MONTE VIGLIO

PERIODICO on-line

della Sezione Valle Roveto del CLUB ALPINO ITALIANO

ANNO I – Numero 2 - 2017

PRESENTAZIONE DEL SECONDO NUMERO DEL NOTIZIARIO

***Cari amici**,*

siamo al secondo numero del notiziario: continuiamo a pubblicare le nostre iniziative e i nostri pensieri, invitandovi ad inviarci articoli e foto.

Nel primo numero abbiamo dato la prevalenza alle relazioni delle escursioni sezionali; vorremmo ora mostrare anche qualche attività montana personale, che si inserisce comunque nella vita della nostra sezione, e la arricchisce. Abbiamo introdotto la sezione "Grandi Trekking" (Sentiero della Spirito alla Maiella), abbiamo le riflessioni di Enrico Di Cintio su Gigi Panei, e le preziose notizie naturalistiche del botanico Guido Morelli. C'è anche il programma per il prossimo Corso Avanzato di Escursionismo, che fa seguito a quello di base dello scorso anno. Infine, la relazione del nostro Presidente sulle attività 2017.

Buona montagna a tutti.

Maria Grazia Di Pasquale (vicepresidente)

Indice:

- **Presentazione del secondo numero del Notiziario**..... **1**
- **Cultura della montagna**..... **3**

  Enrico Di Cintio: Panei - Lo scatto mentale e culturale. Nuovo modo di guardare le montagne.

  Giuseppina D'Andrea: Natural-mente rispetto

  Guido Morelli: La foresta salvata

  Guido Morelli: Il bosco rinasce dalle proprie ceneri
- **Attività sezionali**..... **10**

  Segnaletica

  Fabio Bussi: Viglio di notte
- **Attività personali**.....**13**

  Raffaello Colacicchi: Scialpinismo, primi passi tra polvere e ghiaccio
- **Grandi trekking e traversate**..... **15**

  Maria Grazia Di Pasquale: Il Sentiero dello Spirito nel Gruppo della Maiella
- **L'angolo della Toponomastica**.....**21**

  Maria Grazia Di Pasquale: Il toponimo "penna"
- **Progetti**..... **22**

  Corso avanzato di escursionismo
- **Relazione del Presidente sulle attività sezionali 2017**..... **23**

CULTURA DELLA MONTAGNA

LO SCATTO MENTALE E CULTURALE. NUOVO MODO DI GUARDARE LE MONTAGNE.

di Enrico Di Cintio

Cartore. 18 Agosto. *Focal Point*. Ebbene sì, ci siamo. Il nostro territorio è pronto per una nuova via scoperta per caso, e che grazie a persone che stanno mettendo cuore, mente, gambe e tanta tanta passione porterà a risultati eccellenti. Questa sera il superlativo Fabrizio ha riposizionato nella giusta quota un personaggio quasi sconosciuto della nostra terra, e precisamente GIGI PANEI. Uomo poliedrico alpinista, guida alpina e campione nazionale di sci, sempre spinto da un'enorme, unica passione chiamata Montagna. Nel volto, nelle parole e nella voce di Fabrizio abbiamo tutti colto un'effervescenza di nuovi sentimenti, e le orecchie più attente li avranno sicuramente fatti propri, e li custodiranno con tenace memoria. Quella tenacia che solo la gente di montagna riesce a dimostrare, che aiuta a raggiungere una vetta anche quando la fatica assale e sembra impossibile, ma che accompagna anche nella vita di tutti i giorni. La montagna è uno stile di vita fatto di lealtà, fiducia e rispetto dei compagni di avventura, e che silenziosamente regala amicizie d'acciaio. Ascoltare e vedere un mostro sacro, come il Walter Bonatti, parlare commosso del nostro caro Gigi, e sentirlo definire unico grande amico, non può che riempirci d'orgoglio e nel contempo darci una grandiosa carica per attaccare nuove vette. Abbiamo il dovere di valorizzare questo sentimento che ci accomuna, abbiamo il dovere di portare avanti le ambizioni e le idee di chi ci ha preceduto, abbiamo il dovere di aprire la strada per chi verrà. Infatti, l'insegnamento con il quale possiamo guardare verso il futuro è quello di correggere certi comportamenti, ed essere partecipi di un risveglio che il nostro territorio ci chiede, uniti tutti da un nuovo modo di guardare le nostre montagne. Caro Gigi sei e sarai un punto di riferimento generale e per questo ti ringraziamo, ed insieme a questo fantastico gruppo del CAI Valle Roveto siamo pronti per il nostro km lanciato!

NATURAL-MENTE RISPETTO

di Giuseppina D'Andrea

Sempre più frequentemente sento parlare di danni ambientali con un muto senso di rassegnazione, come se non fossimo direttamente ed individualmente coinvolti. Secondo la mia modesta opinione credo fermamente in una responsabilità personale: in quanto ospiti di questo pianeta è nostro dovere rispettare, tutelare e preservare quanto intorno a noi ci fornisce elementi indispensabili all'esistenza ed alla sussistenza, ed è per questo che la responsabilità personale assume un ruolo fondamentale ed attivo.

Credo profondamente in un cambiamento atto ad invertire le attuali abitudini deleterie, non è più tempo di nascondersi dietro parole vuote che trovano colpevoli ed aspettano soluzioni altrui; ogni giorno ognuno di noi può e deve fare la differenza, intraprendendo un percorso di consapevolezza sui possibili interventi da adottare nel conseguimento di un così nobile obiettivo. Acquisendo consapevolezza del nostro ruolo attivo nella salvaguardia del pianeta, diventiamo partecipi con il nostro contributo quotidiano ad un processo di inversione.

Il fenomeno di riavvicinamento alla natura di cui si sente spesso parlare non deve essere semplicemente legato all'aspetto ludico, che ovviamente dona benessere, ma anche e soprattutto alla tutela di quanto

intorno ci fornisce questo salutare dono, un ritorno alla semplicità (che i nostri nonni sanno ben narrarci) può allontanarci da condotte spesso inutili e dannose.

Iniziamo osservando le abitudini del nostro quotidiano, valutando quanti e quali prodotti possono essere eliminati e/o sostituiti con prodotti ecologici, tenendo ben a mente che ciò che è dannoso per l'ambiente spesso lo è anche per la nostra salute.

Gli agenti chimici presenti nella maggior parte dei prodotti di igiene per la casa e della persona sono parte della nostra vita, essi arrecano quotidianamente danni, spesso irreversibili, alla nostra preziosa acqua, alla nostra casa, ai nostri amati boschi ed alla maggior parte dei nostri cibi; alla luce di queste ormai certe informazioni, perché siamo ancora a chiederci chi salverà il mondo? Perché non iniziare proprio dal nostro quotidiano?

Alcuni consigli utili

E' ormai molto semplice reperire prodotti ecologici e/o addirittura preparare personalmente i propri detersivi utilizzando antiche ricette nuovamente in uso, e vi assicuro di estrema facilità. In queste ultime righe troverete alcuni consigli utili, che seppur all'inizio vi sembreranno lontani da questi tempi, vi assicuro che con il passare del tempo vi risulterà estremamente facile utilizzarli, usufruendo dei diversi vantaggi.

L'Aceto è un alleato formidabile, può essere utilizzato per lavare i piatti, i pavimenti, i tappeti, è un ottimo disinfettante, mantiene vividi i colori dei tessuti, è ottimo come ammorbidente e come anticalcare (un solo unico prodotto biodegradabile, economico e con ridotto utilizzo di plastica da smaltire !!)

Gli oli essenziali estratti da piante (e quindi non dannosi), per chi ama profumazioni e non gradisce l'odore dell'aceto, si possono nebulizzare con la fragranza preferita: 1l di acqua con 8/9 gtt di olio essenziale per divani, mobili, tappeti (anche in questo caso un unico prodotto con notevole risparmio economico e poco impatto ambientale). Potete inoltre utilizzare gli oli anche da aggiungere nella vasca da bagno per beneficiare, non soltanto della loro fragranza, ma anche dei loro effetti curativi. Ogni pianta ha un suo specifico effetto, la lavanda è calmante, il *tea tree oil* disinfettante, il rosmarino purificante, la rosa, il gelsomino, il sandalo….. ci sono tantissimi estratti fra cui scegliere.

E per concludere possiamo preparare gli oleoliti: utilizzando le piante autoctone facilmente reperibili, essi si ottengono per macerazione di fiori in olio d'oliva o semi di girasole, per 30 giorni al sole, da utilizzare per sostituire creme per il corpo e per il viso. Sfruttando le proprietà curative di alcune piante possiamo lenire alcuni disturbi della pelle come bruciature, eczemi, irritazioni e cicatrizzazioni; fra i più conosciuti il sangue di S. Giovanni che si ottiene con l'iperico, pianta che viene tradizionalmente raccolta proprio il 24 Giugno. (ottimo sulle bruciature e la cicatrizzazione). La camomilla dopo una giornata di esposizione al sole, la calendula per le irritazioni, l'elicriso per eczemi e con azione antirughe… e così via per decine e decine di piante presenti sul territorio. Tutte hanno un potere idratante, da non usare però prima dell'esposizione al sole.

Come potete vedere piccoli e semplici accorgimenti possono fare la differenza per la nostra salute e il nostro pianeta che ci offre già tutto quello di cui abbiamo bisogno, senza dover ricorrere a prodotti chimici.

Come ultimo suggerimento vi lascio la ricetta di un *sapone per piatti da preparare in autonomia*: 200 ml di acqua, 2 limoni, 100 gr di sale 50 ml di aceto bianco. Tagliare i limoni a rondelle, togliere i semi e frullare con un po' di acqua e sale, quando avrete ottenuto una poltiglia aggiungere la rimanenza di acqua e aceto e far bollire per 10 minuti. Grazie, Giuseppina

LA FORESTA SALVATA

Testo di Guido Morelli
Foto di Fabio Cascinelli

A pochi chilometri da Villavallelonga (AQ) sopravvive silenziosa un'imponente foresta di grande valore biologico: è la faggeta vetusta della Val Cervara che con i suoi faggi plurisecolari è la più antica d'Europa.

In certi boschi, oggi, si entra in punta di piedi. Troppe le sorprese, troppi gli incanti che catturano la nostra attenzione. Il silenzio, i colori, gli odori e i profumi; l'imponenza e la maestosità delle piante vetuste; le tracce lasciate dagli animali, il brulichio di vita nel sottobosco.

In provincia de L'Aquila, a pochi chilometri dal piccolo abitato di Villavallelonga, nascosto in una selvaggia e remota valle nel cuore del Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise, esiste ancora, vivo e vegeto, un bosco incantato capace di suscitare sensazioni mai provate prima.

Si tratta della foresta vetusta della Val Cervara, vero e proprio scrigno di biodiversità, in cui vivono faggi che hanno superato i 5 secoli di vita e che in alcuni casi arrivano perfino a quasi 600 anni di età. Un dato, questo, tanto straordinario quanto inaspettato, considerando che questa specie arborea vive mediamente 250 anni e solo eccezionalmente si trovano esemplari isolati di età maggiore; ma il dato ha soprattutto notevole importanza scientifica visto che le ha fatto meritare il primato di faggeta più antica d'Europa.

Nel nostro continente le foreste vetuste sono quasi del tutto scomparse e comunque difficilmente riscontrabili e sapere che è proprio l'Abruzzo, terra di parchi e riserve naturali, la regione in cui sopravvive la foresta più longeva costituisce un motivo di orgoglio.

Il merito della scoperta, avvenuta una decina di anni fa, va ad un gruppetto di ricercatori dell'Università della Tuscia che percorrendo per motivi di studio uno dei tanti sentieri immersi nel verde sconfinato di questo territorio arrivò ad imbattersi nella faggeta in questione.

Gli studi condotti da questi ricercatori, soprattutto attraverso la dendrocronologia, hanno dimostrato come la longevità potenziale delle faggete è superiore a quanto si è creduto sinora.

Questo nucleo di foresta, esteso poco più di 20 ettari, è localizzato a circa 1600 m di quota nel selvaggio vallone Cervara, posto tra il Monte Marcolano (1846 m) a sinistra e il Monte Schiena di cavallo (1942 m) a destra, in una zona da sempre poco frequentata. Esso si è salvato grazie al lungo isolamento e, soprattutto, grazie alle ripetute e continue lotte (non soltanto giudiziarie) condotte da Loreto Grande, botanico di Villavallelonga, che negli anni del dopoguerra si battè per salvaguardare e preservare dal taglio questo prezioso lembo di territorio.

L'opera di difesa proseguì poi grazie all'istituzione del Parco Nazionale d'Abruzzo, che rappresentò una delle prime applicazioni pratiche per la conservazione delle foreste abruzzesi in un'epoca in cui a parlare di conservazione dell'ambiente montano erano veramente in pochi.

Attualmente, data l'eccezionale rilevanza di questo nucleo forestale, l'Ente Parco ha incluso tutta la Val Cervara nella "zona A", ossia in quella parte di territorio adibita a Riserva Integrale.

Se si percorre in silenzio e "cum lento pede" il lungo ma facile sentiero (denominato R5 nella cartografia del Parco) che parte dalla località Prati d'Angro (1173 m) e risale verso sinistra questa magnifica valle, si avrà la

possibilità di scoprire la vita segreta di un bosco antico e meraviglioso, e di venire a contatto con un ambiente più unico che raro, riportando a casa sensazioni davvero forti.

La prima impressione che si ha entrando nel bosco è quella di trovarsi in un luogo fresco, ombroso e misterioso: ciò è dovuto principalmente alla composizione del soprassuolo, che si presenta ricco di splendidi alberi colonnari e dalla forma bizzarra e contorta, che lasciano ampi spazi alla nostra immaginazione.

La presenza di alberi morti in piedi e schiantati al suolo è poi notevole; in essi si riscontrano numerose cavità e fessure che costituiscono un insostituibile habitat e microhabitat per molte specie di animali, soprattutto invertebrati.

Attraversando in primavera lo spesso strato di foglie secche che crepita al nostro passaggio, si rimane colpiti anche dalla bellezza delle fioriture precoci del sottobosco: ecco allora vedere spuntare i primi timidi bucaneve, i delicati anemoni, le scille e le tenere dentarie. Tutti fiori, questi, che solo in questa stagione trovano le migliori condizioni di crescita: quando gli alberi si copriranno nuovamente di foglie, infatti, la loro breve ma intensa esistenza terminerà.

Dopo un'ora di cammino si raggiunge la località Fonte Cervara (1382 m), dove si trovano i resti di un antico fontanile ormai in disuso.

Continuando a salire si raggiunge quota 1600 metri e si entra finalmente nel cuore della Val Cervara: qui l'ambiente si fa ancora più suggestivo: infatti, iniziano a comparire gli esemplari di faggio più vetusti e il numero di piante morte in piedi e a terra è davvero elevato.

Nonostante molti di essi non sono così giganteschi come si potrebbe pensare, la loro età è alquanto veneranda (l'esemplare più longevo è risultato avere 580 anni).

Un aspetto particolare di questo bosco è dato dalla presenza al suo interno di tutte le fasi del ciclo strutturale della faggeta, dallo stadio di plantula a quello di albero morto. Candidi tappeti di muschio, licheni dai colori e dalle forme più strane, e diversi tipi di funghi legnosi (detti anche "funghi a mensola") adornano le cortecce di questi alberi, donando loro un tocco di rara bellezza.

Tutti questi elementi sottolineano l'assenza pressoché totale di disturbo antropico per un lungo periodo di tempo, e aiutano a identificare questa faggeta come foresta vetusta.

Inoltre numerose tracce lungo e fuori il sentiero indicano la presenza di una fauna davvero ricca e notevole, che annovera fra l'altro specie quali il cervo, il daino, il capriolo, numerosissimi cinghiali, il lupo e l'orso bruno marsicano.

Continuando a risalire il vallone si esce dal bosco fino ad arrivare alla Sorgente Puzza (1728 m), punto di arrivo dell'escursione proposta. Da qui si può godere un panorama mozzafiato, dove lo sguardo si perde nell'immenso mantello verde che ricopre le montagne di questo territorio. Ed è ancora più emozionante osservare il paesaggio in novembre, quando l'autunno trasforma il bosco in una tela di colori accesi dai mille riflessi e da incantevoli sfumature.

Il ritorno ai Prati d'Angro si fa percorrendo lo stesso sentiero dell'andata.

Si conclude così questo viaggio che ci ha visto entrare in un ecosistema complesso e delicato, che si è salvato miracolosamente dal taglio delle motoseghe e che oggi ci chiede soltanto di essere tutelato e rispettato.

La foresta vetusta della Val Cervara rappresenta sia per gli studiosi che per noi tutti un'opportunità unica per comprendere le dinamiche naturali dei boschi, ma costituisce anche un autentico modello di riferimento non solo per la gestione delle faggete del Parco ma anche per quelle abruzzesi e italiane.

Perché è solo attraverso la conoscenza che si giunge ad una protezione consapevole.

LA DENDROCRONOLOGIA

La dendrocronologia è un sistema di datazione che si usa per determinare l'età degli alberi e datare gli oggetti in legno (ad es. elementi architettonici storici e opere d'arte).

La tecnica si basa sul fatto che nelle regioni temperate, gli alberi producono ogni anno un nuovo anello di accrescimento, variabile a seconda delle condizioni climatiche e sempre visibile nella sezione trasversale del tronco. Dal numero di anelli è sempre possibile risalire all'età dell'albero.

Negli alberi vivi il prelievo del campione legnoso viene effettuato attraverso il "succhiello di Pressler", una sorta di trapano ad avanzamento manuale che consente l'estrazione delle cosiddette carote di legno (del diametro di 5 mm) e che provoca nel tronco un foro di piccole dimensioni: esso viene cicatrizzato dalla pianta nel giro di un anno.

Misurando lo spessore degli anelli di accrescimento mediante apposita strumentazione e confrontandolo con altre sequenze anulari ricavate da legni antichi provenienti dalla medesima area geografica, si può arrivare alla datazione di un qualsiasi elemento ligneo di età sconosciuta.

Con questo metodo detto "dendrocronologico" si può anche ricostruire la storia degli alberi e del bosco in cui essi vivono.

IL BOSCO RINASCE DALLE PROPRIE CENERI

di Guido Morelli (ONCN CAI)

Tra i tanti danni che può subire una foresta, quello dovuto agli incendi è il più spettacolare ed il più grave: esso distrugge in poche ore non solo gli alberi e le altre piante, ma degrada anche il suolo, demolisce ogni più piccola componente dell'ecosistema e deturpa il paesaggio. Nelle aree mediterranee, includendo quindi anche l'Italia, gli incendi ripetuti possono portare col tempo alla scomparsa totale del bosco e, quindi, alla desertificazione.

Certo dobbiamo riconoscere che la stampa e i media hanno più volte sensibilizzato l'opinione pubblica su questo problema, soprattutto in occasione dei gravi incendi avvenuti in questi ultimi mesi nella nostra regione e non solo; ma, come spesso avviene per le altre calamità, se questa sensibilizzazione non è sorretta da una cultura ambientale solida e diffusa, l'interesse della gente svanisce rapidamente ed è distolto da altri e più recenti eventi. Nel primo capitolo di un famoso libro di testo universitario, il celebre forestale Giancarlo Calabri si esprimeva così parlando del fuoco: "*un tempo gli incendi ai boschi non volutamente provocati erano considerati una grave calamità e mobilitavano fin dai primi segnali tutti gli abitanti del paese e delle località vicine poiché il bosco rappresentava una delle principali fonti di guadagno e di lavoro per le popolazioni*".

A mio parere il problema degli incendi boschivi rientra in quello più generale della qualità dei rapporti che la nostra società è in grado di instaurare con l'ambiente e soprattutto con le risorse naturali. Un rapporto che oggi sembra deteriorarsi non solo per mire speculative, ma anche (ahimè) per la superficialità e lo scarso impegno con cui si tenta di migliorarlo. Non basta infatti istituire parchi nazionali, riserve e oasi di protezione, apponendo divieti e applicando sanzioni senza effettuare un adeguato controllo e monitorando costantemente le zone più a rischio.

Alcuni cenni sugli incendi boschivi

Gli incendi boschivi sono una calamità stagionale che dipende in primis dalle condizioni meteorologiche, ma anche dalle caratteristiche dei boschi e dalla topografia. E anche se si chiamano boschivi, spesso devastano oltre ai boschi e alle macchie, i terreni agricoli e i pascoli, arrivando a minacciare i fabbricati e le vite umane. In Italia gli incendi si sviluppano in due stagioni di punta: la piena estate nel centro-meridione e nelle isole, la fine dell'inverno nel settentrione e in alta montagna. Ma vi sono comunque regioni come la Liguria e la Sicilia, che possono essere colpite in ogni periodo dell'anno. Come in tutti i paesi, il fenomeno ha subìto negli ultimi anni un aggravamento continuo, e anzi, le superfici percorse dal fuoco non sono affatto inferiori a quelle che si avevano negli anni 60 e 70, quando erano scarse e arretrate le strutture di difesa.

I motivi sono molteplici e vanno ricercati nell'abbandono dei boschi e delle aree agricole marginali, che non essendo più convenienti dal punto di vista economico si trasformano in "serbatoi" di combustibili che agevolano lo sviluppo e la diffusione degli incendi; poi ci sono le annate con periodi di siccità straordinaria e di alte temperature e, non ultimo, il comportamento della gente: su questo aspetto basta ricordare che in Italia oltre il 70% dei boschi incendiati sono opera di atti dolosi.

Gli effetti dell'incendio sul bosco

In seguito al passaggio del fuoco il bosco subisce una serie di mutamenti profondi. Oltre agli effetti negativi sulla vegetazione, come la distruzione delle chiome di alberi e arbusti e la totale scomparsa di erbe, di lettiera e di radici, ci sono quelli legati alla perdita della fertilità del suolo. Infatti, dopo l'incendio si verifica un aumento dell'evaporazione, della luce che arriva al terreno e della sua temperatura. Insomma, si verifica un generale ed immediato impoverimento della fertilità. Ma non è tutto; l'incendio porta un cambiamento nella composizione chimica del terreno, rendendolo meno acido e quindi meno accogliente per diverse specie vegetali e fungine. A questi effetti va aggiunto quello del vento che non viene più mitigato dalla presenza della vegetazione. Infine, diminuisce la protezione idrogeologica fornita dal bosco perché viene a mancare la capacità di intercettazione delle precipitazioni da parte delle chiome e delle radici. In tali condizioni aumentano sensibilmente i processi di erosione e i rischi di frane superficiali e smottamenti. Insomma, dopo l'incendio l'ambiente diviene inospitale per molte forme di vita che erano presenti nel vecchio ecosistema.

La ricostituzione, ovvero il bosco che rinasce dalle proprie ceneri

Dopo l'incendio un bosco è distrutto nella sua connotazione precedente, ma dalle sue ceneri esso sarà in grado di riformare spontaneamente un nuovo ecosistema "appoggiandosi" alle specie animali e vegetali sopravvissute e da altre che si insediano nelle aree bruciate. Vediamo come. Le specie arboree ed arbustive reagiscono alla distruzione della loro chioma con l'emissione di nuovi polloni che sono in grado di svilupparsi velocemente superando la concorrenza delle specie erbacee annuali (soprattutto le graminacee) che sono le primissime piante a ricomparire dopo il passaggio del fuoco. Altre piante, come ad esempio la roverella, il

leccio, l'olmo, le ginestre, le eriche ed i cisti, approfittano dell'ambiente aperto e luminoso che si è creato dopo l'incendio e pian piano ricostruiscono il piano arbustivo. Col passare degli anni, i loro apparati radicali sgretolano lo strato impermeabile creatosi con le alte temperature del fuoco nei primi 10-20 cm di terreno; a questo punto lo scorrimento superficiale diminuisce e il suolo riacquista a poco a poco la sua capacità di immagazzinamento dell'acqua negli strati più profondi. Quando la nuova copertura arborea si sarà sufficientemente sviluppata, se non intervengono altri fattori di disturbo, si insedieranno anche le specie più esigenti, come gli aceri, i tigli e i frassini che prediligono condizioni di penombra. Un discorso a parte va fatto per alcune specie di pino come il Pino d'Aleppo e il Pino domestico, che approfittano del passaggio del fuoco per schiudere le loro pigne e lasciar cadere il seme: le piante che adottano questa strategia si chiamano pirofite. Basti pensare che dopo un incendio in una pineta si possono contare oltre 100.000 giovani piantine per ettaro, che nel giro di 20-30 anni costituiranno una nuova pineta!

Per quanto riguarda la fauna, durante i primi anni di rinascita del bosco si riducono le possibilità di rifugio e le opportunità di trovare cibo per molti animali, soprattutto uccelli. Si verifica così un sensibile cambiamento della fauna locale, sia in numero che in varietà. Ci vorranno diversi decenni prima che il bosco torni a ripopolarsi di animali!

Anche se in tempi lunghi il bosco si ricostituirà, basta lasciar fare tutto alla natura … Ma non sempre! Infatti, se da un lato è vero che le ceneri arricchiscono il suolo di elementi nutritivi, è altrettanto vero che nei terreni in pendio il suolo viene presto dilavato ed eroso dalle acque superficiali: ciò può portare alla scomparsa della matrice del bosco e allo scoprimento del terreno, con il conseguente innesto di fenomeni di dissesto idrogeologico.

Ecco allora che l'uomo può contribuire ad accelerare il processo di ricostituzione del bosco attraverso interventi selvicolturali mirati, che permettono di limitare i danni, favorendo l'opera di cicatrizzazione della natura, e di costituire un nuovo soprassuolo nel minor tempo possibile.

La ricostituzione è dunque il rimedio estremo dopo il passaggio del fuoco, che ha il compito di sostituire i boschi danneggiati o distrutti con "boschi nuovi", ossia con le opere di rimboschimento. Per ovviare a questo problema, ogni volta che si vuole ricostituire un bosco, si deve sempre intervenire sulla rigenerazione degli arbusti e degli alberi, scegliendoli tra le specie più adatte e privilegiando quelle autoctone. Di solito si scelgono piante con accrescimento rapido e vigoroso allo stadio giovanile, che in breve tempo sono in grado di fornire una copertura alta, più o meno densa e poco combustibile. A tali requisiti possono rispondere tanto le latifoglie quanto le conifere, a patto che si tratti di piante appartenenti alla flora locale e che si favorisca sempre la mescolanza tra le specie adottate.

Difendiamo il bosco tutti insieme!

La difesa dei boschi si basa oggi su diverse iniziative. Comincia con la prevenzione, che intende modificare le condizioni fisiche e sociali di maggior pericolo degli incendi. Poi c'è la previsione, che consiste nello studio delle probabilità e dei modi di propagazione del fuoco e nella pianificazione delle strutture di difesa. Quest'ultima attività ha come punto nevralgico il rilevamento delle risorse idriche esistenti, sia naturali (sorgenti, fiumi, torrenti, laghi e paludi) che artificiali (bacini, canali e acquedotti). La lotta attiva comprende l'avvistamento e spegnimento con ogni mezzo e quanto prima possibile. Ultimo passo è la ricostituzione, che con i tempi lunghi della natura, chiude il cerchio.

Un aspetto fondamentale legato all'opera di spegnimento degli incendi è quello della partecipazione attiva: i vigili del fuoco, le guardie forestali (ormai ex), i piloti degli aeromobili e il personale della Protezione Civile sono le figure preposte a questo difficile compito ma il loro lavoro viene spesso supportato dall'opera dei

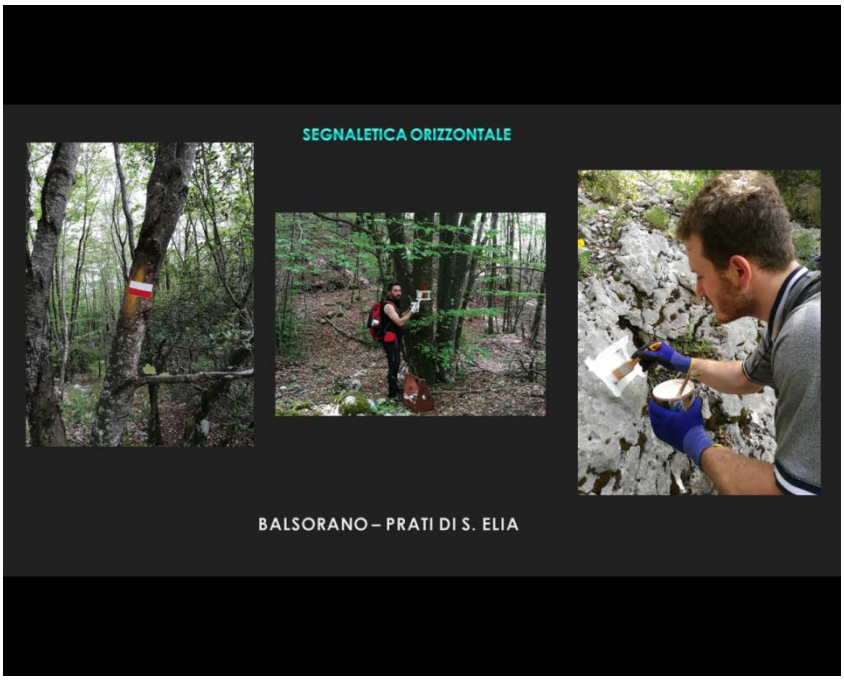
volontari. Infatti, per prevenire gli incendi, che, si sa, dipendono per la maggior parte da cause umane, si deve insistere su un tipo di informazione non fine a se stessa ma che debba essere obiettiva e attiva per ottenere l'interesse e la collaborazione del pubblico. In altre parole bisogna motivare il pubblico a rispettare i boschi, ad evitare ogni azione pericolosa e possibilmente a collaborare nella difesa.

In Abruzzo sotto questo punto di vista siamo ancora indietro. Le nostre risorse forestali sono conosciute solo perché abbelliscono il paesaggio e favoriscono il turismo. Poche (direi pochissime) sono le scuole in cui si insegna a conoscere e a capire l'ambiente circostante, ed ancor meno la vegetazione forestale. Pochi conoscono la realtà dei nostri boschi, la faticosa storia del loro rapporto con le popolazioni locali, le loro innumerevoli ed essenziali utilità. Ciò è alquanto grave, perché la condizione essenziale per conservare e gestire in modo corretto un'area naturale è quella di conoscere tutte le diverse componenti e i limiti in cui questa può essere utilizzata, imparando a riconoscere le cause che possono determinarne il deterioramento, o peggio, la distruzione.

ATTIVITÀ SEZIONALI

SEGNALETICA

Segnaletica verticale a Civita d'Antino in collaborazione con gli amici del CAI di Civita che hanno contribuito alle spese e alla messa in posa. Sentiero per il laghetto ed Eremo della Madonna della Ritornata, manutentati e segnalati



VIGLIO DI NOTTE

di Fabio Bussi

Il pernotto era previsto da calendario per il sabato 12 Agosto ma a causa del maltempo è stato rinviato al giorno successivo. Siamo partiti la Domenica 13 mattina, alle 10.30, dal Valico di Serra S. Antonio ed arrivati in vetta alle 14.00 circa.

Verso fonte Moscosa

Fabio accompagnatore, fotografo, portatore..

Anche il nostro presidente non scherza

Scendendo dal Gendarme

Un po' di impegno

In vetta

Rofocillarsi in vetta

Dopo esserci riposati un po' ed aver allestito il campo, con un gruppo di 5 persone siamo riscesi sul versante sud ovest fino a raggiungere il bosco del Monte Pratiglio alla quota di 1870 m; qui abbiamo raccolto la legna e siamo risaliti sulla vetta.

Si prende la legna per il fuoco

La serata è trascorsa accanto al fuoco a cucinare e mangiare bruschette e salsicce, fare fotografie al bellissimo tramonto e, più tardi, alla via lattea evidente in tutta la sua bellezza.

Madonnina di notte

La temperatura, scesa bruscamente il giorno prima, era di nuovo diventata mite, quindi non abbiamo sofferto il freddo

Il campo

Il Lunedì mattina ci siamo alzati con comodo e dopo aver smontato il campo siamo ridiscesi per lo stesso itinerario della salita, trovandoci alle macchine per le 12.30.

I 13 partecipanti: Fabio Bussi, Cosetta Pampana, Luca Bussi, Alfonso Di Loreto, Nicolò Vicari, Denis Montaldi, Mattia Lelli, Chiara Di Cesare, Diana Di Marco (non socia), Fernando Di Cesare (non socio), Carla D'Anastasio, Adele Palmieri, Raffaele Allegritti.

ATTIVITÀ PERSONALI

SCIALPINISMO, PRIMI PASSI TRA POLVERE E GHIACCIO

di Raffaello Colacicchi

Gran Sasso

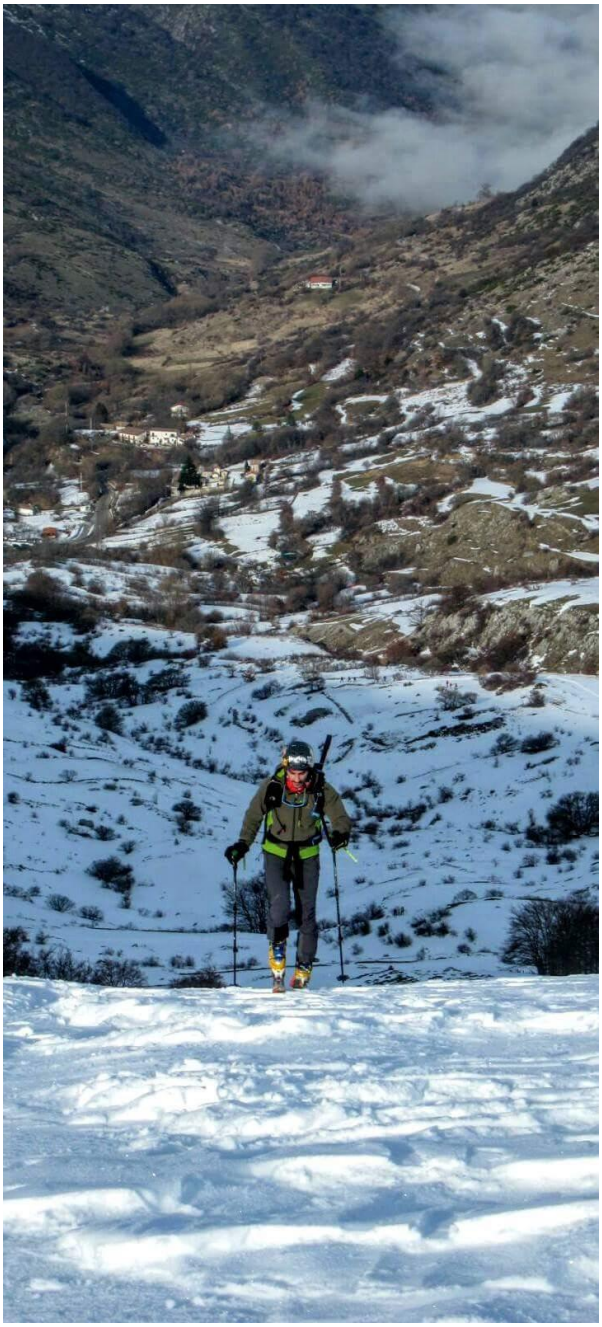
Quest'anno ho avuto la grande fortuna grazie a mio zio Fabio di provare lo Scialpinismo (Skialp) su alcuni dei nostri itinerari abruzzesi.... Ed è stato amore a prima vista. Lo skialp tramite un'apposita attrezzatura che prevede per le prime uscite: scarponi, attacchi per skialp e sci per skialp, rampant, pelli, bastoncini. E, per le uscite più avanzate: ramponi, piccozza, casco, ARTVA.

Questa disciplina ti permette di salire su montagne innevate, per poi riscendere a valle fin dove c'è ancora neve. Ovviamente occorre una discreta padronanza della tecnica sciistica e un minimo di conoscenza dell'ambiente innevato, sebbene le prime uscite possano essere semplici e con pochi pericoli.

Monte Viglio

DIFFICOLTÀ: Tutto è legato all'esperienza, naturalmente all'inizio è molto difficile scendere e godersi la discesa come se fosse una pista battuta, poiché si possono trovare tantissimi tipi di neve molti dei quali, come la crostosa e la ghiacciata, sono difficili da affrontare. È uno sport duro e aerobico, quindi una buona preparazione fisica ti aiuta in salita e moltissimo in discesa per via delle sollecitazioni nei muscoli inferiori. Solo la conoscenza della montagna e molta prudenza ti permettono di evitare potenziali tratti esposti a valanghe. Proprio per questo è obbligatorio portare con se l'ARTVA che emette un segnale radio qualora restassi bloccato sotto una slavina, permettendo ai tuoi compagni o al soccorso alpino di trovarti.

Quindi: ne vale veramente la pena? Beh, la risposta è ovviamente Sìì. Premesso che tutto in montagna si affronta per gradi, lo scialpinismo ti catapulta in un'esperienza fantastica e mozzafiato. Scendere e solcare linee nella neve vergine è bellissimo, passare dalle creste più esposte fino a sciare nel mezzo dei boschi silenziosi ti permette di vivere la natura selvaggia (wilderness). Senza contare che prima o poi ti capiterà di fluttuare sulla neve appena caduta detta polvere (powder), una pratica elettrizzante dicono gli appassionati, perché si ha la sensazione di cavalcare una nuvola. Lo Skialp è un modo sensazionale di vivere il nostro inverno, perché chi non vive la montagna in Abruzzo perde l'80% del divertimento che questa terra può offrire.



Monte Ocre

GRANDI TREKKING E TRAVERSATE

IL SENTIERO DELLO SPIRITO NEL GRUPPO DELLA MAIELLA: 1-4 GIUGNO 2017

di Maria Grazia Di Pasquale

Le recente tragedia che ha coinvolto il Morrone di Sulmona, devastato da incendi per molti giorni, mi porta a parlare della TRAVERSATA DEGLI EREMI DELLA MAIELLA, esperienza montana non più ripetibile nello stesso ambiente, ahimè, chissà per quanto altro tempo.

Da alcune settimane, dopo aver letto l'opuscolo stampato dal parco della Maiella, avevo preparato la traversata da Sulmona a Roccacaramanico, che tocca i più importanti eremi della Maiella. Seguendo le indicazioni del libretto, ho prenotato per tempo i pernottamenti, ma, tanto per cominciare, a Badia Morronese, da cui si parte, non c'è una struttura (gentilissime le operatrici del Centro visite, che si stanno comunque "attrezzando"). Quindi ho prenotato un b&b a Roccacasale per la notte del 31 maggio, e alle 6 del I° giugno sono partita, lasciando l'auto a Badia.

I° giugno, prima tappa. Km 27, dislivello m.1980 in salita, 1800 circa in discesa. Da Badia Morronese a Caramanico Terme ("Casa del Lupo") 9 ore

Partenza da Badia Morronese, salita all'eremo s. Pietro, Fonte Vicenne, vetta del Morrone.

Eremo S. Pietro

Sotto la vetta del Morrone

Vetta Morrone

Il dislivello per la vetta del Morrone è, da Badia, di 1600 metri, poi si scende per il versante SE, e poi a N, NW e NE, fino alla faticosa risalita a Caramanico Terme. Ma prima di questa si deve scendere e il sentiero, stretto, ripido e sassoso si è trasformato in torrente, per la deviazione di un ruscello che sta accanto. A Caramanico Terme ricerca della Casa del Lupo in Contrada S. Croce, breve attesa per avere la chiave della stanza prenotata, buona, con bagno, a 30 euro. Mi danno anche le chiavi del rifugio Di Marco, incustodito, del CAI Pescara, che avevo prenotato per tempo, per 5 euro. Cena in trattoria nelle vicinanze. Da notare che, a parte 2 giovani nella prima parte della salita, non ho incontrato nessuno in tutto il giorno sul percorso; solamente in serata è arrivata una comitiva, partite anch'essa, ma tardi, da Sulmona, con una guida di Majambiente.

II° giorno, 2 giugno: Da Caramanico Terme al Rifugio di Marco, Prati della Maielletta. Km 15, salita m. 1340, discesa 390 m. 8 ore.

Parto relativamente tardi, per mancanza di colazione fino alle 7 (bar); attraverso il ponte S. Cataldo, arrivo all'inizio della magnifica Valle dell'Orfento

Uno dei ponti sull'Orfento

Valle dell'Orfento

che percorro con grande soddisfazione, visitando i ruderi dell'Eremo S. Onofrio; alla Rava dell'Avellana comincia la ginnastica: sia fisica per scavalcare numerosi tronchi e rami caduti nella recente primavera,

Rava dell'Avellana

sia mentale per ritrovare i segni non sempre visibili (franati anch'essi o nascosti); la salita per la Rava è lenta e faticosa, ma alla fine giungo a Pianagrande, e da qui al Rifugio Di Marco.

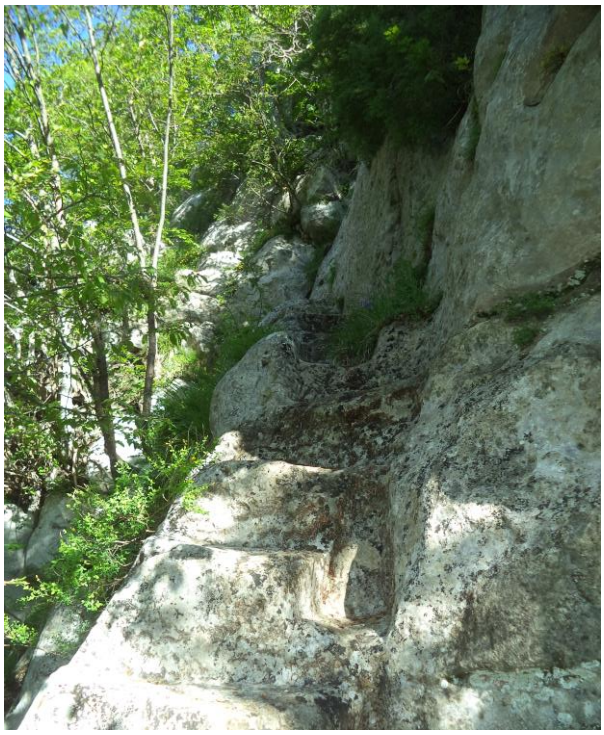
Rifugio Di Marco

Interno rifugio Di Marco

Il tempo è minaccioso, e alle 17 si scatena un furioso temporale (10 cm di grandine davanti al rifugio). L'ambiente di cui mi hanno dato la chiave è dignitoso, con stufa a legna (ma poca legna), fornello a gas con bombola, stoviglie, un soppalco con 2 reti. Niente acqua, ma mi sono rifornita vicino a Pianagrande a Fonte Centiata. Alle 18, sotto il diluvio, arriva una coppia di giovani bagnati fradici, purtroppo la legna è finita, hanno la tenda, ma fuori c'è acqua dappertutto, per cui decidono di fermarsi a mangiare e dormire nel rifugio. Anche in questa giornata non ho trovato nessuno sul percorso (né davanti, né dietro a me, e neppure nelle vicinanze; ho intravista una comitiva (pericolosamente "sgranata" nella nebbia, col maltempo), in alto, verso il rifugio Pomilio. Alle 2,30 2 persone bussano, ma se ne vanno (al M. Amaro in notturna).

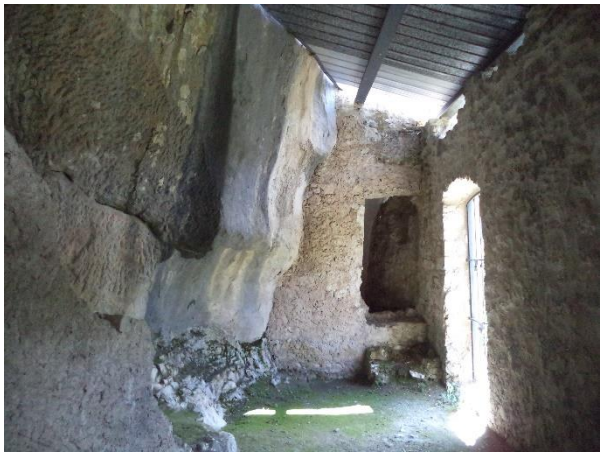
III° giorno, 3 giugno: da Rifugio di Marco a Roccamorice. Salita m.600, discesa 1300, 21 km, ore 8 (compresi l'errore di percorso e le visite agli eremi).

Al mattino saluto la coppia, che mi assicura di andare anch'essa all'Eremo di S. Giovanni, ma in realtà non la vedrò più. Rifornimento d'acqua Centiata, discesa ripida per eremo di S. Giovanni,



Accesso Grotta S. Giovanni

breve tratto esposto, cengia di accesso percorribile solo strisciando. Ritorno al sentiero, traverso stretto ed esposto, risalita a Pianagrande, errore di deviazione verso W (cartello bivio mal posizionato, praticamente alle spalle di che arriva da S. Giovanni); 1 ora circa persa; arrivo alle 11 circa all'Eremo di S. Spirito,



S. Spirito

pieno di gente perché raggiungibile in auto e pullman. Visita ai molteplici ambienti per più di 1 ora. Lascio al custode la chiave del rif. Di Marco, mi incammino prima su asfalto poi per sentiero; Nella Valle Iumentina numerosi "tholos", costruzioni circolari di pietra a secco per rifugio ai pastori.

Tholos

Discesa nel vallone di S. Bartolomeo, visita all'eremo omonimo.

S. Bartolomeo in Legio

Risalita a località Macchie di Coco, lungo percorso su asfalto fino a Roccamorice: telefono all'affittacamere che avevo prenotato, mi vengono incontro emi accompagnano in una sperduta località in campagna, ad un casale molto ben ristrutturato, dove ho un miniappartamento, ma nulla da mangiare (la sera prima era stata, con pochi viveri al rifugio incustodito). Mi vengono a prendere, accompagnandomi in trattoria dove ceno e prendo un panino per l'indomani; mi riaccompagnano in serata al casale, dove sono sola ma molto ben sistemata. 30 euro.

IV giorno, 4 giugno: da Roccamorice a Serramonacesca (Abbazia di S. Liberatore), 5 ore e 40 min, km 16, salita m. 600, discesa 900m.

Partenza dal casale ore 6, arrivo all'innesto del Sentiero dello Spirito in circa 2 km, Vallone S. Angelo, Grotta S. Angelo. Segnaletica a tratti non visibile per erba alta,

Segni (in)visibili

sentiero invaso da vegetazione, senza manutenzione nei pressi della grotta. Tratto asfaltato (strada da Lettomanoppello a Passo Lanciano); sterrata con breve errore di percorso per segnaletica non chiara, per fortuna ho la traccia gps che mi riconduce verso il sentiero per eremo di S. Onofrio. Sosta all'eremo,

S. Onofrio

Interno Eremo S. Onofrio

poi discesa verso Serramonacesca, non senza perdita ennesima dei segni e discesa diretta verso S. Liberatore, che raggiungo alle 11,45.

Visita all'abbazia, che conosco da molto tempo,

S. Liberatore della Maiella

aspettando altri "pellegrini" con cui dividere la spesa dell'auto a noleggio che ho prenotato a Manoppello per tornare a Sulmona. Purtroppo dal Sentiero dello Spirito non arriva nessuno, quindi chiamo il taxi, che per 50 euro mi riporta a Badia.

CONCLUSIONI: i km percorsi in realtà sono maggiori della somma sopra scritta per le singole tappe, comprendendo quelli per arrivare e partire dalle località di pernottamento. Il mio gps mi ha dato circa 100 km di distanza totale; il dislivello in salita e in discesa 5000m circa.

Utilissime le tracce gps scaricate dal sito del CAI Sulmona; inesatte le notizie dell'opuscolo del 2016 dell'Ente Parco Nazionale della Maiella; molto carente la manutenzione dei sentieri; segnaletica da rivedere e completare; logistica per i pernottamenti insufficiente.

Costo pernottamenti 125 euro; costo pasti e viveri 70 euro; costo taxi per rientro 50 e. Totale 245 euro.

Comunque percorso magnifico, per escursionisti esperti, da evitare assolutamente in presenza di neve (anche poca e residua); piede fermo e mancanza di vertigini. Quasi indispensabile, per non perdere troppo tempo, la traccia gps. (sul nostro sito la mia traccia integrale)

L'ANGOLO DELLA TOPONOMASTICA

IL TOPONIMO "PENNA" di Maria Grazia Di Pasquale

Il significato arcaico di Penna è cima, sommità, vetta rocciosa di forma aspra e acuta. Già prima del 1406 il Buti: "La capra è animale che volentieri va pascendo sopra la *penna* de' monti" (cit. da Battaglia, Grande dizionario della lingua Italiana, XII).

Il termine è ben rappresentato nell'area centro-meridionale d'Italia, come traslato orografico di penna, dal latino *pinna*, freccia, penna, oppure da una base prelatina di *pinnus*, acuto. (Dizionario di Toponomastica UTET 1990). E' possibile però in molti toponimi italiani anche un'origine celtica: cfr. antico irlandese *cenn* 'testa, sommità', il gallese e antico cornico *pen*, l'antico bretone penn 'testa, estremità'. Il termine ***pinnacolo*** deriva anch'esso da pinna/penna.

ALCUNI TOPONIMI: **Alpi Pennine**. Dal latino *Alpes Poeninae*, connesso al latino *mons Poeninus* (anche Iugum Peninum e, nella Tabula Peutingeriana, summus Penninus; Monte Giove nel Medioevo); il colle del Gran San Bernardo era considerato passo protetto da Iuppiter Poeninus**. Monte Penna** 1735, Appennino ligure, **Monte Penna de La Verna** m.1289, appennino toscano, **Penne** nei Vestini (prov. Di Pescara), **Pennapiedimonte** (prov. Chieti), **Colle Penna** (località vicino a Capistrello), **La Penna** (località a Gioia dei Marsi), **Colle Pennapizzuto** a Civitalucarella (Chieti), **Morge della Penna** a Gessopalena (CH), **S. Maria della Penna** a Vasto (CH), **La Penna**, frazione di Vicoli (PE). (Zuccarini Ch., *Toponimi barbarici d'Italia,* Abruzzo Se book).

Monte Penna, Appennino Ligure

Il "Balzolo" di Pennapiedimonte

PROGETTI

CORSO AVANZATO DI ESCURSIONISMO NELLA SEZIONE CAI VALLE ROVETO: 2017 - 2018

Cari soci, dopo il successo del corso base, proponiamo quest'anno il corso di escursionismo avanzato, dedicato sia a coloro che hanno frequentato il primo, che agli escursionisti della nostra sezione già abbastanza esperti, che desiderino approfondire tecniche, mezzi culturali e scientifici per andare in montagna con maggiore sicurezza e… divertimento. E' infatti indispensabile che un escursionista non solo conosca il percorso, ma lo inquadri nell'ambiente montano in cui si trova, e ne usufruisca nel miglior modo possibile, senza incoscienza né senza ansia anche nelle situazioni difficili. I programmi CAI del Corso avanzato riguardano l'approfondimento di alcuni argomenti del corso base, e ne introducono altri, quali l'attrezzatura e la progressione su vie ferrate; il suo scopo è (cito il testo CAI) "trasmettere le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare in autonomia e con competenza escursioni in ambiente su percorsi con difficoltà (E), (EE) e (EEA)". A tale scopo dedicheremo tempo per le esercitazioni sull'organizzazione di escursioni. Altro argomento da ripassare ed approfondire la sicurezza e il primo soccorso in montagna.

Queste le modalità:

- **Chi vuole iscriversi lo faccia entro il 29 ottobre 2017**.
- L'inizio del corso è previsto per il l'11 di novembre
- Il numero massimo di partecipanti è di 12 iscritti (della Sezione Valle Roveto). Verrà data la priorità, in caso di numero eccessivo, a chi ha già frequentato il corso base e a chi vorrà accedere in futuro alla qualifica di Accompagnatore Sezionale di Escursionismo
- La cadenza delle lezioni teoriche sarà mensile, così come quella della uscite dedicate, che saranno per la maggior parte anche di calendario sezionale.
- Il costo dell'iscrizione è di Euro 60. Chi non ha partecipato al corso base dovrà versare altri 10 euro per le dispense dello scorso anno, che verranno utilizzate e ampliate

PER E-MAIL, SUL NOSTRO SITO INTERNET E SUL GRUPPO FACEBOOK LE DATE E IL PROGRAMMA APPENA POSSIBILE

Questo il programma di massima delle lezioni (in sede, il sabato):

1. 11/11/17 17-19:30 Ambiente montano e cultura dell'andare in montagna 1 ORA- Flora e fauna 1 ora - Organizzazione e strutture del CAI 0,5 ore
2. 02/12/17 17-19:00 Sentieristica 1 ora - Alimentazione, preparazione fisica 0,5 ore Equipaggiamento e materiali per l'escursionismo (1): 0,5 ore
3. 13/01/18 17-19:30 Cartografia orientamento (1) 1,5 ore- GPS, introduzione e rudimenti cartografia digitale 1 ora
4. 17/02/18 17-19:00 Equipaggiamento e materiali (2): 1ora Dispositivi di protezione individuali - esercitazioni in aula su imbragature, kit da ferrata e moschettoni 1 ora
5. 17/03/18 17-19:30 Meteorologia 1 ora- cartografia e orientamento (2) 1,30 ore
6. 14/04/18 17-19:30 Catena di sicurezza e nodi base utilizzati in escursionismo
7. 12/05/18 17-19:30 Rischi e Pericoli Elementi di primo soccorso; traumi più comuni in montagna Patologie da caldo, da freddo, da quota e da sospensione. Materiale personale e di gruppo per il primo soccorso. Segnali convenzionali per la chiamata dei soccorsi. Soccorso alpino ed elisoccorso.

8. 09/6/18 17-19:30 Organizzazione di un'escursione (1) 1,30 ore (2) esercitazioni individuali e di gruppo sull'organizzazione di un'escursione.

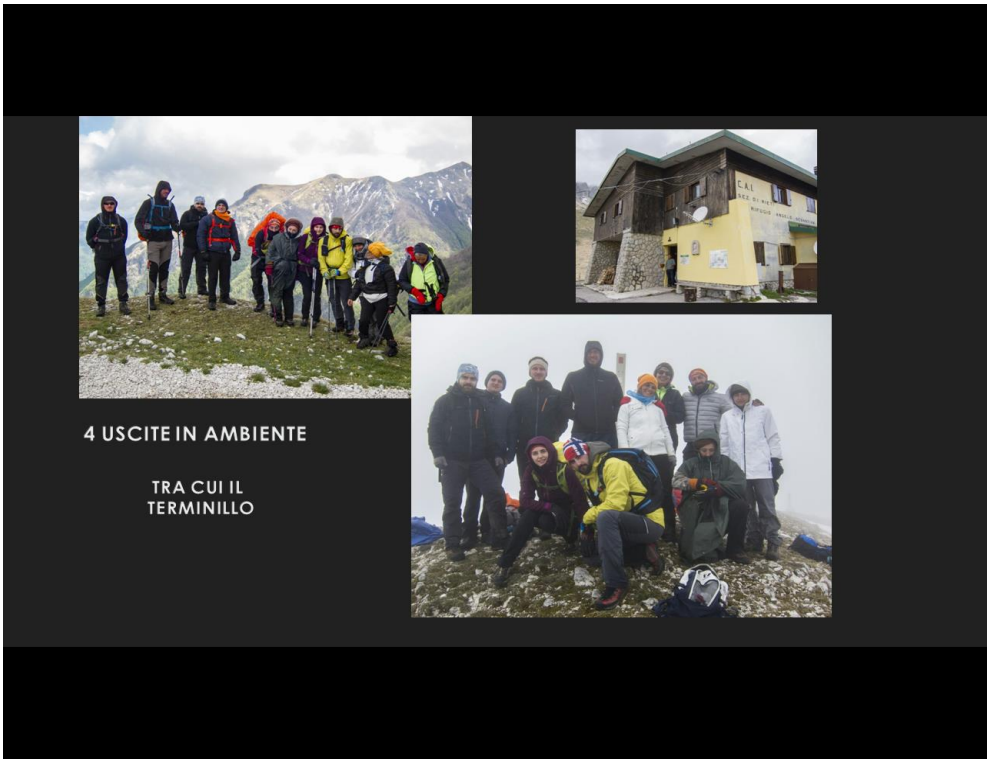
Le uscite dedicate saranno comunicate appena redatto il calendario delle escursioni 2018. Sono previste almeno 3 uscite su vie ferrate.

RELAZIONE DEL PRESIDENTE SULLE ATTIVITÀ SEZIONALI 2017

Cari Soci,

Vi presento un piccolo resoconto della Relazione Annuale 2017, presentata e commentata durante la riunione dell'Assemblea del Settembre scorso. I dati sono piuttosto eloquenti e sono il frutto ed il risultato di una lavoro di gruppo che spero sarà sempre più ampio ed allargato a tutti i soci della nostra Sezione. Il prossimo anno, su cui abbiamo iniziato a lavorare da tempo, sarà ricco di sorprese ed uscite inedite. Come sapete avremo anche i festeggiamenti dei trent'anni e servirà l'aiuto di tutti. Vi saluto con quest'ultimo augurio.

Il Presidente


4 USCITE IN AMBIENTE
TRA CUI IL
TERMINILLO

LA CONSEGNA
DEI
DIPLOMI

Corso di avvicinamento alla natura
LE PIANTE MANGERECCE
con Guido Morelli

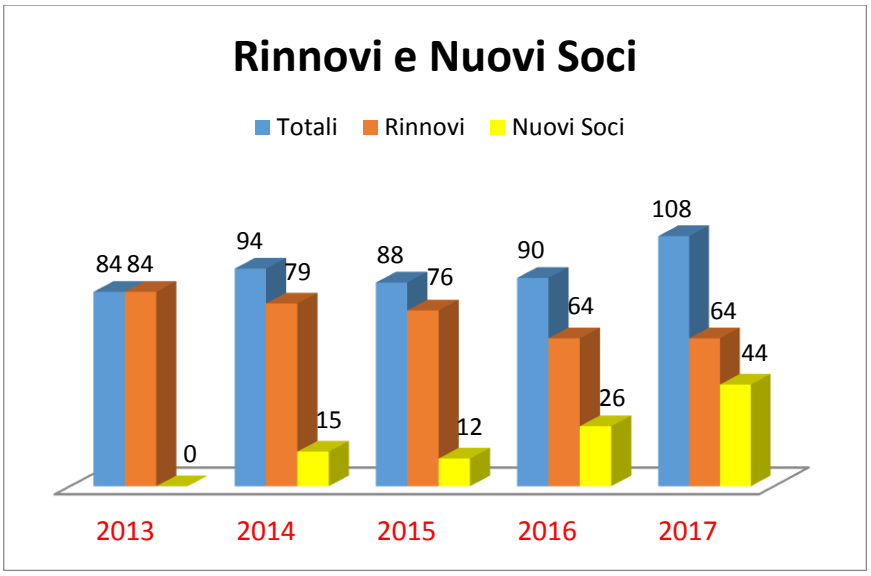
USCITE IN
VALLE DELL'INFERNO
E VALLE DELL'ORFENTO

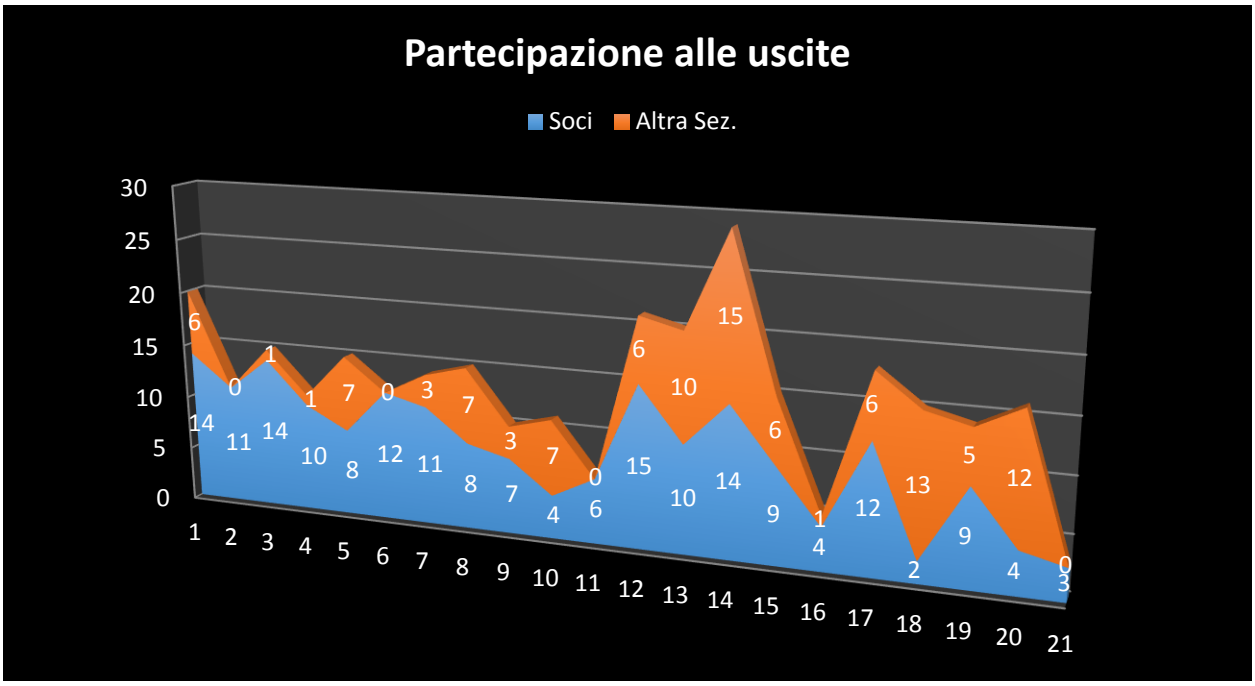
CORSI DI ROCCIA E ALPINISMO di base con LA SCUOLA "ROSA DEI VENTI"

TOUR DELL'ETNA

SEGNALETICA

Segnaletica verticale - Civita d'Antino


Rinnovi e Nuovi Soci
Totali
Rinnovi
Nuovi Soci
84 84 0
94 79 15
88 76 12
90 64 26
108 64 44
2013
2014
2015
2016
2017


Partecipazione alle uscite
Soci
Altra Sez.
30
25
20
15
10
5
0
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21