

# *Il Cai e l'Appennino Tosco-Emiliano*

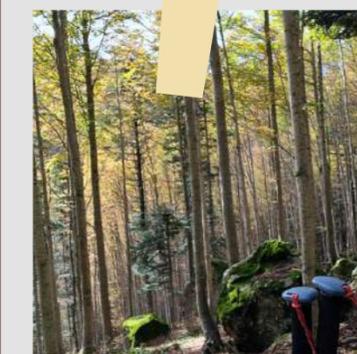
Il giorno 11 ottobre siamo andati a visitare dei luoghi sull'Appennino Tosco Emiliano accompagnati dalle guide del CAI. Le tappe programmate erano: Lago Nero, Passo D'Annibale e Val di Luce. Siamo partiti da Livorno alle 7 e siamo tornati a Livorno alle 19. Purtroppo per motivi meteorologici non siamo riusciti a visitare tutti questi luoghi; nonostante questo, è possibile dire che è stata comunque un'esperienza fantastica perché siamo stati in gruppo, ci siamo aiutati a vicenda per superare gli ostacoli causati dalla pioggia e soprattutto abbiamo staccato la testa da Internet. Voglio ringraziare il CAI per questa esperienza e spero di poterne fare altre di simili in futuro.



**Christian Capezzoli**



*Nel silenzio lasciare cadere i pensieri  
negativi come gli alberi lasciano  
cadere le foglie*



Grazie al CAI ho avuto l'opportunità di vivere un' esperienza più unica che rara; ne sono una prova le foto qui presenti che mettono in evidenza la bellezza della natura che ci circonda; anche se alle volte purtroppo è nascosta da enormi edifici e infrastrutture artificiali.

**Thomas Both Pugliesi**

# GIUDIZIO FINALE

Nonostante tutto, posso affermare che è stata una bellissima esperienza! Anche se abbiamo dovuto affrontare qualche difficoltà durante il percorso, mi sono sia divertito che rilassato; ho potuto ammirare la natura più da vicino capendo che essa è fantastica e varia e soprattutto che c'è sempre da scoprire cose nuove!



# ESPERIENZA CAI

In questa esperienza abbiamo visto paesaggi ricchi di vegetazione, ricchi di cascate, ruscelli, rocce e altre cose belle. Però c'è stato un piccolo imprevisto: ha iniziato a piovigginare e per questo non siamo potuti andare al Lago Nero; ci siamo dovuti fermare in un rifugio per aspettare che la pioggia finisse. Dopo ci siamo spostati in autobus per andare in un ristorantino e lì abbiamo mangiato una bella lasagna, dopodiché siamo ripartiti per ritornare alle nostre case a Livorno.

**MATTEO RAPEZZI**





# FINALE

Questa è stata una bellissima  
esperienza e se in futuro mi  
capiterà l'occasione di farne  
altre, sarò ben felice di  
parteciparvi

**MATTEO RAPEZZI**

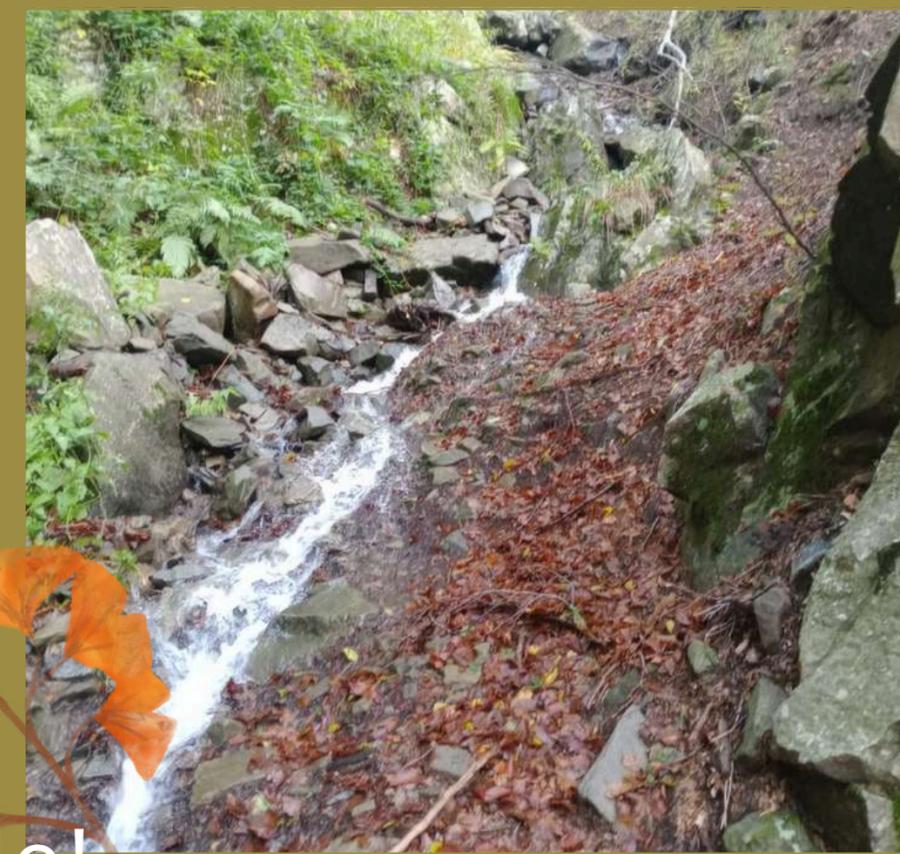
# FLORA

Fin da subito ci siamo accorti delle grandi quantità di funghi presenti

In più ci siamo imbattuti in molte cascate davvero molto belle!

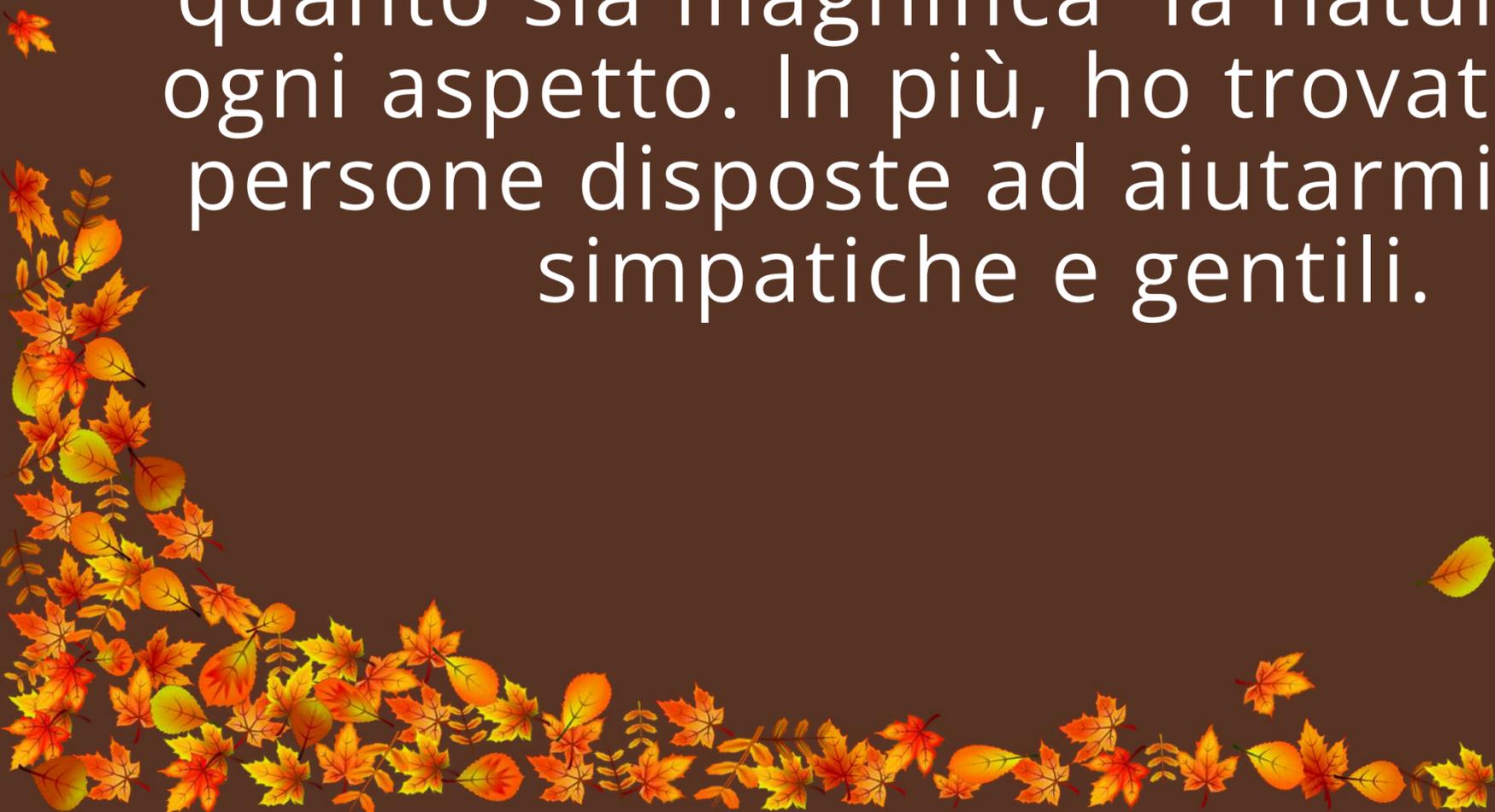
Dopo poco ha iniziato a piovere, ha iniziato piano piano e poi ha cominciato a cadere sempre più forte; questa condizione è servita solo a rendere questa esperienza più bella e più significativa per tutti noi

**Silvia Fra'**



# FINALE

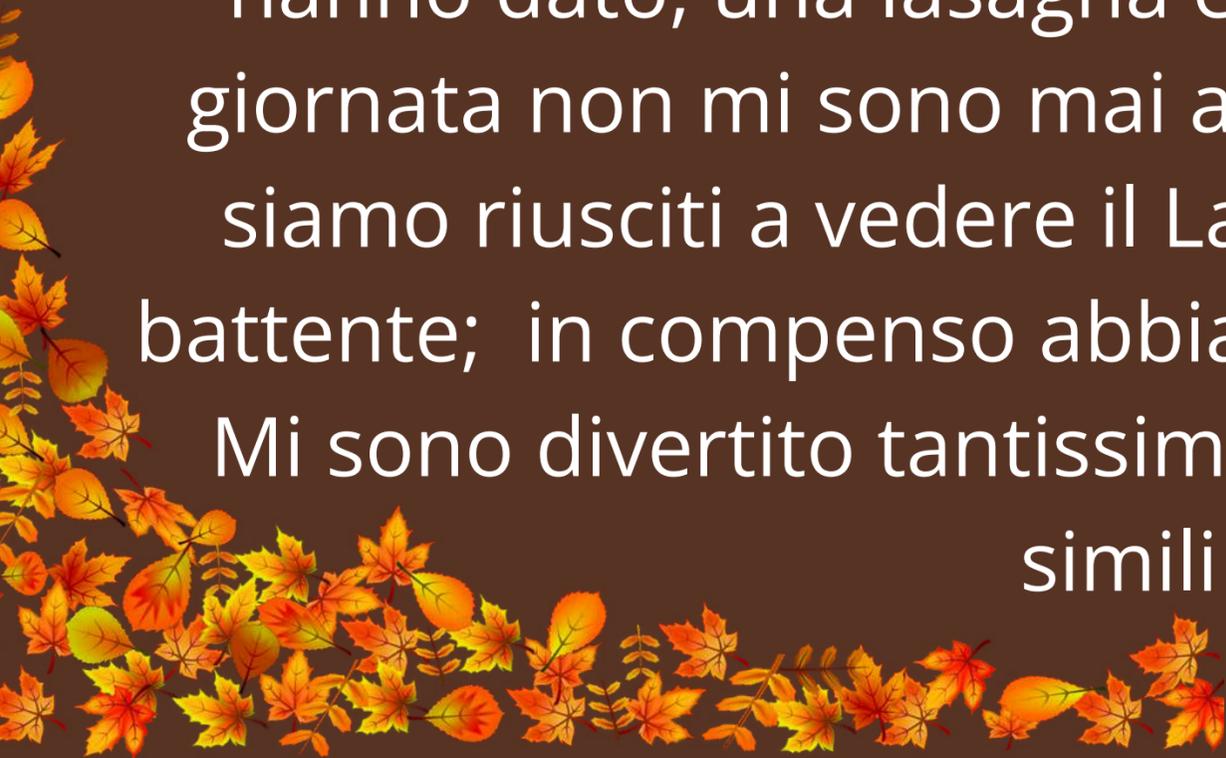
Tutto sommato alla fine è stata una bella e significativa esperienza. Mi è rimasto un bellissimo ricordo di questa e delle precedenti. Ho capito quanto sia magnifica la natura sotto ogni aspetto. In più, ho trovato tante persone disposte ad aiutarmi, molto simpatiche e gentili.



# *La mia giornata con le guide del C.A.I.*

In questa giornata le cose che mi hanno colpito di più sono state: l'atmosfera, ovviamente il paesaggio, i rumori che i ruscelli creavano, l'odore che c'era nell'aria e poi è stato bello vedere come tutte le persone che erano lì si erano "liberate" per tutto il tempo del telefonino e hanno così potuto iniziare a socializzare tra di loro. Altra cosa ovviamente da non scordare è il ristorante in cui siamo stati; era pazzesco!! Ci hanno dato, una lasagna e un'ottimo dolcino. In tutta la giornata non mi sono mai annoiato; però peccato che non siamo riusciti a vedere il Lago Nero a causa della pioggia battente; in compenso abbiamo visto la Capanna dei Pastori. Mi sono divertito tantissimo e vorrei fare altre esperienze simili a questa.

Filippo Consani



# Il C.A.I. e la tutela dell'ambiente

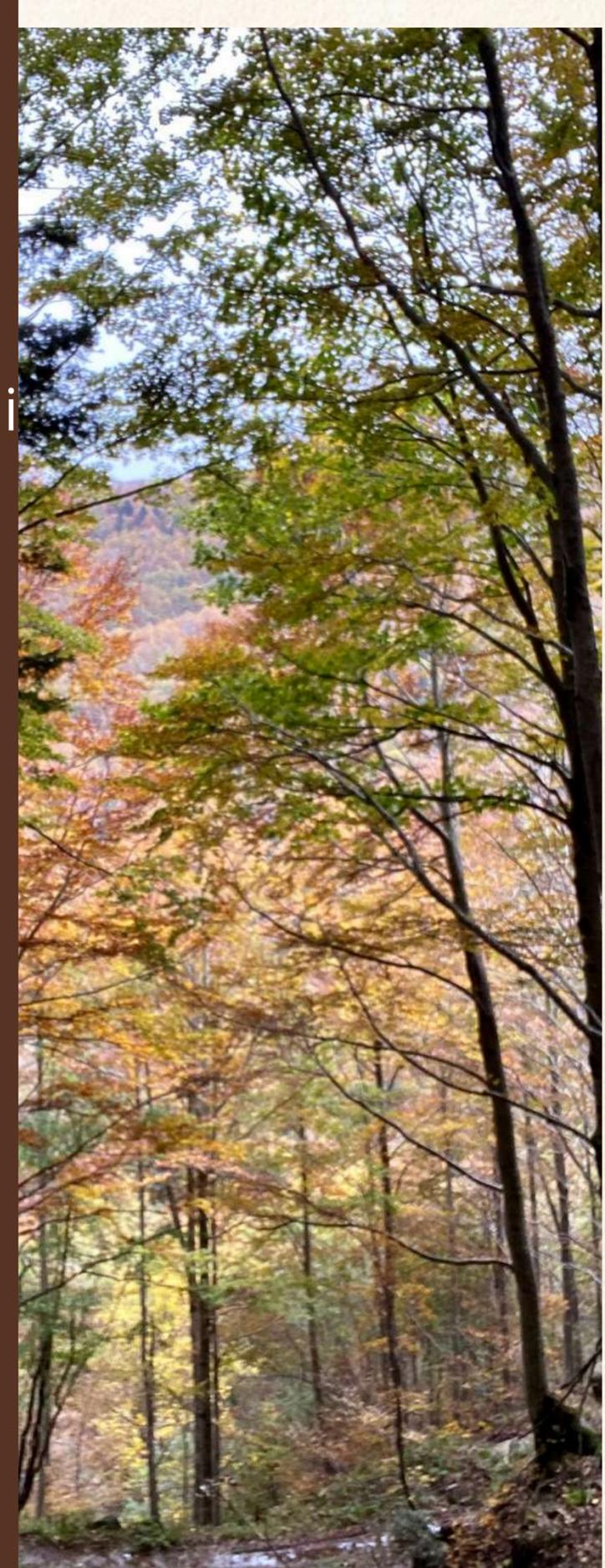
il C.A.I ci ha sempre spiegato che è importante sostenere l'ambiente; infatti, in ogni uscita che organizza, ci chiede sempre di portare una busta in cui buttare i nostri rifiuti; inoltre ci ricorda di gettarli nei cestini appositi. Ringrazio il C.A.I perché ci ha regalato una *BORRACCIA* per farci capire che non vanno usate le bottiglie di plastica, ma piuttosto, contenitori riutilizzabili. Senz'altro, quando faremo altre escursioni, invece di usare la bottiglia di plastica porteremo la borraccia che è molto più sostenibile. Sul davanti della borraccia c'è una scritta che dice: "EVVIVA LA BORRACCIA liberi dalla plastica". Ringrazio il C.A.I per le bellissime esperienze che ci ha permesso di fare



# *La mia giornata con le guide del C.A.I.*

Riflettendo, le cose che mi hanno colpito di più sono state: la flora del posto, i paesaggi, i funghi, i ruscelli, i chilometri percorsi ma anche e soprattutto l'essersi potuti staccare per una giornata dal telefono e dal non fare nulla. Mi sono ritrovata in questa giornata immersa completamente nella natura, con i profumi ed i rumori solo del bosco. Mi è sembrato surreale quello che stavo vivendo, proprio perché solitamente non ho la possibilità di vedere e sentire queste cose. Non siamo riusciti però a finire il percorso perché ha iniziato a piovere; la pioggia era troppo forte per permetterci di continuare; quello che ho visto però mi è bastato per prendere consapevolezza delle caratteristiche di questi luoghi. Una cosa importante che ho imparato è la necessità di andare a fare le escursioni sempre con un equipaggiamento adatto (vestiti, scarpe, acqua..) per vivere al meglio l'esperienza. Io mi sono presentata la mattina con scarpe sbagliate, inoltre, non avevo con me l'impermeabile per la pioggia, tutto questo mi è servito da lezione. Ringrazio molto le persone del C.A.I. che mi hanno prestato tutto il necessario, anche se sono consapevole che sarebbe dovuta essere una mia responsabilità.

**Sharmaine Kathryn Supan**





# Giudizio finale

In tutta onestà ho scelto di fare questa esperienza perchè mi piacciono molto le cose che mi mettono alla prova e che allo stesso tempo richiedono una certa dose di resistenza. Inoltre, proprio perchè sono un'amante della natura, posso affermare che questa è stata un'occasione perfetta per poter vivere appieno il tutto. Ringrazio tanto tutte le persone del C.A.I., perchè proprio grazie a loro ho potuto vivere un'esperienza molto bella ed unica, che ricorderò per sempre. Ho anche imparato diverse cose, ad esempio, che bisogna portare le cose giuste per ogni attività. Inoltre ho capito che è possibile riuscire a fare grandi cose - pur non avendo con sé gli accessori giusti - se possiamo contare sull'aiuto degli altri. Infatti, le persone del C.A.I. si sono rese disponibili a prestarmi tutto l'occorrente. Durante la giornata ho parlato solo con una persona; mentre gli altri parlavano con tutti. Per me è difficile conversare con le persone. Infatti a scuola parlo solo con una mia amica (che non era con me il giorno del trekking). Sono comunque fiera di me, perchè quando ho saputo che sarei partita senza la mia amica del cuore, ho avuto il coraggio di andare ugualmente e posso dire con onestà che non mi pento per niente della scelta che ho fatto.

**Sharmaine Kathryn Supan**