserebbero mai di spingersi oltre i propri limiti fisici e psichici o, semplicemente, limiti associati alla paura di

avvicinarsi all'ambiente naturale. La disabilità è un fattore di impoverimento: una casa accessibile costa di più, gli ausili non sono sempre passati dallo Stato, muoversi e viaggiare è costoso per motivi di accessibilità così come l'assistenza personale, le gite scolastiche sono organizzate in modo inaccessibile. Il trasporto, l'accesso agli edifici, l'assistente, ecc. per le attività extrascolastiche spesso non viene garantito. Ne consegue che lo studente disabile viene direttamente escluso.

Se allarghiamo i nostri orizzonti di sopravvivenza ci accorgiamo che ciò che chiedono le persone disabili non è un accesso a tutti i costi, ma un *range* di scelta per la fruizione dell'ambiente in cui esistono. Un accesso laddove possibile e laddove il costo per la natura sia sostenibile, ma in cui l'idea di sostenibilità non sia viziata da concezioni abiliste. È, quindi, importante investire nel Turismo accessibile, non creando proposte per utenze specifiche ma, attraverso accorgimenti tecnici, scegliere itinerari agro-silvo-pastorali già esistenti, progettare soluzioni efficienti tenendo ben presente che l'abbattimento di “barriere” non è sempre giustificato.

In conclusione, a mio modesto parere, ogni evento escursionistico dovrebbe concludersi con l'augurio di ritrovarsi presto su un nuovo sentiero con un rinnovato spirito esplorativo.

**AE Francesca Caputo
A.S.D. Lupi del Raparo (PZ)**

NOTE

- ¹ Fordismo: Sistema di organizzazione e politica industriale, attuato a partire dal 1913 da H.Ford nella sua fabbrica di automobili. Basato sui principi del taylorismo.
- ² Film “*Tempi moderni*”, Charlie Chaplin. 1936
- ³ Verso tratto dal brano “Lacio Drom” Litfiba, 1994.

FONTI

- Geografia umana. *Un approccio visuale*. Alyson L. Greiner, Giuseppe Dematteis, Carla Lanza UTET.
- Da homo sapiens a homo digitans *L'evoluzione della specie dell'uomo tecnologico*. Andrea Alessandrino www.internationalwebpost.org
- Persone disabili e “distruzione” della natura: *qualche riflessione partendo dalla vicenda Val di Mello* wittywheels.blog@gmail.com.
- Val di Mello, *online la petizione contro il sentiero per disabili* www.planetmountain.com.
- Sentiero disabili in Val di Mello, riscoppia la polemica: *Sertori nomina un garante* www.sondriotoday.it.
- Turismo inclusivo www.lanzotrekking.it.
- La Joelette per un escursionismo inclusivo nelle Valli di Lanzo www.lanzotrekking.it

OLTRE LA DISABILITÀ C'È TANTA VITA:



l'esperienza di Cammino solidale di Badizo Trekking

Nella presente fase storica della Federazione Italiana Escursionismo, caratterizzata da una peculiare attenzione per le specializzazioni in ambito escursionistico (Trekking, Accompagnamento persone con disabilità, Accompagnamento giovanile e scolastico), l'esperienza di cammino solidale vissuta da Badizo Trekking, compagine associativa del CR FIE Campania, rappresenta un esempio di sviluppo concreto e coerente dei corsi di formazione offerti in ambito federale.

Infatti, sulla scia dei progetti FIE legati al tema dell'escursionismo accessibile, nel periodo dal 14

al 25 agosto 2023, diciannove pellegrini dell'associazione napoletana FIE "Badizo" (Dal greco "βαδίζω" = "cammino") hanno deciso di mettersi in marcia lungo i 240 chilometri che da Ferrol, passando per Santiago di Compostela e Finisterre, conducono all'incantevole promontorio oceanico di Muxia, sede del leggendario Santuario "Virxe da Barca", al fine di utilizzare il Trekking, non come fine, bensì come strumento di solidarietà e promozione sociale.

In particolare, il gruppo partenopeo, partito per la Galizia, ha dedicato i propri passi alla ONLUS





“A Ruota Libera”, fondata nel 2007 da Luca Trapanese, il cui oggetto sociale consiste nell’assistere persone con disabilità in età post scolare, fornendo loro opportunità di socializzare, di coltivare i propri talenti e di integrarsi nella comunità, attraverso laboratori formativi e ricreativi. Come emerso dal corso di specializzazione per l’accompagnamento di

persone con disabilità, abbattere le barriere culturali, che impediscono a costoro una concreta integrazione nella società, costituisce una prerogativa imprescindibile per la rimozione di ogni altra tipologia di barriera, fisica e/o sociale, e, pertanto, attraverso il progetto di “Cammino solidale”, Badizo Trekking ha voluto dar voce ai sentimenti, alle sofferenze, ai sogni e alle vicende affettive dei membri di

“A Ruota Libera Onlus”, raccontandone, con l’ausilio di contenuti multimediali, le storie personali, impresse nero su bianco dagli stessi protagonisti nell’ambito di un laboratorio di scrittura creativa.

Ogni giorno di cammino, i pellegrini di Badizo, tramite i profili social personali e dell’associazione, hanno raccontato una storia, affrontando - senza filtri - temi eterogenei (Affettività omo ed eterosessuale, amore, amicizia, discriminazione, disagio sociale, ecc.), grazie ai quali è stato possibile specchiarsi nelle vite dei narratori, prendervi posto, comprenderne la realtà e la necessità di una parificazione sostanziale delle opportunità di vita, invocata con forza dal senso di umanità che accomuna ogni persona.



La durezza del cammino e lo spirito di comunità che aleggia sui sentieri che conducono a Compostela, hanno funto da cassa di risonanza, amplificando il messaggio dei membri di A Ruota Libera, che hanno offerto una realistica e disincantata prospettiva sul concetto di “limite”, rappresentato, non meramente come difetto, quanto, piuttosto, come occasione di incontro, di umanità, di fratellanza.

Quello di Badizo è stato, dunque, un cammino fisico, spirituale e solidale, vissuto non solo fisicamente dai pellegrini, ma anche da tutti coloro che ne hanno seguito sui social (Facebook e Instagram), “passo dopo passo”, le avventure e i racconti.



Un altro mattoncino è stato messo – o, forse, un rinnovato orizzonte si è aperto – per perseguire e proseguire i progetti federali sull’escursionismo accessibile, in un’ottica di autentica

inclusività, non solo tecnico-materiale, ma prima di tutto culturale, sociale e spirituale.

La disabilità più grande è sinonimo di disumanità e ne risulta affetto colui il quale identifica l’altro esclusivamente con i suoi limiti, incapace di aprirsi ad ogni barlume di solidarietà; d’altronde – come recita l’inno musicale scelto per il cammino da Badizo – “cosa rende umani, se non un limite” (Fabrizio Moro).

Che si accolga, dunque, l’invito della “Gerusalemme Spagnola” a non sentirsi arrivati, a continuare a camminare verso l’oceano e verso l’altro, perché “Santiago no es el final del camino, es el principio!”.

Antonio De Martino



ESCURSIONE AI MONTI DEL MATESE

Giornata solidale

Quando una giornata organizzata nella natura per un'escursione di trekking ottiene questi risultati la lista dei ringraziamenti è lunga.

Domenica 10 settembre è stata la giornata solidale dedicata ai diversamente abili, organizzata grazie all'impagabile impegno di Pasquale, Presidente del Gruppo Escursionisti del Matese.

Pasquale ha messo insieme, sotto l'egida della FIE, più di cento persone che hanno accompagnato Antonio, Luigi e Amerigo grazie all'utilizzo di tre *Jolette* messe a disposizione da altrettante associazioni Campane affiliate alla FIE.

Il sentiero scelto partiva dal Rifugio Valle Santa Maria e, dopo aver percorso la meravigliosa faggeta del Monte Orso e l'enorme pianoro del Pia-

*Rendere concreto un obiettivo
Vivere una giornata di inclusione
Rendere possibile quello che sembra
impossibile senza sentire il peso della fatica*

nellone, raggiungeva l'incantevole Belvedere che affaccia sul Lago Matese e sulla catena montuosa che lo sovrasta.

Quando durante un'escursione non senti la fatica nelle gambe, non senti il fiato mancare nei polmoni, riesci a gioire per quello che qualcun'altra prova nell'ammirare il meraviglioso spettacolo che si osserva dal Belvedere sul Lago Matese, allora vuol dire che quello sforzo non lo stai facendo da solo. E' qualcun altro che ti sostiene, qualcuno che ha avuto la lungimiranza di trattare questi argomenti già due anni fa, al Congresso di Firenze, qualcuno che dopo di allora ha avuto la capacità di realizzare un progetto a più tappe, di cui questa di oggi è la quarta, qualcuno che ha avuto la sensibilità di radunare dieci associazioni Campane affiliate alla FIE, la sezione CAI di Piedimonte Matese e altre



venute ancora da più lontano, come gli amici lucani dei Lupi del Raparo, qualcuno che ha avuto l'onore di mettere a disposizione i propri dispositivi per vivere una giornata che ha trasformato una semplice passeggiata in montagna in un evento straordinario, dove la coesione è diventata concreta, visibile, palpabile.

E allora il primo grazie va proprio a loro, Antonio, Luigi e Amerigo, senza i quali tutto questo non sarebbe stato possibile, ma un sentito ringraziamento va anche al valoroso lavoro fatto da Pasquale, il padrone di casa, a Mimmo e Attilio, a Giovanni da Sorrento, ad Antonio da Napoli, a Eugenia da Pomigliano, ad Aniello da Angri e a tanti altri che hanno partecipato a questa giornata ed hanno reso possibile questa esperienza straordinaria.

La natura ha fatto il resto. La giornata, infatti, si è presentata piena di sole, ma fresca, il sentiero si sviluppava in piano con leggeri saliscendi e per lunghi tratti all'ombra dei faggi, e il breve tratto in pendenza negli ultimi cento metri sembrava fatto apposta per vivere il brivido della conquista di una cima che, una volta raggiunta, ha regalato uno spettacolo mozzafiato da vivere in prima fila.

E' così che sono arrivati Antonio, Luigi e Amerigo e vedere i loro occhi felici davanti a uno spettacolo così bello ha riempito di gioia il cuore di tutti coloro che hanno avuto la fortuna di partecipare a questa straordinaria escursione.

Giacomo Cacchione





EDREVIA:

Sentimenti - Persone - Natura.

Nasce in Calabria una nuova associazione outdoor

La manutenzione dei sensi

“...  tutto ciò che ci ricongiunge, nei paesaggi di qui, all'elementare, ecco ciò che ne fa la grandezza, in rapporto ad altri in cui queste immagini non sono, o sono meno, presenti. Soprattutto la pietra usurata, chiazze di licheni, prossima quasi al pelame o a vegetale, le cortecce; i

muri divenuti in gran parte inutili, nei boschi; i pozzi; le case invase dall'edera e abbandonate. In questo momento della storia in cui l'uomo è più distante di quanto non sia mai stato dall'elementare, questi paesaggi in cui il monumento umano si distingue a fatica dalla roccia e dalla terra ci danno una vibrazione profonda, tengono vivo il





sogno di una sorta di ritorno all'indietro a cui molti sono sensibili, spaventati dallo strano avvenire che si disegna. Cosa significa tutto questo, e quale ne sarebbe il profitto per noi, o la lezione? Incontriamo, attraversiamo spesso luoghi, mentre

altrove non ne esistono più. Ma cos'è un luogo? Una sorta di centro messo in rapporto con un insieme. Non più un posto distaccato, perduto, vano. In questo punto si innalzavano un tempo degli altari, delle pietre...".





Sono queste le parole di Philippe Jaccottet, nel suo “Passeggiata sotto gli alberi”, che più di tutte rappresentano lo spirito e il sentimento dei volontari che, in Calabria, nell’area del Reventino, hanno dato vita a **Edrevia - Sentimenti Persone Natura**, un’associazione di promozione sociale e territoriale che intende raccontare, attraverso attività di *outdoor* ed escursionismo, la bellezza e la genuinità della propria comunità e del proprio territorio.

L’associazione prende il suo nome dalla comunità immaginaria descritta da Stefano Mancuso nel romanzo “La tribù degli alberi” i cui protagonisti, gli alberi, dialogano tra loro, cantano, scelgono, parlano, persino immagazzinano il sapere in una gigantesca biblioteca-labirinto sotterranea. Un mondo idilliaco fondato sulla reciprocità e sull’equilibrio che ha, come unico obiettivo, il funzionamento autentico della società.

Edrevia è un progetto di appartenenza, identità, cultura e amore per il territorio che opera per la promozione del patrimonio sociale e territoriale. Un impegno che diventa pia-

cere, con l’obiettivo di favorire le attività *outdoor* come esperienza di socializzazione e condivisione e con il desiderio di scoprire e raccontare i piccoli mondi naturali e umani che si incontrano da millenni in Calabria, offrendo esperienze di scoperta e conoscenza. A ciò aggiungiamo la voglia di accogliere sguardi nuovi sul territorio, coinvolgendo esperti, artisti, scienziati e studiosi che possano





offrire punti di vista diversi e occasioni di confronto tra il nostro e altri luoghi.

Edrevia rappresenta anche la volontà di coinvolgere le comunità locali e renderle protagoniste del racconto dei paesi che vivono e custodiscono da generazioni, per migliorarne le possibilità di fruizione, in equilibrio con la tutela del paesaggio e dei suoi abitanti. La visione è quella di creare una possibilità per alimentare nuovi processi formativi di relazione tra l'uomo e l'ambiente che lo circonda.

Il territorio del Reventino incarna un mondo che ama raccontarsi senza filtri. Dalla montagna al mare un viaggio di scoperta nella Calabria più intima, solitaria e schiva che riserva sorprese dietro

ogni angolo. Il turismo di massa che tutto consuma e stravolge qui non è mai arrivato: valli, montagne e antiche pietre sembrano voltare le spalle al mare che da qui è un grande fondale azzurro e infinito. Le rughe di questa Calabria non hanno bisogno di *lifting* per mostrarla diversa da quella che è, vale a dire un pezzo di mondo destinato a viaggiatori in cerca di autenticità.

In posizione pressoché baricentrica tra i mari Ionio e Tirreno, Edrevia penetra in un mondo fatto di silenzi silani, dove il respiro del vento narra vicende e storie di un paesaggio umano che genera nel viaggiatore lo stesso spirito del *Grand Tour*: "... il desiderio di esplorare e scoprire luoghi scon-

sciuti per allargare le proprie conoscenze e imparare a vivere...”.

Un territorio da ascoltare. A piedi o in *bike*, senza barriere col mondo esterno, si ha la possibilità di fare esperienze uniche con le persone, uno dei valori più importanti di questo territorio.

I paesi di questa Calabria profumano di casa, aprono le porte e i cuori. Le piazze, i vicoli, le fontane segnano tappe imprescindibili, luoghi d'incontro che alla fine costituiranno l'architettura “umana” di un viaggio e di un'esperienza che getta un ponte tra passato e futuro. Le cime e le vallate si aggrovigliano tra le pieghe di una terra accartocciata, scolpita dalle acque, adorata dal sole e dalle nuvole che decollano dai due mari, purificata da venti che urlano o sussurrano nei segreti di immense foreste.

Un tempo non troppo lontano questo territorio è stato l'inizio di una via di fuga verso i sogni di una vita migliore, lungo una rotta intrisa di sogni, tristezze e malinconie. Oggi è una voce che richiama i suoi figli per riportarli nella ricca semplicità di una vita sana. Una porta che si apre verso una Calabria che accoglie i viaggiatori, in cerca di storie vere, quelle che vanno molto più lontano dell'immaginario collettivo.

Tour guidati, viaggi di prossimità, cicloturismo, *trekking* a piedi, valorizzazione e tutela delle aree di alto valore naturalistico e culturale, promozione

dell'artigianato locale, dei costumi, della cultura e degli stili di vita, delle tradizioni. Intendiamo stimolare il viaggiare consapevole e informato salvaguardando e valorizzando l'ambiente e le risorse naturali. Organizziamo attività culturali, incontri esplicativi, attività guidate, seminari con un occhio attento alle nuove generazioni, alle scuole. Vogliamo condividere esperienze e buone pratiche per costruire relazioni sociali durature, per emozionarci, per continuare a provare ancora sentimenti puri. Amicizia, amore per la natura, collaborazione, condivisione, cultura, svago, interazione, libertà, passione, rispetto, tenacia, determinazione, tradizione, socialità. Sono questi i valori che ispirano Edrevia e i suoi protagonisti, con la voglia di condividere emozioni, di vivere esperienze autentiche, di concepire l'incontro come patrimonio di un'umanità attenta.

Questa storia rappresenta una presa di coscienza sulla partecipazione e sulla responsabilità individuale per un fine comune. Impegnarsi per garantire la sopravvivenza dei compagni e il benessere della comunità ci aiuta a capire come in un *clan* l'armonia viene dallo scambio reciproco, dal dono del proprio tempo, dall'impegno che ciascuno impiega per far fiorire la propria Edrevia...ppe Paletta

Giuseppe Paletta



RADUNO FIE LAZIO

Colleparado – Sentiero E1

Il 15 ottobre si è svolto a Colleparado (FR) il primo raduno regionale delle associazioni della FIE Lazio. Hanno partecipato 7 delle 10 associazioni laziali, con 99 escursionisti, tra cui 14 accompagnatori e 6 bambini. La perfetta organizzazione è stata curata dall'associazione Atargatis, di cui è presidente Giovanni Macrino.

L'itinerario è stato scelto in una zona di particolare valore paesaggistico e culturale, attraversata dal sentiero E1, con importanti punti di interesse quali: il borgo di Colleparado e le sue grotte, l'Abazia di Trisulti, il Pozzo d'Antullo.

L'escursione si è svolta lungo la Valle dei Santi del torrente Fiume dove, oltre all'E1, passa anche il sentiero LH8 per diversamente abili, alla cui realizzazione ha partecipato anni fa Giovanni Macrino.

La giornata è cominciata con lo "OM", un momento di meditazione condotto dal nostro *yogi* Giuseppe Miccoli, presidente di *Yogarmonia Walking and Trekking*. L'"OM" come la più pura espressione della totalità ed è considerato, infatti, il suono primordiale che ha dato origine all'Universo. La sua vibrazione genera e mette in sintonia con la natura. È definito "il mantra di tutti i mantra" e lo troviamo in tutte le religioni, seppur in forme un po' diverse. È un simbolo molto profondo, poiché rappresenta l'essenza dell'intero Universo. Si usa per aprire e chiudere le lezioni di yoga e meditazione o, in *yogarmonia*

walking and trekking, per interiorizzare la pratica del cammino consapevole.

Abbiamo poi percorso il Sentiero dei Santi tra una natura lussureggiante, il torrente e i vari ponticelli che lo attraversano. Durante il tragitto abbiamo potuto assistere a una esercitazione del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico-CNSAS, che si teneva presso il Ponte dei Santi. I partecipanti al raduno hanno avuto, quindi, l'occasione per porgere qualche domanda all'istruttore, che si è gentilmente prestato a chiarire alcuni argomenti.

La giornata si è chiusa con l'escursione al Pozzo d'Antullo che, profondo 60 e largo 300 metri, è il più grande in Europa e rappresenta una rarità dal punto di vista ambientale, sia per la sua formazione che per la presenza di vegetazione sul fondo, con alberi alti fino a 20 metri.

Il raduno ha costituito un momento importante per la FIE Lazio, caratterizzato dal raggiungimento delle 10 associazioni affiliate, dall'avanzato stato della tracciatura del sentiero E1 grazie all'infaticabile opera del responsabile sentieri Giuseppe Virzi e della sua squadra, dal passaggio di testimone come Delegato da Mario Macaro a Giovanni Macrino.

Contributi per i testi: **Mario Macaro, Giovanni Macrino, Giuseppe Miccoli**
Foto: **Anna Molisso e Mario Macaro**



Giuseppe Virzi



El e LH



Sentiero dei Santi



Giovanni Macrino



Mario Macaro



Meditazione OM



In escursione.



Pausa pranzo



Pozzo d'Antullo



Aquila Pietrificata

SENTIERO LH

Il sentiero LH di Valle dei Santi è uno dei 16 itinerari in montagna presenti nelle 5 province Del Lazio: 5 in provincia di Latina, 1 in provincia di Viterbo, 3 in provincia di Rieti (Monti Reatini e Valle del Velino), 4 in provincia di Roma, 3 in provincia di Frosinone.

Tutti insieme costituiscono una rete sentieristica percorribile da persone con disabilità, con l'aiuto di accompagnatori appositamente addestrati, dunque praticabile da tutti, facilmente accessibile dalle arterie stradali, affinché a ognuno sia data l'opportunità del "turismo lento", raggiungendo in Appennino Centrale mete e vie definibili di "Magnifica Terra". Il progetto risale al 2010.

A tal proposito, è presente la guida "Diversamente uguali tra Cultura e Ambiente Montano" (ricca di utili informazioni e distribuita gratuitamente in 10.000 copie), edita dal CAI a cura del Gruppo LH-T con l'apporto dei Gruppi di Alpinismo Giovanile e col sostegno della Regione Lazio.

SICUREZZA IN MONTAGNA

Spesso gli incidenti coinvolgono persone con poca esperienza o che sottovalutano i rischi, anche su terreni considerati facili.

Per evitare tali situazioni è necessario: essere prudenti, preparare adeguatamente l'escursione, indossare abbigliamento e attrezzature adeguate e saper rinunciare, in caso di difficoltà o problemi imprevisti che superano le proprie capacità.

Rispettare queste regole essenziali permette di godere della montagna in modo sicuro e piacevole.

Il Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS) è incaricato di svolgere e attuare un pubblico servizio e un servizio di pubblica utilità, perseguendo finalità di Solidarietà sociale, con l'obiettivo primario di garantire il soccorso sanitario, il soccorso tecnico e le attività di protezione civile, così come espressamente previsto dalla vigente legislazione di riferimento.



DA SARRIA A SANTIAGO DI COMPOSTELA:

un viaggio a piedi nel mito

Come è nata l'idea di percorrere almeno una parte del *Camino de Santiago*? Si era già sentito parlare, parecchie volte, del tracciato devozionale, ma la spinta decisiva fu vedere l'iconico film "Il cammino per Santiago" (The Way, 2010), ottimo risultato del lavoro tra Emilio Estevez e il padre Martin Sheen. Un'estate di alcuni anni fa eravamo in Trentino e, su un canale a pagamento, lo stavano appunto trasmettendo. Eravamo ritornati da una gita e il film era iniziato da un po', ma fu uno stimolo e un piacere, seguire le vicende narrate. Dopo, una problematica che esaminammo fu la questione relativa al chilometraggio, che ha un peso determinante sul *Camino*. Nell'escursionismo classico (dove importa osservare e non muoversi di corsa) è secondario; hanno valore i dislivelli superati e le percorrenze medie. Infatti, una cosa sono 5 km su uno sterrato in piano (facile, in poco più di 1h15') e un'altra la stessa distanza su sentiero con 1000 m di ascesa (3h circa, faticose e che richiedono una buona dose d'allenamento). Il primo passaggio fu, quindi, capire quanti chilometri si facevano, di solito, durante un'uscita, per vedere il possibile raffronto con le lunghe distanze del *Camino*. Grazie a un sito, era/è agevole calcolare le misure

e, da allora, diventò una consuetudine verificare pure questo dato. Per esempio, nelle vacanze estive in montagna, in media, si assommavano sempre 100/120 km in una decina di giorni, con 4000/5000 metri di dislivello. Perciò, forse, non si era troppo lontani dal poterlo ricalcare. Poi, ci fu una prova pratica: la ciclopeditale di San Remo (24 km), da San Lorenzo al Mare (in fase di ampliamento fino ad Andora; +16 km) a Ospedaletti, e, soprattutto nel primo tratto, i cartelli dei vari chilometri oltrepassati, utili per conteggiare i tempi intermedi tramite le informazioni delle foto digitali.

L'esame fu superato in 6h, ma il ritorno, non più legato al treno (il raddoppio della linea ha azzerato le fermate intermedie), avvenne con il bus, assai scomodo per il cambio vettura a San Remo e 1h15' abbondante di viaggio. Altro tracciato funzionale, vista la tipologia di percorso (sterrate, stradine secondarie, boschi...), è invece l'anello del lago di Viverone (18 km), in Piemonte. Un'ulteriore alternativa, conosciuta e pertanto trafficatissima, è la litoranea tra Arenzano e Varazze, estendibile fino ad Albissola Marina (totale di 20 km, rientro usando la ferrovia).

Un'ipotesi poco nota e, quindi, tranquilla è la ci-

clopedonale dell'Ardesia, accanto al torrente Lavagna che poi diventa fiume Entella, lunga circa 33 km tra Gattorna e la costa (+4,5 km, variante Chiavari), suddivisibile in tre tappe (però, alcune interruzioni complicano la vita). In questo caso, si lascia l'auto sul luogo finale, risalendo con i mezzi pubblici la val Fontanabuona, all'avvio del tragitto (nei festivi, una corsa intorno alle 10 del mattino - orario scolastico 2021/2022 e 2022/2023). Oppure, è possibile impegnarsi in una due giorni tra l'entroterra e il mare, in un vero e proprio "simil *Camino* ligure".

Nel 2022, una serie di circostanze cumulate, spinsero le ferie estive verso quella opzione... La scelta fu di fare una sosta intermedia a Madrid (visitandola, sommariamente, insieme a Toledo) e da lì, con 4h di treno, spostarsi a Sarria, punto d'inizio prestabilito. Di seguito, in maniera sintetica, vengono descritte le 6 giornate.

Tappa 1 - Da Sarria a Portomarin

Da una struttura ricettiva all'altra: 23,1 km, circa 7h di marcia + 2h di pause, 3,3 km/h, +320 mt dislivello.

Una parte del bagaglio viaggia (la pratica è molto diffusa), tra le diverse località, con un vettore privato e la cosa risulta comoda perché non costringe ad avere la "casa sulla schiena". Dopotutto, è una vacanza, mica una punizione.

Usciti in strada, l'avventura a piedi... inizia! Da rúa Calvo Sotelo, si piega a destra per rúa Xela Arias, sfiorando la cappella di San Lazzaro, con il sole che si alza sull'orizzonte. Da rúa Calexa, la svolta è sempre a destra, in salita, per rúa Corga de Convento, che sbuca dall'ostello Monasterio de la Magdalena. Ci si abbassa, intercettando il primo pilone del *Camino* (le cosiddette pietre miliari: costruzioni in pietra e calcestruzzo, una conchiglia stilizzata su sfondo blu e la classica freccia gialla che indirizza). Questi manufatti, numerosi (due o tre ogni chilometro), diventeranno una presenza familiare e fissa. Segna 113,460 km a Santiago. Si supera un ponte di origine medievale (denominato Áspera), affiancando un campo coltivato a mais.

Guadagnando metri, spiccano dei castagni con i tronchi di notevoli dimensioni. Attraversata una zona aperta, salta all'occhio la corta deviazione a sinistra per la chiesa di Santiago de Barbadelo (in stile romanico). Si oltrepassa qualche ostello e minuscole frazioni, tenendo a mente che non si sa mai a priori quando ci sarà il prossimo punto di ristoro. In prevalenza, c'è un'alternanza di

sterrati e alcune stradine asfaltate. Solo arrivati a Morgade, una bella fontana da refrigerio: l'unica della giornata del tutto in funzione! Il successivo paesino, con case in pietra, è Ferreiros. In seguito, spunta il pilone dei 100 km a Santiago! Si lambisce un *horreo* (ingegnose costruzioni rurali per conservare i cereali) camminando, ancora 1h scarsa, in un fresco bosco, per poi fare una pausa in un ristoro. Alla ripartenza, si cala quota oltre, però, la vegetazione latita, patendo un po' di caldo. Da un bivio (circa 1h dopo la sosta), c'è una doppia opzione di percorrenza, scegliendo quella più facile, a destra. Superato un viadotto di 350 m, sulla zona del lago artificiale/fiume è evidente la scalinata che porta al nuovo paese di Portomarin. La pietra miliare marca 92,231 km. In cima, c'è la cappella di Nossa Señora das Neves.

Tappa 2 - Da Portomarin a Palas de Rei

Da una struttura ricettiva all'altra: 24,9 km, circa 7h di marcia + 2h di pause, 3,5 km/h, +430 mt dislivello.

Il tratto odierno è più lungo rispetto al giorno precedente e bisognerà viaggiare a una velocità elevata per molte ore. Ciò allarma un po', perché andare al 120% del proprio standard può portare ad avere degli infortuni. Ci si muove sfiorando l'antica chiesa di San Pedro e quella di San Nicolao. Si persevera dritti, scendendo e piegando a destra in rúa Chantada. Si percorre a sinistra un breve pezzo della rotabile LU-633, superando il fiume a destra con un ponte e svoltando, ancora, a destra. La traccia sale in maniera decisa e il motore umano è subito messo alla prova. Infine, spiana e si alza una fresca e umida nebbia, rendendo affascinoso l'itinerario. Dopo, c'è un tratto abbastanza lungo e un po' noioso perché costeggia, a destra e a sinistra, una strada un minimo trafficata (LU-633). Si sceglie un sentiero complementare (una variante) che sembra passare lontano dalla viabilità. La foschia svanisce e, arrivati a Castro-major, l'omonima chiesetta è sfiorata. Più avanti, è l'ora di una rapida pausa in un bar, in corrispondenza di una rotonda (accanto alla N 540). Essendo presto, è meglio proseguire, toccando il pilone, diverso dagli altri, che segna 78,1 km a Santiago.

Si percorre in salita una stradina asfaltata priva di auto, incrociando la cappella di Magdalena (Ventas de Narón). Si procede nella parte alta del percorso, a 720 m di quota. Fortunatamente, l'ascesa è morbida ed è superata senza accorgersene.



Tappa 1 Sentiero dopo Morgade

ne. Calando di quota, la fermata è presso una locanda. Terminata la sosta, si raggiunge il Crucero de Lameiros: una colonna con la sommità scolpita da entrambe le parti e datata, addirittura, 1670. Si attraversa un villaggio con edifici nuovi e, an-

cora, pure in pietra. In seguito, c'è una croce che ricorda un antico cimitero di pellegrini.

Oltre il bar Ligonde, finalmente, troviamo una fonte vicino a dei lavatoi, utile per rinfrescarsi. Di tanto in tanto, ci sono gruppetti di case e dei ri-



Tappa 1 Ponte Aspera poco dopo Sarria



Tappa 2 Il sentiero dopo Portomarin



Tappa 2 Airexe, iglesia de Santiago



Tappa 3 ponte in pietra ad arcate sul rio Fureleós prima di Melide.

stori: caratteristica comune del tracciato. Passato uno snodo di vie asfaltate, si prosegue fino a lambire, ad Airexe, la Iglesia de Santiago. Nell'ultimo tratto, ritrasformato in sentiero, gli alberi quasi lo

chiudono come in un tunnel, garantendo una dose maggiore di fresco. I metri finali sono in un bello scenario e il cartello, malandato e storto, che annuncia Palas de Rei ha qualcosa di magico.



Tappa 3 Horreo vicino la chiesa di San Xulian del Camino



Tappa 4 Il bosco al km 48.



La frazione di Ribadiso



Tappa 5 Il bosco al km 22

Tappa 3 - Da Palas de Rei a Melide

Da una struttura ricettiva all'altra: 15,1 km, circa 5h15' di marcia + 2h di pause, 2,9 km/h, +65 mt dislivello.

Usciti dal paese di Palas de Rei, il tracciato si snoda su un bel lastricato moderno. La rotabile è attigua e un po' infastidisce, ma sono le 9.30 del mattino e il traffico è limitato.

Non mancano momenti nel bosco, sfiorando, vicino agli abitati, gli immancabili horreos. In un attimo, c'è la chiesa di San Xulian del Camino. Avanti, c'è un lavatoio con fonte. Gli alberi sono fitti e il tutto aumenta l'interesse. Raggiunta la frazione di O Coto, anche se è presto, si decide di fare la pausa in un locale con un giardino meraviglioso. Una volta ripartiti, spiccano una caratteristica cesta dalle dimensioni fuori dal comune e la chiesa a una navata di Santa Maria. Abbandonato O Leboreiro, c'è un corto ponte in pietra medioevale sul rio Seco. Ora, attende un fastidioso tratto accanto alla strada (N 547). Quasi al termine, una fontanella è l'occasione giusta per sciacquarsi la faccia e bere. Proseguendo la



Tappa 5 Strada bianca tra Os Penedos e A Peroxa



Tappa 6 Maltempo lungo il Camino

situazione migliora e ci si immerge nel bosco, superando un bellissimo ponte, con più arcate, (rio Fureleos). Subito, risalta la chiesa di San Xoan. A pochi metri, c'è una fontanella, nella periferia di Melide. L'ultima pietra miliare marca 53,858 km a Santiago.

Tappa 4 - Da Melide a Arzúa

Da una struttura ricettiva all'altra: 14,5 km, circa 5h di marcia + 1h15 di pause, 2,9 km/h, +135 mt dislivello.

Usciti dall'albergo, la direzione è il centro di Melide. Sulla piazza c'è una fontanella e l'attraversamento. Qui, il cosiddetto *Camino Primitivo* (da Oviedo) unisce il suo percorso a quello *Francés*. Ci si indirizza nelle viuzze che portano alla plaza do Convento (altra fonte), dove è giusto visitare la chiesa di San Pedro. Al termine, da rú San Antonio c'è il rientro sul tracciato, sfiorando la cappella di Carme, con il panorama del borgo che si sta per lasciare.

La strada N 547 è superata, lambendo l'edificio sacro intitolato a Santa Maria. Il tragitto regala ulteriori "gallerie verdi", guadagnando il rio Catasol, da una serie di massi predisposti allo scopo. Le pietre miliari indicano che l'arrivo dista circa 50 km, però manca quella che lo fissa in maniera esatta al metro.

Si costeggia la rotabile, ma i tratti nella foresta sono prevalenti. Dal villaggio di Boente si varca la N 547 (fonte) dalla chiesetta di Santiago, dedicata alle vittime del Covid-19, immergendosi di nuovo

nella vegetazione. Particolarmente profumati risultano i boschi di eucalipto, molto comuni in zona. Dopo il cartello che annuncia O Rio, c'è un'area picnic dove fare una sosta. La statale è oltrepassata, grazie a una passerella sopraelevata, ed è possibile entrare nella frazione di Ribadiso, con un ennesimo ponte medioevale. È un bel luogo e meriterebbe maggior attenzione, ma proseguiamo. Oltre un sottopasso, la famigerata N 547 è affiancata, conducendo ad Arzúa. L'ultimo pilone evidenzia 39,500 km a Santiago.

Tappa 5 - Da Arzúa a O'Pino

Da una struttura ricettiva all'altra: 18,1 km, circa 6h di marcia + 1h45' di pause, 3 km/h, +200 mt dislivello.

Usciti per le 8.30, dopo 5' spicca una fontanella e la pietra miliare (38,439 km), che indirizza verso la parte vecchia della cittadina. Sfiata la cappella di Magdalena (XIV sec.), si abbandona il paese. Qui confluisce uno dei due rami del *Camino del Norte*, con un'altra fonte. La foresta diventa fitta, con diversi esemplari vegetali di rilievo. Si alternano tratti più aperti, coltivati a mais o al pascolo per il bestiame. La N 547 è attraversata con un sottopasso e, dopo, è la volta dell'autostrada A 54, grazie a un cavalcavia. Ci inoltriamo in Calzada, per poi fare un ennesimo tuffo nei boschi.

Come sempre, si intervallano centri abitati a zone selvagge o quasi. A Salcedo si fiancheggia, brevemente, la rotabile. Rientrati nella macchia, la strada è incrociata un paio di volte (arriva il se-



Tappa 6 La cappella di San Marco

condo ramo del *Camino del Norte*), fino a un sottovia. La sosta ritempra e permette di affrontare i rimanenti 4,5 km, prima della metà di oggi. Per fortuna, gli alberi garantiscono una piacevole frescura. Una variante (prendendo il sottopasso a sinistra) conduce dalla cappella di Santa Irene, vecchia di 400 anni! C'è un ulteriore caratteristico *horreo*, da una nuova intersezione con la N 547. Un ultimo bosco e ... il pilone indica 20,857 km a Santiago.

Tappa 6 - Da O'Pino a Santiago

Da una struttura ricettiva all'arrivo: 21,1 km, circa 7h di marcia + 1h45' di pause, 3 km/h, +200 mt dislivello

Si parte e, tra campagna e boschi, è raggiunta la periferia di O' Pino e O' Pedrozo, con un bel murale dedicato ai pellegrini e al *Camino*. I due abitati sono solo sfiorati e ci si immerge, di nuovo, nella vegetazione, dove è prevalente l'eucalipto. Attraversando diversi piccoli borghi, talvolta spunta sui muri la scritta *Todo se cumple!* (Tutto si completa!), a ricordare l'epilogo del viaggio.

La direzione è la poco interessante zona aeroportuale e dell'autostrada A 54. Da una pietra (sculpta una grande conchiglia) dei pellegrini fanno la foto ricordo, nel luogo in cui molti lasciano un qualcosa per l'arrivo ormai prossimo. In seguito, la chiesa di Santa Lucia è toccata. Proseguendo, spicca l'edificio sacro intitolato a San Paio de Sa-

bugueira, con annessa fontanella. Incontrata una rotabile (avenida de San Marcos), una passerella supera il rio Sionlla. Subito, salta all'occhio un pilone: Santiago dista 10 km! L'ascesa ricalca l'asfalto per Villamaior. Alla fine, c'è la sosta. Terminato il riposo, la prossima meta è il monte do Gozo, punto in cui si gode una bellissima vista sulla nostra destinazione. Prima è sfiorata una fonte e dopo la cappella di San Marco. Issandosi a sinistra sullo spoglio colle, la vista dei tre campanili della cattedrale di San Giacomo di Compostela, tra le nubi incombenti, annuncia che manca ormai poco al traguardo! Una discesa fa perdere quota e la pietra miliare successiva evidenzia 4,180 km. Ci si addentra verso i caseggiati. Oltrepassata una fontanella, è un susseguirsi di palazzi. Entrati in una stretta via, sbucano, sopra gli stabili, due campanili della cattedrale. Dopo, è superata la cosiddetta *Porta de Camino*, accesso di coloro che hanno percorso la "strada francese". Lambita la cappella das Animas, la piazza dell'enorme edificio religioso dedicato a San Giacomo è raggiunta. Più avanti, c'è il pilone km 0 di Santiago: la fine del viaggio!

**Testo e foto di
Maurizio Lo Conti**

NB: in caso di gita, verificare, con gli enti locali, le variazioni che potrebbero aver aumentato le difficoltà! Si declina ogni responsabilità. Il presente testo ha solo carattere indicativo e non esaustivo.

IL CAMMINO

nella **STORIA**

“ Sono venticinque secoli almeno che portiamo sulle spalle il peso di magnifiche civiltà eterogenee, tutte venute da fuori, nessuna germogliata da noi stessi... noi siamo bianchi quanto lo è lei, Chevalley, e quanto la regina d'Inghilterra; eppure, da duemilacinquecento anni siamo colonia. Non lo dico per lagnarmi: È colpa nostra. ”

Un quadro Generale

Le parole del Principe di Salina ci sono utili per offrire ai camminatori il quadro storico, senza la pretesa di essere detentori di verità assolute, dentro cui si colloca il Cammino dei Mille. Allo stesso tempo ci consente di ricordare quanto ha inciso e ancora oggi rilevi questa fusione millenaria di culture nella nostra isola e di affermare quanto sia necessario passare dal senso di colpa alla consapevolezza che il futuro della Sicilia passa dalle nostre scelte e dai nostri sogni.

Abbiamo ricevuto tanto dalle dominazioni straniere in termini di beni architettonici, di saperi e, fortunatamente, di sapori e cultura gastronomica. In realtà la Sicilia è stata anche depredata delle proprie ricchezze quando ha prevalso la cupidigia dei propri dominatori, basti pensare ai Fenici, ai Vandali e ai Goti. Eppure, le campagne siciliane erano famose per loro fertilità, Siracusa e Palermo furono tra le città più grandi e ricche del mondo.

I danni irreparabili creati da conquiste dissennate con lo scopo unico di depredare le risorse dell'isola sono pertanto verità storiche che comportarono guerre e migrazioni. Secondo E.A Freeman questo avvicendamento quasi continuo della popolazione non avrebbe mai consentito la costituzione di un popolo siciliano. D. Mack Smith sosteneva che i Siciliani sono stati sempre divisi tra loro: “Gli Arabi di Sicilia combatterono gli uni contro gli altri, combatterono anche contro i loro concittadini Longobardi, così come le fazioni Catalana e Latina si combatterono nel quattordicesimo secolo, e Palermo litigò incessantemente con Messina... il risultato era sempre che una delle due parti chiamava in aiuto una potenza straniera che finiva per essere il *tertius gaudens*.”

Secondo lo storico inglese a ben guardare la popolazione di Sicilia era rappresentata dalla gente comune, dai contadini, quella che abita l'interno dell'isola che si trova ai margini dove non arrivava raramente il controllo e che obbediva ad una legge propria. Quella popolazione, difficile da identificare e studiare ma allo stesso modo importante tanto quanto i suoi conquistatori, obbedirebbe ad una legge propria che periodicamente ha imposto o tentato di imporre alle città. Una dinamica strana, particolare che però potrebbe spiegare le tante rivolte popolari siciliane una tra tutte quella dei Vespri siciliani del 1282 ma anche quelle più vicine a noi del 1860 che portarono incredibilmente all'Unità d'Italia.

La Spedizione dei Mille



Siamo agli inizi del 1860, Giuseppe Garibaldi si era ritirato a Caprera non solo per alcuni fallimenti politici ma anche per la sua complicata vita sentimentale nella quale non dimostrò di essere l'eroe che era nelle battaglie e non mostrava certamente la stessa fedeltà che nutriveva per gli ideali mazziniani e per 'Unità dell'Italia. Il fatto era che rimaneva un punto di riferimento per molti patrioti che a lui si rivolsero nel tentativo di coinvolgerlo nella ribellione che si stava preparando in Sicilia.

A Rosalino Pilo che era tra coloro che chiedeva il suo intervento rispose: "Nel tempo presente non credo opportuno un moto rivoluzionario in nessuna parte d'Italia, a meno che non avvenga con non poca probabilità di successo."

La situazione, tuttavia, cambiò con la notizia, giunta alla fine di marzo, che Cavour aveva ceduto Nizza e la Savoia alla Francia.

Intanto il 4 aprile giunge la notizia di una rivolta di popolo a Palermo, partita dalla chiesa della Gancia guidata da Francesco Riso e finita nel sangue con la condanna a morte di tredici rivoltosi.

Furono giorni di nervosismo, Garibaldi sembra perse più volte il controllo e diversi suoi amici, tra cui Giacomo Medici gli consigliarono di desistere; ad un parente scrisse: "Tutto mi schiaccia e atterra, l'anima mia è piena di lutto. Che debbo fare? Abbandonare questo ambiente, che mi soffoca e mi ripugna sino alla nausea. Lo farò presto... Ma gli onesti patrioti potranno sempre contare su me... A me basta che si tratti d'impresa italiana... D'altronde non ho più che un desiderio: Morire per l'Italia; e questo destino, questi pericoli tenterò più presto che non si pensi" (Lucy Riall, *L'invenzione di un eroe*). Alla fine, l'azione di persuasione di Crispi, l'entusiasmo di Rosalino Pilo e Giuseppe La Masa (tutti siciliani che avevo provocato già rivolte nel 48) e di Nino Bixio convinse il Generale alla partenza il cinque maggio 1860.

Intanto il Governo borbonico attraversava una grave crisi dovuta a motivi finanziari e diplomatici. Il popolo era ormai allo stremo e le rivolte si spostarono anche e soprattutto nelle campagne dei paesi vicini a Palermo e non solo, provocando il crollo dei poteri locali. I rifornimenti alimentari dentro le mura della città divennero impossibili una volta che i mulini si videro tagliata l'acqua. "I Borboni dovevano combattere un nemico invi-

sibile. L'ostilità aumentò con l'aumento dei prezzi e quando le truppe requisirono il cibo e diedero da mangiare ai loro cavalli tutto quanto si poteva trovare. A Palermo e a Messina i negozi erano spesso chiusi, l'attività sospesa e i cittadini ridotti in assoluta miseria. La paura generale faceva sembrare Palermo una città di morti". Era chiaro che Garibaldi trovava terreno fertile per il suo Sbarco. Il Cammino dei Mille attraversa proprio quei paesi e quelle città che furono protagoniste prima, durante e dopo del declino dell'Impero borbonico e dell'Epopea garibaldina. I Mille e Garibaldi divennero la speranza cui i Siciliani onesti aggrappavano le loro speranze.

La Partenza dalla Piazza di Monreale segna proprio l'inizio del Viaggio, come leggere un libro di storia camminando. Ripercorreremo, sulla base degli studi del Prof Pietro Merenda (*Pietro Merenda Vademecum del visitatore dove si svolsero le operazioni militari del generale Garibaldi*) e del *Diario di Viaggio* di Giuseppe Cesare Abba (ma non solo) le strade e i paesi che furono attraversati dai Mille e racconteremo insieme al paesaggio le storie dei tanti giovani garibaldini che credettero nell'Italia unita e nella libertà, così come lo credettero tanti Siciliani che accolsero i soldati offrendo ospitalità, cibo e amicizia.

È chiaro che la Storia è molto più complessa dei semplici racconti e che nelle vicende della spedizione entrano in gioco tantissime realtà (anche quella che oggi definiamo mafia) e tantissimi personaggi che approfittarono delle difficoltà della guerra per svuotare di senso la spedizione.

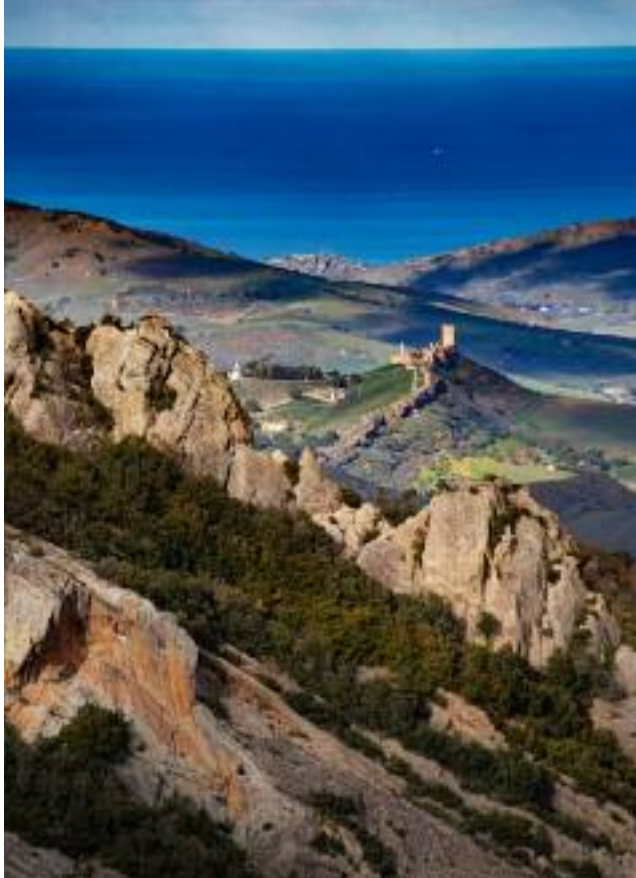
Provenivano in gran parte dalla Lombardia, molti dal Veneto e dalla Liguria e in quasi eguale numero dalla Sicilia e dalla Toscana, pochi gli stranieri.

Per molti di loro, lungo i luoghi del cammino, abbiamo un ricordo: Antonio Pievani da Tirano (Sondrio) al passo di Renda, Rosalino Pilo e Corrao a San Martino (Monreale), Giuseppe Cesare Abba nel suo ricordo di Padre Carmelo sulle alture di Altofonte, lo stesso Garibaldi.

Un cammino che chiude il suo cerchio e i suoi passi, dopo centocinquanta chilometri, a Palermo proprio sotto quel campanile della chiesa della Gancia da dove, il 4 aprile 1860, uomini del popolo suonarono le campane della rivolta spinti dalla disperazione ma anche dalla speranza.







Il Cammino dei Mille è un progetto della Proloco di Monreale, ispirato alla Spedizione del Generale Garibaldi e ripercorre fedelmente gli ultimi dieci giorni dell'epopea garibaldina, quelli che portarono alla liberazione (conquista per alcuni) di Palermo il 27 maggio 1860. Il Cammino, infatti, si conclude proprio nel cuore del capoluogo Siciliano passando dal Ponte dell'Ammiraglio, Piazza Rivoluzione a Palazzo Steri, luoghi che ancora oggi mantengono viva la memoria, l'euforia e le speranze che il popolo Siciliano visse in quei giorni. Tutto è cominciato dalla lettura storica del *Vademecum del visitatore dei luoghi dove si svolsero le operazioni militari di Giuseppe Garibaldi*, un testo del 1910 pubblicato in occasione del cinquantesimo dell'Unità d'Italia dal Prof Pietro Merenda in collaborazione con CAI. Il libro ci ha quasi suggerito di ricostruire l'itinerario, ci siamo resi conto del suo valore paesaggistico, naturalistico e culturale. In Italia riteniamo sia tra i Cammini più aderenti alla storia che racconta.

La Freccia tricolore, simbolo di questo itinerario, vuole simboleggiare non solo una semplice indicazione ma richiamarsi ai valori di Unità, di pace e di passione, inoltre nel logo compare anche un albero, un leccio, già presente nello stemma dell'Italia, un richiamo esplicito all'Art 9 della nostra Costituzione.

Ricostruire il Cammino dei Mille è stato un lavoro abbastanza lungo, ci ha lasciato il tempo di riflettere anche sulle dinamiche della storia siciliana con una coscienza più ampia, meno vincolata all'attualità: è il valore aggiunto di un Cammino storico che può proseguire nei libri.

SCHEDA TECNICA

Lunghezza: 152,51

Tappe: 5 Tappe per la Variante breve 10 per la variante Lunga (si fa anche in 8)

Partenza: **Monreale** - Arrivo: **Palermo**

Dislivello: Positivo medio 380

Negativo medio 250

Tempo di percorrenza: a seconda delle condizioni fisiche di ciascuno da un minimo di 5 giorni ad un massimo di 10 giorni.

MTB: Sì

CANI: No

Strutture ricettive

Collegandosi al sito www.ilcamminodeimille.it troverete le strutture ricettive e i contatti, la traccia e le fontanelle a disposizione lungo la maggior parte del percorso.

Escludendo i brevi tratti urbani dei paesini che si attraversano e Palermo, il cammino si sviluppa interamente in aree collinari e montane. Aree boscate si alternano a pascoli, zone agricole, per lo più seminativi, vigneti e oliveti, ma anche agrumeti che fino a metà del secolo scorso erano la coltura tipica del circondario di Palermo era la tanto decantata "Conca d'Oro".

Appena fuori Monreale, infatti, ci si addentra in un bosco adulto di conifere che si sta tentando di convertire a latifoglie. Il bosco di conifere, con qualche residuo delle antiche foreste di latifoglie, è caratteristico dei monti che circondano Palermo. Buona parte delle prime quattro tappe si svolgeranno all'ombra di questi alberi, profumati dal ricco sottobosco. Ben diverso il contesto di alcune tappe successive. La sesta e l'ottava tappa si svolgono, infatti, quasi interamente all'interno della "Riserva naturale orientata Bosco della Ficuzza, Rocca Busambra, Bosco del Cappelliere e Gorgo del Drago", l'area boscata più estesa della Sicilia occidentale, testimonianza della foresta mediterranea sempreverde che un tempo ricopriva queste zone.

Qui il bosco di querce caducifoglie è costituito essenzialmente dalle specie che afferiscono al gruppo delle roverelle, cui si associano la sughera, l'acero campestre e il frassino meridionale. In tutta la zona montana che si attraversa ed in particolare nella riserva naturale di Ficuzza numerosa è la fauna e vi sorprenderà scoprire che anche questa è Sicilia. Da Marineo a Palermo passando per Misilmeri e Gibilrossa vi sorprenderà scoprire paesaggi unici ricchi di storia e storie che raccontano una civiltà millenaria.

Stefano Lo Coco





IL PONTE, LA FORCHETTA E LA DIETA

L'inaugurazione del Pontino del Passo della Spinarola Uscio (Genova)

Dn una apparente giornata autunnale, anche se in piena estate, l'inaugurazione del pontino della Spinarola è stata graziata dalla pioggia; oggetto dell'evento la scoperta di due targhe in ardesia, (la pietra locale che ha dato da vivere per oltre mille anni alla valle), una dedicata ai volontari di Uscio Outdoor, di cui lo scrivente fa parte, partecipe alla ricostruzione del ponte, l'altra all'attore, comico, sceneggiatore regista produttore e poeta, Aldo Fabrizi.

L'evento, fortemente voluto dal giornalista Massimo Lagomarsino, è stato da lui stesso condotto.

La Colonia, Arnaldi, storico villaggio, noto per lo più come centro dietetico, è stata meta di numerosi personaggi di Cinecittà nell'immediato dopoguerra; tra questi ne cito solo alcuni come Amedeo Nazzari, Marcello Mastroianni, Aldo Fabrizi, Walter Chiari, Virna Lisi, Diego Abatantuono, Piero Mazzarella, Bud Spencer, Agostina Belli, Umberto Eco, Aldo Busi, Nino Frassica, Gino Bramieri. Ma l'unico vero assiduo frequentatore della Colonia

Arnaldi, per almeno 30 anni, è stato proprio Aldo Fabrizi, l'attore rimasto nei ricordi degli uscisi. Non era certo difficile incontrarlo nel paese a Uscio a chiacchierare con la gente del posto, e altrettanto facile incontrarlo nei ristoranti di Recco in occasione delle sue mitiche fughe serali dalle diete imposte.

Tornando a parlare del Pontino della Spinarola, che divide i Comuni di Uscio, Avegno e Tribogna, situato sulla attuale via del Mare, Aldo Fabrizi era solito attraversarlo per le sue escursioni locali verso N.S. di Caravaggio. Così nasce l'idea di ri-



INAUGURAZIONE DEL PONTE DELLA SPINAROLA

Venerdì 21 Luglio 2023

ORE 10:30

Saluto:

Franco Canevello:

Sindaco di Avegno

Marina Garbarino:

Sindaco di Tribogna

Giuseppe Garbarino:

Sindaco di Uscio

Giovanni Boltano:

Consigliere Regionale

Cristina Bolla:

Presidente Genova

Liguria Film Commission

Madrina: Maria Clelo Pessione Fabrizi

Federico Perrotta ricorda Aldo Fabrizi

In occasione dell'evento verrà posta sul ponte una targa in memoria dell'attore, e una targa di riconoscimento ai volontari che hanno contribuito al ripristino del ponte.



Aldo Fabrizi alla Colonia Arnaldi



pristinarlo come volontari di Uscio Outdoor, insieme al giornalista Massimo Lagomarsino coordinatore dell'evento inaugurale. Si è deciso di dedicare questo ponte all'attore, con una targa, e in occasione dell'inaugurazione abbiamo avuto il piacere di ospitare nel nostro piccolo paese Maria Cielo Pessione Fabrizi, nipote e curatrice dell'archivio Fabrizi, nominandola madrina dell'evento. Non solo: sindaci ed esponenti di Regione. Giovanni Boitano ha ricordato come La Colonia fosse una fucina di lavoro per centinaia di persone; la "Città Metropolitana di Genova" era rappresentata da Franco Senarega, Genova Liguria Film Commission dalla presidente Cristina Bolla. E poi il presidente del Comitato Regionale Liguria della FIE Paolo Puddu, Renzo Lagomarsino titolare all'epoca del famoso Bazar dell'Arnaldi e i fratelli Bisso del ristorante "Da Ö Vittorio" di Recco, dove Fabrizi fuggiva come citato prima dalla dieta della Colonia Arnaldi.

Non sono mancati momenti divertenti, durante le letture della corrispondenza postale degli anni '50, che l'attore scriveva alla madre, nelle sue lunghe e sofferenti pause dai pasti; difficile non cedere alla tentazione di un piatto rivierasco ligure, ancor meno a una teglia di focaccia al formaggio, per un uomo che amava, che scriveva e che parlava di cucina con grande competenza. Il tutto narrato dall'attore Federico Perrotta, regalando uno spettacolo serale ineguagliabile, in paese, coinvolgendo tutti noi.

Maria Cielo Pessione, rimasta affascinata dalla bellezza del luogo, è consapevole che quella targa non è stata scoperta solo per il ruolo di attore Fabrizi, ma ancor prima al Fabrizi come uomo nella sua semplicità; un uomo che amava stare in compagnia dei lavoratori, dei contadini, un amante della vita semplice. Per l'attore Uscio ha rappresentato quel rifugio da un mondo pesante,



La targa dedicata a Aldo Fabrizi



I sindaci



Aldo-Fabrizi con lo Chef della Colonia

coltivando quelle relazioni umane che nel loro ricordo, resistono al peso degli anni ancora oggi. Si racconta che Paolo Villaggio, arrivato alla Colonia, scese dal Taxi si guardò intorno, dopodiché risalì immediatamente in auto per sfuggire a quel "confinamento dietetico" a cui poi si ispirò, in una delle scene più iconiche in tema di diete, per uno dei film su Fantozzi.

Lo stesso Fabrizi ironizzava attraverso i suoi testi su diete e ristrettezze a cui si sottoponeva; ma nonostante tutto, era innamorato di Uscio: ciò si evince tutt'ora da una delle lettere, lette in romanesco dall'attore Perrotta, giunto in extremis da Roma a chiudere l'inaugurazione. Emerge così tutta la creatività di Fabrizi, indicando il ponte come quel varco per scoprire l'Italia che fu, e trovare in quei valori e in quelle radici, nuove direzioni.

In chiusura, riporto alcune delle più belle lettere scritte alla famiglia dalla Colonia, e a dimostrazione di quanto l'attore amasse il posto e la testimonianza della nipote: "Rammento tutt'ora quanto mio nonno amasse questo posto, sono commossa per la splendida iniziativa assunta, alla quale non potevo mancare".



Massimo Lagomarsino (organizzatore) e Maria Cielo Pessione Fabrizi (nipote)



Federico Perrotta con Giorgio Oddone

"Doppo che ho rinnegato Pasta e pane, so' dieci giorni che nun calo, eppure resisto, soffro e seguito le cure...

me pare un anno e so' du' settimane. Nemmanco dormo più, le notti sane, pe' damme er conciaabbocca a le torture, le passo a immaginà le svojature co' la lingua de fòra come un cane. Ma vale poi la pena de soffrì

lontano da 'na tavola e 'na sedia pensanno che se deve da morì?

Nun è pe' fà er fanatico romano; però de fronte a 'sto campà d'inedia, mejo morì co' la forchetta in mano!"

Cara Mamma, qui se' guastata la bilancia e non so esattamente quanti chili son diminuito, ad ogni modo la mia pancia s'e' sgonfiata un bel pochetto; il peccato e' che siamo capitati col cattivo tempo, piove e fa freddo, e perciò siamo oppressi dalla noia. Il posto e' meraviglioso, un villaggio fiorito in mezzo alle montagne davanti allo specchio del mare, quando c'e' il sole si cammina tra sentieri verdi, tra file di alberi pieni di frutta, boschi di pini e di castagni, e si respira un'aria piena di ossigeno e profumi. Se la stagione non fosse stata così avanzata ti avrei fatta venire qui, ci verrete quest'alt'anno e sono sicuro che rimarrete entusiaste. Ricordatevi che per guarire fegato e tutti gli altri disturbi, la cosa più essenziale e' la dieta speciale: niente grassi, niente liquidi, niente intingoli, fritti, farinacei, amidacei, cose piccanti. Vi abbraccio e vi do due grandi baci sulle ganasse loro.

*Vostro figlio Aldo Fabrizi alla mamma
il 16 settembre del 1952.*

Alla famiglia.

miei piccoli cari, questa volta con una fava, che in questo caso e' la presente, faccio beccare ben 4 piccioni, i piccioni sareste voi, che così all'improvviso, spiccate il volo da questa ora rovente, ci avviciniamo ai 40° all'ombra a Roma, per andare ad appolaiare sul cucuzzolo più refrigerato d'Italia.

E ancora....

Bene! Benone, noi qui stiamo facendo le prove generali per quando andremo all'inferno, domani incidiamo la colonna musicale, l'ultimo turno finirà, se tutto andrà sempre a corallo e più' fine di fagiolo. Mercoledì' poi stampa, sincronizzazione e mixaggio, spero per la fine del mese giungerà la copia a campione e dopo, ancora non so dove, andrò a soffrire, o al mare o a Uscio, ho bisogno di iodio e di decotti dimagranti, di silenzio, di fresco...ho bisogno di Uscio.

Mio padre me diceva; fa attenzione a... chi chiacchera troppo

chi promette

chi dopo essere entrato fa: "permette?"

chi aribarta spesso l'opinione e a quello co la testa da cojone, e che nun la cambia mai

chi scommette

chi la mano nun la strigne strette

quello che pia ar volo l'occasione pe' di de si e offrisse come amico chi te dice sempre so d'accordo chi s'atteggia come er più ber fico chi parla e se move sottotraccia

ma soprattutto a quello -er più' balordo- che, quanno parla, nun te guarda in faccia.

Mauro Mantovani.



Volontari Uscio Outdoor (1)



Campionati Italiani
SCI FIE 2024
60^a Edizione

Bardonecchia
22-23-24 marzo 2024

BARDONNÈCHE
Bardonecchia 1300
2800