

In **M**ontagna



Anno IV
numero 16 - 2024

La Rivista del **CAI** *Perugia*



Anno IV numero 16 - 2024

Periodico trimestrale
del Club Alpino Italiano
Sezione di Perugia

Autorizzazione Tribunale
di Perugia n. 6/2020 del
Registro Stampa
del 17/09/2020

Direttore responsabile
Gabriele Valentini
(gabrvalentini@gmail.com)

Redazione
Francesco Brozzetti
Fausto Luzi
Ugo Manfredini
Alessandro Menghini
Marcello Ragni

Hanno collaborato
a questo numero
Giovanni Deiana
Martina Fortunelli
Eugenia Franzoni
Francesco Frattegiani
Matteo Guiducci
Leonardo Majorana
Roberto Pettirossi
Deborah Salani

Direzione, Redazione
e Amministrazione
Via della Gabbia 9
06123 Perugia
Tel.: 075.5730334
Orari di apertura:
martedì e venerdì
dalle ore 18,30 alle ore 20,00
posta@caiperugia.it

Progetto grafico
ed impaginazione
Francesco Brozzetti
Stampa:
Xerox Global Document
Outsourcing
P.zza Italia, 2
06121 Perugia
Chiuso in tipografia
02.10.2024.

03 EDITORIALE

04 MARI E MONTI ATTRAVERSANDO CRETA

Un lungo trekking alla scoperta della parte ovest dell'isola greca

09 MONITORAGGIO DA RECORD NEL CUCCO

Gli speleo perugini hanno iniziato il controllo delle acque nel sistema carsico

12 IL BREITHORN, IL MIO PRIMO 4000

Dopo diversi anni ritorna una classica uscita del CAI Perugia

16 ESCURSIONI DA SOGNO ATTORNO A COGNE

Ritorno in Valle d'Aosta per un trekking impegnativo ma di grande soddisfazione

20 CHE SUCCESSO IL RADUNO A TERNI

Folta partecipazione del CAI Perugia al Regionale

22 IL GIARDINO DI MEDEA

Come riconoscere le piante velenose che incontriamo nelle nostre escursioni

25 LE CASCADE DEL TORRENTE MUSSINO

Risalendo il corso d'acqua per arrivare all'Eremo di Santa Cecilia

28 GLI USI CIVICI SALVANO IL PAESAGGIO

Quattro esempi di come questa istituzione sia importante per la tutela dell'ambiente

30 LA CRISI DELLE ESCURSIONI DOMENICALI

Sempre meno uscite nei giorni festivi: occorre dare un segnale di svolta

31 VITA ASSOCIATIVA

*1a di copertina:
Il nostri soci arrivati al
Col Lauson - foto Frattegiani*

*4a di copertina:
Un passaggio nelle
Gole di Imbros - foto Majorana*

Editoriale

Gabriele VALENTINI

In questo numero di In Montagna, come sempre molto ricco di articoli e di spunti, troverete il resoconto dei trekking che nel periodo estivo sono stati organizzati dalla nostra sezione. Sono molto diversi fra loro, a dimostrazione di come il CAI Perugia riesca a fornire ai propri soci un ampio ventaglio di possibilità per godere la montagna.

Il primo, in ordine di tempo, è stato un revival se così si può dire: infatti "il mio primo 4000" era un'uscita che anni fa veniva effettuata addirittura al termine del corso di escursionismo avanzato. Altri tempi: ora le regole del CAI nazionale sono cambiate e quindi questo ritorno è stato soprattutto un modo per fornire ad alcuni giovani della sezione la possibilità, con esperti accompagnatori, di cimentarsi sui ghiacci del Breithorn.

E proprio una di queste giovani leve, Martina Fortunelli, ne dà il racconto dalla propria personale prospettiva.

Sempre in Valle d'Aosta, ma nella Valle di Cogne, anche il secondo trekking che ha raccolto un significativo successo di partecipazione. Facendo base nel paese appena liberato dai danni dell'alluvione di fine giugno, i nostri soci hanno dato prova di grande impegno con quattro escursioni di alto livello e anche dislivello che li hanno portati ben oltre quota 3000 con tracciati attorno e oltre i 20 chilometri. Il tutto comunque, confortato da un meteo tutto sommato benevolo che ha permesso di svolgere per intero il programma previsto.

Infine anche questa volta il CAI Perugia ha voluto portare i suoi soci all'estero: nello specifico con un vero e proprio trekking di dieci giorni nella parte ovest dell'isola di Creta. Si è trattato di un progetto che era stato portato avanti nel 2020 e poi stoppato dal lockdown per Covid e che, a distanza, è stato ripreso e ampliato grazie all'impe-

gno di tre organizzatori. Una bellissima esperienza fra mare e monti, impegnativa ma anche divertente e rilassante fra scalate di vette oltre i duemila metri e bagni in piccole e isolate spiagge in un'acqua cristallina. Non abbiamo però trascurato la parte culturale di cui quest'isola è ricca: insomma un successo da tutti i punti di vista.

Ma troverete qui anche altri articoli, in primo luogo i nostri sempre attivissimi speleologi ci riferiscono di un interessante lavoro che stanno portando avanti: il monitoraggio delle acque nelle cavità del Cucco, montagna della quale conoscono praticamente tutti i cunicoli. Anche se non esistono dati precisi a riguardo pare che questo monitoraggio, alla profondità di circa mille metri dall'imbocco della grotta, sia addirittura il più profondo finora effettuato.

Da un punto di vista culturale è sicuramente da leggere l'articolo del nostro esperto Alessandro Menghini sulle erbe velenose: corredato da numerose foto ci rivela un mondo ai più sconosciuto e che merita, se non altro per prudenza, una maggiore attenzione.

Fausto Luzi, invece, ci ricorda in un suo pezzo, l'importanza dei cosiddetti "usi civici" e in alcuni esempi vicini a noi ci mostra come possano essere un baluardo molto efficace contro lo sfruttamento eccessivo della montagna.

La nostra presidente Deborah Salani ci parla invece del raduno regionale organizzato quest'anno dal CAI di Terni e che ha visto una foltissima partecipazione dei nostri soci.

Un resoconto interessante anche perché nel 2025 toccherà a noi l'onore ma soprattutto l'onere di organizzarlo, tra l'altro nell'ambito delle manifestazioni con cui celebreremo i 150 anni della nostra sezione.

E a proposito di questo evento, che



non è eccessivo definire "storico", il Direttivo sta proprio in queste settimane mettendo a punto le date e il programma per celebrare degnamente l'anniversario. Le idee al vaglio sono numerose e tutte molto interessanti e avremo modo nel prossimo numero di parlarne più dettagliatamente, ma già fin d'ora rivolgiamo un appello ai soci affinché possano dare una mano nell'organizzazione e nello svolgimento delle numerose manifestazioni. A tempo debito, anche tramite mail e il sito, avremo modo di informarvi.

Intanto troverete nel notiziario una importante novità che riguarda il tesseramento 2025: il Direttivo ha deciso un cambio di rotta per i rinnovi che non potranno essere più effettuati nei cinque negozi che finora ci avevano supportato. Diversi i motivi che hanno portato a questa decisione: in primo luogo le problematiche di rifornimento di materiale (moduli, bollini, etc.) più volte nel corso di cinque mesi strutture molto distanti fra loro; in secondo luogo la responsabilità di chi, tra i consiglieri, era chiamato spesso a raccogliere cifre anche importanti e a doverle poi andare a depositare in centro; in terzo luogo ridurre l'uso del contante.

In contemporanea, per venire incontro ai soci, ci saranno più aperture della sede nei mesi "caldi" per i rinnovi e una campagna per favorire l'uso di My CAI, la struttura che inserisce automaticamente tutti i dati al momento del rinnovo e che quindi sgrava di lavoro segreteria e tesoreria.

Ma anche su questo argomento, non preoccupatevi, sarete adeguatamente informati.

Mare e monti attraversando Creta

Il lungo trekking alla scoperta della parte ovest dell'isola greca

Leonardo MAJORANA



INTRODUZIONE

Creta, la più grande isola della Grecia, che chiude verso sud il mare Egeo, ultimo baluardo prima delle coste del nord Africa, ricca di mito, di storia, di natura ancora quasi intatta, di montagne che superano i 2000 metri e di tante coste... il binomio montagne – mare spesso

è vincente nel motivare persone a camminare e in questo trekking quasi tutti i giorni c'è stata la possibilità di fare bagni in acque... splendide!

È stato un cammino che si è svolto lungo la costa meridionale, là dove le propaggini delle alte montagne scendono sull'acqua con pareti più

o meno rientranti, creando spesso baie che viste dall'alto paiono inaccessibili, scogliere sospese sull'acqua, piccoli golfi... la costa risulta incisa da numerosi canyon e il tutto è attraversato dal sentiero europeo E4, indicato in modo a volte approssimato con segni giallo-neri, e non mancano i segni bianco-rossi



a cui siamo più abituati, e i classici ometti di pietre. Le precipitazioni e le conseguenti acque torrenziali che scendono dai canyon modificano continuamente l'agibilità dei percorsi, che a volte richiedono passo sicuro per superare tratti franati e delicati. Gli antichi romani preferivano arrivare per mare, e lungo il nostro cammino E4 abbiamo incontrato diverse testimonianze di resti di porti con basi di colonne e il sito archeologico di Lissos (visto sotto la pioggia).

La difficile accessibilità a piedi richiede una logistica complessa, un paio di paesi dove abbiamo pernottato non sono raggiunti da strade, e i nostri bagagli sono stati trasportati alla tappa successiva tramite battelli, grazie a una impeccabile organizzazione locale cui ci siamo affidati. La stessa organizzazione ci ha procurato due guide che ci hanno accompagnato lungo i percorsi.



IL GRUPPO – ARADENA

16 persone, tra i 40 anni e i 70 anni, chi più abituati a camminare su terreni impervi e scoscesi aiutandosi anche con le mani, chi meno, chi più resistenti a escursioni continuative giorno dopo giorno, chi meno, ma questo non ha creato molti problemi: dallo splendido aggregato di

Loutrò, dove abbiamo pernottato due notti e che è raggiungibile solo in barca o a piedi, abbiamo percorso una ripida salita tutti insieme fino a una cresta, scendendo poi a un altipiano da dove una parte del gruppo ha continuato in modo più impegnativo scendendo nelle gole di Aràdena fino al mare e ad una spiaggia deliziosa con taverna, mentre l'altra parte del gruppo, anziché scendere per le gole, è stato caricato su un pick-up scoperto e su strada a tornanti con un guidatore allegro è stato trasportato verso la costa, da dove ha raggiunto a piedi la summenzionata spiaggia: qui i due gruppi si sono riuniti e, dopo fantastici bagni e soste alla taverna, c'è chi è rientrato a Loutrò a piedi con un'altra ora e mezzo di cammino con salite e discese, e chi è rientrato con un battellino.

La discesa per le gole di Aràdena, il 22 settembre, ha messo un poco in imbarazzo le nostre guide, anche a causa di un triste evento verificatosi quattro giorni prima di cui dirò più avanti. Il 18 settembre c'è stato un violento temporale, quasi un nubifragio, con tanta acqua e grandine (l'abbiamo presa tutta); ora le due guide non sapevano come poteva essere lo stato di percorribilità delle gole. Ce l'hanno messa giù abbastanza dura, tratti verticali molto esposti da fare in discesa, sentieri stretti o assenti, disarrampicate su sassi e macigni, quindi necessità di passo sicuro e una certa abitudine all'esposizione. Questo ha dissuasato almeno tre persone che quindi hanno preferito salire sul pick-up (esperienza secondo loro non meno





perigliosa delle gole!), e la cosa a posteriori mi è dispiaciuta, ma le guide in quell'occasione hanno sentito molto la responsabilità, soprattutto dopo quello che era successo quattro giorni prima nelle gole di Samaria.

PERCHE' NON ABBIAMO FATTO LE GOLE DI SAMARIA

Il 18 settembre ci spostiamo lungo la costa per raggiungere il paese di Sougia, l'ultimo di questo tratto raggiunto da una strada, percorrendo circa 14 km di esile sentiero con numerosi saliscendi seguendo le bizzarre conformazioni del litorale. Anche qui c'è stata la possibilità per quattro persone del gruppo di non fare interamente l'escursione, ma di raggiungere Sougia con il pullman, e poi di venirci incontro

con un'oretta di cammino fino al sito archeologico di Lissos, su una baia con possibilità di fare il bagno. Le nuvole sin dal mattino sono aumentate in modo sempre più

minaccioso, noi dovevamo salire per guadagnare una sella quando iniziamo a sentire rumore di tuoni e a vedere bagliori di lampi. La guida era preoccupata (la seconda guida era con l'altro gruppo) e ci ha dato indicazioni su come proteggerci dai fulmini e tutte le donne si sono tolte braccialetti ed orecchini metallici. E poi è arrivata la pioggia forte, a rovesci, e grandine, e noi ora dobbiamo scendere ripidamente attenti a non scivolare, bagnati fradici, fino al sito archeologico dove "avremmo dovuto fare il bagno" ma dove invece troviamo conveniente riparo dentro una chiesetta, dove già erano arrivati gli altri quattro del gruppo con l'altra guida, anche loro bagnati zuppi. La pioggia finalmente cessa e ora si deve risalire fino a Sougia, ed è stato interessante vedere fino a quanti centimetri di fango molliccio le soles degli scarponi son riuscite a raccogliere. Questo stesso nubifragio provocò un crollo di sassi e frane nelle vicine gole di Samaria, causando la morte di una ragazza e bloccando un centinaio di escursionisti, che hanno dovuto passare la notte all'addiaccio. Noi avremmo dovuto attraversare le gole due giorni dopo, ma naturalmente sono rimaste chiuse. Queste notizie ce le comunicano perplesse le due guide la sera stessa, nell'alberguccio del paesino di montagna posto a circa 1000 metri di quota, dove bagnati e infreddoliti ci siamo sistemati per la notte.

IL GINGILOS

Il giorno dopo, il 19, come da programma saliamo sul Gingilos! Questa è una montagna alta intorno



ai 2000 metri o poco più. Si parte dall'altopiano posto a 1000 metri, dove eravamo arrivati fradici la sera prima; abbiamo indosso ancora le cose umide che è stato impossibile fare asciugare. Le guide, a causa della tragedia verificatasi nelle gole di Samaria, hanno naturalmente detto che saremmo saliti solo con bel tempo e hanno voluto spiegare chiaramente il tipo di terreno e le possibili difficoltà della salita e discesa, soprattutto nell'ultimo tratto dove c'è da appoggiare le mani sulla roccia.

Nessun problema, tempo sereno con qualche annuvolamento. Saliamo bene tutti insieme, c'è qualche passaggio più esposto dove il sentiero è stato mangiato dall'acqua e si deve procedere con attenzione, ma infine arriviamo tutti a una sorgente posta a circa metà percorso. Da qui in poi le difficoltà aumentano e, dopo qualche ragionamento, parte del gruppo decide di tornare indietro, in parte anche perché le guide ci comunicano una probabilità di pioggia del 10% dopo mezzogiorno e, visto quello che è successo ieri, alcuni non se la sentono di correre il rischio di trovarsi su un terreno difficile sotto un temporale. Così ci dividiamo ancora e le guide si sdoppiano, una con chi rientra, l'altra con chi prosegue. Si continua ancora bene su un vastissimo ghiaione, su tracce



di sentiero che risalgono con ampi zig zag fino alla cresta sommitale. Superbi panorami sugli altipiani sottostanti, sulle numerose cime dei "Lefka Ori", le montagne bianche, tutt'attorno e il mar libico verso meridione.

Dalla cresta il percorso per la cima richiede ora qualche abilità di movimento su rocce e saliamo bene tutti assieme e anche quelli un poco meno esperti, incoraggiati e aiutati dagli altri, salgono con entusiasmo. Da dietro mi chiedono "ma qui come faremo a scendere?" Rispondo "ci penseremo dopo!" e proseguiamo. Infine la cima la cui altezza non è ben chiara, essendo riportate su cartine diverse quote

diverse, ma le nostre app danno comunque quote di poco superiori ai 2000 metri. Ci sono nuvole ma il tempo regge. Iniziamo la discesa soddisfatti e anche nei tratti che prima mettevano un poco di ansia nel salirli ora scendiamo tutti quasi senza accorgercene. La guida è stata molto brava nel gestire il gruppo, restando, sia nella salita che nella discesa, più vicina ad alcuni e mandando avanti altri.

La sera passiamo la seconda notte all'alberguccio di montagna, le cose lasciate in camera appese in tutti i modi dove era possibile appenderle (c'è anche chi ha staccato un quadro) sono rimaste perfettamente umide! Il giorno dopo, il 20, era prevista la discesa per 18 km delle gole di Samaria fino al mare, dove è il paesino di Agia Roumeli, dove dobbiamo passare una notte. Visto la chiusura delle gole si è raggiunto Agia Roumeli per altre vie ovvero: mattina presto trasferimento in pullman fino al porto di Sougia, qui traghetto delle 9 per Agia Roumeli dove arriviamo per le 10, sistemazione in due strutture diverse (il paese non ha tanti alberghi), giornata libera per relax in spiaggia.

Un gruppo è arrivato fino all'uscita delle gole, dove un cancello e un cartello chiaramente avvisano della loro chiusura, e poi è salito fino ai ruderi di una fortificazione ottomana di avvistamento, altri a spasso per le quattro stradine del villaggio semideserto (che vive davvero solo quando centinaia e centinaia di escursionisti fuoriescono ogni



giorno dalla gole e si riversano in spiaggia e riempiono le taverne), qui oggi è tutto quasi deserto, e nel pomeriggio possiamo fare il bagno e godere di questa spiaggia assolata e silenziosa, avendo come inquietante contrasto solo il rumore di un elicottero in ricognizione.

LOUTRO'

Il giorno dopo, il 21, caricati tutti i bagagli sul battello, proseguiamo a piedi da Agia Roumeli lungo la costa per 15 km fino allo straordinario villaggio di Loutrò, anche questo raggiungibile solo a piedi o in barca. Il percorso è sempre il sentiero E4, con numerosi saliscendi in ambiente superbo, a volta quasi a sfiorare il mare, altre volte alzandosi attraverso boschi a superare canyon e gole.

Verso la fine si arriva là dove è l'uscita delle gole di Aràdena, già citate all'inizio, e dove è situata una fantastica taverna pochi metri in alto sopra una spiaggia di sassetti con lettini e ombrelloni. La spiaggia è circondata ai lati da pareti con scogli e grotte, un posto fantastico per nuotare. Non ci sono strade, la gente può arrivare qui a piedi o con il battellino da Loutrò. Essendo passate le ore 14 alcuni si fermano in taverna, altri si portano direttamente alla spiaggia, bagni, relax! Poi in tardo pomeriggio ci si porta a Loutrò, chi prendendo il battellino che in 15 minuti arriva al porticciolo del paese, chi camminando ancora per un'ora abbondante risalendo la costa, superando un piccolo golfo e infine scendendo al villaggio.

Villaggio straordinario, dicevo prima, assolutamente incastonato in una baia minuscola, stretto tra pareti alte 500 metri, invisibile finché non ci si arriva proprio sopra. Una striscia di casette bianche, ristoranti e albergucci, con qualche negozio di souvenir e un piccolo market. Qui, allineati su un molo, ritroviamo i nostri bagagli. E davanti alla stradina che costeggia il mare c'è la spiaggia di ciotolini, attrezzata con lettini. Qui staremo due notti, e ci sistemiamo sparpagliati in tre alloggi differenti. Il giorno dopo è il 22 e rimando a quanto detto all'inizio sulle gole di Aràdena. Aggiungo solo che, usciti dalle gole e raggiunti gli altri del gruppo pick-

up, il ritrovare di nuovo la taverna e la spiaggetta, il mare del giorno prima, ci ha davvero deliziati. E il meteo è stato sempre buono, permettendoci di camminare senza sentire né caldo né freddo.

RIENTRO

Il 23 lasciamo a malincuore questo Loutrò con la barca, per andare al paese successivo, dove finalmente arriva la strada asfaltata. Qui è il pullman dove vengono caricati tutti i bagagli e che ci porta all'imbocco delle gole di Imbros, gole che risaliamo a piedi per facile percorso di circa 6 km. All'uscita troviamo il pullman ad aspettarci, ma naturalmente c'è anche la taverna casualmente sistemata proprio lì, ed è l'occasione per provare qualche specialità alimentare cretese che ancora non si era assaggiata.

Poi il pullman ci porta alla capitale Iraklio, dove staremo le ultime due notti. Questa è stata l'occasione per visitare il palazzo di Cnosso, dell'epoca minoica, per poi concludere al veramente interessante museo archeologico con reperti dell'epoca minoica (dal settimo al primo millennio avanti Cristo, poi sono arrivati i micenei, i romani, i bizantini, i veneziani, i turchi, infine l'indipendenza nel 1898). E non è mancato tempo libero per shopping. E il 25 rientro in Italia, ma ci saremmo fermati volentieri un'altra settimana, magari tornando a Loutrò o per iniziare un nuovo trekking nella parte orientale dell'isola. Un'altra volta!



Monitoraggio da record nel Cucco

Gli speleo perugini hanno iniziato il controllo delle acque nel sistema carsico del monte

Eugenia FRANZONI - foto di Matteo GUIDUCCI e Roberto PETTIROSSI



Grazie al contributo del Gruppo Speleologico CAI di Perugia, è stata recentemente installata una sonda multiparametrica per il monitoraggio delle acque di falda nel punto più profondo della grotta di Monte Cucco, corrispondente approssimativamente alla quota di emergenza della sorgente Scirca (circa 596 m s.l.m.), al fondo del Pozzo Franco (-917 m). Si tratta di una profondità record per questo tipo di monitoraggi.

Il progetto fa parte di una collaborazione tra Umbra Acque, il Dipartimento di Scienze della Terra e Geoambientali di Bari, il Dipartimento di Fisica e Geologia di Perugia e il Gruppo Speleologico, per cui a breve verrà installato un

nuovo pluviometro all'ingresso della grotta principale di Monte Cucco. L'obiettivo che il progetto si prefigge è di installare un'infrastruttura in grado di acquisire, a frequenze temporali programmate, informazioni relative alla quota del livello di falda e i valori di temperatura e conducibilità delle suddette acque. Il sensore posto in profondità raccoglierà i dati, che verranno scaricati periodicamente dagli speleologi e condivisi ed analizzati da tutti i soggetti interessati allo studio del reservoir carsico. Questo permetterà, insieme con le letture del pluviometro, di correlare ed analizzare le relazioni esistenti tra gli afflussi pluviometrici, le variazioni di livello all'interno della cavità e le

conseguenti variazioni di portata registrate alla sorgente di Scirca.

Nella contingenza della presente crisi idrica, la quale ha messo in seria difficoltà le infrastrutture di approvvigionamento idrico e potabile, l'implementazione del presente progetto è estremamente attuale e consentirà l'acquisizione di dati fondamentali che fino ad oggi non era possibile ottenere se non limitatamente alle sporadiche frequentazioni degli ambienti ipogei così tanto remoti. Il progetto, infatti, è il più profondo sistema di monitoraggio mai installato.

Il 24 agosto, un primo intervento ha permesso di installare la sonda, e insieme sono stati prelevati campioni d'acqua che verranno

sottoposti ad analisi di laboratorio. In loco sono stati misurati i seguenti parametri: temperatura (8,5 °C), conducibilità (246 μ S/cm) e pH (7,7). L'intervento ha richiesto lo spostamento fino a -917m di una grande quantità di attrezzatura, compreso un rotolo di cavo di circa 350 metri, dal notevole peso.

Al sifone terminale, la sonda è stata posizionata a circa 6 metri di profondità nell'acqua che, pur bassa, era sopra ai minimi storici.

Il cavo è stato fissato alle pareti in modo da evitare che venisse spostato o colpito dai passaggi degli speleologi, e permetterà di monitorare le oscillazioni del livello di falda che, nel corso delle esplorazioni, si sono rivelate di diverse decine di metri, legate alla stagionalità e all'entità cumulata delle precipitazioni meteoriche.

Il 14 settembre, un secondo intervento ha terminato il fissaggio del cavo, predisposto la zona di scarico dati (ancora da migliorare) e configurato ed avviato il campionamento sui due sensori (di livello e barometrico).

Tra qualche mese, una punta scaricherà i primi dati, e insieme si migliorerà il posizionamento della postazione di scarico dei dati.

Nel mentre, la priorità è nell'installazione e nella messa in funzione del pluviometro, per cui il progetto ha subito delle modifiche dell'ultimo minuto e ha richiesto l'acquisto di componenti aggiuntivi per l'alimentazione.

Lo scopo finale del progetto è di migliorare la conoscenza delle dinamiche dei corpi idrici sotterranei, grazie all'analisi dei dati, per una maggiore consapevolezza nell'utilizzo e nella gestione delle risorse idriche. Questo si potrà esplicitare in una migliore gestione della risorsa, con la possibilità di monitorare la variazione di qualità delle acque in anticipo rispetto al loro affioramento nella sorgente di Scirca e conseguentemente permettere una ulteriore possibilità di controllo rispetto alla protezione dell'acquifero carsico.

Con questo progetto, l'attività del Gruppo Speleologico CAI Perugia contribuisce significativamente alla ricerca scientifica; questo esempio

di citizen science rappresenta un prezioso collegamento tra il lavoro sul campo e la comunità accademica, ed evidenzia come le peculiarità

del CAI possono essere un importante strumento per la diffusione del sapere e la collaborazione interdisciplinare.





Il Breithorn, il mio primo quattromila

Dopo diversi anni ritorna una classica uscita del CAI Perugia: ecco il racconto

Martina FORTUNELLI

Dopo diversi anni in cui non veniva più organizzata, la sezione del CAI di Perugia ha deciso di proporre l'uscita "Il mio primo 4000". Appena ho letto l'evento sul calendario, mi sono detta: "Devo assolutamente partecipare!". Così è iniziato tutto per me.

A febbraio ho scritto a Flavia, una delle organizzatrici, per chiedere informazioni su cosa avrei dovuto fare per prepararmi e quale sarebbe stata la vetta da raggiungere, dato che era la mia prima vera uscita alpinistica.

La nostra meta sarebbe stata il Breithorn Occidentale e Centrale, una delle cime più accessibili delle Alpi, spesso descritta come un'impresa alla portata di molti. L'uscita, riprogrammata a causa del maltempo per il 26-28 giugno, ha costretto alcuni partecipanti a rinunciare. Così, siamo partiti in sei da Perugia, diretti verso Antey-Saint-André, dove ci aspettava un campeggio, del quale tutti ricorderemo le ottime caramelle. Dopo aver sistemato le nostre cose, ci siamo diretti verso un ristorante per una cenetta valdostana, indispensabile per immagazzinare tutte le energie necessarie per le attività dei giorni seguenti.

Appena varcata la soglia del ristorante, siamo stati accolti da una famiglia di origine marocchina; ci siamo chiesti: "Abbiamo calcolato correttamente l'azimut per arrivare in Valle d'Aosta?!" Scherzi a parte, si sono rivelati una piacevole sorpresa: simpatici e accoglienti, tanto che, tra una chiacchiera e l'altra, ci siamo scambiati i contatti, magari per organizzare un futuro viaggio in Marocco.

Mercoledì mattina è iniziata la preparazione: controllo dei materiali, verifica di corde e cordini, moschettoni, set Artva, preparazione dello zaino ed eventuali borse per il rifugio. Dopo aver caricato

tutto in macchina, ci siamo diretti a Cervinia, dove l'ultimo compagno di viaggio ci ha raggiunto.

È così che ha avuto inizio questa avventura: da quota 2009, abbiamo raggiunto con la funivia il rifugio Guide Alpine del Cervino, a 3480 metri, che ci ha ospitato per i successivi due giorni. Arrivati al rifugio, l'emozione ha iniziato a farsi sentire, alimentata anche dall'ambiente attorno a noi, completamente bianco e sovrastato dalla caratteristica vetta del Cervino, sovrano indiscusso di queste montagne.

Eravamo tutti impazienti di farci un giro sulla neve, anche se devo dire che il tempo non sembrava essere dalla nostra parte; le previsioni meteo avevano indicato nevischio, pertanto abbiamo deciso di rimanere nei dintorni e approfittarne per fare un po' di "scuola".

Per me e Alessandro era la prima esperienza e, ovviamente, i nostri accompagnatori si sono subito attivati per rivedere con noi le basi: conserva, legature e manovre di base.

Purtroppo, però, la neve iniziava a farsi insistente e quindi abbiamo deciso di rientrare per non bagnare materiali e abbigliamento.

Il pomeriggio è trascorso serenamente in rifugio, tra racconti di esperienze passate e sogni di future avventure, fino a quando non è arrivato il momento della cena... una cena quasi da dimenticare: pasta ripassata al forno, un vero e proprio "mappazzone", polpettine, erba cotta e, per chiudere, panna cotta. Forse non il menù ideale per chi, il giorno dopo, avrebbe dovuto affrontare un'attività impegnativa.

Il giorno tanto atteso era arrivato: sveglia alle ore 5.15 per partire alle 6.00; qualcuno di noi è stato fortunato perché è riuscito a prendere un po' di caffè per colazione, qualcuno ha preso del tè e qualcuno si è accontentato di un po' d'acqua.



Purtroppo, o il rifugio non aveva preparato a sufficienza per tutti, o qualcuno partito prima di noi non era stato proprio corretto...

Siamo usciti: temperatura alta, un discreto vento, abbastanza fastidioso, e cielo un po' coperto, ma tutto secondo le previsioni. Dopo aver calzato i ramponi, con i bastoncini in mano, siamo partiti.

La prima parte del percorso ci ha portato fino al valico tra la Gobba di Rollin e il Klein Matterhorn. Il



ghiaccio era ancora compatto e scricchiolava sotto i nostri piedi; il respiro si è fatto regolare, scandito dal ritmo lento dei nostri passi, mentre il vento diventava sempre più invadente man mano che salivamo di quota.

Superato il valico, il ghiacciaio si è esteso davanti a noi come un immenso mare bianco, ed è qui che abbiamo deciso di legarci:

due cordate da due e una da tre. Proseguivamo rigorosamente con piccozza e un solo bastoncino. Massima concentrazione, perché in un ambiente come questo è facile distrarsi e sbagliare. Il paesaggio era talmente vasto e immutabile che sembrava di camminare in un mondo senza tempo. Il sole, intanto, si era ormai alzato e con esso anche la temperatura, che stava

iniziando a sciogliere la crosticina superficiale formatasi durante la notte, una pessima sensazione poiché ogni passo sarebbe diventato più faticoso e pesante.

Al termine del plateau del Breithorn, abbiamo iniziato a salire sulla parete sud, compiendo una grande diagonale ascendente. Il battito cardiaco ha iniziato ad accelerare, le parole si erano fatte rare, e davanti



a me c'era Flavia, che con una cadenza regolare e grande dedizione scolpiva nella neve con la piccozza dei gradini per facilitare la salita.

L'ultimo tratto è stato il più impegnativo: la pendenza aumentava e con essa la consapevolezza di essere sempre più vicini alla vetta. L'ultimo tratto di cresta, non molto esposto ma da affrontare sempre con attenzione e nel mentre una vista mozzafiato che si apriva a 360 gradi davanti ai nostri occhi: il Gran Paradiso, La Grivola, la caratteristica guglia del Dente del Gigante, le Grandes Jorasses, il Grand Combin, solo alcune delle vette che potevamo ammirare.

E poi, finalmente, la cima: eravamo a quota 4165. Un'esplosione di emozioni, un momento di pura gioia condivisa da tutto il gruppo, suggellato da sguardi e sorrisi che rimarranno scolpiti nella memoria di ognuno di noi.

Dopo aver fatto le foto di rito e aver realizzato che proseguire per la cresta non era una scelta saggia a causa del forte vento, abbiamo deciso di scendere per lo stesso percorso fatto in salita. Come da protocollo, il più inesperto doveva andare avanti, pertanto ho iniziato a scendere lentamente, facendo attenzione alla lunga coda di persone che ormai stava salendo: una vera e propria autostrada, con diversi gruppi numerosi di persone con in testa una guida alpina, alcuni scialpinisti, altri piccoli gruppetti come noi.

L'adrenalina si era attenuata, siamo arrivati fino al plateau e ci siamo slegati. È stato il momento più faticoso della giornata: il sole, ormai alto, aveva sciolto buona parte della neve superficiale, rendendo la discesa faticosa. La neve affondava di 30-40 cm sotto i nostri piedi, e il rifugio sembrava ancora lontano. A fine mattinata siamo rientrati, stanchi ma ancora pieni di entusiasmo per la fantastica esperienza vissuta. Le emozioni sono state innumerevoli, e la soddisfazione per aver portato a termine l'impresa indescrivibile. Non potevamo concludere l'uscita senza una meritata birra di rito.

Abbiamo così deciso di scendere a valle nel pomeriggio e di trascor-



rere un'altra notte nel campeggio dove ci eravamo trovati così bene, per poi ripartire verso Perugia il giorno seguente.

Un'esperienza indimenticabile, senza dubbio da ripetere, perché una volta vissute certe sensazioni, diventa quasi impossibile tornare indietro e farne a meno.

Non solo è stata un'importante opportunità di crescita tecnica e formativa, ma mi ha anche arricchito profondamente sul piano umano, grazie alla compagnia eccezionale dei miei simpatici compagni di viaggio.

Questo è stato, per me, il mio primo 4000.



Escursioni da sogno attorno a Cogne

Ritorno in Valle d'Aosta per un trekking impegnativo ma di grande soddisfazione

Gabriele VALENTINI – Foto di Francesco FRATTEGIANI

Bene, bravi, bis! La puntata in Valle d'Aosta dello scorso anno è così piaciuta che, a grande richiesta, anche nel 2024 è stata inserita nel calendario sezionale una settimana nella regione alpina, questa volta in Val di Cogne. Una destinazione che è stata a rischio dopo che l'alluvione di fine giugno aveva devastato il territorio e soprattutto le strade di collegamento. Invece una perfetta organizzazione non solo ha riparato le strade in meno di un mese ma ha pure rimesso in sesto i sentieri che erano stati danneggiati da acqua e frane.

Così il nostro programma non ha subito particolari scossoni e in sedici "caini" siamo andati alla scoperta di questa valle, o meglio delle tre valli che dal capoluogo si diramano in diverse direzioni nel cuore delle Alpi.

C'è da dire che quest'anno il meteo è stato clemente con belle giornate,



anche se con annuvolamenti nel pomeriggio, e ci ha permesso di portare a termine tutte e quattro le escursioni previste, mettendo nelle gambe quasi 5000 metri di dislivello complessivi su una percorrenza di oltre 81 chilometri. Davvero non male per una pattuglia composta quasi esclusivamente da seniores! Qui di seguito ne diamo un resoconto.

Lunedì 26 agosto

La giornata di trasferimento ha visto i cinque equipaggi viaggiare liberamente con il solo vincolo di essere in hotel per le 18.30. C'è chi è partito prestissimo per visitare le cascate di Lillaz oppure il forte di Fenis e chi è andato direttamente a Cogne e, lasciati i bagagli, ha fatto un giretto per il paese sicuramente turistico ma anche ben organizzato e ricco di attrattive, tanto per prendere confidenza con l'ambiente.

Martedì 27 agosto

La prima giornata è dedicata all'escursione che, partendo da Gimillan

la frazione alta di Cogne, si dirige verso il nuovo rifugio Grauson per poi arrivare ai Laghi di Lussert. Un "assaggio" impegnativo ma con la possibilità di fermarsi al rifugio per chi non avesse la voglia o la forma per salire fino ai laghi. Il gruppo si mette in marcia di buona lena ammirando le splendide montagne alpine della zona e si procede abbastanza rapidi, naturalmente con molte soste per le foto visto che la pattuglia di fotografi questa volta è agguerrita.

Al rifugio, molto bello, la meritata sosta con pranzo al sacco "integrato" da qualche prelibatezza del posto e dopo una mezz'oretta siamo pronti a ripartire verso il primo lago, il più grande che si raggiunge dopo quasi un'ora di cammino. La ripida rampa che porta al secondo scoraggia invece alcuni partecipanti che rimangono sparanzati sulle rive mentre una decina di audaci salgono di altri 100 metri per arrivare al secondo lago. A questo punto, però, un intoppo: siccome siamo saliti a Gimillan con il bus lo-



cale (gratuito) dobbiamo ritornare per l'ultima corsa, pena oltre 3km aggiuntivi su asfalto.

Fatti i conti non c'è tempo per il terzo e ultimo laghetto alpino ma, mentre siamo pronti a ridiscendere, una ragazza solitaria ci incrocia e chiede appunto dove si trova il terzo lago. Appuriamo che ha l'auto e due dei nostri si offrono di accompagnarla in cambio del passaggio al ritorno. Affare subito concluso cosicché solo due arriveranno al traguardo più alto ma comunque è stata una bella faticaccia anche così. Un peccato che gli orari dei bus di Cogne siano ridotti proprio dall'ultima settimana di agosto perché costituiscono un ottimo deterrente all'uso dell'auto in un periodo in cui il paese è ancora affollato di turisti.

Mercoledì 28 agosto

E' la giornata più temuta, con la salita al Col Lauson a 3299 metri. La sera prima si decide di fare due gruppi: uno tenterà di percorrere gli oltre 1600 metri di dislivello mentre l'altro seguirà con passo più lento avendo come meta solo il Rifugio Sella a quota 2580.

Così a Valnontey, ci si saluta e ognuno inizia la propria avventura. Saranno in otto ad arrivare al cippo del Lauson: a loro va un applauso



perché il percorso è sicuramente impegnativo, specie negli ultimi 300 metri di dislivello dove ci sono anche alcune corde che danno sicurezza nei passaggi più ardui, comunque sempre su una traccia ben definita. Per alcuni di loro è stata la massima quota raggiunta visto che il Lauson è, sulle Alpi, uno dei punti più alti raggiungibili su sentiero e che non richiedano qualità alpini-

stiche o abbiano un aiuto di funivie. Un peccato che qualche nuvola di troppo non abbia fatto apprezzare a pieno il panorama che si vede da quel punto.

Chi invece ha preferito la gita più tranquilla (pur sempre 900 metri di dislivello...) ha avuto tempo di gustare le prelibatezze dello storico rifugio gestito dal CAI Biella prima di riprendere il percorso in discesa





tra ponticelli e cascate, ritrovandosi poi tutti assieme al parcheggio.

Giovedì 29 agosto

Dopo tanta fatica il terzo giorno è quasi d'obbligo un'escursione più "umana" e scegliamo, anche su consiglio della proprietaria dell'hotel, quella al lago di Loie che permette di passare a fianco delle famose cascate di Lillaz. Infatti, nella parte iniziale del sentiero si vede benissimo l'ultimo dei tre salti prima di entrare nel bosco con una mulattiera a gradoni che mette a dura prova le ginocchia di tutti i partecipanti.

Due ore di questa salita e il piccolo ma bellissimo laghetto appare

come un miraggio e quasi tutti si concedono un pediluvio nelle sue acque prima di stendersi al sole ammirando le ripide vette tutt'attorno. Si fa fatica a riprendere il cammino che questa volta è ad anello e attraversa, pur in pochi chilometri, paesaggi completamente diversi, compresa la visione dell'ampio vallone di Arolla con ancora alcune tracce di neve. E nel finale si arriva proprio in cima alla prima cascata di Lillaz, tanto che alcuni soci decidono di percorrerne il sentiero a lato mentre altri puntano direttamente al ritorno in hotel (ma, in entrambi i casi, la sosta per la birra finale è stata obbligatoria!). E comunque,



visto che la gita non è stata spaccagambe, molti caini alla sera hanno compensato recandosi alla serata di musica e balli anni '60-'90 organizzata in centro a Cogne.

Venerdì 30 agosto

Il gran finale della settimana prevede una lunga escursione che da Lillaz ci porterà alla Fenetre de Champorcher, un punto panoramico sulla valle omonima e su un altro lato della regione. Il percorso nella sua prima parte ricalca, in senso inverso, quello della giornata precedente fino alla deviazione per la Fenetre. Un cartello all'inizio avvisava di un guado difficile ma scopriamo che proprio pochi giorni prima gli uomini della Forestale avevano sistemato il passaggio così che ogni timore è svanito. Purtroppo per noi, però, una frana aveva bloccato il sentiero più su, a quota 2400 metri, e la stessa Forestale aveva dovuto bypassare l'ostacolo facendoci però perdere parecchio di quota con conseguente ripida risalita, fatto che ha aumentato il già notevole dislivello di giornata. Comunque non ci perdiamo d'animo e arriviamo al rifugio Sogno di Berdzè che però, come sapevamo, è chiuso. Il CAI di Aosta ci aveva avvisato che da due anni non riescono a trovare un gestore ed è un peccato vista l'ottima posizione e anche per il fatto che sarebbe raggiungibile da una carrozzabile, anch'essa però chiusa.

Alcuni decidono che per oggi è abbastanza mentre altri vogliono affrontare l'ultimo strappo di 300 metri di dislivello che porta alla Finestra. Dal basso sembra impegnativo ma in realtà il sentiero procede con ampie curve che rendono la pendenza accettabile e si arriva al colle, stanchi ma con grande soddisfazione. Dopo un po' di relax e le foto di rito però inizia la lunghissima strada di ritorno che mette a dura prova la resistenza di molti (c'è qualche acciaccio dopo quattro giorni di salite e discese...) ma alla fine, anche se un po' in ritardo sulla tabella di marcia, arriviamo al traguardo.

Sabato 31 agosto

Fine dell'avventura: dopo l'ultima

colazione in albergo si fanno i bagagli e ognuno riparte verso l'Umbria con il suo carico di emozioni e di ricordi. Com'è andata? Direi bene sul lato del tempo, considerata l'estate molto incerta sulle Alpi; anche la scelta delle escursioni è stata apprezzata soprattutto per il fatto che praticamente nessuno dei partecipanti era stato in quei luoghi e ne hanno potuto ammirare le principali attrazioni, anche se ci sarebbe ancora molto da scoprire (e camminare...) in quei posti.

L'albergo, forse, non era il massimo, soprattutto in rapporto al costo (ma si sa che tutta la Valle d'Aosta non è economica), ma possiamo dire che sono stati molto gentili e ci hanno anche favorito permettendoci una colazione anticipata in modo da avere più tempo per le escursioni. Inoltre era in paese e quindi ci ha permesso una vita "sociale" al contrario della Valsavarenche.

Infine un grazie a tutti i soci che mi hanno accompagnato in questa avventura (Luigi, Lorena, Mario, Ersilia, Giovanni, Moreno, Eddi, Ippolita, Simona, Cecilia, Francesco, Cinzia, Silvia e Nicoletta) e in particolare a Marco che, come lo scorso anno, ha condiviso non solo la guida delle escursioni ma anche tutta la parte organizzativa.

Dati tecnici

1° giorno: da Gimillan ai laghi Lussert via rifugio Grauson e ritorno
Distanza percorsa km 21 – Dislivello 1159 metri – Tempo in movimento 6 ore e 14'.

2° giorno: da Valnontey al Col Lauson via rifugio Sella e ritorno
Distanza percorsa km 21,7 – Dislivello 1659 metri – Tempo in movimento 6 ore 27'.

3° giorno: da Lillaz al Lago di Loie e ritorno via Bardoney
Distanza percorsa km 13,2 – Dislivello 791 metri – Tempo in movimento 4 ore 14'.

4° giorno: da Lillaz alla Fenetre de Champorcher e ritorno
Distanza percorsa km 25,4 - Dislivello 1384 metri - Tempo in movimento 7 ore 21'.



Che successo il raduno a Terni!

Folta partecipazione del CAI Perugia al "regionale" e l'anno prossimo tocca a noi

Deborah SALANI - foto di Giovanni DEIANA

C'è un appuntamento che più di ogni altro riunisce il "popolo CAI" umbro: il Raduno Regionale! Quest'anno l'onore (e l'onere) di organizzarlo spettava alla sezione di Terni. Io avevo ancora nel cuore i ricordi del precedente raduno di Terni, svoltosi a Ferentillo, una bellissima festa e un pantagruelico pranzo organizzato nella struttura che, al tempo, ospitava i mezzi del Soccorso Alpino e, sinceramente, non pensavo riuscissero a fare di meglio... E invece si sono superati! I giorni precedenti sono stati frenetici: soci che si cancellavano, soci che si iscrivevano "nottetempo" a prenotazioni chiuse, soci che cambiavano idea e annullavano il pullman che avevamo prenotato come sezione, soci che si arrabbiavano, insomma il "solito" caos che precede un grande evento (un ringraziamento speciale al nostro Gianluca Pisello per il fondamentale apporto organizzativo!)

La mattina di domenica 22 settembre finalmente si parte, destinazione Collicello, sconosciuto (per me) paesino vicino Amelia, durante il viaggio un timido sole riscalda l'aria e dissolve la nebbia mattutina e quando arriviamo nella piazzetta antistante la porta medievale ci accolgono una bella giornata e i tanti sorrisi degli amici provenienti da tutta l'Umbria. Siamo tantissimi, ci si saluta, ci si abbraccia, si distribuiscono i "preziosissimi" buoni pasto e in un attimo risuonano i fischi... si parte!

Il programma è ricco: due camminate escursionistiche (E: anello nei bei boschi che circondano Collicello - T: camminata per l'antico borgo alla scoperta delle vestigia medievali del castello); una escursione più giochi per i ragazzi dell'Alpinismo Giovanile che portano sempre una nota di freschezza e di allegria in queste riunioni; una escursione in



Mountain Bike; una arrampicata nei dintorni.

Io parto con l'ultimo gruppo dell'escursione E: l'anello di circa 10 km attraverso i boschi. L'ambiente che ci circonda è splendido, boschi ricchi, begli scorci sui panorami del paesaggio umbro, antiche vestigia e i resti di una piccola abbazia benedettina; lì vicino una grotta in cui San Francesco si ritirò in preghiera. L'abbazia è oggetto da anni di un singolare "recupero" ad opera di un signore tedesco che la scoprì tanti anni fa e se ne innamorò, tanto da dedicarci tempo ed energie per farla tornare a vivere.

Il ritorno verso il paese è guidato dal profumo della carne alla brace! La Pro-Loco di Collicello ha messo a disposizione della Sezione CAI di Terni i locali in cui organizza la locale sagra. "Cucinieri" di eccezione: il gruppo speleologico di Terni "I

Pipistrelli", già famosi per le prodezze culinarie oltre che per quelle speleologiche!

Le grandi tavolate vengono prese d'assalto e l'aria, oltre che di allattanti profumi, si riempie di chiacchiere, risate e brindisi. Con una perfetta organizzazione iniziano a servire a tavola e le portate si susseguono in un crescendo di bontà, raramente ho mangiato così bene (e io sono una buona forchetta!).

L'apoteosi è raggiunta al momento del dolce: opera di Matteo Carletti - pasticciere di professione e "Pipistrello" per passione - arriva una straordinaria torta lunga tre metri che viene portata a braccia e sfilata tra gli applausi. È decorata con ciò che ci rappresenta: le montagne, lo zaino, la corda, la piccozza, i segnalini dei sentieri. Bellissima e buonissima! Siamo giunti ai saluti finali, il presidente di Terni, Mas-



similiano Raggi, prende la parola, ringrazia le decine di soci e non che hanno collaborato alla riuscita della giornata e omaggia ogni sezione ospite di un bellissimo quadro d'autore della pittrice Valentina Angeli. Ora l'atto conclusivo di ogni raduno: lo scambio della "Pietra", un oggetto simbolico, ideato dalla sezione di Perugia in memoria del Presidente Giancarlo Orzella, che dal 2008 viene passato di sezione

in sezione in occasione, appunto, del raduno regionale. I canti del Coro "Terra Majura" di Terni e l'esibizione degli straordinari fisarmonicisti "Accordeon Ensemble" ci salutano e chiudono una giornata perfetta. GRAZIE TERNI!!! Lo dico con grande riconoscenza e un po' di magone: il prossimo anno tocca a Perugia, compito assai ingrato dopo questo raduno Regionale 2024.



Il Giardino di Medea

Come riconoscere le piante velenose che incontriamo nelle nostre escursioni

Alessandro MENGHINI

Il problema delle piante velenose è sempre aperto, soprattutto oggi che molti vivono le giornate in montagna, in mezzo alla flora che spesso non conoscono. La storia che segue ci insegna almeno due cose. Primo, che la Natura benigna, o se volete la *Genetrix* Madre Terra, accanto a piante a noi gradite ci ha mescolato anche quelle sgradite. Secondo, che per riconoscere sempre l'una dall'altra bisogna conoscere bene le piante a monte, sapere le affinità e le differenze tra loro. La conoscenza-esperienza è fondamentale, considerato che la loro, oltre che biologica, è una battaglia chimica che comporta colori, odori, sapori, forme, strutture e usi diversissimi.

Sette-otto anni fa ero a Passo Vézzena, tra l'altipiano di Asiago e il Lavarone, sui 1400 m. Sui prati, in mezzo all'erba secca – era la fine di agosto – erano spuntati tanti fiori di colore rosato. Arrivò un gruppo di escursionisti che alla vista dei fiori,



«Zafferano, zafferano, guarda quanto zafferano», disse qualcuno. Aguzzai occhi e orecchi. «Raccogliamolo», aggiunse qualcun altro. Scattai con una reprimenda: «O gente furba» dissi, «ma che siete matti? Quei fiori non sono di zafferano, ma di una pianta velenosa che in quattro e quattr'otto vi manda al Creatore». Si bloccarono non sapendo cosa dire e cosa fare, se darmi retta o

infischiarci del mio avviso-rimprovero. «E lei chi è per dirci questo?», mi chiese uno. «Sono uno che di piante, mi par di capire, ne sa un po' più di voi» e continuai spiegando loro perché lo zafferano era diverso. All'inizio diffidenti, poi si convinsero e mi ringraziarono a più non posso. Fine dell'incontro-scontro. Cinque-sei giorni dopo, a Perugia, il telegiornale riportò la notizia che, da quelle parti, marito e moglie erano morti avvelenati per aver raccolto e mangiato i fiori d'una specie che credevano fosse zafferano. (Fig. 1)

E invece era il terribile **colchico**, detto anche **falso zafferano**, la pianta-killer di Medea. Amici, anche sui nostri monti ce n'è tanto, si può guardare, gridare «Che bello Che bello!», ma niente risotto (quello alla milanese). Con certe cose non si scherza. Alla richiesta

di farmi vedere qualche bulbo di zafferano rimasto dalle vecchie colture, i contadini di Cascia mi hanno indicato sempre il colchico! Nemmeno fossero stati al servizio di Medea che, al contrario della zia Circe, grande esperta di incantesimi, s'era specializzata in avvelenamenti. Non a caso il colchico è tra le piante più significative del suo giardino.

Di seguito un brevissimo e incompleto elenco di specie velenose.

Aconito napello o strozzalupo (Fig. 2)



La regina di tutte le piante velenose, però, è senz'altro l'**aconito napello** (*Aconitum napellus*), comunemente noto come **strozzalupo** perché alcuni popoli antichi lo usavano per avvelenare i lupi e le volpi. Nel Medioevo l'aconito era chiamato con diversi nomi: *Capuccio di monaco* o *Elmo di Giove* o *Elmo blu*, in riferimento alla forma del fiore. È la specie più tossica della flora italiana. Plinio la definisce "**arsenico vegetale**". Nell'antica Grecia, gli anziani ormai inutili venivano soppressi con tale veleno (da noi, invece, costituiscono il gruppo degli iperseñiores). È comune nelle Alpi e nelle zone montagnose dell'Europa centrale: Carpazi, Balcani, Corsi-

ca, Pirenei, Gran Bretagna, Scandinavia, ecc. Vive a mezz'ombra nei pascoli alpini e sulle sponde dei torrenti, spesso vicino alle malghe (pianta sinantropa). Quasi sempre in gruppi numerosi, si può trovare dai 500 fino a 2600 m s.l.m.

Non toccare la pianta a mani nude in quanto è tossica anche per contatto con la pelle. L'ingestione accidentale di aconito provoca numerosi disturbi gravi: senso di angoscia, perdita di sensibilità, rallentamento della respirazione, indebolimento cardiaco, formicolio al viso, ronzio alle orecchie, disturbi della vista, contrazione della gola fino alla morte per asfissia. Per causare la morte di un uomo adulto bastano 5 mg di *aconitina*, il componente incriminato che si localizza nel midollo, aumentando in un primo momento la motilità ma determinando, in maniera improvvisa e spesso letale, la paralisi dei nervi motori.

Erba della volpe 8 (Fig. 3)



In Umbria non c'è l'Aconito napello, ma ci sono altre specie, ad esempio l'*Aconitum lycoctonum*. Gli aconiti hanno fiori di facile identificazione e quelli dell'*A. lycoctonum* sono gialli zigomorfi.

Pianta erbacea, perenne, alta da

4 a 15 dm. Ha gemme svernanti al livello del suolo e protette dalla lettiera o dalla neve.

Contiene alcaloidi e glucosidi e in parte anche aconitina. I sintomi per avvelenamento sono nausea, vomito, diarrea, bradicardia, aritmia e infine arresto cardiaco e morte. Anche il semplice contatto con le mani può essere pericoloso.

Veratro bianco (Fig. 4)



Non è da meno il **veratro** (*Veratrum album*), una pianta perenne alta fino a 150 cm dai fiori bianchi. Le foglie sono distribuite sul fusto in modo isolato. È una pianta tossica sia per l'uomo che per gli animali. Attenzione: sottolineo il tipo d'inserzione delle foglie perché la pianta giovane non fiorita può facilmente confondersi con la genziana maggiore, quella di colore giallo, specie abitualmente raccolta per fare liquori, che invece ha le foglie opposte, cioè due per nodo poste vis-à-vis. Non conviene faticare tanto per fare un buon digestivo di genziana se poi si deve fare una finaccia. Eppure si sono verificati, e si verificano, casi mortali per questo involontario scambio dell'una per l'altra.

Elleboro nero (Fig. 5)

La parola elleboro si rapporta al greco e significa "cibo mortale". Con questa specie un tempo ci si curava la pazzia e la città greca di Anticira era famosa per questo. Donde la locuzione latina *Naviget Anticyram* per dire che uno era pazzo (= naviga verso Anticira).

L'elleboro è pianta erbacea di 15-30 cm. Tutta la pianta ha un debole odore acre. Vive soprattutto



nei boschi. Contiene "elleborina" e altre sostanze alcaloidi tossiche e velenose (come del resto buona parte delle Ranunculaceae). Se ingerite in quantità possono provocare vomito, diarrea e arresto cardiaco (contengono glicosidi cardiaci). Il veleno può essere assorbito anche attraverso la pelle.

Nella medicina popolare alcune parti di questa pianta venivano usate come diuretiche, emetiche (utile in caso di avvelenamento in quanto provoca il vomito), cardiotoniche. L'Elleboro bianco è utilizzato anche nel trattamento delle emicranie e disturbi psichici.

Data l'alta tossicità della pianta ora in medicina popolare non è più usato.

Cicuta (*Conium maculatum*) (Fig. 6)

Nell'antica Grecia vi s'infliggeva la pena capitale; un'usanza introdotta per uccidere Teramene, uno dei Trenta Tiranni, venuto in contrasto con Crizia, il capo, che lo costrinse al suicidio (404 a.C.).

Nella storia, però, la cicuta è nota per aver cagionato la morte di Socrate, che l'assunse in modo scenografico sotto forma d'infuso. In base ai sintomi descritti da Platone nel *Fedone* (non solo paralisi e asfissia con arresto cardiaco causati dal *Conium*, ma anche i precedenti, come delirio, anestesia e sedazione), per la medicina moderna è probabile che Socrate avesse bevuto una



dose altissima di cicuta o una mistura di veleni composta di cicuta, molto oppio e forse datura, addolcita con miele e vino.

La cicuta è antispastica. Oggi non è più in uso. Comunque, prima di raccoglierla, guardare sempre se il fusto ha macchie rosso-vino e spezzarlo, perché ha odore sgradevole e nauseabondo, simile all'urina di gatto o di topo.

Pianta erbacea, cresce spontanea nelle campagne italiane, dove preferisce i luoghi ben freschi ai bordi delle siepi, nei pressi dei rigagnoli. Raggiunge 1-2 metri di altezza e porta ombrelle di colore bianco tra aprile e agosto.

Tutta la pianta è molto velenosa e può portare alla morte. Ciò è dovuto alla presenza di almeno cinque diversi alcaloidi di cui il più attivo è la coniina, una neurotossina che agisce a livello delle sinapsi neuromuscolari. La concentrazione dei principi attivi tossici varia in funzione della parte della pianta, dal 0,05% delle radici all'1% dei frutti verdi.

L'ingestione provoca problemi digestivi, paralisi discendente, cefalee e in seguito parestesia, diminuzione della forza muscolare e infine una paralisi ascendente letale.

La pianta è tossica anche per il bestiame e per questo motivo gli erbivori l'ignorano. La dose letale per un cavallo è di circa 2 kg di foglie fresche, 0,5 kg per una mucca e 0,2 kg per una pecora. Gli uccelli ne sono in genere immuni, ma il veleno agisce anche in seguito a ingestione di un animale che se n'è cibato in precedenza. Ricordo l'avvelenamento che qualche decina di anni fa accomunò molti uomini del Ternano. Alla fine, si capì che si trattava sempre di cacciatori e che tutti erano andati a caccia di starni nel Viterbese. Dopo le battute organizzavano cene con le starni uccise. La causa del comune avvelenamento, si scoprì, dipendeva dalle starni che avevano mangiato i semi di cicuta.

Belladonna, Giusquiamo, Stramonio (Fig. 7)



Si tratta di un trio vegetale dalla tossicità molto simile, per cui per ora parlerò solo della prima,

Atropa belladonna. Il nome del genere deriva dai suoi potenziali

effetti letali.

Atropo era infatti il nome (in greco *Atropos*, *l'inevitabile*) di una delle tre Moire che, nella mitologia greca, taglia il filo della vita, a ricordare che l'ingestione delle bacche di questa pianta causa la morte.

L'epiteto specifico *belladonna* fa riferimento a una pratica rinascimentale: le dame usavano un collirio a base di *Atropa* per dare risalto e lucentezza agli occhi a causa della sua capacità di dilatare la pupilla, un effetto detto midriasi dovuto all'atropina.

Pianta erbacea perenne, fusto robusto, eretto e ramificato, alto tra i 70–150 cm. Odore sgradevole. Fiorisce nel periodo estivo. I frutti sono bacche nere, invitanti e di sapore gradevole, che attirano i bambini come se fossero ciliege.

L'ingestione però provoca una

diminuzione della sensibilità, forme di delirio, sete, vomito, seguiti, nei casi più gravi, da convulsioni e morte. In Italia è comune in tutta la penisola e nelle isole maggiori, nelle zone montane e submontane fino a 1400 metri.

Predilige i margini di boschi freschi e ombrosi, come le faggete. In caso di ingestione, provocare subito il vomito, magari ficcando due dita in gola all'intossicato.

Il principio attivo della pianta è l'*atropina*.

Si trova in tutte le Solanacee: in dosi rilevanti nella belladonna, *Datura stramonium*, *Hyoscyamus niger*, *Solanum nigrum*; in dosi basse in piante coltivate come patate e pomodori.

Le cascate del torrente Mussino

Risalendo il corso d'acqua per arrivare all'eremo di Santa Cecilia

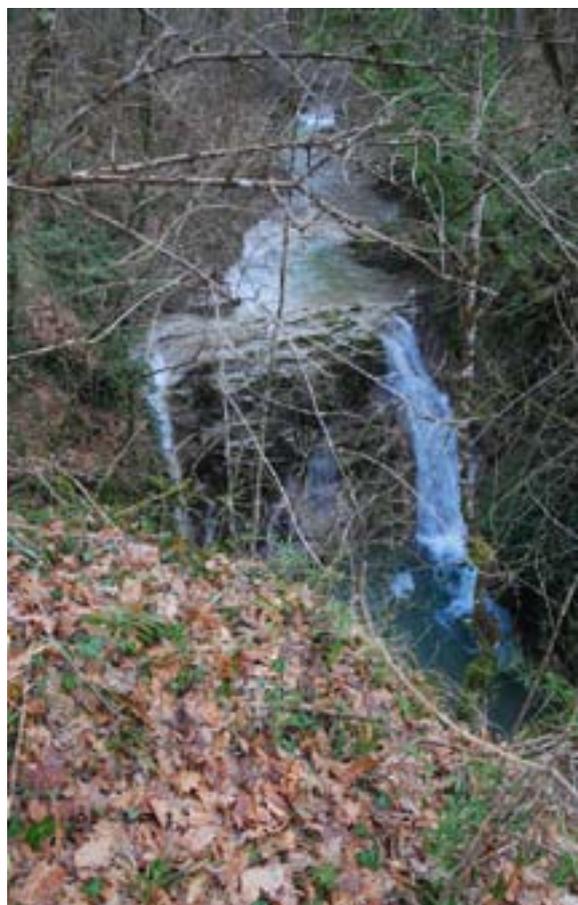
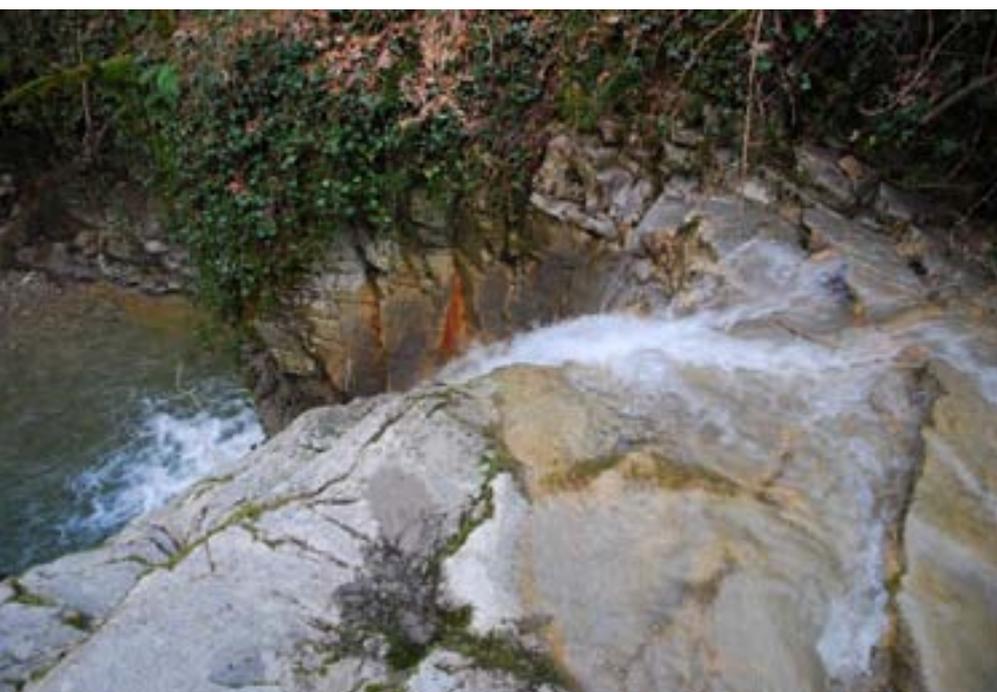
Francesco BROZZETTI

La piccola chiesa di Santa Cecilia, si trova nella frazione di Montelovesco, in un luogo isolato, pregno di silenzio e suggestione, dove verso la metà del 1200 la giovane Cecilia aveva deciso di condurre una vita eremitica e di preghiera. Non è difficile raggiungere l'eremo con l'auto, ma il modo più pittoresco, affascinante e naturalistico è quello di risalire a piedi da Pierantonio, seguendo il corso del torrente Mussino, che con i suoi gorghi, le sue cascatelle più o meno impetuose e spettacolari, con il canto delle sue acque sul letto sassoso, porta fin proprio sotto l'eremo.

Dalla periferia di Pierantonio si può cominciare a salire seguendo i sentieri che di colle in colle arrivano fino alla sorgente, allontanandosi di tanto in tanto quando il rumoroso scrosciare delle acque chiama per andare a visitare qualcuno dei suoi frequenti salti. E di questo passo con calma si raggiunge l'eremo.



Ci si trova così lungo la stretta cengia, scavata dal torrente, dove la santa andava a pregare e dove la devozione vuole che lei andasse a bere ed attingere l'acqua che sgorga da due piccole cavità (le



cosiddette "tazze"); che si credono le impronte lasciate dalle mani di Cecilia quando si appoggiava alla roccia per dissetarsi. Santa Cecilia eremita viene invocata tutt'oggi, per le malattie dei bambini ed in special misura contro le convulsioni.





Gli usi civici salvano il paesaggio

Quattro esempi di come questa istituzione sia importante per la tutela dell'ambiente

Fausto LUZI

Cos'è il paesaggio? Nel mondo della iper-fotografia, rischia di essere uno scatto di cellulare, uno sguardo rivolto dal finestrino di un'auto, un panorama che guardiamo distratti. Dobbiamo ricordare invece che è l'espressione che un territorio trasmette, in quanto frutto dell'azione dei fattori ambientali e umani che lo hanno modellato; il paesaggio, insomma, rappresenta la storia di una data popolazione che ne ha assorbito le caratteristiche e che ha il dovere di darne continuità per le nuove generazioni. In altre parole, una popolazione vive in simbiosi con il territorio che occupa e lo stravolgimento del paesaggio comporta una profonda alterazione del senso di identità collettiva.

Ben si comprende che il paesaggio necessita di una tutela attenta che la nostra Costituzione prevede e che la legge italiana disciplina, in modo rigoroso, aggiungerei, anche se nella quotidianità non è facile prevenire e perseguire i danni in modo efficace, perché si va con-

tro interessi minuti o giganteschi, così che si sottovalutano i danni compiuti, facendoli diventare permanenti.

Qui emerge l'importanza della funzione degli "Usi Civici", riconosciuti dalla legge come **vincolo paesaggistico rafforzato**, perché garantiscono l'immanenza della destinazione agro-silvo-pastorale delle terre su cui questi usi ricadono. E' anche il buon senso che lo dice, perché se una data popolazione per secoli ha usato il suo territorio per quello che è e per quello che può dare e da questi usi ne è scaturita la sua sopravvivenza e la sua evoluzione, questi usi devono diventare permanenti e intergenerazionali.

Gli usi civici sono sempre stati sotto la protezione della legge, in particolare la legge Galasso del 1985 che ha vincolato gli usi civici alla **funzione di protezione ambientale**, riconoscendo i domini collettivi come ordinamenti giuridici primari che gestiscono i beni collettivi e quelli gravati da uso civico nell'in-

teresse della collettività territoriale che rappresentano.

Anche se invisibili e spesso dimenticati, ancora oggi sussistono i domini collettivi e/o gli usi civici e allora quelle terre sono con **diritti perpetui** che non possono essere oggetto di procedimenti autorizzativi che ne alterino o ne modifichino l'uso, tipo impianti e/o opere che contrastino con le attività agro-silvo-pastorali. Questo comporta che prima di autorizzare o di realizzare qualsiasi opera edilizia o impianto industriale permanente non destinato alle funzioni proprie degli usi civici occorre verificare che sia possibile affrancare il territorio dal vincolo esistente. Altrimenti non lo si può fare. Punto!

Or dunque, per far capire che non sempre le soluzioni tecniche che vengono decise per realizzare le opere pubbliche sono in armonia con il dovere di tutelare l'ambiente, vi portiamo all'attenzione quattro esempi, che ci riguardano da vicino.

Rotatoria a Serravalle

E' in fase di attuazione il progetto di allargamento della strada "Tre Valli" che, a causa delle caratteristiche geomorfologiche della Valnerina, comporta opere significative di sbancamento, realizzazione di gallerie e viadotti sul Nera. Ciò che vogliamo evidenziare è il progetto di effettuare una rotatoria in località Serravalle, al posto del trivio con obbligo di stop nel punto di divaricazione della strada tra Norcia e Cascia. Anche su questo progetto l'autorizzazione ai lavori è subordinata all'accertamento dell'esistenza dell'Uso Civico.

Parcheggio al Pian Grande di Castelluccio

Il Commissario agli Usi Civici, nel 2016, ha negato l'autorizzazione



a realizzarvi un parcheggio per autoveicoli, ancorché temporaneo.

Albergo ai Pantani di Accumoli

Così vengono descritti nella pubblicità: "I laghetti di origine glaciale detti "Pantani" si trovano al confine tra i Sibillini e i Monti della Laga. Distesi nel cuore di una vallata a 1.588 metri d'altezza, circondata da pascoli bucolici, risultano caratterizzati da un equilibrio e una bellezza tali da mozzare il fiato".

Tale magnificenza non ha impedito agli enti locali e regionale (è di una sola la competenza territoriale) di autorizzare la costruzione, nei pressi, di un albergo di quattro piani, da corredare con strada di collegamento, fornitura acqua, gas, elettricità, fognatura a dispersione e persino di ampliare i laghetti esistenti. A questa mega-autorizzazione si sono opposte alcune associazioni locali, alle quali se ne sono aggiunte altre (tra cui il CAI) e si è riusciti al momento a frenare i lavori. Perché vi è un ostacolo importante, non considerato in sede di autorizzazione: l'Uso Civico consente tutto ciò?

Progetto Terminillo Stazione Montana

Qui basta riportare quanto ha sentenziato il Giudice Monocratico degli Usi Civici: "Il 5 agosto 2024 il Commissario agli Usi Civici per Lazio, Umbria e Toscana ha riconosciuto la demanialità dei terreni su cui le Amministrazioni comunali di Leonessa, Cantalice e Micigliano avevano dato il permesso di realizzare impianti sciistici e ne censura le erronee procedure utilizzate, in quanto non hanno espletato la procedura ad evidenza pubblica per la concessione delle terre, hanno fornito motivazioni insufficienti e stereotipate che non considerano l'impatto ambientale perpetuo degli impianti di funivia, non essendovi garanzia di una loro rimozione né di un reale beneficio per le comunità, quanto, a causa del notorio cambiamento climatico con l'innalzamento delle temperature le precipitazioni nevose sull'Appennino sono destinate ad essere sempre



minori". (Tratto da CENTROABRUZZONEWS)

Gli esempi riportati fanno capire quanto sia delicato, ma importante, che il potere assegnato agli Amministratori, che è finalizzato a gestire il potere pubblico. Va ricordato che la società civile vota ed elegge per essere rappresentata nel governo del territorio, affinché gli eletti assumano la funzione primaria di interpretare l'interesse locale, che spesso viene confuso con l'interesse meramente economico. Va infatti sempre più di moda usare la parola "valorizzare" per rappresentare la finalità politica, che in tal modo giustifica la forzatura di un benessere economico subitaneo e momentaneo, molto utile per venire ricambiati elettoralmente alla successiva elezione. Invece Amministrare comporta l'ampia funzione di tutelare la propria popolazione, nel senso di fare in modo che prevalgano finalità collettive rispetto alle esigenze singole. Tra queste, bisogna far emergere la tutela dell'ambiente, affinché le future generazioni possano continuare a beneficiare del mondo bello di cui noi stessi abbiamo beneficiato in vita.

Mi corre ora l'obbligo di far presente ai lettori che quanto ho cercato di argomentare non è solo frutto del mio sacco, ma di un piacevole colloquio con due esperti in questi

argomenti: la **Dott.ssa Valeria Passeri**, che profonde la sua competenza professionale di Avvocato patrocinando varie cause in difesa degli Usi Civici e il **Dott. Sandro Ciani**, Perito Demaniale sugli Usi Civici e che ha svolto tale funzione alle dipendenze della Regione dell'Umbria. Aggiungo che sono rimasto impressionato dalla loro competenza, e vi annuncio fin d'ora che proporrò alla Presidente del CAI di Perugia di promuovere una serata di dibattito tra Soci approfittando della loro disponibilità, sapendo con quanta energia il CAI Nazionale è impegnato verso la Tutela dell'Ambiente Montano.



La crisi delle escursioni domenicali

Sempre meno uscite nei giorni festivi: occorre dare un segnale di svolta

Gabriele VALENTINI

C'era una volta, ma non tanti anni fa, un CAI Perugia che quasi ogni domenica organizzava escursioni, in regione ma anche fuori, con un pullman da 50 posti che spesso veniva riempito già a metà settimana per cui chi si iscriveva tardi doveva rinunciare o mettersi al volante della propria auto. Ma oggi questo CAI, purtroppo, non esiste più.

Nell'anno 2024 in corso, probabilmente, per quanto riguarda l'escursionismo, si toccherà il minimo di uscite festive che, visto anche il programma dei prossimi mesi, non arriveranno al numero di 15: in parole povere meno del 30% delle date disponibili in calendario. E per di più con numeri di partecipanti che, salvo rare eccezioni, non sono nemmeno paragonabili a quelli di allora.

E il confronto appare ancora più impietoso se si vanno a guardare

altri CAI della zona che, con un numero molto più ridotto di soci, riescono a organizzare un calendario escursionistico domenicale molto più ricco e soprattutto con una notevole continuità di eventi. Si dirà: ma il CAI Perugia organizza altri eventi di domenica con i propri gruppi speleo, rampichini, alpinisti, etc. Certo, è vero, ma non è questo il punto che vogliamo toccare: in realtà sugli oltre 1000 soci che possiamo vantare, praticamente i due terzi sono interessati se non esclusivamente almeno principalmente all'escursionismo in tutti i suoi livelli.

E non può bastare, a mio avviso, né la proposizione di numerose e qualificate uscite di più giorni, né la vasta offerta che al giovedì il Gruppo Seniores e al martedì il nuovo gruppo formatosi qualche anno fa, danno ai soci. Molti di questi, infatti, sono ancora abbastanza giovani e coinvolti nell'attività lavorativa e per loro la domenica è il giorno ideale, e spesso anche l'unico, per dedicarsi alle attività di montagna. E così, non trovando nel CAI un calendario adeguato, si rivolgono o ad altre sezioni, oppure ai gruppi whatsapp che spesso sono organizzati e gestiti dagli stessi soci. Nulla di male in questo, intendiamoci: anche il sottoscritto ne fa parte e reputa che una maggiore offerta di escursioni non possa che essere un bene. Però credo anche che questa lacuna del CAI Perugia alla lunga sia pericolosa perché si corre il rischio di allontanare forze ancora giovani che potrebbero offrire molto all'associazione.

Esaminato il problema bisognerebbe, per correttezza, anche cercare di proporre delle soluzioni. In realtà, come i soci avranno visto dal calendario, esisterebbe un gruppo che avrebbe come principale compito quello di organizzare uscite domenicali, anche se - va detto -

non necessariamente nel settore escursioni: l'Azimut.

Perché abbiamo usato il condizionale? Perché l'Azimut, ricostituito nel 2022 su input del Direttivo dopo un periodo di "letargo", attualmente non è un gruppo strutturato come gli speleo o i seniores, per esempio. Non ha un suo organigramma e, di fatto, si riunisce una volta all'anno in ottobre per cercare di mettere a punto qualche escursione affidandosi solamente alla buona volontà dei suoi (pochi) adepti effettivi. Infatti, guardando il programma, i loro organizzatori si contano sulle dita di una mano. E, per ora, pare abbastanza problematico il rafforzamento di questo gruppo che, ricordiamo, è caratterizzato da una sua validissima storia, anche se ormai lontana.

Chi potrebbe proporre nel settore escursionismo sono i soci ASE e AE, ma anche loro hanno una giustificazione: in quei giorni sono impegnati nei numerosi corsi che la sezione o la scuola organizzano (escursionismo avanzato, ambiente innevato, ferrate, etc) che, uniti ai numerosi aggiornamenti CAI ai quali sono obbligati a partecipare, li tengono occupati per almeno metà delle domeniche di un anno. Quindi il loro raggio d'azione è limitato e quando sono operativi si dedicano principalmente ad attività come l'alpinismo, l'arrampicata o le ferrate con un "pubblico" specifico che è solo in parte composto da escursionisti.

Una situazione complicata, quindi, ma alla quale bisognerà porre rimedio, possibilmente in tempi rapidi. Nel mese di ottobre si dovranno preparare le attività per il 2025: vedremo se qualcosa cambierà anche perché nell'anno del 150° di fondazione della sezione sarebbe bello proporre, anche in questo settore, un programma che non sfiguri nei confronti di altre sezioni.



Tesseramento: molte novità da novembre

Il Direttivo sezionale ha preso un'importante decisione: per il tesseramento 2025, (che partirà come tradizione dai primi giorni di novembre) non si farà più affidamento sui cinque negozi finora attivi: quindi si potrà rinnovare la propria adesione al CAI soltanto in sede, sulla piattaforma My CAI o mediante bonifico.

La novità deriva dal fatto che le procedure per lo smistamento erano complesse con il rischio anche di errori poi difficili da correggere e soprattutto i consiglieri non dovranno più rifornire di bollini i negozi e non dovranno più maneggiare contante andando in giro per la città. Contemporaneamente si proporrà una campagna per spingere sempre più i soci a registrarsi su My CAI e di usufruire di questa piattaforma anche per i pagamenti, in quanto sgrava notevolmente il lavoro della tesoreria e della segreteria, inserendo tutti i dati in automatico. Per quanto riguarda il pagamento mediante bonifici questa procedura è stata prorogata ancora per un anno.

Per venire incontro ai soci, ai quali questa decisione potrebbe provocare qualche piccolo disagio, oltre ai normali giorni di apertura di Via della Gabbia (martedì e venerdì 18.30-20), per i tesseramenti (rinnovi e nuove iscrizioni) si potrà usufruire della sede dei Conservoni nei giorni di giovedì 5, 12 e 19 dicembre dalle 21 alle 22.30 durante l'orario di apertura della sede speleo. Inoltre il giorno 8 dicembre, in occasione della festa di fine anno, sarà possibile rinnovare il tesseramento come anche nel giorno di sabato 14 dicembre durante il quale la sede di Via della Gabbia sarà aperta per tutta la giornata per rinnovi e nuove iscrizioni.

Nel sito www.caiperugia.it saranno date a tempo debito tutte le informazioni a riguardo.

Proposte 2025 entro il 31 ottobre

La data limite per le proposte di attività per il 2025 è stata confermata anche quest'anno al 31 ottobre 2024. Gruppi e singoli soci interessati sono pregati di inserire le loro proposte nei format ad hoc del sito perché poi siano, come sempre, vagliate dal Consiglio direttivo e dalla Presidente in vista della presentazione ufficiale del calendario che avverrà come tradizione nel giorno 8 dicembre.

A disposizione 6 ricetrasmittenti

La sezione si è dotata recentemente di sei nuove ricetrasmittenti per facilitare il lavoro delle guide escursionistiche e per le necessità dei corsi. Quattro sono state acquistate dalla sezione e due dal Gruppo



seniores. Per eventuali necessità i Gruppi o gli organizzatori di uscite che ne avessero bisogno sono pregati di contattare la segreteria.

Amici di Manlio: ecco l'edizione numero 20

Quest'anno ricorre la ventesima edizione degli "Amici di Manlio" la manifestazione organizzata dal Gruppo Seniores del CAI Perugia con il patrocinio del Comune e che si svolgerà in 9 facili escursioni domenicali a cadenza quindicinale da metà novembre a marzo. Immutato il format con raduno alle ore 7.45 e partenza alle ore 8 precise da Pian di Massiano (presso il Palazzetto) e la durata di 3-4 ore in modo da rientrare per il pranzo. Iscrizione gratuita per i soci mentre per i non soci il costo assicurativo sarà di 5 euro. Ogni altra informazione sul sito www.caiperugia.it e sui depliant che saranno stampati e diffusi a breve.

Questo il programma 2024-2025:

- **17 novembre: Da San Feliciano a Monte del Lago (E. Orecchini, P. Diosono, V. Ricci)**
- **1 dicembre: Castelli del Chiascio (R. Massetti, V. Ricci)**
- **15 dicembre: Montalvino e Castello di Gaiche (S. Ciaccio, G. Valentini)**
- **29 dicembre: Sant'Egidio e il territorio Arnate (L. Bellezza, D. Crotti, M. Ragni)**
- **12 gennaio: Dagli Stazzi alla vetta del Subasio (G. Bambini, D. Ricci, G. Valentini)**
- **26 gennaio: La Bruna e Palazzo Guglielmi (C. Alunni, P. Cicuti, G. Stortoni, A. Vagnetti)**
- **9 febbraio: Due castelli della Gens Vibia (C. Barbanera, A. Margaritelli)**
- **23 febbraio: Bettona dentro e fuori le mura (D. Furia, F. Rossi)**
- **9 marzo: Castello di Verecondo (L. Bellezza, D. Crotti, G. Regni)**

