



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 66 - NUMERO 1 - GIUGNO 2025



In questo numero

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| Editoriale <i>di Massimo Mandelli</i> | 1 |
| PATH <i>Progetto Europeo</i> <i>di Irene Morici</i> | 2 |
| SENTIERI DI CRESCITA: <i>escursionismo giovanile e scolastico</i> <i>di Stefano Prisco</i> | 5 |
| SULL'ETNA, ricercando i pregiati boschi di faggio <i>di Elisa Coppola</i> | 9 |
| La festa sulla neve e i Campionati Italiani FIE di SCI a Falcade <i>di Ivo Callegari</i> | 14 |
| “Un’ si fa diaccia” <i>di Cinzia Manetti, Rosa Metella Refini, Marco Ragni</i> | 20 |
| Tempo di bilanci per la Commissione Federale “Escursionismo e Territori” <i>di Laura Caviglia</i> | 27 |
| Escursione ai Monti del Matese <i>Giornata solidale</i> <i>di Giacomo Cacchione</i> | 33 |
| Tempo di Bilanci per la Commissione Ambiente FIE Campania <i>di Alessandro Milite</i> | 36 |
| Secondo raduno delle associazioni FIE del Lazio <i>di Mario Macaro e Giuseppe Miccoli</i> | 38 |
| Vento di rinnovamento <i>di Cinzia Manetti, Marta Cantagalli, Giampiero Giannozzi, Maria Cristina Baldi</i> | 42 |
| Un medico nello zaino - Primo soccorso <i>di Luigi Mura</i> | 48 |
| Accompagnatori Escursionistici del Piemonte <i>di Maria Defilippi, Valeria Rubino</i> | 53 |
| 51° Corso AE Nazionale Piemonte 2024 <i>di Antonio Munaretti</i> | 55 |
| “Esplorando a Piedi” la ricerca dell’emozione <i>di Alberto Soave</i> | 56 |
| Lettere al Direttore | Terza di copertina |



ESCURSIONISMO

Organo ufficiale della
FEDERAZIONE ITALIANA ESCURSIONISMO
Rivista fondata nel 1959,
iscritta al Tribunale di Torino
al n. 1961 del 26-09-1968
Anno 66 n. 1 - Giugno 2025

DIRETTORE RESPONSABILE
Giampaolo Olivari

DIRETTORE EDITORIALE
Massimo Mandelli

DIRETTORE ORGANIZZATIVO
Renato Scarfi

COMITATO DI REDAZIONE
Mimmo Pandolfo, Alberto Soave

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO
Massimo Mandelli, Irene Morici, Stefano Prisco,
Elisa Coppola, Ivo Callegari, Cinzia Manetti,
Rosa Metella Refini, Marco Ragni, Laura
Caviglia, Giacomo Cacchione, Alessandro Milite,
Giuseppe Miccoli, Mario Macaro, Marta
Cantagalli, Giampiero Giannozzi, Maria Cristina
Baldi, Luigi Mura, Maria Defilippi, Valeria Rubino,
Antonio Munaretti, Alberto Soave.

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
 @Fieltalia
 fie_italia
 FIE-Federazione Italiana Escursionismo

STAMPA

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

In copertina: *Framura* (di Maurizio Zanini)
tratta dal 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.



Massimo Mandelli
Presidente FIE

CARISSIMI PRESIDENTI CARISSIMI TESSERATI

Con l'avvicinarsi del periodo estivo osserviamo che l'attività delle nostre Associazioni affiliate è nel pieno della sua evoluzione, sono centinaia le proposte che settimanalmente vengono offerte ai nostri Tesserati per poter assaporare, con le giuste modalità e con la migliore sicurezza, tutte le attività outdoor che ci permettono di trascorrere qualche ora del nostro tempo libero in serenità e spensieratezza.

Tutti i settori delle nostre attività stanno profondendo un grande sforzo organizzativo per fornire, a tutti Voi, una Federazione sempre più rispondente alle attuali esigenze del moderno escursionismo, senza dimenticare le nostre discipline sportive, che tanto hanno dato alla FIE negli anni passati.

Nelle prossime pagine potrete trovare alcuni momenti salienti di quanto è stato fatto, e di quanto è in corso di svolgimento, per esplorare ed ampliare sempre di più nel mondo delle attività outdoor e da dove si evince anche il grande impegno che la FIE sta esprimendo per sostenere il coinvolgimento dei giovani nelle attività escursionistiche, e associazionistiche in genere.

Dal progetto PATH, sviluppato in collaborazione con partners europei, nell'ambito delle iniziative sostenute dagli interventi Erasmus+, alle numerose iniziative organizzate dalle associazioni del C.R. Campania con le scuole di ogni ordine e grado per diffondere queste splendide attività con una specifica impronta sui temi della protezione ambientale. Troverete anche un interessantissimo articolo, redatto dalla Commissione Federale "Escursionismo e Territori" che illustra le innumerevoli iniziative che si stanno

sviluppando su questi argomenti, con un dettagliato resoconto delle proposte su cui la FIE sta alacrememente lavorando, grazie all'impegno di tanti volontari.

Siamo convinti che il futuro della nostra Federazione passi inesorabilmente da queste iniziative e dalla capacità delle nostre Associazioni e delle nostre strutture di "fare rete". Una rete di amicizie, di contatti, di competenze che ci permetta di dialogare più compiutamente con tutte le anime di questo meraviglioso mondo dell'escursionismo, sia all'interno che all'esterno della FIE.

E' soprattutto in quest'ottica che abbiamo voluto riproporre il Raduno Nazionale dell'Escursionismo, che per questa edizione si svolgerà ad Avigliana, nel prossimo mese di ottobre, organizzato dal C.R. Piemonte, quale grande e imperdibile occasione di incontro e di confronto tra le Associazioni e i Tesserati della FIE di tutte le regioni italiane, ma anche delle varie attività svolte dalla Federazione: si svolgeranno attività escursionistiche per tutti i livelli di capacità, attività di escursionismo giovanile e con persone disabili, in contemporanea con l'effettuazione del 44° Campionato Nazionale di Marcia Alpina di Regolarità, e poi conferenze, visite guidate e mostre fotografiche.

È una grandissima occasione di conoscenza, e di scambio di conoscenze, che ci auguriamo venga colta da tutte le nostre Associazioni per ampliare e consolidare quei legami di amicizia che da sempre contraddistinguono gli appartenenti della famiglia FIE. Vi aspettiamo tutti in Piemonte!

Massimo Mandelli
Presidente FIE

PATH

Progetto Europeo per il coinvolgimento dei giovani nell'Escursionismo e nell'impegno civico

Il progetto Erasmus + Sport **PATH (Promoting Activism Through Hiking)**, coordinato dalla FIE in partenariato con ASD Trekkify (IT), Viaje a la Sostenibilidad (ES), Inovatyki Carta (LT) ed ERA (DE), si pone come obiettivo principale quello di connettere i giovani (18-30 anni) con la natura, promuovendo non solo l'attività fisica, ma anche un impegno civico. In un contesto in cui il 65% dei giovani tra i 15 e i 24 anni pratica sport o attività fisiche ricreative almeno una volta a settimana, emerge una significativa lacuna: il basso coinvolgimento nelle associazioni sportive e nelle federazioni a livello europeo. Questo *gap*, evidenziato dalle statistiche Eurostat, suggerisce che, pur essendo i giovani europei attivi nelle attività fisiche, la loro partecipazione alla vita associativa e ai processi decisionali resta limitata.

Un'opportunità di cambiamento

PATH nasce per rispondere a questa sfida, offrendo strumenti e strategie per sensibilizzare e coinvolgere i giovani nell'ambito delle attività escursionistiche, unendo il benessere fisico all'impegno sociale. Il progetto si articola su obiettivi specifici che mirano a rafforzare il legame tra sport all'aperto e partecipazione civica.

Uno degli obiettivi chiave è migliorare le competenze comunicative nel settore sportivo, con particolare attenzione alle associazioni e federazioni escursionistiche. Queste organizzazioni, infatti, devono adattarsi ai cambiamenti in atto nei processi comunicativi, per risultare più attrattive e inclusive verso le nuove generazioni. Le modalità di intera-

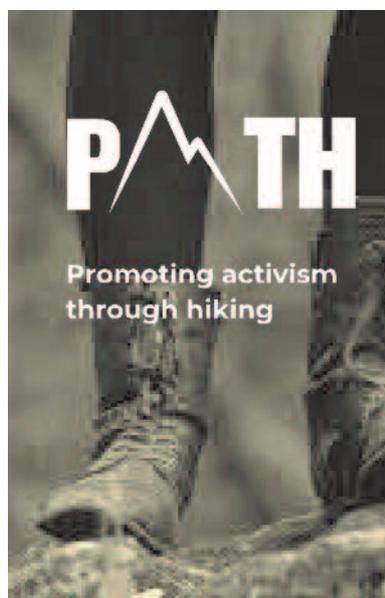
A European project for the involvement of young people in hiking and civic engagement

The Erasmus + Sport **PATH (Promoting Activism Through Hiking)** project, coordinated by FIE in partnership with ASD Trekkify (IT), Viaje a la Sostenibilidad (ES), Inovatyki Carta (LT) and ERA (DE), has as its main objective to connect young people (18-30 years old) with nature, promoting not only physical activity, but also civic engagement. In a context where 65% of young people between 15 and 24 years old practice sports or recreational physical activities at least once a week, a significant gap emerges: the low involvement in sports associations and federations at European level. This gap, highlighted by Eurostat statistics, suggests that, although young Europeans are active in physical activities, their participation in social life and decision-making processes remains limited.

An opportunity for a change

PATH was created to respond to this challenge, offering tools and strategies to raise awareness and involve young people in the field of hiking activities, combining physical well-being with social commitment. The project is based on specific objectives that aim to strengthen the link between outdoor sports and civic participation.

One of the key objectives is to improve communication skills in the sports sector, with particular attention to hiking associations and federations. These organizations, in fact, must adapt to the changes taking place in communication processes, to be more attractive and inclusive to the new generations. The me-



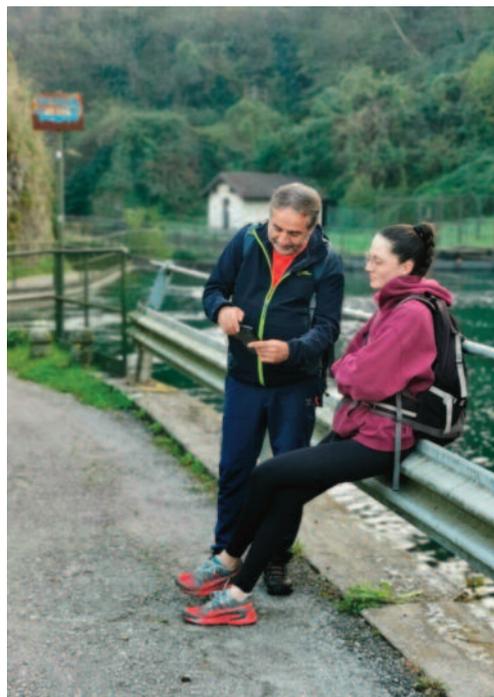


zione e informazione, oggi più che mai, devono essere in grado di coinvolgere un pubblico giovane e dinamico, sfruttando strumenti moderni e approcci innovativi.

La co-progettazione come strumento di partecipazione

Un altro aspetto fondamentale di PATH è la promozione della co-progettazione, una metodologia che permette di coinvolgere attivamente i giovani nel design e nella realizzazione di attività e percorsi escursionistici. La co-progettazione è un approccio collaborativo, che rende gli utenti (i giovani in questo caso) protagonisti di un processo creativo che porta a risultati concreti. Questo metodo è già utilizzato con successo in vari settori e si applica in modo particolare nel contesto sportivo all'aperto.

Nel caso di PATH, l'obiettivo è quello di co-progettare insieme ai giovani le attività che valorizzano i Sentieri Europei, un network di percorsi escursionistici che attraversano l'intero continente. Questo processo non solo favorisce l'inclusione dei giovani, ma stimola anche un forte senso di appartenenza e di partecipazione attiva, dando loro voce nelle decisioni che riguardano la fruizione e la promozione del patrimonio naturale europeo.



Methods of interaction and information, today more than ever, must be able to involve a young and dynamic audience, using modern tools and innovative approaches.

Co-design as a tool for participation

Another fundamental aspect of PATH is the promotion of co-design, a methodology that allows young people to be actively involved in the design and implementation of hiking activities and routes. Co-design is a **collaborative approach**, which makes users (young people in this case) protagonists of a creative process that leads to concrete results. This method is already used successfully in various areas and is particularly applied in the outdoor sports context.

In the case of PATH, the goal is to co-design together with young people the activities that enhance the European Trails, a network of hiking routes that cross the entire continent. This process not only fosters the inclusion of young people, but also stimulates a strong sense of belonging and active participation, giving them a voice in decisions concerning the use and promotion of Europe's natural heritage.

La metodologia PATH e i suoi risultati

Il progetto prevede la creazione di due risultati principali che contribuiranno al rafforzamento della partecipazione giovanile e alla valorizzazione dei sentieri europei:

1. La metodologia PATH: Una guida operativa per coinvolgere i giovani attraverso attività di co-progettazione nel contesto dell'escursionismo. Questo documento sarà una risorsa fondamentale per le federazioni e le associazioni escursionistiche che vorranno replicare il modello di partecipazione attiva nelle loro attività.

2. Le campagne di promozione dei Sentieri Europei: I giovani

coinvolti nelle attività di co-progettazione saranno i protagonisti della creazione di campagne di promozione dei Sentieri Europei, pensate per sensibilizzare altri giovani all'importanza di vivere la natura in modo sostenibile e responsabile.

Dopo un'intensa fase di ricerca che ha coinvolto oltre 200 giovani provenienti da Italia, Lituania, Spagna e Germania, le prossime attività del progetto PATH prevedono una formazione a Vilnius, in Lituania, dal 28 al 30 luglio 2025. In questa occasione, i giovani, insieme alle organizzazioni partner, avranno l'opportunità di approfondire la metodologia del co-design, per poi applicarla nel proprio paese. Questo darà il via alla fase di sperimentazione del progetto, durante la quale i partecipanti metteranno in pratica quanto appreso, sviluppando e testando attività legate all'escursionismo e alla promozione dei Sentieri Europei.

Un futuro più partecipato e attivo

PATH è un invito a percorrere insieme un sentiero di impegno civico e di valorizzazione del nostro patrimonio naturale, dove i giovani sono chiamati a diventare i veri protagonisti.

Irene Morici

Maggiori informazioni sul progetto sono disponibili sui seguenti siti: Federazione Italiana Escursionismo <https://www.fiemediacenter.it/>
ASD Trekkify
<https://www.trekkify.it/work/path/>



The PATH methodology and its results

The project foresees the creation of two main results that will contribute to the strengthening of youth participation and the enhancement of European paths:

1. The PATH methodology: An operational guide to engage young people through co-design activities in the context of hiking. This document will be a fundamental resource for hiking federations and associations that want to replicate the model of active participation in their activities;

2. The campaigns to promote the European Trails: The young people involved in the co-design activities will be the protagonists

of the creation of campaigns to promote the European Trails, designed to raise awareness among other young people of the importance of experiencing nature in a sustainable and responsible way.

After an intense research phase involving over 200 young people from Italy, Lithuania, Spain and Germany, next activities of the PATH project include a [training in Vilnius, Lithuania, from 28 to 30 July 2025](#). On this occasion, young people, together with partner organizations, will have the opportunity to deepen the co-design methodology, and then apply it in their own country. This will kick off the experimentation phase of the project, during which participants will put into practice what they have learned, developing and testing activities related to hiking and the promotion of European Trails.

A more participatory and active future

PATH is an invitation to walk together a path of civic commitment and enhancement of our natural heritage, where young people are called to become the real protagonists.

Irene Morici

More info on the project are available on following website: Federazione Italiana Escursionismo <https://www.fiemediacenter.it/>
ASD Trekkify
<https://www.trekkify.it/work/path/>

SENTIERI DI CRESCITA: *escursionismo giovanile e scolastico*

L'Escursionismo è una delle attività più affascinanti e arricchenti per giovani e adulti poiché permette di entrare in contatto con la natura, promuovere il benessere fisico e mentale, e imparare l'importanza di rispettare l'ambiente che ci circonda.



L'Associazione Somma Trekking ha avviato, nell'ambito del progetto del comitato regionale campano "Escursionismo giovanile scolastico", un programma che si distingue per la sua capacità di coniugare formazione teorica e pratica e che ha coinvolto il Liceo Sportivo "Salvatore di Giacomo" di San Sebastiano Al Vesuvio, con focus sulla salvaguardia dell'ambiente e sull'inclusività.

Il progetto proposto al liceo ha avuto una durata di 40 ore, in collaborazione con i docenti di Scienze motorie, e si è concluso con un'escursione nel Parco nazionale del Vesuvio, un luogo di grande valore ecologico e storico, che offre una grande varietà di percorsi, adatti a diversi livelli di capacità.

I corsi si sono concentrati su tematiche fondamentali come:

- 1. La gestione sostenibile dell'ambiente montano:** come limitare l'impatto umano sui sentieri e parchi naturali;
- 2. Principi di ecologia e conservazione:** studi sulla biodiversità e sulla necessità di tutelare l'habitat naturale;
- 3. Orientamento e sicurezza in montagna:** un approfondimento sui principi base della sicurezza, dell'abbigliamento adatto, dalla lettura della cartografia alla prevenzione dei pericoli naturali, come frane e incendi, nozioni geologiche, impatti di imprevisti cambiamenti meteorologici.

Un aspetto fondamentale del progetto è stato l'inclusività. Il *trekking* giovanile è progettato per accogliere tutti gli studenti, indipendentemente dalle loro capacità fisiche ed esperienze pregresse, dove la diversità è un valore aggiunto, permettendo a tutti i ragazzi di apprendere, vivere insieme e rispettarsi.

Questi corsi teorici hanno dato agli studenti le competenze per godere appieno dell'escursione prevista sul Vesuvio, in sicurezza e con una maggiore consapevolezza di rispettare e preservare l'ambiente.

Il giorno dell'escursione gli studenti si sono diretti verso il vulcano (la scuola interessata si trova proprio nei pressi di uno dei punti di accesso al Parco) pronti a mettere in pratica le nozioni apprese.

Durante il percorso, i ragazzi hanno avuto modo di esplorare i sentieri vulcanici, ammirando panorami mozzafiato e comprendendo meglio l'importanza di questo straordinario ecosistema.

La presenza degli accompagnatori FIE ha garantito che ogni momento fosse vissuto in sicurezza, con istruttori esperti pronti a intervenire in caso di difficoltà.

L'intera esperienza ha avuto una risonanza territoriale enorme, a tal punto da suscitare l'interesse di altre scuole e, in particolare, del Liceo Scientifico "Evangelista Torricelli" di Somma Vesuviana. Un'eco che può far nascere una coscienza ambientalista, tracciando un sentiero verso nuovi orizzonti della nostra vita, della co-



noscenza e valorizzazione del nostro territorio vesuviano e del suo sviluppo.

Alla fine del corso abbiamo somministrato un test per capire il livello di interesse raggiunto, di approfondimento e comprensione della materia trattata. Ci ha lusingato l'alto grado di nozioni acquisite dai ragazzi che, nella compilazione dei questionari, ci hanno dimostrato la nostra efficacia comunicativa nel trasmettere le nostre competenze.

Il programma del progetto ha suscitato molteplici emozioni, in quanto i ragazzi hanno imparato a camminare insieme rafforzando la loro capacità di cooperazione e comunicazione. Durante i corsi, infatti, abbiamo conosciuto ragazzi con disabilità ed è stato un elemento di arricchimento per tutti. L'escursionismo giovanile, la scuola, la famiglia, le diversità che si incontrano su questo terreno innovativo trasmette un messaggio di rilevanza cruciale per un impegno collettivo e per la cura dell'ambiente. Grazie alla combinazione di teoria, pratica e inclusività, gli studenti non solo hanno esplorato i sentieri del Vesuvio, ma hanno imparato a diventare custodi consapevoli del nostro patrimonio naturale e hanno acquisito un senso di appartenenza alla comunità. La necessità di luoghi di incontro tra diversi mondi sociali (P. P. Pasolini), significa includere diverse abilità fisiche, cognitive e sociali per un percorso educativo completo di sviluppo ideale, di abilità di cooperazione, gestione dei conflitti, di *leadership* per dare un senso di co-





munità. Gli insegnanti, i responsabili delle attività escursionistiche, gli educatori sociali, le associazioni ambientaliste dovrebbero essere le guide per la partecipazione e la promozione di attività in connessione tra loro, per liberare esperienze che favoriscano la difesa della natura e la tutela dell'essere umano.

Per tali ragioni, il progetto si è ripetuto lo scorso marzo per 45 ore, tra teoria e pratica, con la scuola "Salvatore Di Giacomo" e altre scuole e istituti, per garantire una continuità educativa e didattica, per raggiungere il suo apice durante la manifestazione *Open Outdoor Experience* di Paestum del 28-29-30 Marzo. Si tratta di una mostra espositiva, dove il Comitato Regionale Campano ha partecipato con diverse iniziative e con uno *stand* informativo e dimostrativo e dove la scuola ha partecipato attivamente, con alunni e docenti, alle attività teoriche e pratiche dedicate alla conoscenza e agli approfondimenti degli accompagnatori FIE.

La FIE, e con essa "Somma Trekking", e l'escursionismo hanno quindi offerto un'opportunità educativa per sensibilizzare e formare i giovani sui temi della sostenibilità ambientale. Attraverso la natura gli studenti favoriscono il benessere fisico, mentale, stimolano la curiosità e il senso di avventura. Oggi, assorbiti completamente dalle tecnologie, il contatto dei giovani con la natura diventa prezioso. Le escursioni scolastiche offrono un percorso educativo alternativo che si consolida con il vissuto quotidiano. Per questo il nostro tentativo progettuale mira al coinvolgimento delle scuole, delle famiglie, delle istituzioni, delle associazioni del territorio per essere elementi integranti per la formazione e la crescita dei giovani.

Investire in programmi di escursionismo scolastico significa contribuire a formare cittadini più consapevoli e desiderosi di prendersi il proprio futuro. Pertanto, i "Sentieri di Crescita", sono tappe di un cammino educativo che accompagna i ragazzi verso una maturità consapevole e responsabile.

In conclusione, questa esperienza ha rafforzato in noi la consapevolezza che avvicinare i giovani all'escursionismo e a tutti i suoi aspetti che gravitano intorno, ecologia, conoscenza e conservazione dei territori, inclusione è il miglior investimento per il futuro.

Stefano Prisco

SULL'ETNA, RICERCANDO I PREGIATI BOSCHI DI FAGGIO

**Un focus primaverile
tra accesi
cromatismi,
intensi profumi
mediterranei e
“iconici” fiori spontanei.**

***“Gli alberi sono
lo sforzo infinito
della terra per parlare
al cielo in ascolto”
(citazione del poeta Rabindranath Tagore)***

Lussureggiante bosco di Faggio (Fagus sylvatica), Fau.



Faggeta in veste autunnale. (Foto Basilio Artino Martinello).

“P

erla” rara del Mediterraneo: la Sicilia! Lambita dalle Isole adiacenti (Eolie, Ustica, Egadi, Pelagie e Pantelleria), è dotata di uno straordinario patrimonio storico, artistico, paesaggistico e naturalistico, con una ricchezza floristica e faunistica unica nel suo genere. I seducenti e variegati versanti siciliani offrono una elevata fruibilità.

La peculiare geologia e morfologia di questo territorio determina un pullulare di molteplici organismi viventi, la cui sopravvivenza è purtroppo spesso minata dalle attività umane oltre che dalle calamità naturali, che inducono mutamenti ambientali. Oltre che per i numerosi siti archeologici, – “musei a cielo aperto” testimoni di antiche civiltà, “custodi” di storia, cultura e tradizioni popolari - il territorio siciliano risulta essere molto gettonato da escursionisti, studiosi e ricercatori, per la sconfinata varietà di siti naturalistici (boschi, parchi naturali, riserve).

Sulla costa orientale della Sicilia si erge maestoso un “monumento” della Natura: l’Etna, “Muntagna” per i locali, o “Mongibello” (dal latino “mons” monte e dall’arabo “gebel”, cioè monte-monte, il monte per eccellenza). È lo stratovulcano attivo (2770 anni di attività) più alto d’Europa (oltre 3300 metri di altitudine), tra i più studiati, monitorati e visitati al mondo (Patrimonio UNESCO dal 21 giugno 2013); ricopre alla base una superficie di 45 km.

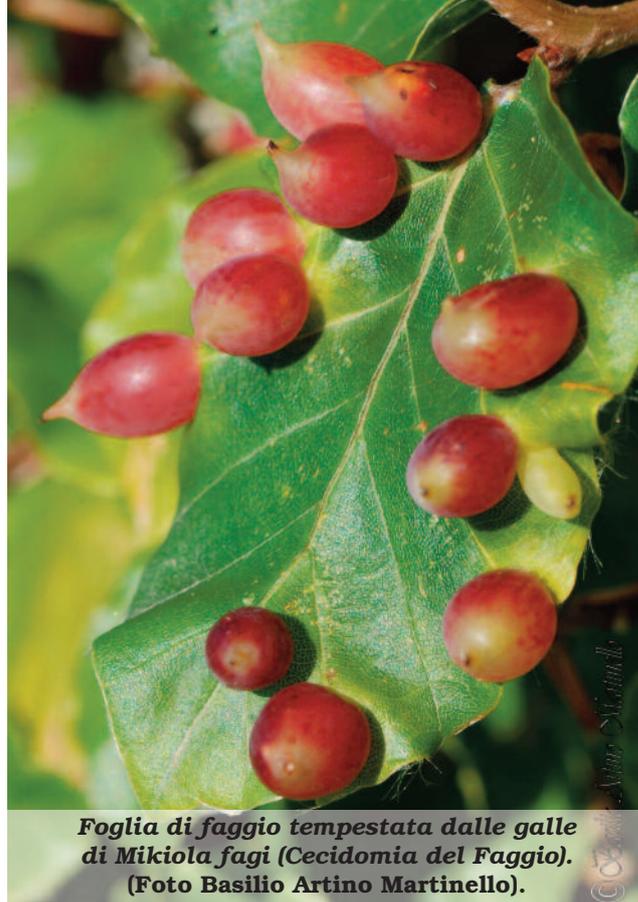
Il paesaggio etneo si presenta disomogeneo, in un continuo avvicinarsi di colate laviche “nuove”, nero corvino, che si alternano a colate laviche vecchie, meno scure, ricoperte da un “tappeto” argentato del Lichene del Vesuvio (*Stereocaulon vesuvianum*), risultato dell’associazione tra un’alga e un fungo, noto ai locali come “lippu di sciara”. È una specie detta “pioniera”, che colonizza prima di ogni altro vegetale i substrati lavici, inospitali. Tra le pioniere spontanee, elemento caratterizzante del paesaggio etneo, ritroviamo l’inebriante e “indorata” Ginestra dell’Etna (*Genista aetnensis*), “inistredda” (presente in Sicilia e in Sardegna sotto forma di arbusto o alberello, ma talora può raggiungere i 30 metri di altezza).

Nel vasto e variegato panorama dell’Etna, varcando i sentieri montani ci si ritrova immersi in un “paradiso terrestre”, nel cuore del Mediterraneo: tra esaltanti profumi floreali primaverili, che si amplificano nella salubre aria montana, una lussureggiante vegetazione avvolge, come in un “arcano” abbraccio i fertili suoli etnei, in continuo divenire. Boschi di leccio, di castagno, di roverella, di cerro e più in quota di pino laricio, di faggio e di betulla dell’Etna caratterizzano la vegetazione tipica della Macchia mediterranea.

Il Faggio (*Fagus sylvatica*) in Italia costituisce una componente essenziale della foresta montana di latifoglie. Ricopre quasi tutta la catena degli Appennini e delle Alpi, con l’attributo di “Re



Faggiolle e galla di cecidomia del Faggio
(Foto Basilio Artino Martinello).



Foglia di faggio tempestate dalle galle di Mikiola fagi (Cecidomia del Faggio).
(Foto Basilio Artino Martinello).

dell'Appennino" (1700 metri) ove ha raggiunto l'optimum vegetazionale; è assente in Sardegna.

Nell'etneo il faggio è conosciuto col nome di "*fau*" nel cui territorio forma unità boschive (faggete) frammentarie, con rari ma pregiati boschi (un relitto di quelle più estese presenti durante l'ultima glaciazione); ciò rappresenta un autentico esempio di resilienza. Occupa il piano Montano-Mediterraneo (1450-2100 metri s.l.m.). Il faggio è un albero deciduo (caducifoglie), della famiglia delle *Fagaceae* (a cui appartengono pure il castagno e la quercia), che può superare i 20 metri di altezza.

La specie è monoica, cioè possiede fiori maschili e fiori femminili sulla stessa pianta ma in posizioni diverse. I fiori maschili si trovano raggruppati in amenti (infiorescenze a spiga formate solo da stami), mentre i fiori femminili posti alla base delle foglie, sono circondati da un rivestimento che a maturità assume una consistenza legnosa e spinosa, a cupola, di colore castano brillante. Al suo interno si sviluppa la faggiola o faggina, un frutto che ricorda la noce.

Le foglie sono semplici, alterne, caduche, con margine ondulato di forma ovale-ellittica, con apice acuto, di colore verde chiaro, con tonalità che virano al rosso purpureo. Come avviene nella maggior parte delle *Fagaceae*, le foglie più esposte alla luce hanno dimensioni più piccole e uno spessore maggiore rispetto a quelle poste in ombra. Il tronco è dritto, con una corteccia liscia,

di colore grigio chiaro, sovente colonizzata da muschi e da licheni sottoforma di chiazze bianche. Sulla parte basale del tronco si notano formazioni particolari, delle protuberanze "sferoblasti" che danno luogo a piccoli rami.

Sull'Etna magnifici esemplari di faggio danno spettacolo di sé non soltanto per le dimensioni (altezza/circonferenza) ma anche per la curiosa morfologia che negli anni può assumere il tronco, assimilabili a forme di animali, con poderose radici che assurgono in superficie simulando le dita di un "Titano", tenacemente ancorate al suolo. Il Faggio secolare dell'"Acqua Rocca" (Sud-Est Etna, Zafferana Etnea), per esempio, è un imponente centenario posto ai piedi di una piccola sorgente di acqua dolce denominata "Acqua Rocca".

Il tronco è contorto e ricorda il dorso di un leone accucciato; ha una circonferenza di 6,3 metri e un'altezza di 13 metri e per tali qualità è annoverato tra le specie monumentali; è sito a quota 1.266 m s.l.m.

Nel comprensorio di Milo, a una altitudine di 1.455 metri s.l.m., sul versante Est dell'Etna, ritroviamo il magnifico bicentenario "*Fau du Sanareddu*". L'epiteto si rifà a una antica leggenda dell'Ottocento, a sfondo macabro, che fa riferimento al soprannome affidato al campiere, cioè il guardiano addetto alla sorveglianza del bosco, che si prendeva cura di quest'albero, trovato morto ai piedi della pianta. Costituita da 4



Galle immature piriformi di *Mikiola fagi* su foglia di faggio (Foto Basilio Artino Martinello)

possenti tronchi uniti alla base (ceppaia pollonifera), ha un'altezza di 21 metri e una circonferenza del tronco di 7,20 metri. È inserito nell'Elenco Nazionale degli Alberi Monumentali presso il MIPAAF.

Un altro esemplare di faggio monumentale, ultracentenario degno di nota, è la “Trofa du camperi”. Anche questo magnifico “gigante della Natura”, è nato e cresciuto sul versante Est dell'Etna, nel Bosco della Cerrita (Parco dell'Etna), a quota 1.600 m, in località Fornazzo (Milo).

Il nome dialettale della pianta, anche in questo caso, chiama in causa il medesimo personaggio, “u camperi”, il quale sembra fosse solito custodire anche quest'altro “miracolo della Natura”. Il termine “trofa” è da ricercare nel siciliano che significa “cespuglio”. Si stima che l'età della ceppaia, formata da 9 tronchi, sia di 400 anni. Ha un'altezza di 20 metri circa e una circonferenza del tronco di 15,20 metri.

Durante il succedersi delle stagioni, il faggio, specie decidua, assume un *outfit* differente molto gradito ai visitatori. I boschi di faggio in autunno offrono, infatti, uno spettacolo “bucolico” di grande impatto visivo, in cui si percepisce un'atmosfera quasi “surreale”.

Le foglie variopinte dalle tonalità calde del rosso si lasciano cadere, inermi, al suolo formando un corposo “tappeto” (lettiera), *habitat* ideale per svariati organismi, tra cui coleotteri saprofiti, batteri e funghi (in prevalenza porcini).

Nella bella stagione, sulla pagina superiore delle giovani foglie del faggio si possono osservare delle strane escrescenze piriformi, più o meno appuntite, lisce, lucide della lunghezza di 1 cm, il cui colore vira dal verde-giallastro fino a divenire rosso fuoco.

Tale fenomeno è causato dall'interazione con la pianta di un insetto ospite, un piccolo moscerino conosciuto come *Cecidomia del Faggio* (*Mikiola fagi*). La femmina di questa specie è implicata in tale processo, poiché è dotata di un organo, detto “ovopositore”, che contemporaneamente assolve alla funzione di pungere e deporre le uova nei tessuti vegetali delle foglie prescelte. Da quell'istante sulla pianta avviene una “reazione” alla puntura dell'insetto che determinerà la formazione di cosiddette “galle” o “cecidi”, all'interno delle quali si svilupperanno le larve nell'arco di una stagione vegetativa. L'interazione insetto “galligeno” - pianta, sembra non compromettere la salute della stessa, poiché le foglie si formano regolarmente.

Sotto il profilo agro-pastorale le faggete costituiscono una risorsa per svariati animali sia selvatici che domestici. I frutti del faggio (faggioline o faggine), eduli, sono ricchi di olii, zuccheri, vitamine, sali minerali e perciò forniscono un alimento nutriente per cinghiali, uccelli, roditori. In greco il termine “phêgos” da “phaghein”, mangiare, si riferisce alle querce a ghiande dolci. Le faggioline sono usate come alimento anche dall'uomo, a esclusione della parte esterna velenosa (pericarpo).

Spostiamo adesso il nostro *focus* su alcune erbacee spontanee presenti sul nostro vulcano siciliano, dotato di una notevole quantità di specie vegetali (1.055 differenti specie di piante e fiori), di recente esaminati da ricercatori dell'Università degli Studi di Catania, alcune delle quali sono endemiche del territorio etneo. La Natura - grazie alla Genetica - ma soprattutto all'ausilio degli impollinatori, ama sbizzarrirsi nel "donare" forme e colori smaglianti ai fiori che "spiccano" sul verde della vegetazione, per facilitare l'individuazione dei pronubi. Il colore giallo, per esempio, in primavera sovrasta gli altri colori perché più facilmente visibile da parte degli insetti impollinatori; anche il bianco viene individuato dai pronubi grazie alla presenza di chiazze scure in grado di riflettere i raggi UV.

Tra le specie erbacee che "elettrizzano" le api ritroviamo l'Erba vajola maggiore (*Cerintho major*), conosciuta nell'etneo col nome di "succiamèl", una mellifera, annuale, della famiglia delle *Boraginaceae*, molto diffusa nei terreni incolti, collinari. Nell'etneo vigeva l'usanza di raccogliere i fiori e di piluccarli (succhiarli) beneficiando di un sapore dolciastro, simile al miele. Si riconosce per la particolare bellezza dei fiori, che sembrano fatti di cera. Guardando all'etimologia greca "Kerôs = cera e "Anthôs = Fiore", da cui Linneo indicava la forma del fiore di un piccolo cero. La corolla è tubulosa di colore gialla o bianca, contornata da un anello rosso brunastro; le foglie ellittiche-obovate, sono macchiate di bianco, con pronunciati tubercoli, che ricordano le costellazioni, le galassie. I fiori sono disposti in racemi che guardano verso il basso.

Questa specie possiede una grande variabilità di colore in base all'ambiente in cui vive. Le cime tenere e i fiori si utilizzano in cucina in insalata (ricordano il sapore dei piselli con retrogusto amarognolo), mentre le foglie più grandi vengono cotte in misticanza. Come la maggior parte delle *Boraginaceae*, la pianta è ricca di mucillagini con proprietà diuretiche. Il decotto della pianta serviva a curare le emorroidi.

Concludiamo il nostro breve *excursus* botanico con un'altra erbacea spontanea, tra le più "iconiche" e "appariscenti" del territorio etneo.

La Valeriana rossa (*Centranthus ruber*) è una pianta perenne, cespugliosa che alligna su rupi e rocce laviche assolate e appartiene alla famiglia delle *Valerianaceae*, molto apprezzata per le sue ricche fioriture presenti quasi tutto l'anno.

Il nome *Centranthus*, dal greco "kéntron" e "anthos", che significano rispettivamente "sperone" e "fiore", fa riferimento alla corolla dotata di uno sperone, mentre il nome della specie "ruber" fa riferimento al colore rosso vivo dell'infiorescenza. I fiori, profumati, sono raccolti in densi corimbi. Le foglie sono opposte, intere, ovato-lanceolate, lisce e acuminata all'apice. Il fusto è eretto, con sfumature rossastre, lignificato alla base.

La specie è molto ricercata dalle farfalle che succhiano il nettare con il loro spiritromba. Volgarmente è conosciuta come *ggiùmmu di carabbineri*; questo attributo vernacolare si riferisce alla sorprendente somiglianza dell'infiorescenza della pianta con il vistoso pennacchio rosso-blu della "lucerna" (cappello di grande uniforme dei carabinieri). Allo scopo di evitare confusione, si sottolinea che i nomi dialettali dati alle piante non hanno alcun valore sistematico.

Nella medicina popolare la radice della pianta veniva utilizzata per la preparazione di decotti ad azione sedativa e antinevralgica. È possibile trovare di rado individui a fiori bianchi (varietà *albiflora*); per tale ragione la pianta alle volte, per mero errore, viene scambiata per un'altra specie, cioè per la Valeriana comune (*Valeriana officinalis*) nota in fitoterapia e in farmacia per utilizzo come calmante naturale.

Elisa Coppola

Bibliografia

- E. P. MARCHESE, 2003. *Piante e fiori dell'Etna*, Sellerio Editore.
- PIGNATTI S., 2017. *Flora d'Italia*. Edagricole.
- C. BLASI, E. BIONDI., 2017. *La flora in Italia*, con contributi tematici di P. PAVONE, E.P MARCHESE, G. SPAMPINATO, F.M. RAIMONDO.
- MONTALTO A., 2006. *Una lode all'Etna*, composizione poetica tratta da *Frammenti amalgamati*, Edizione incontro.
- COPPOLA E., 2024. *Le vulcaniche piante dell'Etna. Breve viaggio etnobotanico tra usi tradizionali e credenze popolari*, Escursionismo, FIE - Anno 65 - Numero 2 - dicembre 2024. Pagg. 51-53.
- COPPOLA E., 2014. *Forme aliene su alcune piante dell'Etna*, Rivista di Micologia Siciliana, A.M.B. Gruppo Jonico-Etneo, Numero Speciale, Comune di Riposto.
- COPPOLA E., PAVONE P., 2015. *Uso alimentare delle piante selvatiche del territorio etneo*. Verde Ambiente, 3, Roma XXXI.

28, 29 e 30 marzo 2025

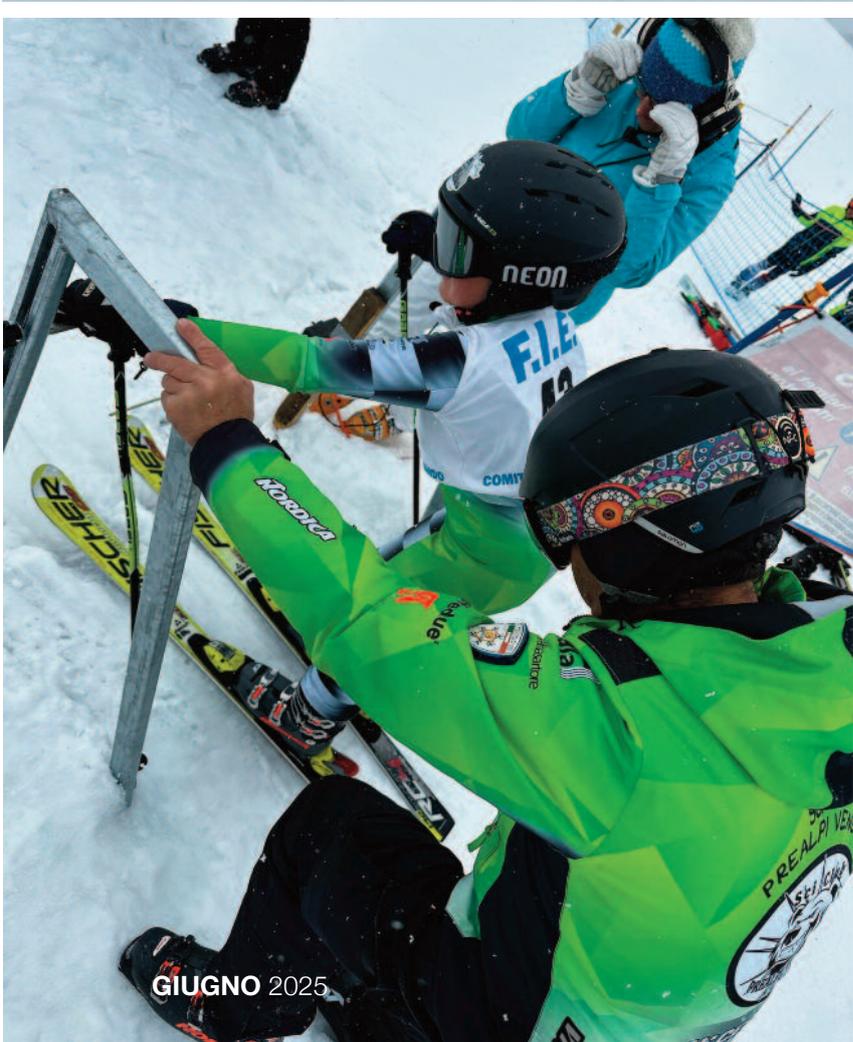
LA FESTA SULLA NEVE E I CAMPIONATI ITALIANI FIE DI SCI A FALCADE: Un Successo Condiviso



Un evento di successo tra sinergie e impegno

Il 28, 29 e 30 marzo scorso la splendida cornice di Passo San Pellegrino - FalCADE ha ospitato i Campionati Italiani FIE di SCI, un appuntamento che ha riscosso un grande successo grazie alla sinergia e alla collaborazione tra molteplici realtà. L'organizzazione è stata curata fin nei minimi dettagli, dal Comitato Regionale Veneto FIE, sotto la guida del suo presidente Ivo Callegari con l'assistenza qualificata della Consigliera Mariagrazia De Bortoli e della Commissaria Tecnica Regionale per lo sci, Susi Vezzaro, ma anche con il supporto di tutti gli altri consiglieri in particolare, Paolo Cervato, Gastone Cerato e Paolo Torresan fra gli altri...

Determinanti sono stati i supporti forniti dall'Azienda Promo FalCADE Dolomiti, per la ricettività, nelle persone delle segretarie Fiorenza e Martina, sempre solerti e sempre presenti, dal Comune di FalCADE, rappresentato dal sindaco Mauro Salvaterra che, oltre al patrocinio, ha concesso l'utilizzo delle strutture pubbliche e l'assistenza amministrativa, e infine la Regione del Veneto che, per mezzo del suo Presidente dott. Luca Zaia, ha concesso il proprio qualificato patrocinio. Un contributo essenziale è arrivato dal Consorzio Ski Area San Pellegrino, che ha messo a disposizione la capacità professionale e l'esperienza del personale qualificato per garantire la preparazione ottimale delle piste.





Nonostante la sfida rappresentata dalla fine della stagione sciistica, dalle mutevoli condizioni atmosferiche e del manto nevoso primaverile, il *team* ha lavorato con dedizione e competenza alla tracciatura e all'organizzazione delle piste, talvolta affiancati in questo dal locale Sci Club Val Biois. Per non tacere infine il qualificato contributo e supporto fornito dal Rifugio Cima Uomo, una struttura turistica ma pronta a riservare il proprio supporto di ospitalità in primis ai partecipanti alle gare, ma anche all'organizzazione, con la messa a disposizione di spazi e servizi ... e anche di una simpatica animazione nella giornata di domenica 30 marzo.

Il ruolo delle società del CR Veneto

Il coinvolgimento delle società del Comitato Regionale Veneto SCI è stato fondamentale, tutte, ed è giusto sottolineare tutte, le associazioni hanno contribuito – chi più, chi meno - sia in termini di partecipazione alle gare che di supporto logistico e materiale all'organizzazione. Tra queste, due si sono distinte particolarmente: lo Sci Club Prealpi Venete e lo Sci Club Siben Komoinen. Queste società hanno fornito uno straordinario supporto attraverso personale qualificato, come giudici di gara, guardiaporte, cronometristi e aiuto cronometristi, *speakers* e volontari per i servizi e la viabilità, garantendo il successo logistico dell'evento.

Numeri e risultati di grande rilievo

Le competizioni hanno visto la partecipazione di atleti provenienti da tre regioni alpine: Piemonte, Lombardia e Veneto. In totale, 320 atleti si sono sfidati nelle varie discipline sciistiche, portando alla proclamazione di numerosi campioni italiani, con ben 29 titoli assegnati. Per quanto riguarda la classifica delle società, la competizione è stata serrata e ha visto al primo posto la A.S.D. Polisportiva Comunale Sedrinense con 627 punti, seguita dallo Sci Club Prealpi Venete con 497 punti e, al terzo posto, dallo Sci Club Bassanesi ASD con 428 punti. A seguire tutte le altre.

Tra le competizioni, particolare rilievo è stato dato alla gara di *skycross*, che ha calamitato l'attenzione per l'impegno e l'entusiasmo contagioso che i piccoli atleti hanno profuso e trasmesso al numeroso pubblico presente: impossibile non applaudirli e non sostenerli a squarciagola! Seguite e particolarmente

apprezzate dalla totalità degli atleti e dei partecipanti sono state le due sfilate. La prima che ha visto scendere dall'alto delle piste e fino al Passo San Pellegrino tutte le squadre con tutti gli atleti e gli accompagnatori, che si sono esibite in serpentine più o meno lunghe, più o meno strette in un tripudio di bandiere e colori sociali. Appena il tempo di scendere dalle piste e arrivare al punto di racconta a Piè Falcade che, preceduta dal Gruppo Folcloristico Val Biois di Falcade e dal Presidente Federale, dai Presidenti Regionali FIE e dalle rispettive bandiere, ha preso nuovamente avvio la sfilata di tutti i partecipanti (oltre mezzo chilometro!) per le strade e per le vie di Falcade. Un lungo, colorato serpentone di gioia e di allegra partecipazione che ha attirato la simpatia e gli applausi dei falcadini. Arrivato al palazzetto dello Sport, il Pala Falcade, il serpentone si è avventato sulla cioccolata e i partecipanti hanno preso posto all'interno e hanno occupato ogni spazio disponibile. Il Presidente Federale, Massimo Mandelli, dando inizio alla cerimonia delle premiazioni, ha esordito con "...un fantastico colpo d'occhio, come mai mi era capitato di vedere".

Una novità

Accanto alle competizioni sciistiche si è voluto dare ampio risalto al carattere di festa sulla neve con altre qualificate attività collaterali di tipo escursionistico. I tre giorni di festa hanno, quindi, visto all'opera un gruppo di A.E. – Accompagnatori di Escursionismo FIE - impegnati a guidare i numerosi escursionisti convenuti per partecipare alle escursioni con le ciaspole - in ambiente innevato nella magica cornice delle crode dolomitiche, non a caso Patrimonio Unesco: venerdì 28 marzo la salita a Cima Juribrutto; sabato 29 attraverso la magia innevata di Val Venegia al cospetto del Mulaz e delle Pale di San Martino e domenica 30, quasi un'apoteosi, dal rifugio Flora Alpina, alla conca di Fociade e al passo di Forca Rossa.

Un focus sull'ospitalità

Parallelamente, il week-end dei campionati ha avuto un impatto positivo anche sul turismo locale. La cittadina di Falcade, situata nella media Val Bios, è stata letteralmente invasa da ospiti e turisti, portando un notevole indotto economico e consolidando la sua immagine di meta sciistica di eccellenza.





Campionati Italiani stagione 2025

Classifica per Associazione

| | | |
|----|----------------------------------------|-----|
| 1 | A.S.D. POLISPORTIVA COMUNALE SEDRINESE | 627 |
| 2 | SCI CLUB PREALPI VENETE | 497 |
| 3 | SC BASSANESI ASD | 428 |
| 4 | BARDONECCHIA SKI ACADEMY | 385 |
| 5 | SCI CLUB SELVINO | 383 |
| 6 | SCI CLUB SIBEN KOMOINEN | 376 |
| 7 | NORDOVEST SSDRL | 313 |
| 8 | SCI CLUB PIAZZATORRE | 300 |
| 9 | SCI CAI SCHIO | 265 |
| 10 | C.A.I. SEZIONE DI CANZO | 191 |
| 11 | SCI CLUB 90 FOPPOLO | 166 |
| 12 | SCI CLUB JOYFUL | 128 |
| 13 | SCI CLUB ZOGNO ASD | 69 |
| 14 | SCI CLUB BARDONECCHIA | 55 |
| 15 | M-SPORT ACADEMY ASD | 54 |
| 16 | SCI CLUB COGOLLO | 18 |
| 17 | C.U.S. TORINO | 18 |
| 18 | G.A.M. VALLIO TERME | 2 |
| 19 | G.E.V. GIOVANI ESCURSIONISTI VICENTINI | 0 |

Conclusioni

I Campionati Italiani FIE di SCI 2025 a Falcade non sono stati soltanto un evento sportivo di alto livello, ma anche un esempio virtuoso di collaborazione tra enti pubblici, privati e associazioni sportive.

Grazie all'impegno condiviso e alla passione per lo sport, la FIE ha vissuto a Falcade San Pellegrino tre giornate indimenticabili, confermandosi come una Federazione in rapida evoluzione, al passo con i tempi e dimostrandosi pronta a far fronte alle sfide che i tempi e il futuro pongono. E per quanto riguarda lo sci, appuntamento al prossimo anno a Ponte di Legno, fra le nevi del Tonale in Lombardia.

Ivo Callegari

PS: Per tutte le classifiche consultare il link:

<https://www.fieitalia.it/campionati-italiani-di-sci-fie-2025-tutte-le-classifiche/>

“Un’ si fa diaccià”

INSIEME

**PER I SENTIERI PULITI
E LA PROMOZIONE
DELL’ETICA AMBIENTALE**



Il 7 e l'8 settembre si sono tenuti gli esami del Corso per Accompagnatore di Escursionismo Nazionale - AEN23 - presso la sede del Comitato Regionale Toscana a Castelnuovo Berardenga.

Le tesine finali hanno avuto ad oggetto tre filoni:

- **Buone pratiche,**
- **Approfondimenti tematici,**
- **Una diversa progettazione ed una nuova lettura di percorsi - vecchi e nuovi - dove praticare l'escursionismo.**

Due giorni di scambio conoscenze e, per sintetizzare, all'insegna dell'educazione ambientale, della filosofia dell'ambiente, della cittadinanza attiva alternati da momenti conviviali.

Al termine degli esami, il Direttore del Corso Ugo Stocco – Commissario Federale Formazione – ha suggerito di **dar vita alle tesine**, proponendo di condividere:

- gli approfondimenti tematici in una serata on line,
- la nuova lettura dei cammini ed escursioni progettati,
- le buone pratiche e trasformale in un progetto a livello di Comitato.



Come si dice in Toscana:

“ha invitato la lepre a corre” e **Noi** *“Un’si fa diaccià”*

Abbiamo raccolto subito l’idea e trasformata in un Obiettivo “SMART”, come suggerito a latere del corso.

Infatti, **Eccoci qui**, puntuali, come promesso con questo articolo, dopo aver condiviso l’idea con gli Accompagnatori al Raduno e con i Presidenti delle Associazioni in sede di Consulta, con:

1. Un corso di aggiornamento per Accompagnatori di Escursionismo, aperto ai Tesserati ed alle Tesserate sul tema del Castagno ed escursione al seguito e sul tema della Filosofia dell’Ambiente;
2. Le Escursioni progettate e raccontate con gli occhi della biodiversità, dell’educazione ambientale disponibili per le Associazioni;
3. **Un progetto dedicato all’ambiente ed alla cittadinanza attiva, a partire da una buona pratica ... il “plogging” ...**



Che cosa è il Plogging?

Un altro termine inglese ... diremmo ... lo scopriremo, invece, nella prossima pagina nell'articolo di Rosa Metella Refini e di Marco Ragni, entrambi della "mia" Associazione, il Gruppo Escursionisti Berardenga, che hanno presentato la Tesina sul "Plogging".

Lasciandovi nella curiosità, ancora per pochi minuti, il Comitato Regionale Toscana si fa portavoce per la diffusione della **buona pratica** del Gruppo Escursionisti Berardenga (GEB), che da qualche anno ha fatto propria l'idea e la *pratica del plogging*, promuovendo due escursioni dedicate con gli attori del Territorio.

Il prossimo passo ... dice la Presidente Refini ... coinvolgere i Bambini o i giovani delle Scuole!

E Noi ... "un' si farà diaccia manco questa"! Cogliremo anche questa occasione!

Prendersi cura dell'ambiente aiuta a prendersi cura degli altri e di noi stessi. Questo richiede un cambio di paradigma, *che guarda al Ben-Essere, al vivere con i 5 sensi la pratica dell'escursionismo*, come ho avuto modo di presentare durante la mia

esposizione a Castelnuovo. La proposta Toscana è di dedicare una **giornata ad hoc**, supportando e stimolando le Associazioni ed i loro Soci e Socie al recupero **organizzato** dei rifiuti leggeri durante la camminata.

In molte Associazioni, è già diffuso l'uso di sacchetti per la raccolta rifiuti durante le escursioni. Vogliamo spingersi Oltre, Vogliamo spingersi Oltre il Confine ...

Vogliamo **"istituzionalizzarlo"**, contando sull'apporto e sul supporto di tutti e tutte gli/le AEN. Infatti, la novità è **nell'obiettivo comune, condiviso e partecipato** di diffondere l'etica ambientale e di estendere questa buona pratica, rafforzando quanto viene già fatto nelle Associazioni per coinvolgere anche i ragazzi e le ragazze delle Scuole e il mondo dell'Istruzione.

Il C.R. Toscana si è quindi dato per il 2025 il **duplice obiettivo** di promuovere e diffondere l'utilizzo di sacchetti durante le escursioni per la raccolta dei piccoli rifiuti e di patrocinare la giornata di **sabato 29 marzo 2025**, dedicandola all'attività del plogging:

"Insieme per i Sentieri Puliti: Riempi il tuo sacchetto"

Con il coordinamento del GEB – Gruppo Escursionisti Berardenga e la collaborazione delle Istituzioni e delle Associazioni FIE del Territorio Toscano.

Una giornata, nel calendario condiviso, **aperta alla cittadinanza** e in cui Tutte le Associazioni, che vorranno partecipare, dedicheranno una escursione alla pulitura di una parte di un sentiero; una giornata dedicata alla raccolta organizzata, in contemporanea, dei rifiuti durante la camminata, dedicata allo stare insieme **per Noi e per gli Altri**, con l'ausilio di guanti e strumentazione ad hoc.

"Insieme per i Sentieri Puliti – riempi il tuo sacchetto", sarà promossa con il coinvolgimento dei principali portatori di interesse, delle Istituzioni locali e delle Organizzazioni come Sei Toscana, Lega Ambiente.

Vi diamo appuntamento

**al 29 marzo 2025, in Toscana,
a "Insieme per i Sentieri Puliti – Riempi il tuo sacchetto"**

e guardando **Oltre il Confine** ...

chissà che non diventi una giornata in cui tutti i Comitati Regionali,
le Delegazioni e le Associazioni della FIE saranno

"Insieme per i Sentieri Puliti ... a riempire i nostri sacchetti"!!

Cinzia Manetti, C.R. Toscana

Referente Comunicazione Istituzionale, Neo AEN



BUONE PRATICHE ED ETICA AMBIENTALE: Plogging ed Ecotrekking

La salute del pianeta è minacciata da tonnellate di immondizia difficili da smaltire e tutti noi, spesso senza rendercene conto, contribuiamo ogni giorno a innalzare i livelli di inquinamento nell'aria, nel suolo e nelle acque. Anche tre piccoli gesti come correre, raccogliere e gettare i rifiuti possono fare la differenza per la nostra generazione e per quelle future.

Il Plogging è nato nel 2016 per merito del podista svedese Erik Ahlström che, stanco di vedere spazzatura ovunque, ha pensato bene di trasformare il normale "jogging" in un'attività "green".

La raccolta dei rifiuti diventa parte integrante della sua corsa quotidiana tra le vie di Stoccolma e, grazie al passaparola tra familiari e amici e ai Social Network, l'idea si diffonde ben presto

in tutta la Svezia. Nascono gruppi e movimenti sportivi e ambientalisti, tra cui il Plogga Movement fondato dallo stesso Ahlström. E nel giro di pochi anni, l'allenamento green spopola nel resto del mondo coinvolgendo amanti dello sport, associazioni e persone interessate ai problemi ambientali. Oggi esiste addirittura il **Campionato Mondiale di Plogging**.

La parola Plogging unisce le parole svedesi "plocka upp" (raccogliere-pulire) ed il noto verbo inglese "running oppure jogging".

In pratica la parola definisce l'attività di **camminare, correre o fare altra attività di movimento raccogliendo i rifiuti che si trovano sul cammino come carte, mozziconi di sigaretta, lattine, bottiglie e tutto quanto si trova abbandonato a terra.**



Il Plogging è un'attività di gruppo che favorisce la partecipazione e la socializzazione, ma può essere fatta anche in solitaria, in coppia ed in famiglia.

I bambini, divertendosi e facendo attività fisica, imparano quanto sia importante non lasciare la spazzatura in giro.

Unire ecologia ed ambientalismo allo sport e fitness dunque può diventare anche un gioco perché chiede di muoversi nello spazio camminando velocemente o correndo fermandosi ogni volta che si avvista un rifiuto lungo i marciapiedi o negli spazi verdi.

L'attività del Plogging può essere svolta in qualsiasi luogo.

Infatti, purtroppo, i rifiuti sono presenti ovunque, dal parco cittadino alla montagna ed addirittura in spiaggia.

Pensiamo quanto sarebbero più pulite le nostre strade, le nostre aree verdi, i nostri boschi se tutti unissimo alle nostre corse e passeggiate anche questo genere di raccolta.

Pensiamo alle migliaia di mascherine, realizzate in microfibre di plastica, abbandonate per strada e nelle aree verdi, che frammentandosi in nanoplastiche e trasportate dal vento, si diffondono negli ecosistemi.

Il Plogging sta cambiando la mente delle persone ed i Ploggers sono orgogliosi che la loro semplice attività può migliorare la condizione dell'ambiente.

In pratica praticandolo ognuno di noi, in termini di lingua italiana, diventa un "RIFIUTOLOGO".

La visione fondamentale (deve essere presa come una "missione" e deve diventare la visione di tutti noi) è semplice: creare e mantenere un mondo pulito.

Spesso siamo rimasti bloccati pensando che sia sbagliato raccogliere la spazzatura di altre persone, quelle persone che hanno perso il rispetto per l'ambiente e continuano a gettare spazzatura intorno a loro.



Ma il Plogging è una semplice soluzione a ribaltare il corrente trend negativo e a creare una società sostenibile di lungo periodo.

Il Plogging è una concreta, inclusiva e positiva soluzione al problema: con il Plogging viene superato il tabù di raccogliere i rifiuti di altre persone.

Una ricerca effettuata da Ellen Mc Arthur Foundation, mostra che se continuiamo di questo passo, nel 2050, ci sarà più plastica che pesce nei nostri oceani con la conseguenza che la plastica ingerita dai pesci tornerà nei nostri piatti.

Facciamo Plogging sulla nostra terra per non vedere più plastica nel mare. Un altro obiettivo è quello di **salvare la fauna selvatica: i rifiuti minacciano anche la fauna marina e gli uccelli.**

Gli scienziati ci stanno avvertendo che stiamo andando verso la sesta estinzione di massa di specie a causa del cambiamento climatico e dei rifiuti abbandonati nei mari. Per esempio la tartaruga di mare non vede la differenza tra una medusa e un sacchetto di plastica.

È provato che quando un'area appare ed è più pulita e più bella la sicurezza aumenta e la gente tende più a socializzare.

COSA SERVE PER PRATICARE IL PLOGGING:

Le attrezzature



Bisogna ricordarsi sempre che **la salute e la sicurezza** devono sempre essere considerate una **priorità** quando si raccolgono i rifiuti.

Per *Ploggare* basta portare con sé durante l'attività sportiva:

- una **busta** o sacco ampio ma facile da tenere in mano;
- un paio di **guanti** protettivi da lavoro meglio anti-taglio dal momento che potrebbe capitare di dover raccogliere lattine, pezzi di vetro od altri rifiuti taglienti in modo da non toccare con le proprie mani le cose che si raccolgono da terra;
- del **disinfettante** per le mani;
- una apposita **pinza telescopica** o raccogli-rifiuti;
- uno **zaino** da indossare sulle spalle dove metterli;
- **scarpe da running o trekking ed abbigliamento sportivo**;

E' importante non raccogliere mai escrementi, siringhe o altri oggetti taglienti e pericolosi. Inoltre è consigliabile non portare la borsa sempre sullo stesso braccio ma alternarli in modo che il peso sia equamente distribuito.

Quando si raccolgono i rifiuti da terra, meglio accovacciarsi o **piegarsi su una gamba, non in modo rigido così da allenare anche i muscoli dell'anca, dell'adduttore e della cavaglia e facendo attenzione a non disperderli.**

Ciò che è importante è ricordarsi di separare la spazzatura raccolta, al termine dell'attività, e gettare ogni tipo di rifiuto seguendo la raccolta differenziata.

Questa attività può essere più divertente se la si fa in gruppo offrendo la possibilità di fare a gara a chi raccoglie più rifiuti.

Regole e Benefici del Plogging

"Come si pratica il Plogging?"

È semplice: si corre in città, in un parco o per strada e si raccolgono i rifiuti abbandonati per terra. L'importante è **seguire alcune regole** per la propria sicurezza e per la salvaguardia dell'ambiente: **fare** stretching prima di iniziare la corsa;

- **non** raccogliere siringhe, aghi, materiali taglienti o arrugginiti (come vetri o ferro);
- **non** raccogliere oggetti ingombranti o pericolosi, in questo caso è necessario avvisare le autorità competenti che provvederanno a rimuoverli;
- **smistare** tutti i materiali raccolti e fare una corretta raccolta differenziata.

Il Plogging è un'attività completa che permette di godere di diversi benefici, sia dal punto di vista fisico che da quello psicologico, senza tralasciare l'importante aspetto ambientale.

Oltre ad essere positivo per l'ambiente, praticare Plogging porta una serie di **vantaggi fisici** da non sottovalutare.

Il Plogging è uno sport a tutti gli effetti e come tale apporta un **benessere fisico e mentale** oltre a far bene all'ambiente.

Come anticipato, questo nuovo tipo di “Green fitness” è simile al jogging, od alla camminata a passo veloce, ma a differenza di queste attività sportive **nel Plogging è necessario fermarsi più volte per raccogliere i rifiuti.**

Inoltre il Plogging ha altri benefici:

- **L'attività fisica riduce la depressione, l'obesità e il cancro;**
- Allevia lo stress: è un **ottimo antistress, riduce i fenomeni di insonnia, di ansia e stimola il rilascio delle endorfine**, conosciute come gli “ormoni della felicità”. Dedicarsi ad un'attività fisica impegnativa permette alla mente di staccare la spina e, almeno per qualche minuto, non pensare ai problemi quotidiani;
- Aiuta a **dimagrire**: il Plogging comporta un importante dispendio calorico e aiuta quindi a dimagrire. Questa attività, inoltre, è molto ritmata e prevede che il Plogger alterni tratti di corsa a piccole pause, mantenendo allenato il cuore e stimolando la frequenza cardiaca.

Far consumare molte calorie: questa disciplina, combinando il momento della corsa ad altri di stop per raccogliere i rifiuti, si potrebbe dunque parlare di un vero e proprio **allenamento a intervalli** che combina la corsa a brevi pause che prevedono **piegamenti, affondi e squat** per raccogliere i rifiuti da terra. Questi movimenti aumentano la resistenza e non bruciano **molte calorie** ma apportano benefici a livello muscolare simili agli esercizi normalmente consigliati per **rinforzare glutei e quadricipiti rispetto alla normale corsa o trekking.**

Il gesto di raccogliere i rifiuti è veramente semplice ma allo stesso tempo molto importante perché permette di mantenere l'ambiente pulito e di evitare l'inquinamento del suolo e delle acque, che può comportare serie conseguenze sia per animali e piante che per l'uomo.

Combinare la raccolta dei rifiuti con la corsa oppure il “Trekking” è quindi compiere un'azione positiva non solo per sé ma per l'intera collettività, può **quindi aumentare l'autostima.**



ECO-TREKKING

Chi alla corsa preferisce invece la camminata può cimentarsi nell'Eco-Trekking, un'attività che unisce il Trekking alla raccolta dei rifiuti e segue la stessa filosofia del Plogging. In Italia si sta sviluppando una buona pratica, quella di passeggiare nella natura raccogliendo ogni rifiuto visibile e trasportabile ed a questa attività è stato dato un nome: eco-trekking.

La volontà di dare una vera e propria identità a questa pratica virtuosa è nata dall'Organizzazione No Profit “Inspire”, nata a Roma nell'Ottobre del 2017. L'azione di pulire l'ambiente che esploriamo, rimuovendo i rifiuti che troviamo sui nostri sentieri deve essere parte integrante delle nostre attività outdoor per il Trekking. Una borsa della spazzatura riutilizzabile deve essere uno strumento immancabile nell'attrezzatura di ogni escursionista. Il messaggio da recepire è quello di imparare non solo a raccogliere i rifiuti degli altri, ma di arrivare a ridurre i propri fino a quasi non produrli. Praticare l'Eco-Trekking non richiede particolari



abilità fisiche, ma piuttosto dell'empatia verso il mondo che ci circonda perché si può ridurre a un *“vero e proprio atto d'amore nei confronti di sé stessi e degli altri”.*

Rosa Metella Refini, *Presidente del Gruppo Escursionisti Berardenga e neo AEN*
Marco Ragni, *Consigliere Regionale e Tesoriere*

Tempo di bilanci

PER LA COMMISSIONE FEDERALE “ESCURSIONISMO E TERRITORI”

A due anni dalla nomina di questa nuova Commissione, ci sembra doveroso raccontare a chi ci legge, ma anche aggiornare e ringraziare chi ha creduto in questo progetto, votandone la nascita in Consiglio Federale. Siamo a metà strada!

Tutto parte dal Congresso di Firenze, e dai successivi Corsi di Specializzazione dedicati agli Accompagnatori di Escursionismo (vedi editoriale di Ugo Stocco sul numero 1 di giugno 2022 di questa Rivista), e prosegue di concerto... con i successivi esiti nazionali che, in base a quanto ci è stato affidato all'inizio di questo mandato elettivo, proviamo a riassumere di seguito:

1. Settore “ESCURSIONISMO SCOLASTICO/GIOVANILE”

Nell'ambito dello specifico corso di specializzazione era stato definito in primis un linguaggio comune, che distingue le attività dell'escursionismo Scolastico (infrasettimanali, alla presenza dei docenti, in suddivisione per classi, con criteri Assicurativi diversi), dall'escursionismo Giovanile domenicale, che vede svolgersi, a seconda delle varie realtà territoriali, progetti di escursionismo giovanile articolati su una premessa teorica ed un successivo ciclo di uscite distribuite solo su alcune mensilità dell'anno. In altri casi si tratta di un calendario annuale di uscite dedicate, ma programmato con le stesse modalità del classico programma sociale di escursionismo, o ancora escursioni dedicate anche qui esclusivamente ai giovani, ma organizzate una tantum, trattate quasi come un evento. Tutta questa diversificazione di approccio per altret-

tante Associazioni, evidenzia la “biodiversità” che compone FIE, che è la nostra ricchezza, e la nostra Commissione si situa al centro di queste variabili, per promuovere, favorire e divulgare l'escursionismo in tutte queste forme, per seguire e incoraggiare chi ancora si trova allo stato progettuale di questa attività impegnativa, o confrontarsi con chi è già in corso d'opera. Proponendoci come “facilitatori”, abbiamo pensato ad una serie di attività di consulenza - informative e formative - rivolte anche ai singoli Accompagnatori interessati, e che possono spaziare dalla semplice telefonata, agli incontri con il nostro Gruppo di Lavoro, ai Corsi di Specializzazione, al tutoraggio post-corsi, a serate tematiche, o a linee guida che se ne stanno lì, sul Sito, e occhieggiano a chi vuol esserci. Vorremmo dirvi del fieno che è stato messo in cascina:

- A seguito dei corsi di specializzazione frequentati, gli Accompagnatori che si sono successivamente avvalsi delle nostre competenze sono stati, ad ora, elementi provenienti da Toscana, Abruzzo, Campania, Liguria, Sardegna. Il supporto del Gruppo di Lavoro ha permesso ad alcuni di loro di avviare le attività trasmettendo le nozioni di base, mentre altri, già all'opera, ci hanno contattati per confronti e aggiornamenti (Calabria, Sicilia, Lazio). Degno di menzione l'ampliamento alle scuole secondarie (di primo e secondo grado), campo più nuovo rispetto a quello estremamente consolidato da FIE sulla scuola primaria, che ha regalato molta motivazione a chi vi si è cimentato: riuscire a fare breccia sugli adolescenti è impresa più difficile, mentre, in alcuni casi, la proposta FIE, per il tramite di

un'ottima Associazione, si è rivelata un veicolo per andare a migliorare anche il tessuto sociale di alcune realtà giovanili a rischio.

- La Commissione Federale ha creato un centro di competenze generando un nutrito archivio contenente i progetti già svolti da Accompagnatori di grande esperienza, che con tanta gentilezza ci hanno messo a disposizione. I contributi, poi rivisti ed attagliati ad un uso generalizzato per tutte le regioni, sono ora a disposizione di chi voglia attingere esempi e idee per altre progettazioni. A seguito di un incontro dei richiedenti con il GdL, in cui vengono fissati i parametri e definite le necessità, viene selezionato ed inviato il materiale occorrente (suddiviso in scuola dell'Infanzia, Scuola primaria e Secondaria).
- A maggio 2024 si è svolto un gemellaggio giovanile interregionale/interassociativo tra le Associazioni "O.S.A. Valmadrera" della Lombardia e "Gr.E.G. Vallescrivio" della Liguria, che ha ospitato gli amici sui Forti di Genova: una gioiosa partecipazione di più di 120 persone per due sole Associazioni, con grande spiegamento di Accompagnatori, che invitiamo a replicare in altre regioni.
- Sono state composte e pubblicate sul Sito Federale le linee guida per la gestione dei corsi di escursionismo giovanile domenicali rivolti ai minori
- Con il contributo prevalente e fondamentale della Commissione Federale Formazione e le ottime collaborazioni della Commissione Federale Accompagnatori, e della Commissione Scuole del CR Liguria, in Liguria si è svolto un corso per accompagnamento escursionistico indirizzato ai docenti scolastici dell'Istituto Comprensivo di Campomorone (GE), su espressa richiesta dell'Istituto stesso, che da anni si avvale di varie Associazioni FIE. per le uscite scolastiche. La finalità del corso richiesto era la formazione di docenti più preparati e consapevoli durante le attività escursionistiche della scuola, docenti che possano diventare, da "accompagnati", ad "accompagnatori - parte attiva". Il modulo formativo - a disposizione di quelle Associazioni che ne facciano richiesta - è replicabile, laddo-

ve vi siano coordinatori scolastici orientati a questi progetti ed Associazioni FIE con Accompagnatori disponibili sul territorio. Il corso teorico online è culminato con due uscite pratiche rivolte ai soli insegnanti, più un'uscita scolastica extra, in notturna, rivolta invece alla classe terza della secondaria di primo grado dell'Istituto, avente come tema l'orientamento con l'osservazione del cielo a seconda delle stagioni, e le leggende astronomiche legate ai miti greci (Un grazie speciale alla nostra AE Alessandra Bruzzi, astronoma).

- Il GdL è attualmente al lavoro per sondare la possibilità di curare la presenza di una organizzata sezione giovanile al Raduno Nazionale congiunto di Marcia di Regolarità ed Escursionismo che si svolgerà in Piemonte, ad Avigliana, i prossimi 16/17/18 Ottobre. L'intento sarebbe quello di proporre attività dedicate ai ragazzi, in varie forme: escursionistiche, ludiche. Il lavoro, ancora allo stato progettuale, consta di molte sfaccettature ed un notevole sforzo organizzativo, sia da parte del CR ospitante che dei referenti giovanili, nella speranza che diventi realtà. In ogni caso, nulla andrà perduto, poiché il progetto comunque concepito potrà essere speso per eventi futuri di portata nazionale che guardino ai giovani.

Ed ora qualche dato "tecnico":

Membri del GdL Scolastico/Giovanile:

- Laura Caviglia, AEN, dalla Liguria, Commissaria Federale, coordinatrice del GdL
- Giuseppe Canali, AEN, dalla Lombardia, Referente Federale per il comparto
- Angela Valenzise, AE, dalla Calabria
- Michela Bronzi, AE, dall'Umbria

Questo staff combina le competenze di una persona con esperienza cinquantennale nei corsi di escursionismo giovanile, una con esperienza venticinquennale nelle uscite scolastiche e con lunga esperienza di gestione di gruppi di escursionismo giovanile, un'insegnante di scienze motorie presso una scuola secondaria di primo grado, ed una ex insegnante presso la scuola primaria, estremamente attiva nell'escursionismo giovanile. Il GdL si riunisce una volta al mese.



Gemellaggio giovanile interassociativo Liguria/Lombardia: ragazzi e Accompagnatori



Parte dei docenti in una delle uscite pratiche del corso dedicato a loro

- Accompagnatori specializzati al corso Federale "Escursionistico/Giovanile", prima e seconda edizione (inclusi i progettisti del corso): **79**;
- Accompagnatori attivi in Italia in ambito giovanile: ca. **50**;
- Insegnanti formati da FIE Federale: **28** (Scuola dell'Infanzia, Scuola Primaria e Secondaria di primo grado).

2. Settore "ESCURSIONISMO RIVOLTO A PERSONE CON DISABILITÀ"

Una premessa necessaria ed un ringraziamento speciale vanno al Referente Federale Giovanni Russo, quale uomo quasi capace di generare miracoli! In tempi in cui l'Associazione in generale (non specificamente e soltanto in FIE) vede un calo di volontari disponibili, il

vulcanico Giovanni, da discente di un corso di specializzazione, si è repentinamente trasformato – senza personalismi – in creatore di un progetto escursionistico a 360 gradi unico in Italia, a servizio di persone con difficoltà di vario tipo, in forma totalmente gratuita, a cui varie realtà esterne a FIE stanno guardando con molto interesse. Mentre nascevano presso vari Enti corsi di conduzione per ausili motori in escursione, Giovanni già progettava un sistema concreto di inclusione in natura aperto a persone con ogni tipo di disabilità, con un approccio psicologico specifico, in assoluta coerenza con il nostro corso di specializzazione, diventato in Campania immediata realtà operativa con molte uscite dedicate, grazie alla collaborazione di tanti amici Accompagnatori Escursionistici. Sensibile all'inclusione anche nel linguaggio, capacissimo organizzatore tecnico in escursione, attento agli errori generati dalle prime esperienze in un campo nuovo un po' per tutti, lungimirante gestore dei progetti nazionali, instancabile, preciso ed empatico.

Come per il settore Giovanile, gli Accompagnatori che si sono avvalsi delle nostre competenze sono stati, ad ora, quelli provenienti da Toscana, Campania, Liguria, Sardegna, Basilicata. Il supporto del Gruppo di Lavoro ha aiutato alcuni di loro nell'avvio delle attività, laddove possibile anche formandosi sul campo per l'utilizzo della joelette (per esempio, alcuni dalla Basilicata e dalla Liguria). Anche lo scambio esperienziale con alcune Accompagnatrici piemontesi si è rivelato assai proficuo. Il sogno nel cassetto sarebbe quello di replicare in altre regioni l'esperienza Campana, con un gruppo di ragazzoni affidabili che organizza regolarmente eventi inclusivi in meravigliose zone della regione, ed è riuscita a fondere con successo l'escursionismo scolastico con quello inclusivo, accompagnando in escursione, sempre con il sorriso e la serietà operativa, anche disabili gravi, puntando su un importante numero di Accompagnatori Escursionistici. Perché il vero obiettivo – come dice sempre Giovanni – è quello di arrivare a chiudere il comparto specifico, quando accompagnare in natura le persone con disabilità, includendole di prassi nei gruppi escursionistici, sarà la norma per tutti. Nel frattempo, il



GdL Federale ha prodotto:

- il Vademecum FIE per la classificazione dei sentieri accessibili
- A maggio-giugno 2024, la terza edizione del Corso di specializzazione per l'accompagnamento escursionistico a persone con disabilità, introducendo il trattamento di nuove tipologie di disabilità rispetto alle due edizioni precedenti
- L'apertura delle pagine Social Instagram e Facebook del Gruppo Federale "FIE Camminiamo tutti Insieme", dotatosi di logo distintivo.
- Una serata tematica, come importante momento formativo (ma anche tanto emozionante) con la proiezione online del docufilm sull'Autismo "Passu Passu", che ha visto protagonisti i ragazzi autistici di un'Associazione nostra affiliata, insieme ai loro caregiver, impegnati ogni anno in Cammini a lunga percorrenza, ripresi spontaneamente durante il trekking in tempo reale, con le problematiche e le soddisfazioni dell'avventura. Il film, non disponibile in rete, è stato proiettato in esclusiva per i nostri Comitati Regionali, con dibattito a seguire, alla presenza dei genitori e del regista
- La realizzazione di alcune demo sull'utilizzo della K-bike e della joelette, presenti sui canali Federali
- La partecipazione al Tavolo 6 (Inclusione) degli Stati Generali del C.A.I. (16 e 30.10.2024), riscuotendo interesse per il progetto e richieste di collaborazione da parte di vari partecipanti
- La creazione del Referente Regionale FIE per la disabilità: una figura di riferimento per ogni regione, che promuova e coordini le attività inclusive, debitamente appoggiata dal GdL Federale. Alcune regioni hanno individuato la persona disponibile, altre ancora no, e per queste il contatto rimane, ad interim, il Presidente di Comitato Regionale. Il GdL ha indetto incontri formativi allo scopo, e la tabella delle persone di riferimento si trova sul nostro Sito Federale, alla pagina dell'Inclusione
- In collaborazione con la Commissione Sentieri, è stata avviata la pubblicazione, sulla piattaforma Fiemaps, dei primi percorsi certificati FIE come accessibili: vademecum

alla mano, vengono svolte l'individuazione e la tracciatura di percorsi adatti, tramite il lavoro dei referenti regionali alla disabilità, che, una volta testati i percorsi, trasmettono i dati a Giovanni Russo, che verifica e sistema le schede, prima di inviarle ai referenti di Fiemaps. Si tratta di un work in progress per il quale si auspica un importante sviluppo, con il contributo delle varie regioni.

Membri del GdL Disabilità:

- Laura Caviglia, AEN, dalla Liguria, Commissaria Federale, coordinatrice del GdL
- Giovanni Russo, AE, dalla Campania, Referente Federale per il comparto
- Luigi Milano, Tesserato FIE, dalla Campania
- Tiziano Rugiati, AE, dalla Toscana
- Gabriele Parcelli, AE, dalla Liguria
- Antonio De Martino, AE, dalla Campania
- Armando Pace, AE in tirocinio, dalla Campania
- Mauro Mantovani, AE, dalla Liguria.

Questo nutrito gruppo, per la molteplicità del lavoro e la delicatezza del tema, richiede esperienze e competenze tra le più varie, e risulta attualmente ben assortito: si incrociano le attività di un paraplegico che è anche venditore/esperto di dispositivi motori, di un esperto ventennale dell'accompagnamento di persone con disabilità sia fisica che cognitiva, tracciatore di sentieri esperto in GPS, speleologo e soccorritore in ambiente alpino, e di un ex direttore di un centro per disabili psichici, soccorritore del 118, che ha svolto la tesina del corso AE costruendo un progetto interattivo informatico e pratico di escursioni in

joelette, poi un Avvocato, esperto sul campo di escursioni in joelette, e un grafico, anch'esso esperto sul campo di escursioni in joelette, infine un laureato in Comunicazione Visiva, esperto video, volontario presso una P.A., che ha svolto con il collega la tesina del corso AE costruendo un progetto interattivo informatico e pratico di escursioni in joelette. Il GdL si riunisce una volta al mese.

Totale degli Accompagnatori FIE specializzati al corso Federale "accompagnamento escursionistico a persone con disabilità", prima, seconda e terza edizione (inclusi i progettisti del Corso): **117**
Totale Accompagnatori FIE regolarmente attivi in Italia in ambito disabilità: ca. **50**.

Alcuni Accompagnatori, da varie regioni, ci segnalano difficoltà di varia natura che talvolta impediscono l'avvio concreto dei progetti, nonostante il loro impegno e la volontà. Per questo abbiamo bisogno della collaborazione di tutti, affinché la nostra Federazione possa continuare a crescere in questo ambito più che mai attuale ed urgente, contemplato tanto dall'Agenda 2030 quanto dai nostri fini Statutari, ma prima ancora dal desiderio di ognuno di noi di non lasciare indietro nessuno.

Sappiamo che ci aspetta ancora molto lavoro da fare. Accompagnare in escursione giovani e persone con particolari difficoltà significa uscire dalla "comfort zone" dell'escursione classica, mettendosi maggiormente in discussione ed essere desiderosi di imparare da chi, accettando la nostra compagnia, ci gratificherà in un modo che soltanto chi ha provato può conoscere. Bellissimo e indescrivibile. Significa anche fare i conti con un tesseramento altalenante, che vede un grande

impegno nei singoli ai fini della fidelizzazione. Ma che si pone anche come valida scommessa per lo sviluppo futuro. E come in tutte le esperienze impegnative, la salita ripaga enormemente. E ci apre al nuovo.

Per entrambi i settori, uno degli obiettivi futuri è quello di diventare facilitatori anche segnalando alle Associazioni opportunità di bandi a cui aderire per lo sviluppo dei progetti.



Un'escursione ben riuscita che è diventata la nostra immagine...

3. Settore "CENSIMENTO RIFUGI ED ALTRE STRUTTURE GESTITI DALLE ASSOCIAZIONI AFFILIATE"

Il grande mondo FIE racchiude in sé molte Associazioni che gestiscono Rifugi, Bivacchi, strutture ricettive varie come Case Vacanza, in quota e non.

L'obiettivo principale di questo progetto Federale, è quello di dare maggior visibilità, su scala nazionale, a tutte le strutture meritoriamente gestite dalle nostre Affiliate: i benefici saranno, per chi gestisce, una buona pubblicità, e per chi ne fruirà, una maggiore offerta di ricettività "dedicata" e vicina ai nostri ideali, con l'auspicio che tutto questo contribuisca a generare nuove avventure, nuovi orizzonti, nuove amicizie, ed un contributo al rilancio anche economico e culturale dell'intero territorio, oltretutto veicolare anche verso l'esterno un'immagine sempre più accattivante del mondo FIE. Il lavoro prende spunto da un primo sondaggio avviato da Elvira Romeo in tempo di pandemia, verso tutte le Associazioni affiliate, a cui avevano risposto ca. 35 Associazioni, chi in maniera affermativa, chi in negativo. Il questionario è stato rielaborato, cercando di raggruppare quante più informazioni possibili sulle eventuali strutture in gestione, per poter fornire una fedele fotografia del punto di sosta che potremo sognare per i nostri trekking, le vacanze con la famiglia, le escursioni giornaliere, verificando in anticipo se quello che abbiamo individuato corrisponde alle nostre aspettative. Il lavoro è ancora abbondantemente in corso, e iniziano a comparire i primi esiti, che via via vengono inseriti sul Sito Federale alla Sezione "Rifugi". Per sua natura, sarà sempre un Work in progress.

Questi i componenti del GdL preposto:

- Laura Caviglia, dalla Liguria, Commissaria Federale, coordinatrice del GdL
- Luciana Perucchio, dalla Liguria, per la segreteria e la gestione amministrativa del flusso dei dati in uscita e in entrata
- Giovanni Leo per il supporto tecnico-informatico (con la collaborazione di Alberto Soave).

(Si ringraziano Alessandro Nutini e Mauro Mantovani per il grande supporto tecnico di partenza). Questo GdL si riunisce all'occorrenza.

Altri progetti in capo alla Commissione Federale sono in costruzione, per favorire e sviluppare l'Escursionismo in tutte le sue forme.

Abbiamo assunto questo impegno non come un'incombenza calata dall'alto, ma come un'idea in cui crediamo per primi, e insieme costruiamo e promuoviamo. Abbiamo imparato in questi anni che, affinché i progetti possano concretizzarsi sui territori ed essere condivisi e riprodotti altrove, i coordinatori devono impegnarsi in un lavoro paziente, costante e preciso tra tutti gli attori. Quella che per noi è stata fondamentale, è una grande comunicazione, quasi quotidiana, allargata anche ad alcuni Commissari Federali quali Ugo Stocco (Commissione Formazione), e Alessandro Nutini (Commissione Accompagnatori), poiché le nostre tematiche vicine generano (proficui) confronti, e ruoli felicemente intersecanti e interagenti.

Vorrei ancora raccontarvi del clima di confidenza e amicizia che si respira nei nostri GdL, in cui si parla apertamente, e tutti si concorre con entusiasmo al buon andamento. Qualcuno procede anche con fatica a causa dei molti impegni concomitanti, ma nessuno ha mai dato le dimissioni dal Gruppo, perché vuole continuare, anche se a piccoli passi. Per accelerare il grande lavoro e alleggerire gli amici, rileviamo l'esigenza di essere aiutati da nuove forze che desiderino mettere a disposizione un po' del loro tempo, e che non si spaventino di qualche difficoltà: esortiamo quindi chi sia disponibile a collaborare, a contattare la Commissione Federale. Il lavoro è stato molto, ma ce ne attende molto di più, per un obiettivo comune impegnativo e appagante, che è in continuo divenire...: l'Escursionismo – che sta nel nome della nostra Federazione – in tutte le sue forme.

Come si può evincere sia dai territori di provenienza che dalle esperienze personali dei volontari, la Commissione si compone di risorse abbastanza eterogenee, che potranno essere incrementate, perché "Escursionismo e Territori" può significare molti altri e diversi progetti futuri, che attendono... se nuove forze saranno con noi.

Vi aspettiamo!!

Laura Caviglia

Commissario Federale - "Escursionismo e Territori"

ESCURSIONE AI MONTI DEL MATESE



Giornata solidale

**Rendere concreto
un obiettivo**

Vivere una giornata di inclusione

**Rendere possibile quello
che sembra impossibile
senza sentire il peso
della fatica**



Escursione nel verde Matese - Foto di Sergio Mellucci



Lago di Gallo Matese, (Parco Regionale del Matese)

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 Simeone, Presidente del Gruppo GEM - Gruppo Escursionistico del Matese.

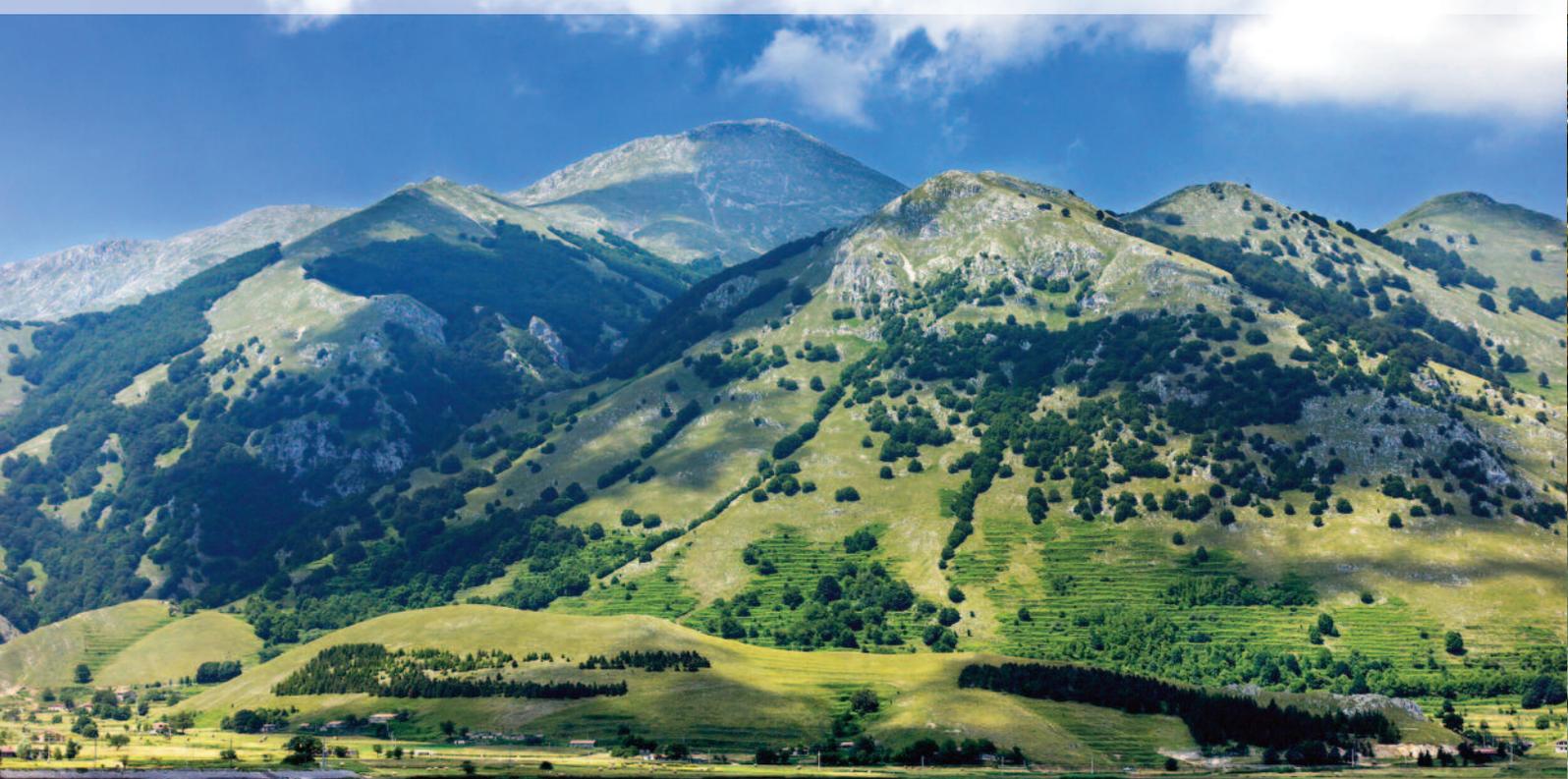
Pasquale ha messo insieme, sotto l'egida della FIE, più di cento persone che hanno accompagnato Antonio, Luigi e Amerigo grazie all'utilizzo di tre *Joulette* messe a disposizione da altrettante associazioni Campane affiliate alla FIE.

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

Pianellone, 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 altro 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

Monte Miletto, (Parco Regionale del Matese) - Foto di Alessandro Mangione





Monte Gallirola dal Matese al Tirreno - Foto di Sergio Mellucci

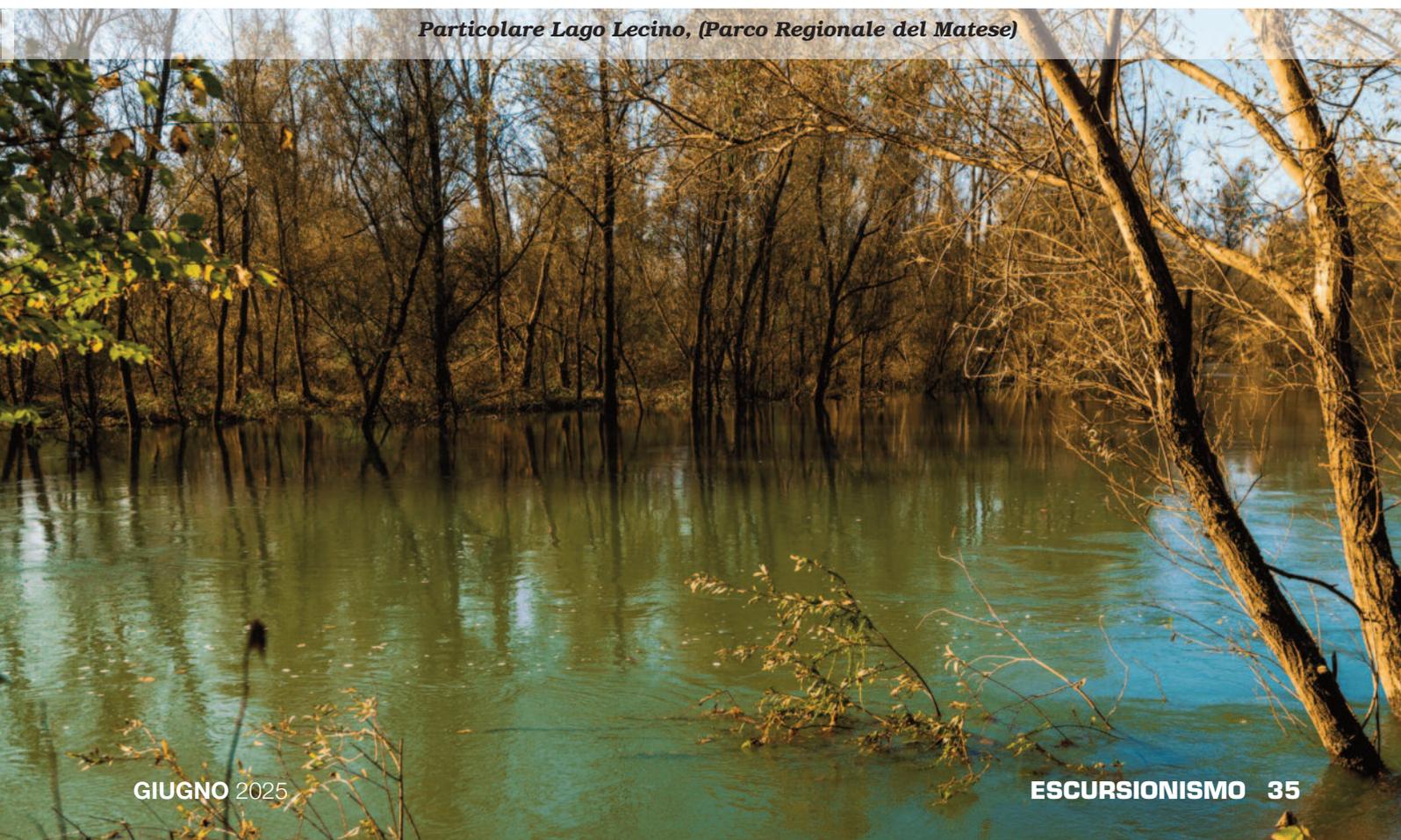
alla FIE, la sezione C.A.I. di Piedimonte Matese e altre venute ancora da più lontano, come gli amici lucani dei Lupi del Raparo, qualcuno che ha avuto l'onore di mettere a disposizione i propri dispositivi per vivere una giornata che ha trasformato una semplice passeggiata in montagna in un evento straordinario, 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

Particolare Lago Lecino, (Parco Regionale del Matese)



Tempo di Bilanci per la Commissione Ambiente

FIE CAMPANIA

UN ANNO DI IMPEGNO E RISULTATI PER LA COMMISSIONE AMBIENTE FIE CAMPANIA:

Un Bilancio Entusiasmante (con Ringraziamenti Speciali).

Un vento di rinnovamento e un forte impegno per la tutela del nostro prezioso patrimonio naturale hanno animato il primo anno di attività della Commissione Ambiente della Federazione Italiana Escursionismo Campania. Questo periodo inaugurale è stato caratterizzato da iniziative concrete, collaborazioni strategiche e una partecipazione attiva a eventi di rilievo nazionale, gettando solide basi per un futuro all'insegna della sostenibilità e della conoscenza ambientale.

UN FINANZIAMENTO VITALE:

Accesso ai Fondi del Bando Ambiente FIE

Uno dei primi e più significativi successi è stato l'ottenimento dei fondi messi a disposizione dal Bando Ambiente della Federazione Italiana Escursionismo per il progetto "Ripristino e Conservazione di un Ecosistema Mediterraneo". Questo risultato non solo testimonia la qualità e la concretezza delle proposte elaborate dalla Commissione, ma rappresenta anche un'iniezione di risorse fondamentale per la realizzazione di progetti futuri volti alla salvaguardia degli ecosistemi campani e alla promozione di una fruizione consapevole del territorio. L'accesso a questi fondi ci permette di guardare con maggiore fiducia alla concretizzazione di azioni di monitoraggio, sensibilizzazione e conservazione.



INSIEME PER LA BIODIVERSITÀ:

La Partecipazione al Fototrappolaggio presso l'Oasi WWF di Persano.

La Commissione Ambiente ha attivamente partecipato ad una campagna di monitoraggio mammiferi attraverso attività di fototrappolaggio presso l'Oasi WWF di Serre Persano. Il supporto operativo e tecnologico a questa attività di monitoraggio ha consentito di interfacciarsi con diverse realtà di eccellenza nella conservazione ambientale ha permesso ai nostri membri di acquisire competenze pratiche nel monitoraggio della fauna selvatica, contribuendo alla raccolta di dati cruciali per la comprensione e la tutela della biodiversità locale. L'esperienza diretta sul campo ha rafforzato la consapevolezza dell'importanza di metodologie scientifiche per la gestione ambientale.

APPROFONDIMENTO E CONNESSIONI:

Il Convegno e il Seminario presso l'Oasi WWF Serre di Persano.

L'impegno della Commissione si è concretizzato anche nella partecipazione al convegno "La sta-



bile e rispettoso verso l'ambiente naturale durante le attività escursionistiche, promuovendo la cultura della sostenibilità e la conoscenza delle buone pratiche.

Un Ringraziamento Speciale.

Desideriamo esprimere un sentito rin-

zione di monitoraggio dei mammiferi dell'Oasi WWF Serre di Persano" e al seminario "La Biodiversità in Italia e le sfide del National Biodiversity Future Center", entrambi ospitati dalla prestigiosa Oasi WWF di Serre di Persano. Questi eventi hanno rappresentato importanti momenti di aggiornamento scientifico e di confronto con esperti del settore, fornendo spunti fondamentali per orientare le future attività della Commissione e rafforzando il legame con il mondo della ricerca e della conservazione.

UN PONTE VERSO LA RICERCA:

La Convenzione con l'Università degli Studi di Salerno.

Un traguardo di particolare rilevanza è stata la stipula della Convenzione di Ricerca con l'Università degli Studi di Salerno, Dipartimento di Chimica e Biologia. Questa collaborazione strategica apre nuove e stimolanti prospettive per la Commissione Ambiente. Attraverso la sinergia con il mondo accademico, sarà possibile avviare progetti di ricerca congiunti, beneficiare di competenze scientifiche avanzate e contribuire attivamente all'avanzamento della conoscenza in materia di ambiente e biodiversità nel contesto campano.

PROMUOVERE LA SENSIBILITÀ AMBIENTALE:

La Partecipazione a Open, il Salone Internazionale dell'Outdoor.

La presenza al terzo Salone Internazionale dell'Outdoor, Open, ha rappresentato un'importante opportunità per la Commissione Ambiente di dialogare con un vasto pubblico di appassionati di attività all'aria aperta, operatori del settore e altre realtà associative.

Questa partecipazione ha permesso di sensibilizzare sull'importanza di un approccio responsa-

graziamento ad Ugo Stocco, Commissario Federale Formazione, la cui costante ispirazione e guida si sono rivelate preziose per l'operato della Commissione. La sua visione e il suo supporto sono stati un faro nel nostro percorso.

Un ringraziamento altrettanto caloroso va a tutto il Comitato Regionale Campano, presieduto da Attilio Romano, che ha costantemente rappresentato la spalla forte per l'intero team. Il Suo supporto costante e la fiducia accordataci sono stati fondamentali per il raggiungimento di questi importanti risultati.

Conclusioni e Prospettive Future.

Questo primo anno di attività della Commissione Ambiente FIE Campania è stato indubbiamente proficuo e ricco di risultati concreti. L'accesso a finanziamenti importanti, la partecipazione a iniziative di monitoraggio e formazione, la creazione di solide collaborazioni con enti di ricerca e associazioni ambientaliste, e la presenza in contesti di promozione del territorio, testimoniano un impegno costante e una visione chiara degli obiettivi da perseguire.

Guardando al futuro, la Commissione Ambiente è determinata a proseguire su questa strada, intensificando le azioni di tutela, promuovendo la conoscenza e la consapevolezza ambientale tra gli escursionisti e la comunità, e continuando a costruire sinergie strategiche per la salvaguardia del meraviglioso patrimonio naturale della Campania.

Questo primo anno è solo l'inizio di un percorso che ci vedrà protagonisti attivi nella difesa dell'ambiente e nella promozione di un escursionismo sempre più responsabile e sostenibile.

Alessandro Milite

SECONDO RADUNO DELLE ASSOCIAZIONI FIE DEL LAZIO

Lo scorso ottobre si è svolto nel territorio di Oriolo Romano il raduno delle associazioni FIE del Lazio nel segno della gestione dell'acqua. Una giornata tra storia, poesia, natura

Il tema ed il territorio

Filo conduttore del 2° raduno è stato **l'acqua come bene comune primario**. Nella nostra epoca sarà sempre più attuale una coscienza ed una conoscenza che ci porti a non sprecare questa fonte primaria di vita.

Noi tutti della FIE, sia come accompagnatori che come camminatori, siamo chiamati a fare opera di sensibilizzazione per preservare e diffondere il rispetto e la difesa di questo bene vitale.

Oriolo Romano fu pianificata nella organizzazione economica e urbanistica dal suo fondatore della famiglia nobile Santacroce come "Città ideale e felice". Quando infatti, nel 1560 Giorgio Santacroce fondò il primo insediamento del borgo, fece applicare un piano regolatore razionale e preciso, capace di soddisfare le necessità del popolo e dei signori.

Ancora oggi Oriolo Romano gode di questo particolare carattere urbanistico apparendo come uno dei pochi esempi di insediamento umano dettagliatamente pianificato nel suo assetto e nei suoi spazi. Queste le sue caratteristiche fondamentali: strade rettilinee, un giardino e un orto per ogni casa, una grande piazza per i momenti di incontro e una grande via, l'antica via Clodia, per il passaggio delle attività commerciali. Vedere mappa,

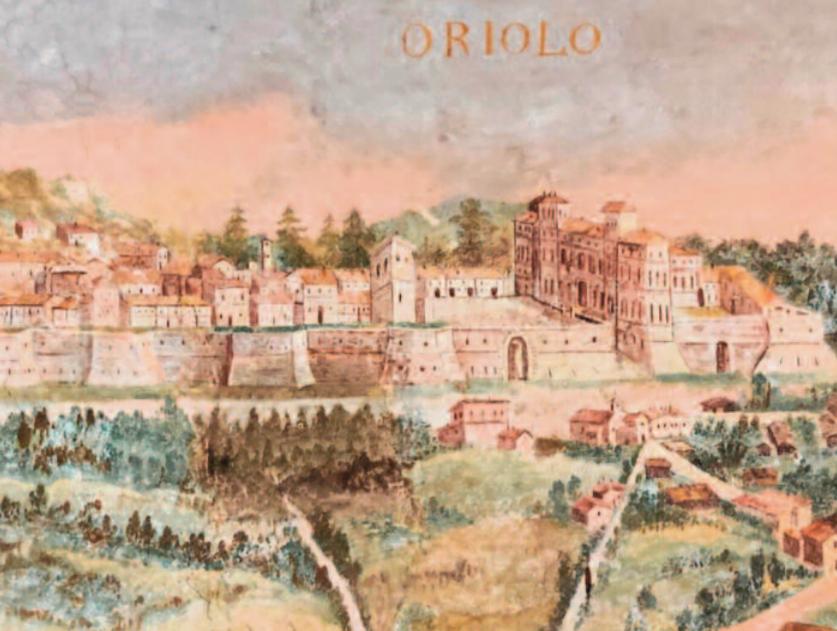


Una delle poesie lette da Danilo Zuliani

Acqua

L'acqua comprende
benz la civiltà;
Mi bagna i piedi, ma gentilmente,
mi rinfresca la vita, ma con intelligenza,
Non è sconvolta,
non ha il cuore spezzato:
Se ben usata, decora la gioia,
Adorna, raddoppia la gioia;
Se usata male, distrugge,
in tempo e misura perfetti
Con un volto di piacere dorato
Distruggerà dolcemente.

Ralph Waldo Emerson



Veduta di Oriolo da un affresco di Palazzo Altieri
Dal sito: www.visitarelatuscia.it



Dalla Planimetria di Oriolo. Catasto Gregoriano. Anno 1819
Dal sito pubblico: <https://fototecaoriolo.weebly.com>



Foto di un gruppo di partecipanti davanti a Palazzo Altieri

Oriolo, potrebbe derivare da hordeolus, 'chicco d'orzo', secondo un'ipotesi che risale a Gerhard Rohlf[s]. Più probabile appare la derivazione da aureus 'd'oro', in analogia con omonimi lombardi, per la fecondità del terreno o anche da Aureoulus, nome personale romano. Anche Pellegrini sostiene la derivazione da aureu per il toponimo laziale. Sulle colline dei monti Sabatini, Oriolo Romano è a ridosso del Lago di Bracciano, tra boschi di antichi faggi, cerri e castagni. Si trova all'interno del Parco Naturale Regionale Bracciano-Martignano (a nordovest della capitale, bassa tuscia). Il territorio vanta le Olmate, l'antico giardino Palazzo Altieri, e la rigogliosa Faggeta di Monte Raschio, patrimonio mondiale naturalistico dell'UNESCO dal 2017.

L'organizzazione ed i partecipanti

L'ideazione del raduno è stata ideata ed organizzata dall'associazione **Yogarmonia Walking e Trekking**.



Consegna gagliardetti FIE: Macaro, Miccoli, Guadalà (Amici della Via Clodia), Ferretti (CAI)

Foto di Luciano Bedini



Fontana Vecchia

E' stato un grande successo con la partecipazione di circa 130 persone delle 10 associazioni FIE del Lazio, tra cui un folto gruppo di circa 50 persone dell'associazione Atargatis.

C'è stato anche un importante coinvolgimento del territorio con la partecipazione dell'amministrazione comunale di Oriolo e di varie associazioni della zona: Paolo Guadalà presidente dell'associazione **Amici della Via Clodia**; Tito Ferretti presidente **Sezione CAI Oriolo Romano**; Ennio Soldini Presidente di **ASD Archeobike & Tarkna trekking**.

L'escursione

L'escursione è iniziata davanti al Palazzo Santacroce-Alfieri a Piazza Umberto I con i saluti istituzionali FIE e delle Autorità locali e delle altre associazioni esterne partecipanti al raduno. Abbiamo poi visitato il sistema delle fontane e dei fontanili più rilevanti del borgo di Oriolo Romano, a cominciare dalla Fontana Vecchia dove c'è stata una lettura e un'introduzione al tema centrale



Albero secolare - Parco Altieri

dell'escursione. Ad ogni tappa Danilo Zuliani ha letto poesie e pensieri dedicati all'acqua.

Successivamente abbiamo fatto visita al Parco di Palazzo Altieri con le sue piante secolari, dove è avvenuta una breve meditazione di pochi minuti di contatto con la natura ed il luogo.

Il percorso ad anello ci ha poi portati alla Mola ed alla sua cascata, Monumento Naturale. Il parco della Mola, che si estende a circa 5 km dal centro del paese di Oriolo Romano, prende il nome dal vecchio molino, costruito nel 1573 dal feudatario Giorgio Santacroce. Tale costruzione sfruttava le acque del fiume Mignone del fosso Biscione per realizzare la molitura del grano da farina.

La Mola, detta del Biscione, è immersa nel verde a poca distanza dai resti delle antiche opere di canalizzazione e delle mura perimetrali in tufo. In tutta l'area non mancano manifestazioni termali tipiche di un territorio vulcanico come quello della Tuscia. Tra le sorgenti termali maggiori si registra sicuramente quella della Mola stessa, caratterizzata da acqua tra i 25 e i 28



Nel Parco della Mola



gradi centigradi e da abbondanti emissioni gassose. All'interno del Parco della Mola, l'Università di Roma Facoltà di Agraria ha allestito un parco con tavoli per il ristoro e due piccole piscine che raccolgono l'acqua sulfurea termale locale. Giunti alla Mola abbiamo effettuato una visita con spiegazione storico-naturalistica dei luoghi.

Nella zona picnic della Mola al termine della visita c'è stata una simpatica pausa conviviale con pranzo a base di zuppa, porchetta e verdure preparate dagli organizzatori e volontari locali (in particolare i "cuochi" Stefania Bochicchio, Maja Borer, Ennio Soldini) e molti dolci e vino portati dai partecipanti.

Il Palazzo Santacroce-Altieri

Nel pomeriggio al rientro in paese c'è stata la possibilità di visitare il palazzo Santacroce - Altieri, che domina la Piazza Umberto I. Il palazzo fu fondato da Giorgio II Santacroce nel 1579.

Dopo i Santacroce fu successivamente abitato ed ampliato dagli Orsini e dagli Altieri.

Attualmente appartiene al Ministero della cultura.



**Collezione delle Belle;
Laura Caterina Altieri**

Il progetto è in stile manierista. La tradizione attribuisce il progetto al Vignola, cui è attribuita anche l'antistante Fontana delle Picche (dalla quale è tratta l'immagine del mascherone della locandina del raduno). Sotto gli Altieri la struttura è stata modificata da Carlo Fontana, dandogli la configurazione attuale con l'aggiunta delle ali laterali e del cortile.

Gli interni sono stati affrescati dalla scuola di Taddeo Zuccari. Nella galleria ci sono in particolare due cicli di ritratti: i ritratti dei Papi di vari artisti e i ritratti delle Belle di Ferdinand Voet.

Nel 1981 nel palazzo sono state ambientate alcune scene del film In Marchese del Grillo di Monicelli.

Giuseppe Miccoli, Mario Macaro - Foto: Mario Macaro



I cuochi



Palazzo Altieri a fine 500

Gruppo di partecipanti alla Mola



VENTO DI RINNOVAMENTO

Tra accessibilità universale e ambiente

Il Rinnovo

Con l'espressione del voto, le nostre Associazioni e le sue componenti ci hanno fatto un grande regalo: la loro **fiducia**. Il primo ringraziamento alle Associazioni! (foto 1)

La **Fiducia** è un elemento importante, da portare con Noi eletti, durante tutto il mandato, ed alla quale corrisponde e rappresenta un grande **impegno** ed una grande **responsabilità**.

Il secondo ringraziamento a Tutte e Tutti coloro che si sono impegnate/i in questi anni, prima come Delegazione e poi come Comitato Regionale, tante Consigliere e tanti Consiglieri, le Associazioni che si sono avvicinate,

gli Accompagnatori di escursionismo, Commissari/ie Regionali ed infine i nostri due past President: Alessio Latini e Angelo Michele Latorre.

A loro, un ringraziamento per aver portato il Comitato Regionale Toscana sino a qui.

Al nuovo Consiglio la responsabilità di una grande **eredità** e l'impegno a continuare con la vision verso un Comitato grande ed un grande Comitato.

Auspichiamo ed auspicio di portare avanti il cambiamento della FIE, richiesto dagli Organi Federali e "di tenere il passo", facendo leva sulle Persone, sulle Associazioni, sull'Organizzazione e tenendo ben presente due valori fondamentali, quali **la partecipazione e l'ascolto**.

Vi salutiamo e Vi saluto così ... cercando di essere consapevoli del **patrimonio** di Persone, del Patrimonio dell'Ambiente in cui viviamo, del patrimonio di far parte della Federazione.

Tutto è una grande opportunità, cerchiamo di coglierla Tutte e Tutti insieme!

Cinzia Manetti

Nell'anno del decennale, la scommessa del nuovo mandato

Il 15 febbraio 2025, segna una data importante per il Comitato Regionale Toscana, con il rinnovo delle componenti per il mandato 2025/2028.

Nell'anno del decennale, il passaggio di testimone ad una nuova Presidenza e ad un nuovo Consiglio Regionale equilibrato per genere, competenze, motivazioni e all'insegna della **continuità**



Il nuovo Consiglio Regionale

e dell'**evoluzione**. Continuità ed Evoluzione, due parole chiave, caratterizzate dall'impegno nel trionomio **Ambiente & Escursionismo & Discipline sportive**.

Continuità ed Evoluzione saranno fondate sui **valori** guida dell'**Ascolto**, dell'**Accessibilità Universale**, come diritto, **della Partecipazione**, verso quel senso di **Appartenenza**, che riduce le distanze, abbatte le barriere ed i confini ... verso nuovi Orizzonti.

Valori che diventeranno (lo speriamo) così **parte integrante dei nostri comportamenti**, da non



13/04/2025 - Un Castello per Tutti/e - Foto di Giordano Cioli



doverli evidenziare ogni volta o sostenere con Commissioni regionali ad hoc.

Il Comitato che, dal Congresso Nazionale del 2021, guarda Oltre Il Confine e dove due nuove Commissioni volute dalla neo presidenza – unendosi alle altre – segneranno insieme il nostro nuovo orizzonte rivolto al “for All”: la Commis-

sione Accessibilità Universale e la Commissione Ambiente. L’attenzione e l’impegno verso l’accessibilità universale, in Europa “for All”, per una nuova Commissione pronta a rafforzare la rete e fare massa critica tra coloro che negli anni si sono impegnati/e e sono tutt’ora impegnati/e nella promozione di alleanze tra i vari portatori di interesse, siano essi singole Persone, le Famiglie, le Istituzioni, gli Enti del Terzo Settore, la Comunità nel suo complesso.

Un esempio, l’iniziativa, tra sport e inclusività, promossa dall’Associazione Radici nel Chianti, svoltasi il 13 aprile 2025, da titolo *Un Castello per Tutti*, presso il Castello di Meleto a Gaiole in Chianti, dove il “for All” e la partecipazione di numerose Associazioni del territorio sono state l’anima di tutta la giornata, che sintetizziamo con la foto di Giordano Cioli. (foto 2)

Tanti modi per vivere l’ambiente e le Persone, attraverso l’escursionismo e non solo, con iniziative dedicate ad hoc, diventate o che diventeranno appuntamenti **annuali** per una “**cittadinanza attiva**”, dove le Socie ed i Soci della Associazioni della FIE sono impegnate/i nella valorizzazione della comunità con la comunità stessa, attraverso il coinvolgimento di tanti portatori di interesse del territorio: Enti Locali, Scuole, Associazioni del Terzo Settore, Aziende del settore e dando vita ad una rete e inaspettato livello

di partecipazione, dove le immagini parlano da sole.

Con questa vision, di attenzione alla rete dei portatori di interesse, da una tesina sul plogging ed un evento annuale di successo dell’Associazione Gruppo Escursionisti Berardenga, questo anno, la prima edizione della giornata “Sentieri



Foto 5 - Lo Scarpone di Prato ed Avventura Trekking.

I partecipanti alla partenza e all'arrivo (una buona parte dei sacchetti con lo sporco raccolto era già stata lasciata a metà strada). Si ringraziano le associazioni che hanno partecipato con noi e in particolare il Gruppo Archeologico di Carmignano

puliti – riempi il tuo sacchetto!” **Quando l'ambiente unisce**, che raccontiamo con alcuni commenti ed immagini:

Foto 3 - Camminando nella Montagnola Senese e Bellavista Escursioni.

L'esperienza è stata importante non solo per recare benefici all'ambiente, ma per socializzare con altri, peccato che non è semplice farlo capire ai soci dei gruppi.

Foto 4 - Trekking Biblico di Follonica.

Grande sinergia tra gli Adolescenti del Gruppo parrocchiale Trekking Biblico di Follonica (GR) ed il gruppo di Follonica “Vogliamo una città pulita”. Il risultato si vede e, purtroppo, non è tutto qui! La notevole quantità di sacchi neri non è stata sufficiente per la quantità di sporco presente nel bosco. Abbiamo dovuto interrompere in anticipo l'intervento.

Un ringraziamento particolare anche al **Comune di Follonica**.

e Avventura trekking, che hanno contribuito a rendere la giornata una bella esperienza di condivisione e conoscenza del territorio. Iniziativa da ripetere sicuramente.

Foto 6 - Gruppo Trekking Bagno a Ripoli & Gruppo Escursionisti Barberinesi.

Oggi, accogliendo l'invito della FIE per una giornata di "Sentieri Puliti", ci siamo uniti al GEB - Gruppo Escursionisti Barberinesi, che ringraziamo per la perfetta organizzazione, per la pulizia di alcuni sentieri nella zona di Barberino di Mugello. La nostra squadra si è occupata di un tratto del sentiero 52 lungo il quale abbiamo raccolto ogni specie di rifiuti: plastica di tutti i tipi, bottiglie di vetro, mobili, componenti di auto ed anche un bidet praticamente nuovo e di ottima ceramica, forse lasciato da qualcuno che non ha le idee chiare su cosa significa un "ambiente pulito". O forse i cinghiali della zona ci tengono particolarmente all'igiene. Chissà?

Alla Protezione Civile ci sono voluti tre viaggi con il pick up per trasportare tutto quello che avevamo raccolto fino al punto dove lo avrebbe prelevato Alia.

La cosa più bella è stata non solo **aver fatto un'azione positiva, ma averla fatta incontrando nuovi amici**, nello spirito che anima la nostra Federazione e nel solco di un escursionismo che non sia solo camminare, ma raggiungere un più alto livello di consapevolezza ambientale e di buone pratiche.





7

Foto 7 - Nuovo Eco 88 Escursionismo - Il Valico – Gruppo Escursionisti Fiesole.

Con molto entusiasmo, oggi abbiamo partecipato all'iniziativa "Sentieri Puliti-riempi il tuo sacchetto", promossa dal Comitato Regionale Toscana con le Associazioni affiliate FIE.

Il nostro gruppo escursionistico ha aderito insieme ad altri due gruppi amici dell'area fiorentina, con l'obiettivo di ripulire parte degli argini nell'intersezione tra il fiume Arno e il suo affluente Bisenzio. È stata una giornata entusiasmante all'insegna del vivere insieme la cura dell'Ambiente, in cui tutti i partecipanti hanno collaborato con impegno e solerzia, raccogliendo una marea di rifiuti, portati anche dalla piena dei due fiumi di quindici giorni fa, consegnati poi ad ALIA, la società di gestione del ciclo integrato dei rifiuti della Toscana centrale.

È stata una bella manifestazione collettiva e ambientale che speriamo porti sempre più ad una maggiore consapevolezza nel rispetto di ciò che ci circonda, all'insegna della convivialità. È sicuramente un'iniziativa nobile e formativa, che merita sicuramente di essere ripetuta nei prossimi anni, incrementandone la sua divulgazione nei vari canali comunicativi.

C.M.

Accessibilità Universale

La nuova Commissione, voluta dalla nuova Presidenza, si propone di attenzionare e diffondere l'accessibilità universale, come **valore**.

Riteniamo che fare **rete** tra le Associazioni, che si occupano di escursionismo inclusivo sia una missione molto importante.

Collaborare permette di condividere risorse, esperienze e buone pratiche, aumentando an-

che l'impatto delle attività proposte. Potremmo quindi:

- organizzare incontri tra le varie associazioni per discutere progetti, esigenze ed eventuali opportunità di collaborazione.
- implementare il database già esistente a livello federale, condividendo le informazioni sui percorsi accessibili, sugli eventi e le risorse disponibili
- progettare e lavorare insieme su eventi e/o escursioni che possano coinvolgere un pubblico più ampio, come giornate di sensibilizzazione o corsi di formazione.
- favorire lo scambio di volontari tra le Associazioni per arricchire le competenze e le esperienze di tutti.
- Utilizzare i canali social e siti web del C.R. Toscana e delle Associazioni, per promuovere le attività inclusive e raggiungere un pubblico più vasto.

La Commissione ed il Comitato nel suo complesso sono impegnati nel fare rete tra le Associazioni, per la promozione di percorsi "for all", ed anche strettamente legata alla formazione di Persone disponibili ad "imparare a condurre la *joëlette*".

A livello Toscano, abbiamo ad esempio un'Associazione dedicata: la Via Romea Sanese Accessibile, di recente affiliata.

Ci sono inoltre moltissime altre associazioni che si muovono ormai da tempo in questo ambito e sarebbe molto bello che riuscissimo, di volta in volta, a raccontare le loro esperienze così che possano essere d'aiuto anche agli altri.

Come Presidenza e Consiglio Regionale, siamo estremamente convinti che l'essere accessibili ed inclusivi solo per pochi equivalga ahimé al non esserlo affatto.

L'ultima missione, la più impegnativa sicuramente, sarà quella di riuscire finalmente a non dover più parlare in termini di inclusione, ma che il linguaggio escursionistico in merito diventi uguale per tutti, cioè, non dovrà più essere necessario per i nostri Accompagnatori la frequenza di corsi specialistici in merito ma che il bagaglio formativo sia lo stesso per tutti noi, al fine di cancellare veramente quelle differenze che non devono più esistere.

Il corso organizzato da Via Romea Sanese Accessibile APS

Lo scorso 1° Marzo nella particolare e bellissima cornice del Convento di S. Vivaldo (FI), si è concluso il primo corso dedicato alla conduzione delle *Joëlette* organizzato da Via Romea Sanese accessibile in collaborazione con Toscana Hiking Experience APS, con il patrocinio della nostra Federazione Italiana Escursionismo. (foto 1)

Il corso propedeutico, articolato in due diversi appuntamenti per un totale di circa 10 ore di lezione, ci ha impegnati, per una intera giornata nella prova pratica, in cui il nostro tutor Nicola Dainelli, da anni impegnato nell'ambito dell'escursionismo accessibile, ci ha illustrato la tecnica di montaggio e smontaggio della *joëlette Kids* e delle *joëlette adulti* di vario tipo, per proseguire poi nella prova di conduzione su un percorso misto (asfalto, bosco, sterrato e scale), in cui ci siamo tutti alternati sia nella conduzione, sia nella postazione del passeggero, ruolo quest'ultimo che ci consente di capire quale sia la sensazione che prova chi trasportiamo e che è fondamentale per farci comprendere che tipo di esperienza andiamo a fare e facciamo fare. (foto 2)

Molti i partecipanti al corso, 28 persone in totale, provenienti anche da altre regioni ed altre realtà associative, oltre ad alcuni accompagnatori FIE; realtà molto diverse quindi che hanno consentito lo scambio di informazioni ed esperienze portandoci nuovamente a riflettere in merito all'importanza dell'inclusione nella nostra attività escursionistica e sull'importanza che, quando si parla di inclusività ed accessibilità, è necessario costituire le basi per quel "miraggio" costituito dall'idea di fare rete e con il quale purtroppo la visione non sempre corrisponde alla realtà. (foto 4).

Un'unica prova pratica non consente di certo, di essere in grado di condurre persone con disabilità, ed è per questo che proseguiremo l'attività di formazione; è un obiettivo che ci siamo pro-

messi di raggiungere, relativo anche al fatto che come associazione daremo in comodato d'uso gratuito le nostre attrezzature, a tutti coloro che ne faranno richiesta, previo l'apprendimento attraverso i nostri canali di quelle che sono le norme e regole d'utilizzo dei mezzi a nostra disposizione. (foto 5)

Queste particolari esperienze arricchiscono e contribuiscono ad aumentare la sensibilità anche nei confronti dei nostri accompagnati, sensibilità che non deve mai difettare nel bagaglio degli accompagnatori escursionistici. (foto 6)

Con la speranza che l'argomento "accessibilità" sia sempre più di interesse per tutte le nostre associazioni ed i nostri accompagnatori, ringraziamo tutti i partecipanti a questa edizione, ringraziamo Nicola Dainelli di T.H.E. ASD APS e soprattutto ringraziamo per la pazienza il parroco del Convento di S. Vivaldo, che per un giorno intero ha visto la " Piccola Gerusalemme" invasa da uno stuolo di strane biciclette. (foto 7)

Marta Cantagalli

Ambientalismo & Escursionismo

La nuova commissione Ambiente ha l'intenzione di promuovere e consolidare comportamenti virtuosi finalizzati alla creazione di una maggiore e diffusa **coscienza ambientale** nelle Associazioni del C.R. Toscana.

L'escursionismo è un valido strumento di formazione della coscienza ambientale e di promozione della cultura della sostenibilità, per garantire la conservazione degli ambienti naturali e preservare la bellezza dei territori, ma soprattutto per rispettare i cicli naturali al fine di minimizzare l'impatto ambientale.

La **sostenibilità** contempla infatti una gestione oculata delle risorse, ma anche un'educazione continua e una diffusione di pratiche virtuose che possano essere condivise all'interno delle nostre Associazioni.

L'adozione quindi di comportamenti sostenibili durante le nostre uscite è fondamentale, come il rispetto delle regole che mirano a minimizzare l'impatto umano sul territorio. Queste regole prevedono, tra l'altro, il rispetto delle aree naturali, la gestione corretta dei rifiuti e l'adozione di comportamenti che evitino di alterare la flora e la fauna locali.

Per contrastare questo fenomeno, molte aree protette e parchi nazionali hanno introdotto sistemi di raccolta differenziata e campagne di sensibilizzazione rivolte a turisti ed escursionisti. L'educazione ambientale, infatti, passa anche dalla diffusione di messaggi chiari e incisivi che invitino a comportamenti virtuosi, come la raccolta dei rifiuti, progetti di pulizia, manutenzione e valorizzazione degli itinerari, coinvolgendo attivamente le comunità locali. A tale proposito, il Comitato Regionale Toscana con le Associazioni affiliate FIE ha promosso un'iniziativa dedicata alla cura dell'Ambiente dal titolo "Sentieri puliti-riempi il tuo sacchetto". Il 29 Marzo 2025 è stata realizzata in contemporanea in diversi territori, dove le varie Associazioni della FIE-CR Toscana hanno coinvolto anche altri Organismi, Istituzioni, Associazioni ed Enti locali. E' stata una giornata all'insegna del Vivere insieme la cura dell'Ambiente, della collaborazione tra Persone e Organizzazioni.

La 1ª edizione della giornata dedicata a "Sentieri puliti-riempi il tuo sacchetto" ha visto la partecipazione di numerose Associazioni del C.R. Toscana che hanno coinvolto Comuni, Associazioni del territorio dando vita ad una rete e inaspettato livello di partecipazione, dove le immagini parlano da sole.

La collaborazione tra enti pubblici, associazioni e aziende private rappresenta uno degli strumenti più efficaci per promuovere la sostenibilità nell'escursionismo.

Queste collaborazioni favoriscono anche lo scambio di conoscenze e competenze, creando una rete virtuosa in cui ogni attore è consapevole del proprio ruolo nella tutela dell'ambiente.

La passione per la natura, unita a un approccio responsabile, diviene un vero e proprio stile di vita orientato alla protezione e alla valorizzazione dell'ambiente.

La dimensione sociale dell'attività di pulizia dei sentieri si manifesta nella capacità di creare un senso di comunità e di appartenenza, rafforzando il legame tra i cittadini e il territorio. La partecipazione alle iniziative di manutenzione, favorisce la creazione di reti di solidarietà e la condivisione di valori legati alla tutela dell'ambiente. Queste attività, oltre a migliorare la fruibilità dei percorsi, diventano momenti di condivisione e di educazione, in cui ogni gesto di cura si trasforma in un contributo significativo alla costruzione di un futuro sostenibile. Il coinvolgimento diretto

dei cittadini, unito a politiche pubbliche mirate, permette di creare un ambiente in cui il rispetto per la natura è non solo un valore condiviso, ma anche un impegno concreto e quotidiano.

Escursionismo significa anche **controllo del territorio** in zone che l'uomo sta abbandonando perché non più valide a livello remunerativo, ma che prima erano utilizzate, non solo dagli agricoltori, ma anche dai cacciatori.

La **coscienza ambientale**, non è solo fare dei santuari, perché non è quello che porta a salvare l'ambiente, ma la consapevolezza del rispetto dell'ambiente che comprende un sistema complesso di relazione tra noi e quello che ci circonda. L'ambiente dovrebbe essere inteso come l'insieme dei fenomeni che mettono in relazione la vita umana con le risorse naturali. In un riequilibrio di rigenerazione di quanto utilizzato, che ancora oggi sembra di difficile realizzazione.

Il **turismo naturalistico** rappresenta una risorsa fondamentale per l'economia locale, e i percorsi mantenuti con cura sono emblematici, in grado di attrarre molti visitatori. La sicurezza degli escursionisti, ottenuta grazie a sentieri puliti e ben segnalati, non solo migliora l'esperienza turistica, ma favorisce anche lo sviluppo di attività connesse, quali l'ospitalità e la ristorazione. Investire nella manutenzione dei percorsi diventa così un elemento fondamentale per stimolare una crescita economica sostenibile, creando un circolo virtuoso in cui il benessere dell'ambiente si traduce in benefici tangibili per l'intera comunità. A tale proposito, il C.R. Toscana parteciperà al Bando Ambiente promosso dalla Federazione Italiana Escursionismo, che promuove la partecipazione dei propri Organi Statutari, delle associazioni affiliate e dei soci tesserati a concretizzare azioni operative di bonifica, prevenzione, tutela, rigenerazione e recupero nel campo del ripristino degli ecosistemi,

La protezione e la valorizzazione dei sentieri significa riconoscere il grande valore di ogni angolo di natura, ed è in questo spirito che il 18 Maggio 2025 ci sarà il Raduno Regionale delle Associazioni della Toscana a Monte Morello a Firenze, luogo di grande interesse storico-ambientale. Sarà quindi l'occasione di condivisione e sensibilizzazione alla conoscenza e al rispetto dell'ambiente.

Cristina Baldi e Giampiero Giannozzi.



Primo soccorso

E nozione comune che camminare all'aperto ha un effetto positivo sulla nostra salute e sul nostro benessere.

Una regolare attività fisica aiuta il nostro corpo a funzionare correttamente, ed è sufficiente una camminata ad un ritmo costante di almeno 1 ora, che corrisponde più o meno alla percorrenza di 4km, per ottenere vari benefici tra i quali:

- **Il rafforzamento di ossa ed articolazioni:** La pendenza del terreno, soprattutto montuoso, sollecita tutti i muscoli permettendo il lavoro di tutte le parti del corpo.
- **La riduzione dei principali rischi cardiovascolari**
- **La riduzione del peso:** una camminata intensiva può bruciare fino a 500 calorie all'ora.
- **Un miglioramento della respirazione**
- **Un miglioramento dell'attività cardiaca:** una escursione è accessibile a tutte le età e a tutti i livelli di resistenza; Le attività all'aperto riducono il rischio di ictus e malattie cardiovascolari soprattutto negli anziani e riducono anche il rischio di diabete, pressione sanguigna elevata ed obesità anche tra i più giovani.
- **Un rafforzamento del sistema immunitario**
- **Una sensibile riduzione dello stress:** camminando si gode delle bellezze della natura mentre ci si libera la mente, un toccasana dopo un periodo intenso di lavoro.
- **Un miglioramento della postura:** la sedentarietà e le posizioni errate possono incidere negativamente sul nostro organismo; in questo l'escursionismo e/o il camminare possono aiutarci a diminuire la rigidità del corpo, con benefici in breve volgere di tempo.

Come in tutte le attività, per camminare e/o effettuare un'escursione in sicurezza dobbiamo:

- **Controllare la forma fisica prima di intraprendere qualsiasi escursione:** nessuno meglio di noi stessi conosce il nostro corpo ed i suoi limiti.
- **Preparare l'itinerario:** l'altimetria, l'accessibilità dei percorsi sono tra le prime cose da adattare alle proprie condizioni fisiche.
- **Prestare attenzione al meteo:** un temporale o una forte pioggia, soprattutto non previste, potrebbero rovinare l'escursione. Con le moderne tecnologie è possibile prevedere gli eventi atmosferici con un margine di errore molto basso.
- **Avvisare sempre qualcuno sugli spostamenti ipotizzati e/o programmati** e, se possibile, **prediligere le escursioni in compagnia.**
- **Non trascurare l'alimentazione:** l'idratazione è fondamentale, bevendo molto spesso, e se la camminata o l'escursione è impegnativa portarsi del cibo adatto (frutta secca, barrette energetiche, zuccheri, integratori) per evitare l'ipoglicemia.
- Non ultima ma importante, una **crema solare protettiva**, non solamente in estate.

Indipendentemente dal livello di preparazione, dall'età e dal tipo di escursione che si vuole effettuare vale sempre la stessa regola: pianificare un'escursione, curandone ogni aspetto è il comandamento principale per prevenire spiacevoli eventi e godersi in pieno la giornata all'aria aperta. La prudenza, come sempre, non è mai troppa!

Quando ci avventuriamo in montagna, o in qualsiasi altro luogo all'aperto, la natura ci regala panorami mozzafiato, ma, allo stesso tempo, ci espone a rischi che, se non gestiti correttamente, possono mettere in pericolo la nostra sicurezza.

Il soccorso in montagna, o comunque in un luogo

impervio, presenta delle peculiarità che lo possono rendere difficoltoso e dilatato nel tempo; si pensi alla distanza da una base di soccorso, al luogo in cui ci si trova con le sue altezze ed i suoi ostacoli, i dislivelli sia in alto che in basso, alle condizioni climatiche mutevoli anche repentinamente, alla impossibilità o alla difficoltà nel richiedere aiuto (il telefonino ha campo e rete?), tutte situazioni che è meglio prevenire al massimo preparandosi e programmando l'escursione, attrezzandosi al meglio e portando con sé un kit di primo soccorso ed avere nozione delle tecniche base per intervenire rapidamente in caso di emergenza.

Due parole sull'organizzazione della macchina dei soccorsi nel nostro Paese

In Europa già da tempo ed in Italia da qualche anno è operativo il Numero Unico di Emergenza 112 che ha inglobato tutti vecchi numeri di emergenza 112 Carabinieri, 113 Polizia, 115 Vigili del Fuoco e 118 Soccorso Sanitario; è un numero a chiamata gratuita sia da telefoni fissi che da cellulari, sia che si abbia credito o meno e campo o meno; l'operatore del NUE 112 inoltra la chiamata alla Centrale Operativa competente per tipologia d'emergenza, e sarà poi la Centrale Operativa dell'Emergenza Sanitaria a movimentare il mezzo di soccorso più idoneo alla necessità ed allertare eventuali altre risorse come i Vigili del Fuoco, Il Soccorso Alpino e quant'altro necessario.

Recentemente, sviluppata da AREU (l'Azienda Regionale Emergenza Urgenza Lombardia), ed ora disponibile negli Appstore dei vari smartphones, è possibile scaricare sul proprio telefonino l'App "Where are U" che permette un contatto vo-

WHERE ARE U L'APP PER CHIEDERE AIUTO

- GRATUITA
- LA PUOI USARE ANCHE SE NON PUOI PARLARE
- INVI LA TUA POSIZIONE ALLA CENTRALE OPERATIVA
- ADATTA AI NON UDENTI O NON VEDENTI
- MULTILINGUE
inglese, spagnolo, cinese, arabo e russo

SCARICALA SUBITO DAL TUO APP STORE

cale diretto e gratuito con la Centrale NUE 112, la geolocalizzazione dell'evento anche nei casi in cui non si sa dove ci si trova, la possibilità di essere utilizzata anche nelle situazioni in cui non si può parlare o l'utilizzatore è un non udente o un non vedente; inoltre permette una richiesta d'aiuto in differenti lingue.

In linea di massima, pur con qualche differenza da Regione a Regione, il Sistema di Emergenza Urgenza Sanitaria ha a disposizione.

- **Elicotteri sanitari:** vere e proprie ambulanze volanti con a bordo, oltre al pilota/piloti ed al tecnico di volo/verricellista, un medico anestesista-rianimatore ed un infermiere specificatamente addestrato ed un tecnico di soccorso alpino/elisoccorso.

- **Ambulanza Medicalizzata:** mezzo di soccorso avanzato distribuito nel territorio, equipaggiato con tutti i presidi per una emergenza ed un soccorso avanzato, con a bordo un Autista soccorri-



tore, un Infermiere specificatamente addestrato ed un Medico di Emergenza Sanitaria

- **Ambulanza di Base:** sono le Ambulanze distribuite capillarmente nel territorio, appartenenti ad Enti Pubblici o privati come la Croce Rossa Italiana, le Pubbliche Assistenze, le Misericordie etc. che operano in convenzione con il Sistema di

Emergenza Urgenza, con a bordo un Autista, due Soccorritori formati ed addestrati alle manovre di rianimazione cardiopolmonare di base ed addestrati all'utilizzo del DAE (Defibrillatore semiAutomatico Esterno) nonché a prestare il soccorso di base ad un traumatizzato

In molte realtà sono poi presenti mezzi intermedi come le **Automediche** (Autista e Medico), le **Ambulanze Infermieristiche** (Autista, Soccorritore ed Infermiere addestrato ed abilitato all'utilizzo di par-

ticolari algoritmi di soccorso avanzato) o altri mezzi più specifici ed adattati alla realtà operativa (**motoscafi ambulanza** a Venezia p.es. o **motoslitte o similari** nei comprensori alpini).

In caso di necessità, chiamando il NUE 112 si deve:

- Rispondere con calma alle domande poste dall'operatore e rimanere in linea fino a quando viene richiesto;
- Indicare, con la massima precisione possibile, il luogo dell'accaduto ed eventuali punti di riferimento;
- Descrivere il meglio possibile l'accaduto (malore, incidente etc.), riferire ciò che si vede e le condizioni della vittima o delle vittime;
- Tenere libero il telefono da cui è stata fatta la chiamata;
- Attendere l'arrivo dei soccorsi e/o mettere in atto i consigli e le direttive ricevute dall'operatore 112 e, se del caso, le manovre di primo soccorso.

Entriamo nel pratico; cosa fare in caso di evento avverso, qualsiasi esso sia, in ambito montano ma non solo.

Innanzitutto è prioritario "Valutare la scena e l'accaduto".

Valutare significa raccogliere informazioni che poi serviranno a chi deve inviare i soccorsi per meglio rispondere alla necessità con l'invio del mezzo più idoneo, in termini di tipologia di equipaggio ed attrezzature, e più veloce, ambulanza, elicottero etc.; ma le informazioni servono anche all'escursionista perché sarà lui a prestare il primo soccorso in attesa dei "professionisti" e per farlo dovrà essere sicuro di agire in "sicurezza" sia nei propri confronti che nei confronti degli altri che sono presenti.

L'incolumità personale ed altrui è "fondamentale" per non aggiungere problema al problema; non farsi del male è prioritario.

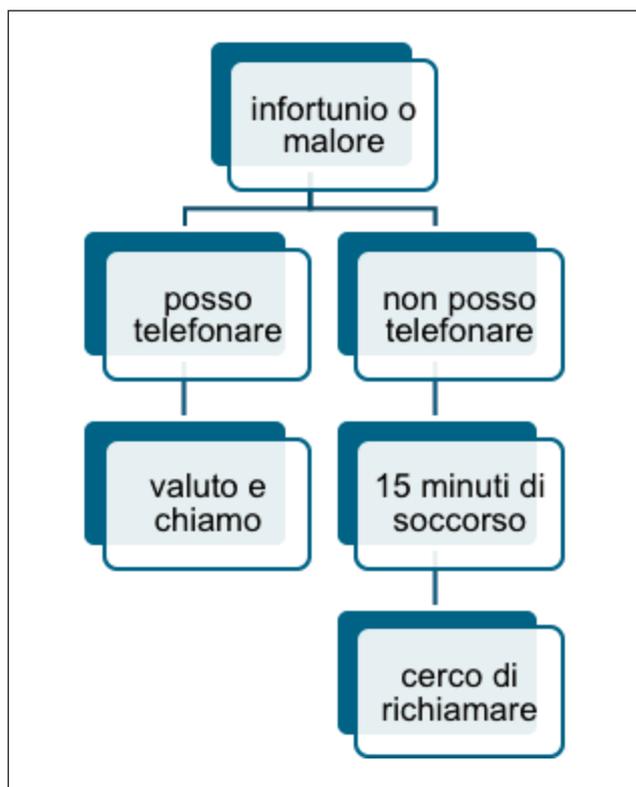
La valutazione dell'infortunato, la chiamata conseguente al Sistema di Soccorso, la messa in opera delle prime manovre salvavita rappresentano il primo anello di quella che, nel mondo del soccorso, è chiamata la "Catena della Sopravvivenza"; una catena è formata da numerosi anelli, l'uno incardinato all'altro per darne unità, robustezza ed efficacia; se uno di questi si spezza la catena perde la sua funzione e diventa inutile; nel mondo del

soccorso, se una fase di esso, che possiamo paragonare ad un anello, non viene eseguita in maniera ottimale e nella giusta sequenza la catena si spezza ed il soccorso diventa inefficace.

È inutile praticare un ottimo massaggio cardiaco se non si sono attivati i soccorsi ed è inutile chiamare i soccorsi se poi non si fa un massaggio cardiaco i soccorsi saranno sempre in ritardo!

Nell'ipotesi si debba momentaneamente abbandonare l'infortunato per fare la chiamata di soccorso, perché il cellulare in quella zona non prende e ci si debba allontanare di qualche decina di metri per esempio, è opportuno e consigliato procedere ad un primo soccorso, con l'applicazione delle manovre salvavita se necessario, per un tempo massimo di 15 minuti prima di tentare la chiamata di soccorso.

Essendo in montagna, è possibile che la Centrale di Soccorso decida di inviare un elicottero per effettuare il soccorso ed il recupero dell'infortunato. In questo caso è importante sapere che l'eventuale luogo d'atterraggio o di hovering (sbarco dell'equipaggio senza appoggio al suolo o con appoggio solo di una piccola parte del velivolo) verrà deciso dal pilota del velivolo; noi potremo e dovremo collaborare nel liberare il più possibile la zona da persone e/o cose che potrebbero recare danno se proiettate via dal flusso d'aria generato dall'elicottero, proteggere l'infortunato con il proprio corpo e coprirlo (con teli termici per esempio), rendendoci



ben visibili con giubbotti colorati per esempio e “colloquiando” con il pilota con i segnali universali di collaborazione con l'Elicottero.

Un individuo in piedi con le braccia alzate e aperte, cioè in posizione Y, trasmette una delle seguenti informazioni:



Kit di Primo Soccorso

Buona pratica è che ogni escursionista abbia con sé un kit di primo soccorso ad uso personale. In commercio ne esistono tanti, più o meno costosi ed equipaggiati, ma spesso contengono materiale non utile e funzionale all'escursionismo. Sarebbe quindi opportuno costruirsi un proprio kit di primo soccorso, scegliendo del materiale facile da usare e che si è in grado di utilizzare senza difficoltà.

Un contenitore impermeabile è sicuramente la migliore soluzione per trasportare il materiale di soccorso; all'interno non dovrà mancare tutto ciò che è necessario per disinfettare e medicare una ferita, preferendo delle salviette umidificate di disinfettante alla classica boccettina che potrà essere ingombrante, pesante od aprirsi involontariamente; utili delle garze sterili, un rotolo di benda orlata, un rotolo di cerotto, dei cerotti medicati di varie misure, degli “steri-strip”, striscioline di cerotto sterile con superficie adesiva che permettono di “suturare” una ferita da taglio avvicinandone i lembi e controllando la perdita di sangue, un telo triangolare ed una benda

elastica utili per l'immobilizzazione temporanea di distorsioni, lussazioni e fratture, una coperta termica, in gergo “metallina”, che permette l'isolamento termico dell'infortunato a seconda del lato che si usa; se il lato esterno è quello argentato protegge dal caldo (Ipertermia) perché riflette i raggi del sole, se invece il lato esterno è quello dorato (argentato interno) abbiamo una protezione dal freddo perché il lato dorato fa passare il calore dei raggi solari ed il lato argentato interno evita la dispersione del calore corporeo perché esso viene riflesso all'interno (Ipothermia) e non ultimi dei guanti non sterili che permetteranno di operare senza correre alcun rischio.

A questo materiale di base si possono aggiungere ulteriori presidi in rapporto alla propria conoscenza sanitaria, alle esperienze passate, alla durata dell'escursione; non devono mai mancare i farmaci personali per terapie croniche (pressione, diabete, tiroide p.es.) ed eventualmente degli antidolorifici/antinfiammatori, antiemetici, del cortisone e dei colliri per auto medicazione.

Di seguito un elenco non esaustivo per la preparazione di un kit di primo soccorso:

KIT di PRIMO SOCCORSO

| PRODOTTO | QUANTITÀ | UTILIZZO |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Cerotti adesivi | 5-6 da 2,5/5cm | Protezione piccole ferite |
| Rotolo di cerotto | 1 da 2,5cm di larghezza | Protezione delle medicazioni |
| Garze sterili | 3 pacchetti di compresse da 10x10cm | Detersione e protezione ferite |
| Benda autofissante | 1 da 5cm di larghezza | Medicazione occlusive e compressive. Medicazione di ferite |
| Benda autoadesiva | 1 pacchetto da 8cm x 2,5cm | Fissaggio di articolazioni instabili quali polso e caviglia |
| Cerotti tipo Steri-Strip | 2 – 3 confezioni di varie misure | Avvicinamento lembi ferite lineari |
| Cerotto anti-vesciche | 2 – 3 pezzi varie misure del piede | Prevenzione lesioni da pressione |
| Disinfettante | Jodopovidone – Clorexidina (garze o boccetta) | Disinfezione ferite ed escoriazioni |
| Telo isotermico | 1 pezzo | Trattamento ipotermia ed ipertermia |
| Guanti monouso | Due – tre paia | Autoprotezione |
| Tourniquet Laccio emostatico | Un pezzo | Emorragie importanti degli arti |
| Forbici | Un paio | Confezionamento di medicazioni |
| Pinzette | Un paio | Rimozione di schegge e zecche |
| Zucchero da cucina | 3 – 4 bustine | Trattamento di casi di ipoglicemia acuta |
| Analgesici ed antinfiammatori | 3 – 4 compresse (automedicazione) | Dolore acuto e cefalea |
| Antiemetici | 2 – 3 compresse (automedicazione) | Nausea e/o vomito |
| Collirio idratante | 2 – 3 monodosi (automedicazione) | Mantenimento della corretta idratazione oculare |
| Maschera ventilazione tipo Pocket Mask | Una maschera per tutto il gruppo | Ventilazione in caso di manovre di rianimazione cardio-polmonare |
| Ghiaccio sintetico | 2 – 3 confezioni | Prevenzione e trattamento piccola traumatologia |

Le immagini sono tratte dal “Corso di Primo soccorso” a cura di Gianfranco Lau, Infermiere 118 Nuoro, con il suo permesso ed in uso nei corsi per volontari soccorritori e, quelle relative al soccorso in elicottero, dal web.

Luigi Mura



ACCOMPAGNATORI ESCURSIONISTICI DEL PIEMONTE

ATTIVITÀ 2024 CON PERSONE DISABILI

Le attività si sono sviluppate con il gruppo delle persone disabili che frequentano i servizi diurni e residenziali della cooperativa *Il sogno di una cosa* (sedi di Sant'Antonino di Susa, Coldimosso, Condove).

Escursioni con i ragazzini che vivono nella comunità di Avigliana, *Casa Base* (cooperativa Paradigma).

Questa estate abbiamo mantenuto l'accordo di organizzare uscite settimanali con il gruppo di persone disabili, mentre abbiamo organizzato alcune gite con i ragazzini della comunità Casa Base.

Le uscite settimanali hanno offerto un impegno fisso nel periodo estivo, quando i laboratori strutturati erano "in vacanza", per quanto riguarda invece i ragazzini abbiamo occupato i rarissimi momenti liberi dalle attività dei centri estivi.

Sono state inoltre fatte uscite di prova di alcuni percorsi, con ragazzini singoli della comunità in qualità di "esperti".

Ogni gruppo ha trascorso l'intera giornata con noi, mangiando il pranzo al sacco e chiudendo l'uscita con un meritato momento di relax in gelateria o al bar.

Siamo sempre stati accompagnati dagli educatori di riferimento, in numero variabile a seconda del numero e delle difficoltà delle persone.

L'abbigliamento e l'attrezzatura dei partecipanti è

sempre risultata adeguata, in particolare quella dei ragazzini che ormai sono in grado di supervisionare i loro zaini in maniera discreta.

Non ci sono stato intoppi o momenti di difficoltà imprevisti, dal momento che la conoscenza delle persone e dei bambini accompagnati, è alta e quindi si cerca di "prevenire invece di curare".

Abbiamo privilegiato percorsi nella zona di Oulx, Beaulard, Bardonecchia che in questa estate torrida offrivano buona ventilazione e sentieri ombreggiati ma anche una buona accessibilità con i mezzi di trasporto, per non affaticare le persone e per essere tempestivamente in grado di spostarci in caso di necessità.

Con le persone disabili chiuderemo formalmente la stagione con la consueta camminata e successiva polentata al Thures, siamo invece state costrette a rimandare un'uscita in notturna con i ragazzini a causa del maltempo...ma ci rifaremo magari con una polenta anche con loro.

Se la stagione autunnale lo permetterà continueremo a camminare insieme, magari con un calendario meno cadenzato e alle prime imbiancate, organizzeremo un'uscita adatta a tutti ma dedicata alla neve.

Di seguito il calendario delle uscite, con l'indicazione dei gruppi presenti. Nel periodo sino a luglio solo Maria Defilippi aveva la disponibilità nel giorno deciso dai Centri per disabili, nelle successive uscite siamo state presenti entrambe.



- 28/05 giro del Gad e verso il lago Orfù. (Centro diurno di Coldimosso)
- 04/06 giro dello stagno Oulx (Centro diurno di Coldimosso)
- 17/06 gita al lago di Candia (Centri diurni della cooperativa)
- 18/06 Bosco di Beaulard – Bardonecchia (Centro diurno di Coldimosso)
- 02/07 Salbertrand sentiero didattico (Centro diurno di Coldimosso)
- 11/07 Oulx e Beaulard (Centri diurni di Coldimosso, S.Antonino, Condove)
- 18/07 Cesana Bousson Cesana con tutti 14 ragazzi presenti
- 25/07 San Sicario Champlas Seguin (un solo Centro diurno)
- 01/08 Lago Orfù (Centro diurno di Coldimosso e Sant'Antonino)
- 08/08 Giro dello Stagno di Oulx (Centro diurno di Coldimosso)
- 14/08 Salbertrand sentiero didattico e visita alla sede del Parco (ragazzini di Casa Base)
- 14/08 Salbertrand sentiero didattico e visita alla sede del Parco (ragazzini di Casa Base)
- 28/08 grigliata a Condove organizzata dal Centro Diurno di Coldimosso con partecipazione di un Centro diurno di Torino
- 29/08 Bardonecchia, sentiero del canale e rientro (Centro diurno di Coldimosso)
- 05/09 uscita rinviata per tempo avverso
- 19/09 Camminata finale a Thures con pranzo all'Agriturismo

Infine abbiamo partecipato alla Camminata Non Competitiva organizzata dalla cooperativa Il sogno di una cosa in data 8/9 e parteciperemo in affiancamento all'equipe educativa, a quella del 22/9 organizzata dalla cooperativa Paradigma.

Maria Defilippi e Valeria Rubino



COMITATO REGIONALE PIEMONTESE 51° CORSO AE NAZIONALE PIEMONTE 2024

Con la sessione di esami dello scorso mese di luglio, si è concluso il 51° Corso Nazionale per accompagnatori escursionistici.

Il corso svoltosi nel totale rispetto del regolamento Federale ha visto la partecipazione di 12 corsisti.

Oltre alle lezioni a cura della docenza della CTF AE, particolarmente apprezzate sono state le lezioni organizzate a cura del CTR, che si è valso del contributo del geologo e promotore scientifico **Gianni Boschis** relativamente le lezioni su geologia e cambiamenti climatici, del guardia parco delle Alpi Cozie dott. **Luca Giunti** per quelle su flora, fauna,

sui parchi e relativi enti di riferimento; infine la lezione sulle nozioni di primo soccorso tenute dal dott. **Bruno Tarcisio**, medico del pronto soccorso, esperto escursionista che ha tenuto una lezione a 360 gradi su cosa si può essere soggetti quando si cammina in montagna, non solo infortuni, con i rispettivi interventi da adottare e soprattutto da non adottare con particolare attenzione anche alla presenza di insetti, ragni e altri rettili vari.

Le rimanenti lezioni:

Attilio Richetto topografia cartografia orientamento con

GPS, **Chirio Franco** INE abbigliamento alimentazione, meteorologia, **Manlio Vineis** esperto meteorologo comportamenti in caso di maltempo meteorologia e nimbologia.

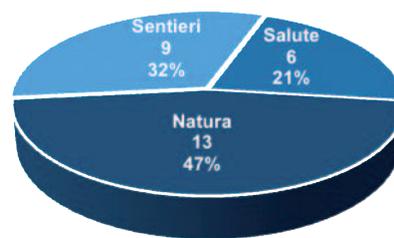
Questi i corsisti che hanno concluso il corso iniziando il periodo tirocinio:

Cibrario Lorenzo, Croce Camilla, Fiorio Emanuela, Gagnor Marisa, Ilotti Elisabetta, Ilotti Maria, Moccia Mara, Remolif Marco, Roselli Orsola, Rubino Valeria Maria, Vinassa Marzia.

Antonio Munaretti



“Esplorando a Piedi”: la ricerca dell’emozione



Si è finalmente concluso il percorso del Premio Letterario “Esplorando a Piedi”, fortemente voluto dalla Federazione Italiana Escursionismo per cercare di raccontare quelle che sono le emozioni che si provano camminando sui monti, o praticando un’attività sportiva outdoor. Un obiettivo difficile e una sfida importante, proposta in tempi come questi in cui la scrittura è spesso e volentieri sostituita da strumenti più agili e visuali. Ma questo tentativo andava fatto, non fosse altro che per raccogliere materiale per i vari media utilizzati dalla FIE: la rivista “Escursionismo”, *in primis*, ma anche la rivista “Sentieri” e il sito Internet. E per fortuna, la risposta a questo appello c’è stata. Complessivamente sono stati presentati 28 elaborati nelle tre categorie previste:

- 13 nella categoria “*Rispetto e salvaguardia della natura e dell’ambiente, prospettando eventualmente anche proposte e idee correlate al rapporto tra escursionismo e ambiente/natura, impatto umano sull’ambiente, impatti derivanti dal cambiamento climatico*” (abbreviato in: **Natura**);
- 9 nella categoria “*Percorsi escursionistici nazionali, con particolare riferimento agli aspetti storici, artistici, religiosi e naturalistici correlati e sviluppati da tali percorsi; ricadute sociali ed economiche dello sviluppo di attività in outdoor, in aree che non sono mèta del turismo di massa oppure soluzioni per lo sviluppo di un turismo più sostenibile a livello ambientale*” (che denomineremo; **Sentieri**);
- 6 nella categoria “*Benefici sulla salute a seguito di una sana pratica sportiva e dell’attività escursionistica concepita anche come turismo lento*” (in breve: **Salute**).

La commissione che ha valutato le proposte è stata composta da 16 figure rappresentative di tutte le anime della FIE e di tutti i territori nei quali siamo presenti (membri della giunta e del comitato di redazione delle riviste, delegati regionali per la comunicazione, commissari per le aree maggiormente interessate alle categorie a concorso, ecc.). I racconti sono stati forniti ai giurati in forma totalmente anonima, per evitare ogni possibile forma di condizionamento; ognuno ha poi agito in totale libertà, sia dal punto di vista del metodo che del criterio di valutazione. Il giudizio finale, di conseguenza, è l’espressione di diverse sensibilità e competenze. Possiamo perciò affermare che sia pienamente rappresentativo dell’anima della Federazione Italiana Escursionismo e rappresentativo dei valori da essa proposti.

Veniamo, anche per ragioni di spazio, perché sarebbero moltissime le cose da dire a proposito di questa esperienza, alla proclamazione dei vincitori – sarebbe meglio dire fra le vincitrici, visto che le autrici l’hanno fatta da padrona, con 10 premi aggiudicati su 11 assegnati – categoria per categoria: **NATURA**. Quattro autrici si sono aggiudicate i quattro premi in palio, tre riservati a tesserate e tesserati FIE, il quarto, invece, per non tesserati **1. Roberta Gnoli**, CR Liguria, con “Tra partigiani e castagne”, punteggio 8,17; **2. Sophia Mariano**, CR Liguria, con “Un bosco salverà il mondo?”, punteggio 8,00; **3. Francesca Caputo**, Del. Basilicata, con “Hiking, Escursionismo e Trekking: gli Eco antidoti ai veleni dell’Eco ansia tra i decaloghi dell’Ecocriticismo”, punteggio 7,61; **4. Elisabetta Fenoglio**, non tesserata, con “REM”, punteggio 8,06.

SENTIERI. In questa categoria, fra i tesserati FIE, abbiamo l’unico uomo che è riuscito ad aggiudicarsi un premio: **1. Andrea Censi**, CR Liguria, con “Il Ramaceto e la Val Cichero: natura da proteggere e storia da ricordare”, punteggio 7,61; **2. Antonia Giuliani**, CR Lombardia, con “Storie e Storia di montagna”, punteggio 7,44; **3. Elena Arduini**, CR Veneto, con “La prima volta”, punteggio 7,31.

Infine, per la categoria **SALUTE**, i premi in palio sono stati così distribuiti: **1. Alessandra Conforti**, CR Lombardia, con “Una dipendenza che fa bene”, punteggio 7,89; **2. Valeria Rubino**, CR Piemonte, con “Il bosco di Oulx e non il Bosco verticale. Il sole scalda di più e le nuvole spinge su”, punteggio 7,78; **3. Elisabetta Brunelleschi**, CR Toscana, con “Il mio camminare”, punteggio 7,71; **4. Sabrina Gambacurta**, non tesserata, con “L’escursionista riluttante”, punteggio 7,00.

Per ulteriori dettagli consultare il sito FIE all’indirizzo: www.fieitalia.it/esplorando-a-piedi-i-vincitori-del-premio-letterario-della-fie oppure il sito www.fiemediacenter.it.

Alberto Soave

Lettere al Direttore



letterealdirettore@fieitalia.it

Nell'ambito del nostro dialogo con i lettori della rivista, questa volta raccogliamo alcune domande sulle attività invernali più amate: le varie discipline dello sci e le loro manifestazioni agonistiche, che vedono moltissimi sciatori incontrarsi e cimentarsi nel campionato FIE.

Per altre domande e richieste di chiarimento sulle attività della FIE scrivete direttamente al mio indirizzo e-mail.

*C*aro Direttore, ogni volta che posso metto gli scarponi, indosso lo zaino e vado in giro percorrendo sentieri e mulattiere, da sola o in compagnia, immergendomi nella natura, nelle tradizioni e nella storia del nostro bel territorio. Durante i mesi invernali, nei fine settimana mi diverto a effettuare qualche escursione con gli amici, indossando le ciaspole, alternando questa mia passione con lo sci alpino, che pratico da sempre a livello di divertimento. Ora vorrei aggiungere qualcosa, partecipando al campionato organizzato dalla FIE. Potrei avere qualche indicazione su iscrizione, date, punti di contatto, ecc..? Grazie.

Risponde il Commissario tecnico federale per lo sci, Andrea Olcese.

*C*arissima, c'è sempre una buona ragione per stare all'aria aperta, anche durante i mesi invernali, quando le condizioni meteorologiche – magari – tenderebbero a farci rimanere più frequentemente a casa. In tale ambito, le iniziative che chiamano i soci FIE a incontrarsi assumono un valore aggiunto. Oltre all'aspetto sociale e ai vantaggi derivanti dallo stare in compagnia all'aria aperta, infatti, si aggiunge la possibilità di mettersi alla prova gareggiando con leale spirito competitivo.

Le competizioni legate allo sci sono organizzate in campionati regionali organizzati dalla FIE in 3 regioni quali Piemonte, Lombardia e Veneto. Ognuno di questi campionati regionali si compone di alcune gare di sci organizzate o dal Comitato Regionale della FIE o direttamente dalle Associazioni che fanno parte del circuito. Per potervi partecipare basta iscriversi a una Associazione FIE legata allo sci o, se si è già soci di una associazione FIE che però non ha mai fatto gare di sci, far prendere contatto dalla propria Associazione con il Commissario Tecnico Regionale di riferimento.

Oltre a questi ci sono poi i Campionati Italiani che vengono svolti a rotazione in una delle tre regioni dove al momento è presente il circuito sci della FIE. Per potervi partecipare bisogna qualificarsi attraverso la partecipazione ai campionati regionali.

Vi attendiamo quindi alle gare di sci del prossimo campionato FIE.

Nel frattempo, Vi auguro buone camminate.



Federazione
Italiana
Escursionismo

Comitato
Regione
Piemonte

17 ottobre - 19 ottobre 2025
RADUNO ESCURSIONISTICO NAZIONALE

PROGRAMMA DEL RADUNO:

- Conferenze su temi del territorio ed ambiente
- Accesso alla mostra fotografica
- Visite guidate alla città di Avigliana ed alla Sacra di San Michele (ingresso a pagamento)
- Escursioni sul territorio, con percorsi dedicati ai giovani e a persone con disabilità
- Accesso, con prenotazione, alla palestra di arrampicata indoor
- Spettacolo musicale

Pacco regalo del Raduno 2025

info:

eventi@fiepiemonte.it

piemonte.fieitalia.it



44° CAMPIONATO ITALIANO
Marcia Alpina di Regolarità per Associazioni

Al raduno nazionale delle Associazioni escursionistiche, con escursioni accessibili a tutti su percorsi di interesse storico, ambientale e paesaggistico ed eventi culturali, sarà abbinata la manifestazione del 44° Campionato Italiano di Marcia Alpina di Regolarità, che prevederà anche gare aperte a tutti ed accessibili, per promuovere lo scambio di esperienze fra escursionisti e marciatori.

Il Campionato Italiano, come previsto dal Regolamento Tecnico, si svolgerà in due giornate consecutive (sabato e domenica) con una prova individuale ed una per coppie.



Città di Avigliana



Città metropolitana di Torino

