



Anno XLIV - n° 2

OTTOBRE 2015

IL NOTIZIARIO

Periodico della Sezione di Livorno del Club Alpino Italiano



Campanile di Val Montajana (Pordenone)



ari soci ed amici,

Il 2015 è stato l'anno in cui si sono verificati alcuni eventi molto importanti per la nostra sezione: l'insediamento nella nuova sede in p.zza Dante, l'avviamento della costituzione di una sottosezione all'Isola d'Elba e l'accordo con il Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano, insieme al Gruppo Regionale Toscana del CAI, per il perfezionamento dei sentieri della Capraia ed il conseguente impegno futuro della sezione nel mantenimento della rete sentieristica.

Per quanto riguarda la nuova sede rimangono ancora da completare alcuni lavori di finitura, la ristrutturazione del cortiletto interno, in modo che possa essere utilizzato anche durante la stagione invernale, ed il miglioramento del locale garage allo scopo di creare un ambiente che soddisfi le esigenze di spazio per le nostre attività; la spesa non è indifferente e necessita il consenso dei soci che nella prossima assemblea potranno esprimere il loro parere in merito.

La costituzione della sottosezione all'Elba costituisce per la sezione di Livorno un momento molto importante: infatti il CAI regionale ha attualmente in corso un monitoraggio della situazione dei sentieri basata sulle relazioni dell'attività di numerose sezioni, non solo toscane, che

hanno recentemente organizzato escursioni nell'Arcipelago.

Una prima evidenza dell'indagine è l'opportunità di un intervento sui sentieri dell'Isola di Capraia, molto frequentata nei fine settimana primaverili. Attualmente la situazione dei sentieri è disomogenea, i cartelli indicatori sono spesso realizzati con materiali di fortuna e la segnaletica orizzontale è praticamente assente. Per questo motivo il CAI regionale propone di assegnare una quota dei fondi disponibili alla Sezione di Livorno, al fine di costituire una squadra di operatori che possa impegnarsi in una progressiva riqualificazione dei sentieri, questo a partire indicativamente da ottobre.

Per lo sviluppo dei vari progetti il Parco Arcipelago Toscano prevede la formazione di un Gruppo di Lavoro composto da esponenti del Parco e del CAI; ne consegue che la costituzione della Sottosezione consentirà di proseguire l'attività in futuro con maggiore continuità e attenzione anche nell'ottica della XVII edizione della Settimana Nazionale dell'Escursionismo 2017 che si svolgerà pertanto nell'Arcipelago Toscano nella primavera del 2017. La nuova Sottosezione avrà di che lavorare!

Il Progetto Scuola è stato accettato dal Comune nell'ambito del percorso "Livorno città sosteni-



La nuova sede del CAI Livorno

bile e sicura” con la seguente proposta progettuale “Percorsi storici tra flora e fauna dei Monti Livornesi”. Il progetto è descritto dettagliatamente nel seguito in un capitolo specifico.

Il 15 ottobre inizia il Corso di Escursionismo Avanzato al quale possono partecipare i soci che già hanno effettuato corsi base o che abbiano maturato negli anni di attività esperienze e capacità specifiche. Il Corso è diviso in due periodi, ottobre-novembre e marzo-aprile, per meglio sfruttare le giornate con illuminazione più lunga in occasione delle uscite su vie ferrate, che risulteranno di maggior impegno e durata.

Ricordo ai candidati di esibire al momento dell’iscrizione un **certificato medico per attività sportiva non agonistica**.

Quest’anno abbiamo due nuovi titolari: Massi-

mo Tuccoli come ACCOMPAGNATORE SEZIONALE DI CICLOESCURSIONISMO e Silvia Orsucci come OPERATORE SEZIONALE TUTELA AMBIENTALE MONTANA; ad essi i miei complimenti e l’augurio di un proficuo lavoro in seno alla nostra sezione.

Sei soci hanno frequentato il 5° Corso per Operatori di Sentieristica che si è svolto presso il rifugio Del Freo alla Pania della Croce, i partecipanti sono stati: Umberto De Napoli, Aldo Fontana, Alessandro Ciaffone, Massimiliano Scavo, Alfonso D’Alisa, Alessandro Turri. Per l’attività che si dovrà svolgere in Capraia e all’Elba un cospicuo numero di nuovi operatori, insieme ai già formati, costituisce un ottimo volano di risorse per soddisfare gli impegni assunti.

Un caro saluto a tutti

Giacomo Banti

Sezione Cai di Livorno

Al via il 3° Corso di Escursionismo avanzato



3° Corso di Escursionismo Avanzato E2

Direttore del corso: AE Gambacciani Fabio

PROGRAMMA DEL CORSO: LEZIONI TEORICHE (tenute in sede alle 21.15)

15/10/2015 - Ambiente montano e cultura dell'andare in montagna. Testattitudinali (*Banti, Gambacciani, dott. Bottici*)

22-23/10 - Alimentazione, preparazione fisica e movimento, uso bastoncini (*Ciampi, Bottici, Simoni*)

29-30/10 - Cartografia e orientamento 1e Car-

tografia e orientamento 2 (*Cascone, Gambacciani*). Uso GPS (*Pozzi*)

6/11 - Catena di sicurezza e nodi (*Chierici, Bertagni, Crescimbeni*)

12/11 - Elementi di primo soccorso (*Bottici*)

13/11 - Equipaggiamento e materiali 1 e 2 (*Napolitano*)

20/11 - Flora e Fauna (*Bottici*) Geografia e geologia (*Cascone*)

04/03/2016 - Riepilogo lezioni materiali e (*Chierici, Bertagni, Banti, Gambacciani*)

11/03 - Sentieristica (*Budassi, Gambacciani*)

17/03 - Gestione del rischio e cennidi meteorologia” geografia egeologia (*Crescimbeni, Cascone*)

18/03 - Organizzazione di un’escursione (*Crescimbeni*)

01/04 - Organizzazione e strutture del CAI (*Crescimbeni, Banti*)

15/04 - Soccorso Alpino (*Galletti*)

Uscite in ambiente

18/10/2015 - Elba: Anello di Rio Marina, diff. E

25/10 - Appennino: Montefegatesi - Fontana a Troghi su sent. 12 A/R, diff. E sopra l’Orrido Di Botri

1/11 - Appennino: Rondinaio dal passo Giovo e discesa direttissima al Lago Santo, diff EE

8/11 - Apuane: Arni -Fato Nero - m.te Sumbra - Passo Sella - Arni, diff. EE

20/03/2016 - Apuane: Ferrata Salvadori al m.te Forato, diff. EEA

03/04 - Apuane: Ferrata Sigglioli zona Pizzo d’Uccello, diff. EEA

24-25/04 - Apuane: Ferrata m.te Contrario e rif. Orto di Donna, ritorno per Finestra del Grondilice e canal fondone - diff. EEA

Per ogni allievo sarà valutato il grado di esperienza e di idoneità fisica (si richiede il certificato di idoneità per attività sportive non agonistiche) ed all’inizio del Corso sarà chiesto a tutti di rispondere ad un questionario informativo. Coloro che non hanno frequentato un corso base dovranno sostenere lezioni di base integrative.

Sarà raccolto il materiale che documenta le lezioni teoriche e consegnato agli allievi su supporto elettronico.

Al termine del Corso sarà consegnato un attestato di partecipazione.



Il CAI nel Parco dei Monti Livornesi

Giovedì 9 Luglio nella Sala Consiliare del Comune di Livorno si è svolta una riunione per la riqualificazione della “Scuolina” della Valle Benedetta. Alla riunione erano presenti il Sindaco Filippo Nogarín (*nella foto*), l'Assessore all'Urbanistica Aurigi, i funzionari degli Uffici Patrimonio e Contratti, i funzionari dell'Ufficio Tecnico del Comune di Livorno, il Dott. Alessandro Ursi per i Parchi e Aree Protette, i rappresentanti di Miele-ria Toscana, i rappresentanti di Occhi sulle Colline e lo scrivente in rappresentanza del CAI. Per i nuovi iscritti alla nostra Sezione la “Scuolina” significa poco, per i meno giovani l'edificio nel Parco dei Monti Livornesi ricorda un decennio di fervida attività, di aggregazione e di felici iniziative che iniziavano sulle nostre Colline ed avevano il loro seguito in montagna.



In poche parole il vecchio edificio della Valle Benedetta era la sede operativa di molte delle iniziative della Sezione di Livorno del CAI.

Chi possiede un PC e cerca dei sentieri nella zona del Parco dei Monti Livornesi visionando l'Enciclopedia on line Wikipedia si imbatte in questa citazione:

*“Sulle pendici della collina è posta la frazione livornese della **Valle Benedetta** (364 m), nota per essere sede di numerose escursioni ad opera del **C.A.I.***

Per oltre un decennio infatti la nostra Sezione ha operato sui Monti Livornesi a livello di sentieristica, di escursionismo e, fattore importantissimo per il CAI e per la nostra città, a livello scolastico. Gli strumenti adoperati per promuovere queste iniziative sono il Progetto CAI in favore degli Istituti Scolastici del nostro comprensorio, nato nel 1997 e operativo ancora oggi, e il Gruppo Marciatori.

Il Gruppo Marciatori, con i suoi oltre 100 iscritti, utile per l'attività preparatoria alla frequentazione della montagna, nacque da una idea di Marisa Norfini durante un Gitino a Civitella Alfedena in Abruzzo, il Gruppo è stato operativo



Dalla Valle Benedetta si vede uno stupendo panorama della città di Livorno e del suo mare.

per oltre un decennio e fu sciolto dal CD nel 2006. Il Gruppo Marciatori è stato senza ombra di dubbio il precursore dei Gruppi Senior istituiti in questi ultimi anni dalla Sede Centrale e che tanto successo stanno avendo verso una popolazione “Caina” non più giovanissima ma ancora interessata ad impegnarsi in un’attività adeguata all’età di chi la pratica.

Per l’escursionismo e la sentieristica svolta dalla nostra Sezione dobbiamo citare il Piano del Parco Provinciale dei Monti Livornesi ai sensi della L.R: 49/95 edito dalla Provincia di Livorno che individua le strutture e gli edifici di servizio alla gestione ed alla fruizione del Parco, all’interno dell’area del Parco stesso o nelle zone contigue, definendo per ciascuno di essi le fun-

zioni e le modalità di gestione ipotizzate. Tra le strutture individuate testualmente come riportato abbiamo:

- Centro Accoglienza Visitatori (ex scuola Valle Benedetta)

La Scuolina della Valle Benedetta è collocata in una rete sentieristica di particolare interesse. In questo contesto la nostra Sezione, per oltre un decennio, ha pulito e percorso i sentieri nell’interesse dei nostri soci, della cittadinanza e delle scuole cittadine organizzando sentieri didattici a carattere storico e ambientale che anche oggi contraddistinguono il Progetto CAI. Per l’escursionismo un discorso a parte merita il percorso contrassegnato nella vecchia RET (Rete Escur-

sionistica Toscana) come 02 dai frequentatori e conosciuto come Sentiero CAI.

Il tracciato inizia dalla Scuolina della Valle Benedetta prosegue per Pian dei Mulini, Calvario, Pandoiano, Loti, Acquedotto di Colognole e rientro alla Scuolina, quindi un percorso circolare frequentato per una decina di anni da migliaia di appassionati delle nostre colline.

Il tracciato, su richiesta della Commissione Regionale del CAI che sul finire degli anni 90' chiedeva quali sentieri la Sezione di Livorno aveva da inserire nella costituenda vecchia RET, fu individuato, disegnato e comunicato alla CR da Guido Nannetti allora Vicepresidente della Sezione. Recentemente siamo dovuti intervenire sul percorso per effettuare una deviazione verso Colognole causa una frana in località Pandoiano.

La necessaria deviazione purtroppo oltre a tagliare la parte più interessante dell'Acquedotto Leopoldino ha comportato danni causati dal

maltempo per cadute di alberi sulle arcate dello storico manufatto.

Nel mese di maggio di quest'anno, l'intero percorso è stato nuovamente da noi monitorato e mappato con GPS da Maurizio Braghieri nella sua interezza, il terreno oggetto di frana sembra al momento consolidato ma permane lo stato di pericolosità del tratto dovuto allo stato di abbandono che ha prodotto problemi non risolvibili con i pochi mezzi a nostra disposizione.

La Scuolina come già detto è stata un elemento indispensabile al mondo della scuola per oltre un decennio, intere generazioni di giovani hanno conosciuto quella struttura.

Il Progetto CAI veniva effettuato in qualsiasi condizione atmosferica, la prima ora di lezione era dedicata alla didattica quindi i giovani venivano accompagnati all'aperto per visionare dal vivo quanto avevano appreso nell'ora di lezione. Nel 2012 la Scuolina venne chiusa dall'Amministrazione Comunale in quanto pericolante.



L'acquedotto di Colognole

La chiusura comportò per la nostra Sezione e per il mondo della scuola una serie di problematiche che ci costrinsero a rivedere l'intelaiatura del Progetto CAI che tutt'oggi mantiene.

Nella riunione del 9 Luglio venimmo informati che per il 30 era previsto un sopralluogo da parte dell'ufficio Patrimonio e dell'ufficio tecnico alla struttura di via del Radar ma considerato il periodo di ferie il controllo è stato spostato ai primi di Settembre. Il discorso "Scuolina" quindi si riapre ma come da noi relazionato questa operazione non farebbe rivivere soltanto l'ex Villa Trumpy ma potrebbe favorire la nascita di un turismo responsabile rispettoso delle bellezze naturali e contemporaneamente, motore di sviluppo sostenibile per la popolazione che alla Valle Benedetta deve vivere.

In questo contesto deve essere considerato un altro elemento di particolare importanza per il nostro comprensorio e per il CAI è la

legge regionale 19 Marzo 2015 n° 30

dove si prevede che le Province, d'intesa con i Comuni, formulino alla Giunta Regionale le proposte di istituzione di nuove riserve con riferimento ai Parchi Provinciali e alle ANPIL.

Per il nostro territorio quindi è indispensabile che il Consiglio Comunale dia mandato in tempi molto brevi alla Giunta per dare indicazioni al Comitato Tecnico affinché il Parco dei Monti Livornesi e le ANPIL siano classificati come Riserva Naturale Regionale.

Un Centro di Accoglienza Visitatori in una riserva naturale che dia lavoro alle persone e visibilità alle Associazioni che operano nel

settore ambientale sono gli obiettivi possibili e raggiungibili che noi perseguiamo.

I soci CAI ricevono mensilmente "Montagne 360".

Nel numero di Luglio leggiamo un articolo intitolato "Dolce, leggero, sostenibile" dal quale si apprende che un Progetto analogo a quello che da tempo stiamo dibattendo con le Amministrazioni locali viene pubblicizzato dalla Sede Centrale nella sua rivista Nazionale. Ancora una volta siamo i precursori di un programma indirizzato questa volta alla valorizzazione ambientale del nostro territorio.

Il percorso, come per la Sede, non sarà né semplice né breve ma è nostra intenzione ancora una volta provarci. In questo tentativo non siamo soli, altre Associazioni sostengono questo Progetto per cui, grazie a questa comunità di intenti siamo fiduciosi nella sua realizzazione.

Oswaldo RIGHINI



Pian della Rena, un successo!

Anche la terza edizione a Pian della Rena ha avuto successo. Ventotto soci hanno partecipato all'escursione e qualcun altro si è aggiunto da altro percorso. Il bello della struttura è che si trova al centro di una rete di sentieri e che vi si può accedere con venti minuti di cammino dal Sasso Rosso.

La casina ha al suo interno due sale ampie per svolgere attività e uno spazio verde antistante dove specie nella buona stagione è piacevole soggiornare.

Qui abbiamo consumato la merenda cena e accennato anche alla nostra attività futura. Forse

la cosa più bella di questi incontri è l'amalgama che si crea tra di noi.

Ciascuno collabora in qualcosa, si costruisce l'armonia che è fondamentale in un sodalizio. Come alcuni avevano chiesto è stata aggiunta la nostra bandiera a quella italiana e di lega Ambiente. Sono stato contento di sentire l'entusiasmo di chi non era ancora venuto. L'invito è a ritornare e a portare persone che potrebbero essere interessate a entrare nella nostra associazione. Nel prossimo appuntamento faremo un percorso ancora diverso.

L'intento è che la struttura diventi un luogo per costruire amicizie, portare idee e partecipazione nelle attività della sezione, dove ci si senta il più possibile liberi, con la consapevolezza che tutti insieme collaboriamo al mantenimento della struttura che ci è stata assegnata e che quindi un po' ci appartiene.

Andrea Bianchi



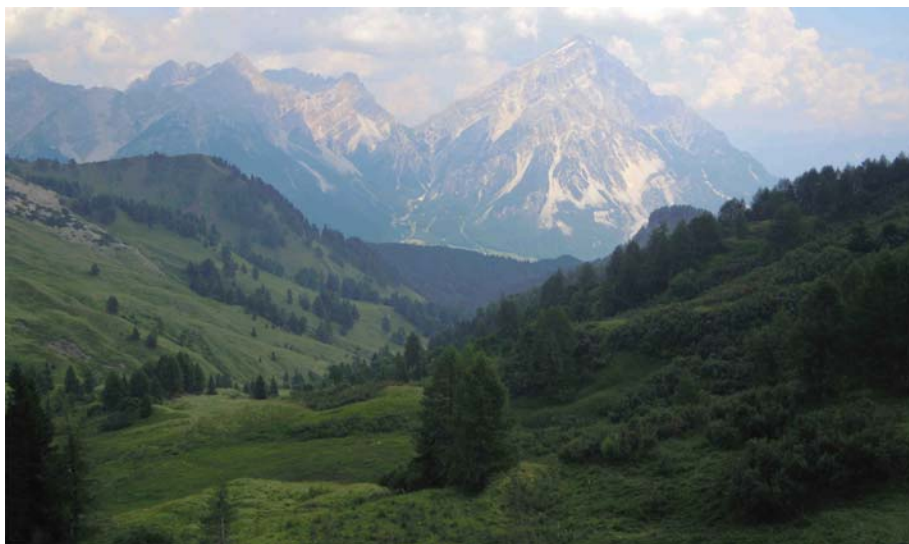
I soci raccontano....

Il gitone di luglio sulle dolomiti ampezzane

Ripercorrere a ritroso il cammino dell'andata oppure andare verso San Vito? Essere in poco più di due ore al Passo Staulanza dove ci aspetta l'autobus e un'ora e mezzo di tortuosa strada per il Passo Giau oppure incamminarci verso l'Antelao che ci strizza l'occhio?

Il gitone, come la vita, ci pone davanti ad un bivio ... alla fine Riccardo opta per San Vito. Dopo poco il sentiero si perde quasi del tutto in campi di erba alta, abbattuta dall'abbondante pioggia

del giorno prima. Si cammina a tentoni, l'equilibrio è precario, inizia a piovere. La mappa cartacea delle Dolomiti Ampezzane non ci aiuta, siamo di poco fuori zona ... resta solo il mio Palmare GPS a dare indicazioni, ma non so quanto durerà la batteria. E' venerdì 17. Volevamo l'avventura? Eccoci serviti! Allora aguzziamo la vista e la spingiamo a cento e più metri alla ricerca del cartello bianco rosso, che si staglia ora su un albero ora su una capanna per il fieno. Il numero





458 appare lungo il piccolo torrente Ru de Faon nella sperduta Val de Busela: sono i nostri unici riferimenti per diverse centinaia di metri. “Borca - San Vito” e una freccia, tutto vergato su una tavoletta di legno da una mano incerta, ma per noi è un grande segno di civiltà: tutto bene, si va avanti! A questo punto imbatteci in imponenti lavori forestali e saltare grossi tronchi agganciati alle teleferiche è un gioco da ragazzi. La via è ancora molto lunga ... dopo 1300 metri di discesa siamo a Serdes e quindi alle 18:15 a San Vito: una camminata di 22 km iniziata dal Passo Staulanza, proseguita visitando il Rifugio Città di Fiume e quindi alla volta del Col Duro, vicino alla Forcella Ambrizzola: tutto sotto lo sguardo vigile del Pelmo.

Non male come conclusione per il gitone di que-

st’anno, quello contrassegnato dal progressivo 46 nella piccola grande storia della nostra sezione, con capigita Mauro Ciampi e Riccardo Rigoni. Iniziato con la bella immagine di Gabriele di appena due mesi seduto dietro il padre, il nostro mitico e fidato autista Daniele. Con oltre quaranta partecipanti.

Un gitone sviluppatosi, come sempre, su tanti itinerari e tanti bei posti che evocano i fotogrammi del Gitone 2010 (sempre a San Vito, stesso albergo Cima Belprà), guidato da Giustino Crescimbeni e Maurizio Braghieri, la prima esperienza con il CAI per chi scrive.

All’inizio Riccardo per il gruppo B sceglie i laghi. Domenica 12 ci facciamo portare sulla strada del Passo Giau e dai 1506 m di Pocol raggiungiamo il lago di Federa e il Rifugio Croda

da Lago, quindi la Forcella Ambrizzola, 2277 m. Via diversa per il ritorno dove ci imbattiamo nel piccolo lago de Ajal.

Il giorno dopo partiamo da Cortina, dalla vecchia e gloriosa pista da bob delle Olimpiadi 1956; raggiungiamo il Col Druscié, sulla discesa ci fermiamo al lago di Ghedina e quindi torniamo a Cortina. Un caffè sulle vie del centro, pillole di shopping e qualche coccola per riposarci dal lungo giro del giorno prima. Ma non mancano i volenterosi che percorrono 11 km a piedi per San Vito. Martedì è la volta di un giro sulle Tofane: partiamo da 1985 m, da uno spiazzo prima del Falzarego e del Col Gallina; mentre saliamo, ammiriamo in lontananza la Marmolada e la Croda da Lago. Raggiungiamo i 2580 m del Giussani, scendiamo verso il Dibona. Mercoledì si arriva al Sorapiss, torbido, turchese, meraviglioso Sorapiss; nella discesa si va dal Rifugio Vandelli a Valbona e quindi all'hotel Cristal-

lo. Qui ci raccoglie Daniele che ci porta al Lago di Misurina.

Per il gruppo A, Mauro propone in successione la ferrata Tommaselli, la nuova "Andrea e Maria Ferrari", la Lipella e la Strobel. Ferrate difficili ed impegnative ma anche altre accessibili ai meno esperti.

Tutti pronti quindi per fare gruppo unico e guardare San Vito dall'alto dell'incantevole Rifugio San Marco, il Galassi (con volontari del CAI di Mestre che di settimana in settimana si alternano a gruppi nella gestione della struttura) e lo Scotter. Chi vuole ed ha fiato ed energia, allunga il percorso evitando gli impianti di risalita. Alla fine tanta fatica certo sulle gambe, ma la soddisfazione di aver fatto tutte le gite in programma, aver visto posti sempre meravigliosi con giri che da soli non avremmo percorso.

Alessandro Mei



I soci raccontano....

Mutande rosa shocking

Al Rifugio Pordenone dal 6 al 9 agosto 2015
Un pomeriggio di inizio estate Umberto mi dice
“È probabile che saremo solo in tre ad andare
al rifugio Pordenone”.

“Pochi ma buoni” rispondo io.

E invece il 6 mattina siamo in venti! Per un
pelo non abbiamo utilizzato il pullman.

Piano, piano, con la costanza di una formica,
Umberto è riuscito a coinvolgerne altri 17.

Abbiamo lasciato da poco l'autostrada e ci tro-
viamo nella valle del Piave. All'altezza di Lon-
garone giriamo a destra e ci troviamo di fronte
la diga del Vajont. Venendo in Cadore, in pas-
sato, l'avevo già vista. Il suo aspetto comun-
que ha sempre una strana influenza sulla mia
percezione della realtà Il cataclisma pro-

vocato dalla sua presenza risale ormai a 52 anni
fa ma è pur sempre presente.

La visiteremo domenica prima del rientro.

Attraversato un tunnel siamo in Friuli, in pro-
vincia di Pordenone. Come è tutto diverso dal
Trentino Alto Adige: meno fiori alle finestre,
le case non sono leziose come quelle; per lo
più sono grigie come la pietra di queste mon-
tagne. Queste sono quasi tutte a punta, non si
vedono quei torrioni a parete rosata che si ve-
dono di là.

Lasciata la strada d'asfalto a Cimolais entria-
mo nel parco delle Dolomiti Friulane. Percor-
riamo in tutta la sua lunghezza la val Cimolia-
na. A tratti è stretta, le pareti laterali alte e di-
rette, sul fondo scorre acqua limpida e traspa-

rente come cristallo. Ricorda
l'Orrido di Botri. A tratti si
allarga in pascoli punteggiati
di mucche e circondati da
boschi, prima di faggi e poi
di larici. Incontriamo una pic-
cola costruzione che funzio-
na come agriturismo e poi la
nostra meta: il rifugio Porde-
none. Per raggiungerlo, la-
sciate le macchine, tocca fare





a piedi un salita piuttosto ripida e pietrosa per un diecina di minuti. Qualcuno, purtroppo ignorando i segni premonitori: “munirsi di sacco lenzuolo”, “doccia 3 Euro”..., ha portato con sé un trolley ... ah, ah!

Il paesaggio è affascinante: duro, silenzioso, deserto. Le montagne che ricordavo di aver

conosciuto da bambina. Questa sensazione viene confermata alla prima camminata: i sentieri non sono le “autostrade” dell’Alto Adige; persino la segnaletica è per lo più quella di una volta: ometti di pietra e non segnalazioni dipinte di fresco ed insegne di legno nuove di zecca ...

Il rifugio ci accoglie con una bella terrazza sulla valle ed una signora, Marika, quanto mai simpatica. Ma non c'è nessun cedimento alle comodità: letti a castello che sono piuttosto torri cigolanti, due bagni ed una doccia per 50 posti letto...

Ne resto un po' frastornata... ma è questa la montagna delle mie prime esperienze! L'avevo dimenticata.

Del resto questo ambiente collima con il poco che ho conosciuto del carattere dei friulani: cordiali, gentili, duri, di poche parole...

Il venerdì, unico giorno di sole certo, saliamo al Campanile di Val Montanaja. Ci arriviamo tutti come diceva il programma "un itinerario abbastanza semplice e adatto a tutti". Ma non

è, per la mia esperienza, un itinerario "abbastanza semplice". Manca lo strapiombo, ma la salita, e conseguente discesa, è decisamente impervia. Bisogna sapere dove mettere i piedi, soprattutto durante il ritorno quando le gambe sono stanche. Proprio per rispetto alle mie gambe, infatti, durante la discesa mi fermerò a mettere a mollo i piedi nell'acqua fresca (gelida) del torrente Cimolaia: il piacere provato è quasi una piacevole estasi per i piedi che si sgonfiano e per la mente che abbandona per un po' la tensione per il continuo controllo dei movimenti.

Il Campanile ci offre uno spettacolo stupendo. È un dono della Natura che vale tutta la fatica fatta, e ancor di più! La stanchezza scompare





di fronte a tale vista. Non so descriverlo, mi auguro che il redattore ci possa aggiungere una foto, io ero senza macchina fotografica.

La seconda salita è alla Casera di Val Menon, gestita da due Friulani originari dell'Istria: due fratelli, simpaticissimi giganti.

A consolidare la prima sensazione ricevuta da questa montagna, sono ritornata di nuovo a 50 anni fa. Alla mia prima salita al Puez nel '62, il rifugio che mi ospitò aveva l'illuminazione con le sole lampade a gas, così come questo...

Arriviamo più o meno alle 10:30: un prato inondato di sole, una casupola di pietra e, sul piazzale, tavoli e panche, un profumo appetitoso che aleggia nell'aria. Il fratello che ha il ruolo di cuoco sta preparando il sugo di pomodoro e tonno per la pasta del mezzogiorno. Franco ed io non resistiamo alla tentazione e, nonostante l'ora e la presa di giro mista a costernazione degli altri, banchettiamo con un favoloso piatto di pasta ed una birra. Nota unica: il cuoco porta un pezzo di fusillo per sag-

giarne il grado di cottura. Vi è mai successa una esperienza di tal fatta? Assaggio e porgo l'altra metà del boccone a Franco. Cottura perfetta!

Diversi altri si lasciano trascinare dai nostri commenti ad ogni forchettata e pranzeranno ad un'ora più verosimile.

In sette completiamo il giro attraversando la forcella di Val di Brica. Il paesaggio è superbò: boschi di larici ed abeti, cime selvagge, tantissimi fiori, non un'anima viva. Sulla forcella il cielo è ancora sereno ma le nuvole vanno addensandosi... lungo la discesa, quando siamo al Cason di Val Brica ci sorprende la pioggia: tuoni, fulmini e rovesci. Non sostiamo a lungo nella casera perché, con tanta acqua, i guadi che dovremo attraversare potrebbero diventare difficoltosi... ed infatti li attraversia-

mo giusto in tempo.

La pioggia non ci lascia più e rientriamo al rifugio che siamo bagnati fino all'osso ma oltremodo soddisfatti.

L'acquazzone non ha risparmiato neanche gli altri che sono rientrati dal Cason di val Menon.

Domenica, al rientro, ci aspetta la dolorosa ed affascinante visita alla diga. È questa una esperienza particolarissima e non solo per me, a sentire il commento degli altri. Abbiamo più o meno tutti la stessa età per cui eravamo ragazzini quando il 9 ottobre '63 la televisione mandava in onda quelle terribili immagini. Poi Paolini, con il suo monologo, e Corona, con i suoi scritti, hanno tenuto viva in noi la memoria.

Come già mi era successo in Perù, di fronte al paese di Yungai distrutto durante un terremoto



del '70 da una lingua di ghiaccio staccatasi dallo Huascaràn, non posso che constatare l'immanenza del Dolore.

Lo Spirito del luogo trattiene, conserva, si impregna del dolore che lo ha devastato. Quando calpesti, calpesto, il suolo questo lo restituisce anche se a piccole dosi.

E così un peso smorza il mio respiro, l'aria è pesante, le orecchie sono piene di lamenti, urla di terrore, fracasso di una montagna che precipita. Mi isolo, piango, non riesco ad andare avanti. Sono sulla diga: alla mia destra c'è Longarone devastata, sulla sinistra la luce del sole che passa perché la montagna, il monte Toc, che fino ad ieri sera riduceva il mio orizzonte, ora non c'è più...

In Perù i morti erano sotto i miei piedi, sotto il giardino di rose sorto dove una volta c'era

Yungai. Qui i morti non ci sono più, sono stati portati via dalla valanga d'acqua che li ha trascinati fino al mare.

Non ho parole adatte... solo un pensiero: "riuscirà l'uomo a non sacrificare al dio denaro qualsiasi altra cosa?"

Desiderosi di dimenticare al più presto tutto ciò, ci fermiamo a pranzo a Erto e poi a casa. "E il titolo?" dirà qualcuno di voi.

Ha a che fare un messaggio subliminale: delle mutande rosa shocking lasciate con disinvoltura (o distrazione?) sulla finestrella del "bagno" dei maschietti che ci hanno fantasticato sopra ... ma questo ve lo racconto la prossima volta

Giuliana
Agosto 2015



Il nuovo gruppo Mountain bike

Recentemente è nato all'interno del Club Alpino Di Livorno, il gruppo mountain bike; purtroppo le adesioni sono ancora molto poche; la maggior parte dei soci penso abbia una bicicletta, molti hanno anche una mountain bike, forse credono che sia molto faticoso e pericoloso.

La bicicletta, nata come mezzo di trasporto successivamente usato come attrezzo sporti-

vo, all'interno del nostro sodalizio, è uno strumento per fare escursionismo; percorsi percorribili solo a piedi diventano apprezzabili anche in bicicletta.

Mi piace pensare che la bicicletta possa essere un mezzo fantastico per conoscere storia, cultura e natura di un luogo. Lo spirito del cicloescursionista e del cicloturista e lo stesso di chi pratica l'escursionismo da trekking o a cavallo.



La bicicletta consente spostamenti più rapidi e permette di completare anelli e/o traversate anche di considerevole lunghezza senza ricorrere a trasferimenti con mezzi a motore. Lo scopo delle escursioni e quello di trascorrere una giornata in compagnia, nel massimo della sicurezza e nel pieno rispetto

per l'ambiente e per tutto ciò che ci circonda .
Il cicloescursionismo è un modo di fare sport e divertirsi facendo un bellissimo viaggio immersi nella natura. In sella alla bicicletta si viaggia con la mountain bike tra paesini, boschi e valli nascoste alla scoperta di luoghi magici altrimenti inaccessibili.

Grazie alla mountain bike è possibile salire in cresta a una montagna, percorrere sentieri e mulattiere ad alta quota o percorrere i luoghi delle antiche transumanze, basta essere disposti ad apprezzarne la fatica e la bellezza.

Si possono però fare anche escursioni facilissime a livello turistico, perché nelle nostre zone ci sono percorsi immersi nel verde in com-

pleta pianura .

Nel frattempo abbiamo consegnato ai bikers una maglietta con scritto CAI Livorno, come vedete dalla foto.

Quindi si ricorda a tutti i soci che vogliono provare ad avvicinarsi a questo modo diverso di fare escursione che tutti i lunedì la sezione è aperta dalle ore 18,00 alle ore 19,30 per dare informazioni, discutere su argomenti inerenti la mtb e ricevere suggerimenti e proposte di gite facili e meno facili.

Vi aspetto numerosi

Massimiliano Scavo



Mountain bike



Il giorno 19 settembre 2015 si è svolto il secondo raduno regionale mountain bike del CAI, organizzato dalla sezione di Lucca in collaborazione della sezione di Pistoia. Teatro dell'evento è stata la zona del monte Gennaio nel pistoiese.

A rappresentare la sezione di Livorno eravamo il sottoscritto e Massimo Tuccoli; partiti di buon ora siamo arrivati leggermente in ritardo per colpa del navigatore che ci ha fatto fare un giro lunghissimo; tutto perché esiste nella zona una certa via della stazione Pracchia che è dalla parte opposta del luogo dell'appuntamento che era alla stazione di Pracchia; era meglio se si chiedeva come si faceva

una volta. Il giro è stato molto bello, ma molto faticoso, abbiamo fatto 45 chilometri e 1.400 metri di dislivello che non è poco; dopo aver mangiato un primo e un dolcino al rifugio "Portafranca" a 1500 metri di altitudine, abbiamo fatto il periplo delle Ignude, sotto il monte Gennaio, però con la bicicletta a spinta in quanto, un po' per la eccessiva pendenza e un po' per la presenza di troppe pietre non era possibile pedalare; anche la discesa l'abbiamo fatta a piedi in quanto il sentiero era troppo esposto; i più tenaci però sono discesi con la bici, fortunatamente arrivando incolumi.

L'anno prossimo avremmo intenzione di organizzare il raduno regionale a Livorno, ma per

fare questo abbiamo bisogno di incrementare il numero dei soci che vanno in mountain bike, per ora siamo pochissimi. Speriamo

che di qui a breve la sezione di Livorno possa arrivare a uguagliare le sezioni di Lucca e Pistoia, che sono la Juventus e la Roma della MTB toscana.

Massimiliano Scavo



Su e giù per le vie di Montenero

Avete mai sentito parlare della Sorgente del Sasso Rosso?

Ebbene, domenica 27 settembre Manrico, dopo averci guidato su e giù per le stradine di Montenero Alto, ci ha condotti al Sasso Rosso,

punto noto ai livornesi che percorrono la strada della Porcigliana per salire al Catsellaccio.

Ci siamo inoltrati nel bosco presso l'area picnic e siamo arrivati ad una cisterna, vuota perchè la sorgente è da tempo asciutta.

Lo stesso Manrico, assieme agli amici di Lega Ambiente, ha provveduto a mettere in sicurezza il sito.

Proseguendo lungo il sentiero siamo arrivati ad uno stanzone piastrellato, dove veniva infiascata l'acqua -riconosciuta curativa- per poi essere venduta nelle farmacie.

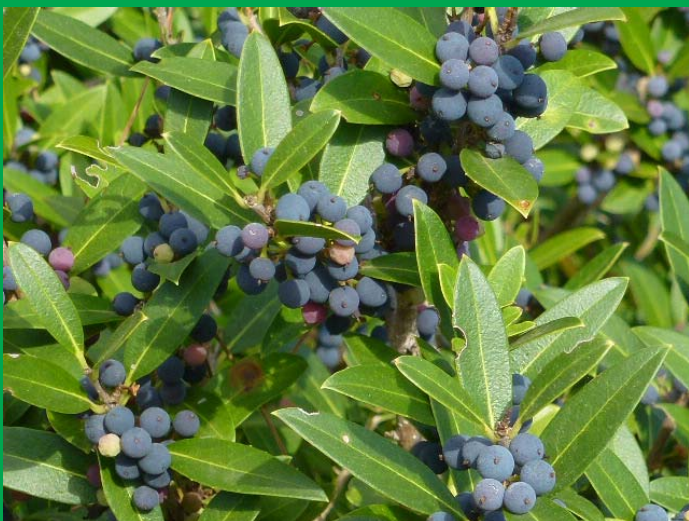
E' stata un'escursione "con sorpresa"!!!

Luisa



Conosciamo la flora con Roberto...

F
i
l
l
i
r
e
a



L
e
n
t
i
s
c
o

Geolocalizziamoci!!!!

La maggior parte di noi ha sostituito da tempo il vecchio "cellulare" con uno *smartphone* che, oltre a numerosissime funzioni (più di quante siano illustrate nelle relative "Istruzioni per l'uso"), consente anche di...telefonare.

Queste note dunque sono dedicate, in particolare, a persone che, come me, sono nate molto prima dell'era "informatica" e quindi hanno poca dimestichezza con termini come: *log-in*, *download*, *sistemi operativi*, *app* ecc..

A costoro vorrei parlare proprio di quest'ultimo termine, forse un po' "abusato" ma di altrettanta importanza. Semplificando, "app" sta per "applicazioni". In termini semplici si tratta di *programmi* che installati sul vostro smartphone consentono l'accesso a varie funzioni, quali per

es.: previsioni del tempo, invio-ricezione di e-mail, ricerca propria posizione su mappa e tantissime altre ancora.

Per facilitare la comprensione dell'argomento in cui mi addenterò, ricorrerò anche in spiegazioni per molti "scontate", sforzandomi di non essere pedante.

Lo *smartphone* non è altro che un *computer* tascabile, con dispositivo *GPS* (strumento per la ricerca della posizione sul terreno tramite satelliti) integrato nel telefono, è predisposto a connessione *internet* ecc., con potenzialità di base enormi, estensibili altresì con l'installazione di numerosissime "app", molte già installate, altre reperibili in "Play Store" (il "negozio/catalogo" in costante aggiornamento presente

su ogni *smartphone*) oppure attingendole direttamente da internet.

Su **Montagne360**, la rivista del Club alpino italiano, viene reclamizzata da tempo **GeoResq**, una app che consente alcune funzionalità fors'anche ludiche come la "tracciatura" delle escursioni eseguite e la sua condivisione con altri; oppure finalizzate alla sicurezza, quali la possibilità che altri seguano, magari "da casa" e in tempo reale, i "nostri" spostamenti ed infine, certamente la più preziosa per la **sicurezza** in

The advertisement features a smartphone in the foreground displaying the GeoResq app interface, which includes a globe icon and a red arrow. The background is a scenic landscape with mountains and a lake. Text on the ad includes: "GeoResq la sfida continua!", "Scarica l'app, registrati e provalo gratuitamente per 15 giorni.", "Tutte le informazioni sul sito", and the website "www.georesq.it". Two logos are visible in the top right: the Club Alpino Italiano logo and the logo of the Italian Alpine Club (CAI).

montagna, l'invio tramite WhatsApp (moderno sostituto di SMS ed MMS, a più basso costo) di richieste di soccorso **geolocalizzate** (contenenti cioè le coordinate del luogo da cui parte l'allarme) guidando così i soccorritori sul punto esatto dell'intervento. Le richieste di soccorso faranno capo alla Centrale Operativa del sistema **GeoResq** che le inoltrerà immediatamente agli Organi di Soccorso.

I costi per mantenere una Centrale Operativa in funzione H24, ben giustificano la richiesta di un "piccolo canone" annuo pari a 12,20€ (già scontato del 50% per i Soci CAI) per fruire del servizio.

Tuttavia tutto questo sistema presenta un ineludibile punto debole, non funziona in zone dove non ci sia "campo" e tutti noi sappiamo bene, per esperienza diretta, quanto sia frequente in ambiente montano, anche presso i rifugi, trovarsi senza nemmeno una "tacca" di segnale. Questo, d'altronde, è l'*handicap* irrisolvibile delle comunicazioni con telefonia mobile, superabile solo con la telefonia satellitare.

Ma di questo parleremo in un'altra occasione.

Tornando all'app di **GeoResq**, non tanto per sminuirne l'interessante proposta, quanto per informare i meno "smanettoni informatici", a cui appunto mi rivolgo, faccio presente che le analoghe app sono già presenti (gratuitamente) sugli smartphone.

L'unica differenza, certamente non trascurabile, è la mancanza di una "centrale Operativa" cui si potrà tuttavia ovviare accordandoci preventivamente con un amico o parente che possa fare per la circostanza da tramite col "118", attualmente non in grado di ricevere direttamente richieste di soccorso con tecnologia WhatsApp.

In questa scheda mi limiterò a trattare solo **del l'invio di un messaggio "WhatsApp" di soccorso "geolocalizzato"** rimandando ad altra occasione le altre applicazioni dedicate alla tracciatura/condivisione di percorsi ed all'osservazione "da remoto" (a distanza, p. es. da casa su PC) degli

spostamenti di qualcuno...che abbia in ogni caso dato il consenso ad una "violazione tempora-

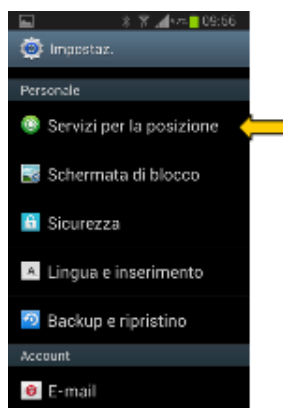
nea della propria *privacy*".

I passaggi che illustrerò di seguito, sono riferiti a smartphone che usano il sistema *Android* applicato a funzioni Google, in quanto il più diffuso, ma sono del tutto simili a quelli dotati di sistema *iOS*.

1. Innanzitutto va attivato il dispositivo di geolocalizzazione (GPS) dello smartphone accedendo ad **Impostazioni**



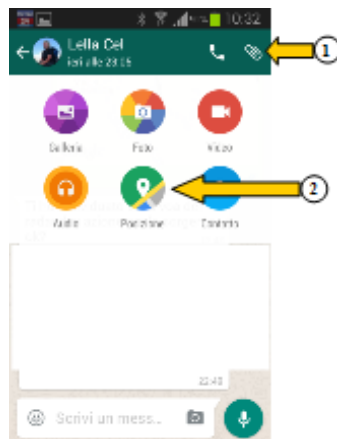
Quindi individuare ed aprire **Servizi per la posizione**



Mettere la spunta su **Usa reti senza fili** e **Usa satelliti GPS**, quindi uscire da Impostazioni



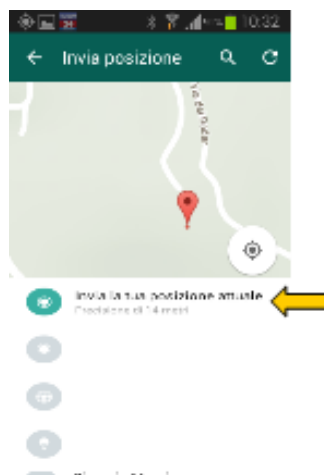
quindi premere sul "fermaglio" (1) e scegliere **Posizione** (2)




2. A questo punto vediamo come inviare ad altri la "propria posizione":



si avvia la ricerca della propria "posizione" e, quando completata, appare il tasto **Invia la tua posizione attuale**. Premerlo e il "gioco è fatto"



Aprire WhatsApp digitandone l'icona , scegliere il destinatario e, nel caso di richiesta di soccorso, inserire le seguenti informazioni (format standard del Soccorso Alpino):

- Luogo dell'incidente: (fornire quante più indicazioni possibili)
- Attività in corso (escursionismo/alpinismo ecc.)
- Numero persone coinvolte (n. dei "presenti" all'evento)
- Numero feriti e relative condizioni sanitarie
- condizioni meteo sul luogo dell'incidente
- recapito telefonico da cui si chiama

Sullo smartphone del destinatario apparirà la mappa “interattiva” (potrà essere ingrandita, ruotata, ecc.) completa di coordinate (in entrambi i formati) e gli eventuali dati nel caso di incidente.



FINE

Grazie per l'attenzione
e la pazienza
e, per chi lo vorrà,
arrivederci
alla prossima puntata

Maurizio

Curiosità



A “Effetto Venezia” era presente uno stand del Club Alpino, Sezione di Livorno

Progetto CAI 2016

Il Club Alpino Italiano Sezione di Livorno

presenta

PROGETTO CAI -2016 di EDUCAZIONE AMBIENTALE E SICUREZZA IN ESCURSIONE

(in collaborazione con il Centro Risorse Educative del Comune di Livorno e l'Ufficio XII ambito Territoriale della Provincia di Livorno - Ufficio di Educazione Fisica)

Il Progetto, per questa 18ª edizione, viene intitolato

“Percorsi storici tra flora e fauna del Monti Livornesi”

Destinatari: Studenti delle classi 2ª, 3ª, 4ª e 5ª
della Scuola Primaria di Livorno - Stagno - Collesalvetti

Il Progetto ha cadenza annuale ed è gratuito.

Scopo di questo Progetto è avvicinare i ragazzi all'ambiente naturale, compiendo escursioni nell'ottica di approfondire alcune conoscenze naturalistiche e storiche delle nostre zone e di iniziare ad apprendere i concetti base della sicurezza in ambiente naturale.

Il percorso base da seguire per raggiungere gli obiettivi del Progetto dovrà necessariamente essere

Conoscere - Apprezzare - Rispettare

Indispensabile in questa ottica sarà la collaborazione tra Docenti, Genitori ed Operatori del CAI.

Obiettivi delle Attività *Area socio - Comportamentale*

Obiettivi:

- ✓ Prendere coscienza delle proprie capacità e potenzialità
- ✓ Acquisire maggiore sicurezza in se stessi e nell'adulto
- ✓ Accrescere l'autonomia
- ✓ Accrescere l'autostima personale e l'autocontrollo in situazione di interscambio e di socializzazione
- ✓ Sviluppare coerenti comportamenti relazionali in esperienze di gioco e di sport
- ✓ Socializzare con i compagni in un contesto diverso da quello scolastico
- ✓ Sviluppare comportamenti adeguati durante la pratica delle diverse discipline sportive
- ✓ Assumere atteggiamenti corretti in un ambiente naturale
- ✓ Saper effettuare comportamenti adeguati atti ad evitare e affrontare i pericoli in ambiente naturale
- ✓ Trasmettere una cultura ambientale attraverso lo studio e la rappresentazione grafica dei diversi ambienti
- ✓ Educare al rispetto ed alla conservazione dei beni ambientali

Gli Insegnanti che volessero concordare con il Coordinatore del Progetto le linee da seguire per un lavoro congiunto CAI-SCUOLA possono contattarlo ai seguenti numeri TELEFONICI:

340 7869734 - 0586 852652

Saranno trattati i seguenti argomenti:

A - Conoscere la flora delle Colline livornesi: i ragazzi verranno guidati nel riconoscimento delle specie più comuni della macchia Mediterranea e istruiti riguardo alla realizzazione di una piccola raccolta di piante (erbario)

B - Conoscere la fauna delle Colline livornesi: i ragazzi verranno guidati nel riconoscimento delle specie animali più comuni delle nostre colline; durante l'uscita si porrà attenzione alla ricerca di tracce lasciate da animali (calco delle impronte, raccolta di penne etc.). Nella circostanza verrà compilato il "taccuino delle osservazioni" e si cercheranno le tracce degli animali. Inoltre potranno essere eseguite a cura del CAI videoriprese e fotografie a scopo didattico e ricordo (in tal caso è indispensabile che ciascun Istituto interessato rilasci specifica "dichiarazione liberatoria").

Il Progetto prevede uscite nel Parco dei monti livornesi e gli itinerari saranno concordati con i Docenti interessati in base alle potenzialità dei gruppi e delle condizioni atmosferiche:

PRIMO ITINERARIO:

Valle Benedetta - Poggio dei Tre Mulini - Calvario e ritorno per la stessa via
(Escursione Naturalistica)

SECONDO ITINERARIO:

Percorso ad anello - Valle Benedetta - Mulino sul Rio Maggiore
- Valle Benedetta (Escursione a carattere storico-naturalistico)

TERZO ITINERARIO:

Alla scoperta della Sorgente del Mulino sul Botro Rosso.
(Escursione a carattere storico-naturalistico)

QUARTO ITINERARIO:

- Escursione all'Eremo della Sambuca

Durata dell'impegno per il Primo, Secondo e Terzo itinerario:
dalle ore 9 alle ore 12/12,30.

L'escursione all'Eremo della Sambuca è disponibile per le classi 4^a e 5^a e che avranno disponibilità di orario dalle ore 9 alle 14 circa.

La copertura Assicurativa anche in occasione delle uscite degli studenti, come pure le spese di viaggio da e per il luogo di ritrovo dell'attività esterna sono esclusivamente a carico degli Istituti partecipanti.

Periodi di svolgimento del Progetto

Marzo - Aprile - Maggio 2016:

Didattica in classe e uscita nel Parco dei Monti Livornesi.

Le date delle rispettive attività verranno concordate con i docenti delle classi interessate.

L'escursione sarà preceduta dalla fase didattica in classe, con proiezione commentata (allo scopo sarà necessario apposito locale dotato di sistema LIM) per la conoscenza dei vari aspetti escursionistici ed ambientali che i giovani incontreranno.

Chiusura del Progetto

Maggio-Giugno.

A conclusione del Progetto, presso la Sede della sezione di Livorno del Club Alpino Italiano in Piazza Dante 33, o in altra Sede concordata con gli insegnanti, verrà proiettato il DVD dell'escursione dedicato ai ragazzi degli Istituti che hanno aderito a questa iniziativa cui verrà consegnata copia del DVD stesso. La data verrà concordata con gli Istituti partecipanti.

Scadenza

Il modulo di iscrizione e la dichiarazione liberatoria per le video riprese (per le classi interessate anche a questa iniziativa) dovranno pervenire:

All'ufficio preposto degli Enti sopracitati o

Alla Sezione di Livorno del Club Alpino Italiano:

livorno@cai.it

telefono e fax 0586897785

e, per conoscenza:

Al Coordinatore del Progetto:

righini.osvaldo@gmail.com

entro il 20 Gennaio 2016

Varianti

Per qualsiasi variazione al presente Progetto, il CAI si impegna ad informare preventivamente gli Istituti partecipanti.

Il Coordinatore del Progetto per il CAI

Oswaldo RIGHINI



*In montagna con noi
“sicurezza e simpatia”*



Club Alpino Italiano

Sezione di Livorno

Sede Sociale: Piazza Dante 77 - 57124 Livorno

Telefono e fax 0586.897.785

e-mail: livorno@cai.it – sito web: www.cailivorno.it

ORARIO APERTURA della SEZIONE:

MERCOLEDÌ: dalle 17.30 alle 19.30

VENERDÌ: dalle 17.30 alle 19.30 - dalle 21.15 alle 23.15

Iscritto al n. 228 del Registro Stampa del Tribunale di Livorno in data 28/01/1970.

Direttore Responsabile: Bruno Damari

Redazione: Osvaldo Righini e Maurizio Braghieri