

**N. 38 – Ottobre 2025**

# **Il Ginepro**

*Il magazine della Sezione CAI Monterotondo*



*Il camminare presuppone che a ogni passo il mondo cambi in qualche suo aspetto e che qualcosa cambi in noi (Italo Calvino)*

## IL GINEPRO È NOSTRO!

### PARTECIPA ANCHE TU!!



#### Proponi una Rubrica o un Articolo:

- ✓ Scegli temi legati all'ambiente e al nostro territorio;
- ✓ L'articolo non deve superare le 2 pagine, meglio se corredato di foto;
- ✓ Nell'inviare l'articolo accetti che possa essere modificato/corretto nella forma;
- ✓ L'articolo viene pubblicato se perviene entro il 20 del mese pari, oppure sarà pubblicato nel numero successivo. Inviarlo agli indirizzi in redazione.

#### HANNO COLLABORATO IN QUESTO NUMERO:

ALDO MANCINI  
ANDREA GIRONDA  
CATELLO CASCONI  
FAUSTO BORSATO  
NADIA PROCESI  
PAOLA CARLUCCI  
PAOLO GENTILI  
ROMINA ORICCHIO

*In Redazione*

*Aldo (aldo2346@gmail.com)*

*Fausto (fausto.borsato@libero.it)*

*Paolo (pgentili@informaticaoggi.com)*

*Per informazioni: [www.caimoneterotondo.it](http://www.caimoneterotondo.it) [info@caimoneterotondo.it](mailto:info@caimoneterotondo.it)*

# SOMMARIO

## 04 EDITORIALE

### Comunicazioni dalla Sezione

- 05 Raduno nazionale Escursionismo Adattato 2025 “A RUOTA LIBERA”
- 08 Raduno Regionale Alpinismo Giovanile in tenda
- 12 Formazione del Lago di Scanno, ipotesi e deduzioni
- 15 Festa della sezione, 10° anniversario

### Impressione dei soci

- 20 La pedagogia della montagna
- 22 FRANCIGENAVIS 2025
- 25 Le Piante che incontriamo 8
- 29 Serata con Valentina Scaglia, CANOE IN PATAGONIA
- 31 Avvicinamenti: Valle D’Aosta: la culla della viticoltura eroica
- 34 Primo Festival della Via Di Francesco Monterotondo
- 37 Le parole del Camminare: Passaggio

### I Trekking CAI

- 38 Il Cammino dei Briganti

### Pillole di CAI

- 40 Gli acronimi del CAI
- 43 Etica del CAI

### Oltre il CAI

- 45 Il Libro: La lezione della Marmolada
- 46 La Fotografia: Fotografare in autunno è un esercizio di gratitudine
- 49 Zapping
- 50 Prossime Escursioni: Novembre e Dicembre 2025

Copertina: Escursione da Pratocampoli alla Certosa di Trisulti (FR)

Foto: *Paolo Gentili* 2022

Care socie e cari soci,

ogni anno, tra ottobre e novembre, la montagna ci insegna che nulla resta immobile.

I boschi si accendono con colori sgargianti, caldi, dorati, profondi. Le sfumature autunnali del bosco, che spaziano dal giallo, all'arancione, al rosso e al marrone, pian piano si spengono con la luce che si fa più bassa, l'aria più sottile e più fredda.

È un tempo di passaggio, in cui la natura rallenta fin quasi a fermarsi, si spoglia, eppure continua a vivere dentro, preparando la puntuale rinascita.

Possiamo davvero dire che ogni fine contiene già un inizio.

Anche per noi che frequentiamo la montagna, questo è un tempo prezioso. Le giornate più corte e la maggiore variabilità del tempo ci invitano a scegliere itinerari più prudenti, a camminare con calma e a ritrovare dentro di noi il ritmo della natura. L'autunno diventa così una stagione di consapevolezza: meno conquista, meno fretta, più calma.

Lo stesso accade nella vita della nostra Sezione. Se ogni stagione porta con sé un cambiamento, nella fine dell'anno, le attività si chiudono mentre già si preparano le nuove. Nel nuovo programma escursionistico 2026 che è già in cantiere, troveremo altri percorsi, nuove proposte, nuovi compagni di viaggio. Cambiano i sentieri, le mete, ma non la sostanza: restano la passione, la voglia di condividere, l'amore per un ambiente che ogni giorno ci regala meraviglia e ci educa al rispetto.

Il tempo che cambia non va temuto ma accolto, perché ci ricorda che ogni passaggio è parte di un cammino più grande. Ho sempre trovato rassicurante l'alternanza delle stagioni: come se, nel loro regolare avvicinarsi, si nascondesse un invito a fidarsi del tempo, a riconoscere in esso un equilibrio, un senso al suo inesorabile trascorrere.

La montagna, nel suo lento ma costante trasformarsi, ci mostra che la forza non è nell'immobilità, ma nella capacità di rinnovarsi.

Così dovremmo forse imparare anche noi: a cambiare restando fedeli a ciò che conta, a rallentare all'occorrenza ma senza fermarci, a guardare avanti senza dimenticare la strada già percorsa.

E allora, mentre l'autunno prepara lo spazio all'inverno, accogliamo anche noi il tempo che cambia, conservando ciò che è stato e preparandoci a ciò che verrà.

Excelsior!

Paolo Gentili



Sezione di Monterotondo

# Quinto Raduno Nazionale di Escursionismo Adattato “A Ruota Libera”

Rieti e Monte Terminillo, 6 e 7 settembre 2025

**Paolo Gentili**



Il 6 e 7 settembre 2025 la nostra Sezione ha partecipato al Quinto Raduno Nazionale di Escursionismo Adattato “A Ruota Libera”, un appuntamento annuale ormai consolidato, promosso dal CAI per diffondere una cultura della montagna aperta a tutti.

L’evento si è svolto in due giornate.

La giornata di sabato 6 settembre è stata dedicata a una suggestiva visita inclusiva della città di Rieti, lungo il fiume Velino e nel centro storico, dove era anche in corso la quattordicesima Fiera Mondiale del Peperoncino.

Un’esperienza pensata per far vivere il patrimonio urbano e naturale anche a chi presenta limitazioni motorie o sensoriali.

## COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

La giornata di domenica 7 settembre ha avuto come protagonista il Monte Terminillo, con l'escursione da Pian de Valli, alla Sella del Vento e infine al Monte Cardito. Il percorso, breve ma intenso, ha permesso ai circa 250 partecipanti provenienti da numerose sezioni d'Italia di condividere un'autentica esperienza di montagna.

Accompagnato da volontari e tecnici dell'escursionismo adattato di diverse sezioni CAI, il gruppo ha attraversato carrarecce e faggete fino a raggiungere l'ampio panorama offerto dal Monte Cardito. Per tutti è stata un'occasione preziosa per vivere davvero la montagna "a ruota libera", dove natura, amicizia e collaborazione hanno rappresentato il filo conduttore della giornata.



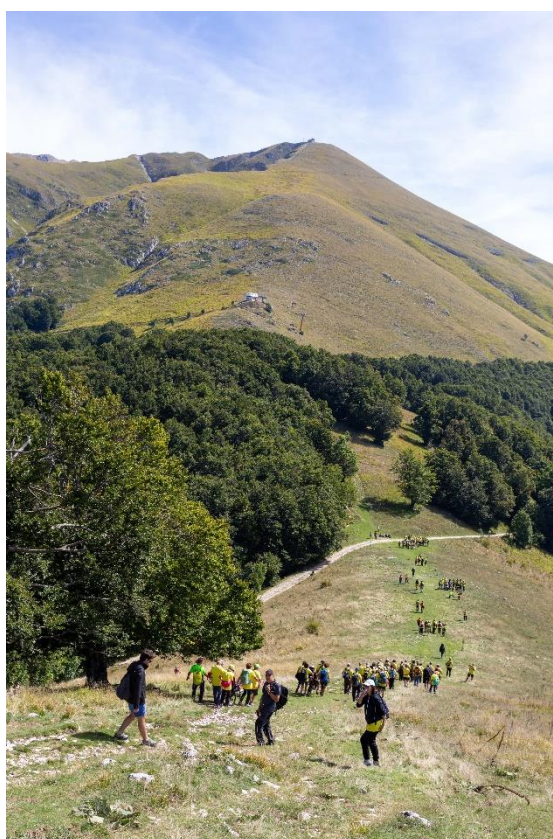
Al termine dell'escursione ci si è ritrovati al Rifugio Angelo Sebastiani per il pranzo, un momento semplice ma significativo nell'incontro con soci provenienti da altre regioni.

La partecipazione della nostra Sezione, con gli accompagnatori impegnati nel supporto all'iniziativa, conferma il valore dell'escursionismo adattato come parte integrante del nostro impegno: costruire una montagna realmente

accessibile, dove ciascuno possa trovare il proprio passo e vivere la propria esperienza.

## COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

Un sincero ringraziamento va a organizzatori, volontari e partecipanti. La montagna è senza dubbio più grande quando riesce ad accogliere ogni persona, e giornate come questa lo dimostrano ampiamente.



# Raduno Regionale di Alpinismo Giovanile in tenda

Osteria Tancia, Monte San Giovanni in Sabina

Sabato 27 e domenica 28 settembre 2025



**Sabato 27 e Domenica  
28 settembre 2025**  
Osteria Tancia, Strada Provinciale Tancia  
Monte S.Giovanni in Sabina (RI)

## RADUNO REGIONALE di ALPINISMO GIOVANILE in tenda

- **appuntamento:** sabato ore 10:00 e domenica ore 9:30
- **programma sabato:** breve escursione, pranzo, giochi, merenda, montaggio tende, fuoco serale
- **domenica:** escursioni, pranzo, giochi, merenda, smontaggio tende
- **costi:** pernottamento in tenda gratis, in Ostello 25€ (max 20 persone), cena 25€ (max 60 persone)
- **contatti:** presso le Sezioni
- **iscrizioni:** entro lunedì 15 settembre

Per informazioni [aglaz@cai.it](mailto:aglaz@cai.it)



Paolo Gentili

Sabato 27 e domenica 28 settembre la nostra sezione ha partecipato al Raduno Regionale di Alpinismo Giovanile, uno splendido fine settimana in tenda ai piedi del Monte Tancia, un luogo semplice e suggestivo, ideale per far vivere ai giovani la montagna in un clima di scoperta, condivisione e autonomia, nel cuore dei monti Sabini Reatini.

Due giorni intensi di escursioni, attività sociali, giochi e tanta allegria, vissuti nello spirito di condivisione che contraddistingue la grande famiglia del CAI.

Hanno partecipato 10 Sezioni e oltre 70 persone (13 di Monterotondo), tra ragazzi, ragazze e accompagnatori: un bellissimo incontro tra

generazioni unite dalla stessa passione per la montagna.

## COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE



Il raduno ha rappresentato una preziosa occasione per far incontrare i gruppi giovanili del Lazio, rafforzando lo spirito associativo e promuovendo l'educazione alla montagna attraverso esperienze semplici ma fondamentali: l'escursione, la vita in tenda, il gioco, la collaborazione e il rispetto dell'ambiente. Per molti dei ragazzi è stato anche un primo contatto con la dimensione del "campo", vissuto con entusiasmo e curiosità.



La presenza della nostra Sezione ha contribuito a rendere questo appuntamento un momento significativo di crescita e di scoperta per tutti. Un sentito ringraziamento va agli accompagnatori regionali, agli organizzatori e alle famiglie che hanno sostenuto la partecipazione dei più giovani.

## COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

Investire nell'Alpinismo Giovanile significa investire nel futuro del CAI e nella formazione di nuovi amanti della montagna consapevoli e responsabili.



## COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE



L'esperienza resterà sicuramente nei ricordi di chi vi ha partecipato. E l'arrivederci al prossimo raduno è già carico di entusiasmo.

# Formazione del Lago di Scanno, ipotesi e deduzioni

Fausto Borsato



(neg. Almagià).

### VEDUTA GENERALE DELLA FRANA DI SCANNO.

In alto si vede l'area di distacco, in basso il distretto di deposito,  
ricoperto in parte di vegetazione arborea.

In una calda mattina di agosto, un numeroso gruppo di soci Cai, risale tra i boschi le pendici della Montagna Grande, posta sulla sinistra orografica del lago di Scanno, diretto alla vetta del Monte Argatone. Da qualche tratto scoperto dalla vegetazione arborea l'ambiente appare profondo e incassato verso valle dopo il lago di San Domenico, più pianeggiante ma con una superficie tormentata verso monte fino a intravedere sullo sfondo il lago di Scanno, a forma di cuore. Dalla diga che sbarra il corso del fiume Sagittario, e che ha dato origine al lago di San Domenico, la gola diventa stretta e scorre tra alte pareti calcaree scavate in milioni di anni dalle acque del fiume.

## IMPRESSIONI DEI SOCI

Dalla natura delle rocce si evidenzia la loro formazione marina poi sollevatesi con la formazione dell'Appennino. Ma lo sguardo inevitabilmente si posa sui monti al di là della valle, tra i due laghi. Si tratta di una catena formata da monti che superano i 2000 metri e che dalla loro sommità, verso il versante opposto, costituiscono la Riserva Naturale Regionale Monte Genzana Alto Gizio.

Dalle pendici del Monte Genzana, in tempi che affondano le loro radici nella leggenda, si staccò una immensa frana che, ostruendo il corso del fiume Tasso, diede origine al Lago di Scanno. La frana ha formato piccole elevazioni e depressioni tra Scanno e Villalago che sono tuttora evidenti, e sono formate da masse detritiche di calcari, marne e argille.

Da sempre per gli abitanti della valle era evidente che dal Monte ad Est (Genzana) erano caduti enormi massi che avevano “intercettato il fiumicello Tasso il quale, non avendo altro sfogo perché rinchiuso fra alti monti, si è ristretto in una profonda conca” (cit. Tanturri). La spiegazione, del resto molto ricorrente tra i valligiani, rimase nella convinzione generale per molti secoli, solo modificandosi con il progredire delle conoscenze geologiche e storiche. Queste ultime hanno anche approfondito la dinamica di slittamento dei detriti dal Monte Genzana, che colmando la valle risalirono in parte verso la Montagna Grande per poi ricadere di nuovo all'indietro sovrapponendosi in parte al materiale appena depositato. Da questo caotico ammasso derivarono il bacino del Lago di Scanno, ma anche il piccolo lago Pio presso Villalago. Ma quando è avvenuto l'evento che ha fatto franare il versante sud-occidentale di Monte Genzana?



Sullo sfondo il lago di Scanno e a sinistra l'evidente zona di distacco della frana.

## IMPRESSIONI DEI SOCI

Una delle ipotesi più suggestive, suggerita fin dall'inizio del secolo scorso, è quella che pone l'evento sismico in periodo postglaciale (circa 12.000 anni fa). Qualche anno dopo (1921) viene proposta una datazione molto più recente, basata su "vaghe leggende" ricorrenti tra la popolazione di Scanno o, molto più realisticamente, su quanto riportato dallo storico Tito Livio quando descrive la battaglia del Trasimeno (217 a.C.) tra l'esercito di Annibale e quello romano. Il grande sisma, sostiene Tito Livio, deviò il corso dei fiumi, distrusse città, fece crollare i monti. Alfonso Colarossi Mancini, autore dell'ipotesi storica del sisma, dedusse che quel terribile terremoto sia stato la causa della frana del Genzana. Ma consentì anche di alimentare dubbi sulla veridicità del passo Liviano. Altrove, fonti diverse sostengono che il terremoto del 217 a.C. sia stato avvertito nel Nord della penisola italiana (Monferrato) e nella vicina Francia, quindi molto lontano dalle zone qui interessate.

Con l'avanzare degli studi geologici e paleontologici e con metodologie più efficaci, agli inizi degli anni 2000, vengono effettuate analisi del paleosuolo nei pressi dell'abitato di Villalago. La datazione al radiocarbonio di reperti sotto la coltre detritica restituisce terreni vecchi di 12.800 anni. L'esame ha preso in considerazione elementi precedenti all'evento tellurico, deducendo che i materiali sovrastanti vi siano stati depositati più tardi.

Ulteriori ricerche archeologiche hanno portato alla luce reperti della fine dell'età del bronzo-inizio età del ferro (circa 3000 anni fa) che, data la loro ubicazione, fanno pensare che il lago fosse già presente. Se ne deduce che la frana dovrebbe essere avvenuta non prima di 12.800 anni fa e non dopo 3.000 anni fa.

Una ipotesi proposta negli anni 20 del secolo scorso, suggerisce che alla prima frana staccatasi dal Genzana attorno a 1800 metri di quota, se ne siano succedute altre di minore entità partite da quote inferiori. Carotaggi effettuati in più punti per studiare la natura e la stabilità del suolo, hanno dato un valore di circa 60 m come profondità della massa detritica.

Nei primi anni duemila si collocano gli ultimi studi accertati sul substrato sottostante la vegetazione arborea che ricopre la superficie tra i due laghi. Ma certamente manca una datazione più precisa del fenomeno franoso. Si può certamente migliorare la datazione che attualmente ricopre un periodo di circa 10.000 anni. Attendiamo qualche volonteroso che si cimenti in questo arduo compito.



# Festa della sezione del CAI Monterotondo Decimo Anniversario



**Paolo Gentili**

**S**abato 13 settembre, alla Casa del Pastore, alle pendici del Monte Pellecchia, abbiamo celebrato la **Festa della Sezione**, quest'anno ancora più significativa perché coincidente con il **10° anniversario** della nostra nascita. Per l'occasione, per la prima volta, è stata introdotta anche la consegna delle medaglie commemorative del CAI per i 25 e 50 anni di iscrizione.

È stata una splendida giornata vissuta nella natura, tra escursione, pranzo conviviale, musica, mostra fotografica e tanti momenti di amicizia. Un clima davvero speciale, reso possibile anche dalla partecipazione di un centinaio di soci che, con entusiasmo e affetto, hanno voluto festeggiare insieme questo importante traguardo.

Un sincero grazie a tutti: a chi ha camminato, a chi ha dato una mano nei preparativi del giorno della festa o già dal venerdì pomeriggio, a chi ha condiviso un sorriso, una foto, un racconto. La forza della nostra Sezione è fatta di persone e della loro passione.

Per rivivere la bellezza e l'energia della giornata, condivido alcuni scatti che raccontano i momenti più significativi, dai preparativi del venerdì pomeriggio alla festa del sabato, con tutte le attività in programma: l'escursione al Monte Pellecchia (1370 m, la cima più alta dei Lucretili); il pranzo; la mostra fotografica; la consegna delle medaglie commemorative del CAI; la consegna delle spillette ai ragazzi dell'Alpinismo Giovanile; e per finire, il momento di festa con il karaoke, tra sorrisi e musica che hanno chiuso nel modo più bello una giornata perfetta.

A seguire dopo le foto, la preziosa testimonianza di Andrea Girona e Paola Carlucci.



## IMPRESSIONI DEI SOCI



# IMPRESSIONI DEI SOCI



# IMPRESSIONI DEI SOCI

13 settembre 2025

X anniversario della Sezione CAI di Monterotondo

Escursione a Monte Pellecchia e festeggiamenti alla casa del pastore.

**Andrea Gironda**

**Paola Carlucci**

**L**a sveglia all'alba. Ogni partecipante a questa giornata sa dell'importanza degli anniversari.

Sono un'occasione per incontrarci e stare insieme, ricordare e incontrare, in fondo per festeggiarci. Per qualcuno è la prima occasione, altri invece sono dei veterani. I nuovi e i meno nuovi, perché la gente di montagna non si può mai definire "vecchia", sono insieme per un evento davvero importante: i dieci anni della sezione Cai di Monterotondo.

L'incontro con i compagni di cammino e il caffè nella piazzetta di Monte Flavio.

L'appello, i sorrisi di chi hai intorno, la voglia di condivisione e di iniziare la salita. Ogni metro è l'occasione per ritrovarsi, per conoscersi, per ascoltare. È questa la magia della camminata, ascoltare pezzi di vita donati da chi ti sta vicino.

Il sentiero parte morbido dal paese, si inoltra nel bosco, quanti cespugli di more e che buone! Il bosco è gentile e buono con i suoi visitatori, offre dolcezze gratis a chi cammina rispettando la natura e i suoi segreti.

Usciamo dal bosco ed ecco la piana assolata.

Un momento di sosta alla Madonnina per bere un po' d'acqua e riprendiamo il sentiero comodo fino alla casa del pastore.

Avvicinandoci odore di salsiccia, la cucina è già attiva! Acquolina in bocca. Il profumo resta nelle narici di chi vorrà proseguire la camminata. Sarà la giusta ricompensa, ambita e più volte evocata, tra l'andare e il tornare dal monte Pellecchia.

Il cuoco viene a salutarci, ci chiede i nostri nomi, vuole conoscerci, è interessato proprio a ognuno di noi. Ha un'aria carismatica, uno di quei personaggi che infondono simpatia e fiducia.

Qui si è in gruppo ma l'interesse è per ogni individuo che lo compone, nessuno escluso.

Ti senti accolto e coinvolto.

Poi si riparte per la vetta! Il sentiero di nuovo sale nel bosco, si fa ripido alla fine e poi di nuovo il sole che illumina le creste verdi e rotonde, un saliscendi comodo fino all'ultima breve salita fino alla croce.

Di nuovo facce sorridenti, voglia di raccontarsi; Virginio, la nostra guida, ci raccoglie intorno a lui e si apre a noi come con vecchi amici. Ci parla del suo legame con questo monte, un legame intimo e importante fatto di pensiero e raccoglimento. Ascoltiamo attenti questi ricordi che escono dal cuore e lì capiamo che il nostro amico Virginio nasconde una storia e dei ricordi che affondano nel tempo. Dietro il suo sguardo apparentemente severo, si nasconde tanta umanità che solo la montagna riesce a tirare fuori.

## IMPRESSIONI DEI SOCI

Sotto da una parte Roma e i suoi dintorni, dall'altra in lontananza il Velino e il Gran Sasso intuito nella foschia.

L'aria è limpida, il sole caldo, odore di aria pulita.

Insieme scriviamo sul libro di vetta un pensiero condiviso e sottoscritto da noi tutti sul fatto che ognuno porta con sé un racconto ad ogni passo della salita e che la bellezza è gratis.

Penso che ogni salita a una vetta (qualunque essa sia) svela la nostra essenza, pulisce i nostri pensieri dall'inutile e ci fa riavvicinare al nostro io autentico. Un io bambino puro e spensierato.

Può guarirci dalle nostre negatività.

Tutto questo vissuto insieme è coinvolgente e vero.

Si scende... non vediamo l'ora di unirvi a tutti gli altri che ci aspettano alla casa del pastore per festeggiare!

Un GRAZIE DI CUORE agli organizzatori e a chi ha lavorato alla cucina, alla distribuzione senza risparmiarsi.

La festa prosegue come tutte le feste che si rispettino: allegria, buon cibo e tanta allegria!

Interessante la mostra fotografica con la premiazione. Ce n'erano tante appese, ognuna con una sua emozione, indipendentemente dalla buona riuscita della foto. Ognuno ha voluto catturare un momento, una nuvola, un insetto, un panorama, un fiore... tutto ciò che la montagna sa donare e offrire. Dopo la premiazione il divertente il Karaoke!

Personalmente ritorno a casa contenta dei nuovi amici incontrati, dei nuovi sorrisi, dei nuovi racconti con la promessa di ritrovarci, uniti dalla stessa passione e dallo stesso amore per la montagna.

La montagna che ci educa come una madre buona ma anche severa alla fatica, alla prudenza, alla considerazione dell'altro come di noi stessi e alla ricompensa.

Un panorama, una luce particolare, il colore di un lago, il rumore di una cascata o di un ruscello, il rumore del vento nel bosco e persino l'incontro con una pioggia improvvisa.

# La pedagogia della montagna

**Andrea Gironda**

**S**entivo il richiamo della montagna. L'avevo frequentata negli anni passati come amatore occasionale, senza alcuna formazione e informazione; animato da buona volontà e di rispettosa prudenza per l'ambiente montano, avevo effettuato qualche passeggiata leggera. Eppure, in più occasioni, ho sentito dentro di me il richiamo della natura. Più che un invito direi una convocazione. E ho risposto a questa convocazione con i miei tempi.

Lo scorso giugno ho chiamato un amico e gli ho chiesto informazioni sul Cai, realtà che non conoscevo. Premetto che "club" e "italiano" ci potevano stare, ma "alpino" a Monterotondo mi suonava piuttosto anomalo! Il mio amico mi ha detto: «Vai tranquillo, ti farà bene, è gente accogliente, vedrai che ti troverai meravigliosamente». Detto, fatto. Mi iscrivo. Ad accogliermi Guelfo che con il suo carisma ci mette un attimo a conquistarmi.

Fin dal primo momento ho avuto conferma di quanto mi era stato riferito: il Cai di Monterotondo si è rivelata una realtà accogliente e aperta. La cosa mi ha sorpreso, ma fino ad un certo punto. Ho sempre avuto la convinzione che coloro che frequentano sono persone migliori: animate dall'amore sincero per la natura si allontanano dal turista baldanzoso per immergersi in una realtà avvolgente.

Questo perché la montagna ha una sua pedagogia.

La montagna nutre gli occhi dell'immensità, lo sguardo si apre verso grandi orizzonti, privo degli ostacoli posti dall'uomo come i palazzi e imponenti edifici. L'ampiezza aiuta a ridimensionare ciò che lasciamo a valle, ponendo una distanza tra ciò che è superfluo e ciò che è grande.

In montagna bisogna guardare avanti e quando si incontra qualcuno si dice "buongiorno", contrariamente in città si vive con lo sguardo basso, animati da una sospettosa indifferenza; la gentilezza diventa un obbligo non scritto quando si va in montagna.

La montagna prevede la lealtà e questo l'ho capito fin dalla prima passeggiata: mi sentivo circondato da persone sconosciute ma che sapevo non mi avrebbero mai fatto del male. Non è poco. Perché in montagna non si lascia indietro nessuno, chiunque sia in difficoltà verrà aiutato.

Durante le passeggiate ho avuto modo di apprezzare un altro insegnamento della montagna: la bellezza sta nelle maestosità delle cime ma anche in un piccolo fiorellino che cresce in mezzo ad una roccia. Il grande e il piccolo convivono in perfetta armonia educando il nostro sguardo.

E infine la montagna fa bene: alla salute, al cuore, all'anima, aiuta a pensare, a vivere la fatica in modo positivo, ci riconcilia con il creato e ci fa sentire una minuscola parte di esso.

Si è parlato nella recente estate di turisti che hanno preso d'assalto le Dolomiti e i sentieri più noti. Non è un male, piuttosto è un fattore positivo perché in montagna la gente si comporta meglio, ci pensa due volte prima di buttare anche solo un fazzoletto per terra. Ne sono stato testimone diretto. Quello che preoccupa non è la quantità ma la qualità di chi frequenta la montagna; manca una formazione vera e propria alla montagna e questo vuoto culturale lo sto colmando durante le passeggiate con il Cai dove gli accompagnatori offrono molte spiegazioni. C'è una cultura della montagna sconosciuta ai più, per questo credo sia importante istruire i bambini

## IMPRESSIONI DEI SOCI

e i giovani nelle scuole. Da insegnante di scuola primaria non ho mai visto un esperto alpino entrare in una scuola. Grave in un paese che si è bagnato dal mare ma ha anche un patrimonio montano importante.

Alla mia speciale convocazione continuerò a rispondere. Guardo le bacchette e mi chiedo “quando si parte?”. Mi sento un esordiente, con lo spirito di chi vuole scoprire e conoscere, la montagna come le persone. L'avventura è solo all'inizio. Il resto lo chiederemo agli alberi.



# FRANCIGENAVIS 2025

Catello Cascone

**E**ra da poco iniziato il 2025 quando attraverso la Rete Associativa per la Via di Francesco, di cui la sezione è fondatrice e membro del direttivo, sono stato contattato da Carlo Quattrocchi, presidente della sezione AVIS di Sermoneta con l'invito a fare da supporto nell'organizzare un pellegrinaggio da Leonessa a Roma attraverso la suddetta Via. Una parte del più ampio evento "FrancigenAVIS" che si è svolto dal 11 al 18 maggio in omaggio al Giubileo.



E' stata la terza edizione dell'iniziativa organizzata dall'Associazione Volontari Italiani del Sangue, impegnata nel promuovere i valori di fratellanza e cittadinanza attiva e nello specifico, riunendo i soci nel cammino della solidarietà lungo percorsi naturalistici e ricchi di significato e spiritualità.

## IMPRESSIONI DEI SOCI

Anche a questa occasione, la sezione CAI di Monterotondo - attivamente impegnata nel dare impulso e sviluppo al percorso che attraversa tanti piccoli paesi della Sabina, col fine di far conoscere le tante bellezze che ne caratterizzano il dolce paesaggio - non è venuta meno. Il C.D., dopo aver valutato la richiesta e le risorse disponibili, ha deliberato inserendo la partecipazione dei diversi soci pratici del percorso, in un calendario di escursioni programmate e condivise con AVIS.



Dal primo contatto col responsabile AVIS di Sermoneta Carlo Quattrocchi, incaricato all'organizzazione dell'evento, la collaborazione si è rivelata piacevole e proficua. Dunque, la pianificazione degli appuntamenti e le esigenze di ogni tappa sono state individuate e risolte senza particolari difficoltà. Il frutto è stato una gioiosa e costruttiva esperienza che ha dato modo ai partecipanti di approfondire reciprocamente gli aspetti caratteristici e le capacità organizzative delle due pregevoli associazioni, godendo al contempo delle bellezze del territorio fatte di natura, storia e momenti offerti da comunità accoglienti.

Al caloroso saluto dell'ultima tappa e col classico velato senso di nostalgia che presenzia ogni esperienza positivamente conclusa, l'augurio spontaneo tra i due gruppi è stato rivolto al poter ripetere l'esperienza in futuro.

Un ringraziamento particolare va a tutti coloro che non hanno esitato a farsi carico delle tappe e a Folias Formazione per l'impeccabile momento conviviale a Monterotondo.

## IMPRESSIONI DEI SOCI



## Le piante che incontriamo 8

Fausto Borsato

**P**rima di continuare nella descrizione di specie arboree che incontriamo nel nostro vagare riprendiamo alcuni concetti basilari che sono stati descritti in precedenza:

La **Nomenclatura binomiale** è una modalità, introdotta da Linneo (scienziato svedese del '700 che si dedicò soprattutto allo studio delle piante) che identifica una pianta, ma anche un animale o qualsiasi essere vivente, con due nomi: il primo riconosce un gruppo da alcuni caratteri comuni (Genere), il secondo identifica la specie come unica.

Il Genere va scritto con la prima lettera maiuscola, la specie va scritta tutta minuscola ed entrambi in carattere corsivo.

Questo modo di classificare gli elementi viventi fa capo alla disciplina chiamata "tassonomia" (dal greco taxis=ordinamento e nomos=regola).

Aggiungiamo due definizioni fondamentali in botanica, relative alle piante superiori. Esse possono appartenere al *clado* (lo traduciamo con 'gruppo') delle Gimnosperme o Angiosperme.

Le **Gimnosperme** hanno, tra le moltissime altre, la caratteristica di avere gli ovuli direttamente a contatto con l'ambiente esterno e senza strutture che lo avvolgano. L'etimologia del termine significa appunto "seme nudo". Questa categoria comprende, anzi si immedesima, con le Conifere.

Le **Angiosperme** invece hanno gli ovuli contenuti nell'ovario (l'etimologia significa appunto "seme nascosto") e il seme protetto all'interno del frutto.

Le Angiosperme possono essere oggetto di una ulteriore classificazione.

Quando il seme germoglia, da una parte sviluppa le radici e dalla parte opposta crescono una o due foglioline: i "cotiledoni".

Quando cresce un solo cotiledone la pianta viene definita "**monocotiledone**" e "**dicotiledone**" quando ne sviluppa due.

I Monocotiledoni sono prevalentemente piante erbacee. Tra le famiglie più numerose e note troviamo le Orchidee e le Poacee (= graminacee). Tra queste ultime troviamo i cereali, fondamentali per l'alimentazione umana, e quelle piante che sviluppano semi commestibili ma senza glutine, chiamati pseudocereali (amaranto, grano saraceno, quinoa).

I Dicotiledoni sono piante che hanno fusto erbaceo o legnoso e, in quest'ultimo caso, crescono sempre più di anno in anno. Le piante Angiosperme qui descritte sono tutte dicotiledoni.

# IMPRESSIONI DEI SOCI

Le piante per riprodursi hanno bisogno dell'apporto genetico di due cellule (gameti) che hanno in sé i cromosomi di genere maschile o femminile. In una pianta possono coesistere organi portatori delle cellule femminili (pistilli) e organi portatori delle cellule maschili (stami). In questo caso parliamo di piante "monoiche". Quando invece gli organi riproduttivi sono presenti in piante diverse parliamo di piante "dioiche". Quando ancora sullo stesso organo (fiore) della stessa pianta sono presenti gli organi riproduttivi sia maschili che femminili parliamo di piante "ermafrodite".

## lentisco, terebinto, fillirea, corbezzolo, storace

Sono piante tipiche della macchia mediterranea le prime quattro e l'ultima, lo Storace, è un cosiddetto residuo glaciale che ritroviamo solo sui Monti Lucretili. Alcuni versanti dei rilievi laziali, esposti prevalentemente a sud su terreni calcarei, sono spesso ricoperti da vegetazione tipica della macchia mediterranea. A maggior ragione troviamo questo tipo di copertura arborea nelle isole e sui rilievi dell'Appennino del Sud.

### Lentisco (*Pistacia lentiscus*)

È una pianta piuttosto comune, anche nei terreni frequentati da greggi sia di caprini che ovini. Ma mentre i ruminanti brucano i teneri germogli, non amano il caratteristico profumo di resina delle sue foglie, e la coriaceità delle stesse. Si osserva quindi il paradosso che terreni molto frequentati dagli animali sono ricoperti prevalentemente da lentisco.



**foglie:** sono alterne, paripennate, lanceolate, glabre e coriacee;



**fiori:** è una tipica pianta monoica. Porta fiori maschili e femminili. I fiori maschili sono rossi, quelli femminili di colore verde;

**frutti:** drupe rossastre che a maturazione tendono al blu e contengono un solo seme;

**portamento:** è un arbusto molto ramificato che può raggiungere i 3 metri, raramente lo troviamo più sviluppato;

**habitat:** ama il sole e i terreni asciutti. Non la possiamo definire pioniera ma si adatta e cresce bene dove il suolo ha subito un incendio.

Affine al Lentisco, troviamo spesso, soprattutto nelle zone detritiche o nelle fessure calcaree (tipico all'interno degli uliveti) la specie **Terebinto (*Pistacia terebintus*)**. Ha foglie più grandi del Lentisco e anch'esso ha un caratteristico profumo di resina.

## Fillirea (*Phillyrea latifolia*) - Ilatro comune

Forma cespugli piuttosto intricati assieme ad altre piante della macchia. Le sue caratteristiche foglie coriacee la rendono poco appetibile agli animali.

**foglie:** sono opposte sul ramo, lanceolate a maturazione, quelle più giovani sono piuttosto arrotondate. Hanno il margine dentellato, formato da 11-13 dentelli molto evidenti nelle foglie giovani, appena accennati in quelle adulte;

**fiori:** nascono alla base delle foglie in piccoli gruppi di fiorellini bianco o rosei di 10 mm circa di lunghezza ciascuno;

**frutti:** sono drupe di circa 1 cm di lunghezza, arrotondate e numerose, di colore rosso inizialmente che poi virano al blu a maturazione;

**portamento:** si tratta di un arbusto non più alto di un metro e mezzo, soprattutto nella varietà "*angustifolia*", mentre la "*latifolia*" può crescere fino a diventare un alberello;



**habitat:** tipica della macchia mediterranea. Nel nostro peregrinare la incontriamo nei versanti che guardano la pianura, esposti a sud o sud-ovest dei Lucretili, così come molto frequente sul Circeo o comunque in tutte quelle zone di macchia, anche dalle nostre parti, che abbiano la caratteristica di essere piuttosto povere d'acqua.

## Corbezzolo (*Arbutus unedo*)

Presente qualche volta anche nei nostri giardini, è pianta tipica della macchia mediterranea. È presente in tutta la penisola e in qualche caso anche nel nord (Colli Euganei). È sempreverde e spicca in autunno per i suoi caratteristici frutti rossi.

**foglie:** sono coriacee, allungate, con margine seghettato, hanno un corto picciolo, sono opache sulla pagina inferiore, più lucide su quella superiore;

**fiori:** sono piante ermafroditi (il fiore è portatore degli organi sia maschili che femminili) disposti in piccoli gruppi (corimbi) con piccioli di diversa lunghezza ma fiori approssimativamente alla stessa altezza. Hanno forma di piccolo orciolo pendulo di colore biancastro;



**frutti:** sono bacche con un picciolo molto lungo, di colore arancio-porpora, la caratteristica buccia granulosa e la polpa giallastra che contengono dai 10 ai 50 semi;

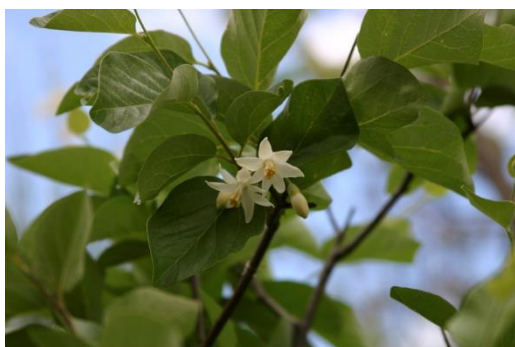
## IMPRESSIONI DEI SOCI

**portamento:** è un alberello sempreverde dal portamento sinuoso e densamente ramificato;

**habitat:** ama i terreni asciutti e caldi, è diffusa in tutta l'area mediterranea, ma, come relitto glaciale, la ritroviamo anche in Irlanda e sulla costa atlantica della Francia;

### **Storace (*Styrax officinalis*)**

Ritroviamo questa pianta principalmente sui Monti Lucretili e Cornicolani. È il simbolo del Parco Naturale Regionale dei Monti Lucretili e il suo fiore compare nel logo dell'Istituzione. Perde le foglie in inverno, per cui per noi è facile identificarla soprattutto nel momento della fioritura. È caduta in disuso l'abitudine di incidere la cortezza per ricavarne una resina espettorante e balsamica.



**foglie:** sono ovali, distribuite non uniformemente sui rami, con pagine inferiore biancastra e un po' tomentosa ("pelosa");

**fiore:** bianchi a forma di stella, molto profumati e quindi melliferi, raccolti in piccoli gruppi di 4-5 esemplari;



**frutti:** caratteristici per il loro colore verde chiaro e la superficie vellutata, appesi ad un lungo peduncolo e, dalla parte opposta, provvisti di una lunga appendice. All'interno contengono un solo seme;

**portamento:** è un arbusto che facilmente cresce diventando un alberello di 3-4 metri di altezza;

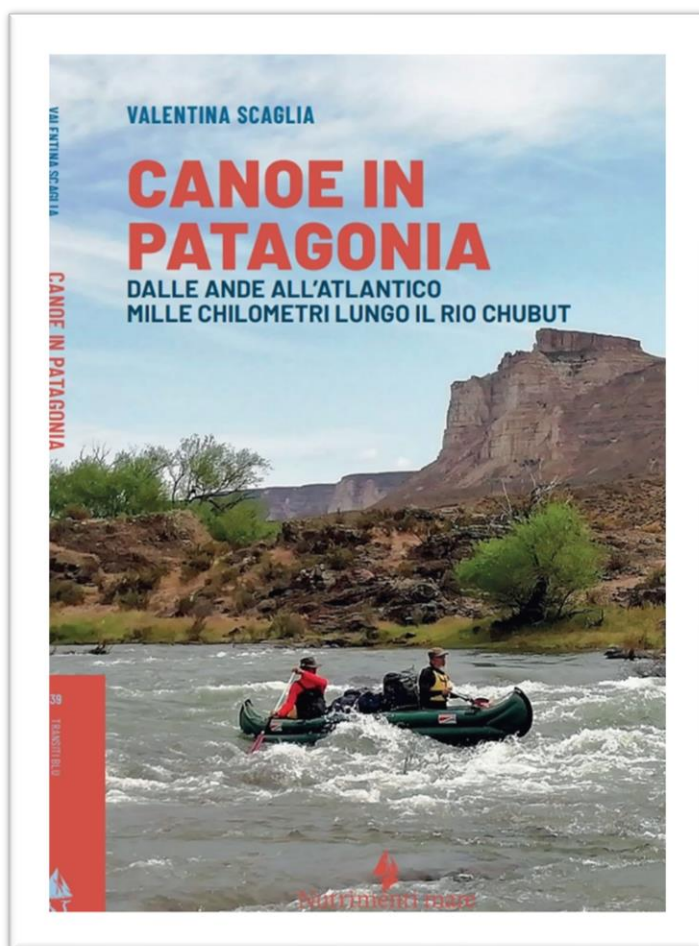
**habitat:** è rintracciabile frequentemente all'interno del bosco e facilmente identificabile in primavera per la copiosa fioritura. Veniva adoperato per bordura ai sentieri. La sua origine, così ristretta nel territorio, viene identificata come relitto glaciale, cioè come pianta tipica di regioni più calde che ha trovato nei Monti Lucretili, con il ritiro dei ghiacci, le condizioni ideali. Altra ipotesi è quella che la vede come prodotto di una penetrazione spontanea dai Balcani o addirittura come introdotta dall'uomo.

# “Canoe in Patagonia”

## Serata con Valentina Scaglia

CAI Monterotondo e AICAN - Biblioteca di Mentana - 3 ottobre 2025

### Paolo Gentili



La nostra sezione in collaborazione con l'Associazione Italiana Canoa Canadese (AICAN), ha organizzato una serata speciale presso la Biblioteca di Mentana, dedicata alla presentazione del libro “Canoe in Patagonia” di Valentina Scaglia, giornalista, scrittrice e naturalista. L'opera, vincitrice del Premio ITAS 2025 nella sezione alpinismo e sport di montagna, racconta un viaggio in canoa lungo il Río Chubut, dalle Ande fino all'Atlantico, seguendo il ritmo lento dell'acqua e della natura selvaggia della Patagonia.

Durante l'incontro, Valentina Scaglia ci ha guidati dentro un'esperienza che è molto più di un semplice itinerario geografico: è un cammino interiore, un rapporto intimo con gli spazi sconfinati della Patagonia e la forza degli elementi naturali. Le sue parole, accompagnate dalle immagini proiettate, hanno restituito il senso di un viaggio in cui la canoa diventa lo strumento di un modo diverso di esplorare il mondo: lento, avventuroso e, al tempo stesso, rispettoso e consapevole.

Alla serata ha partecipato anche il Presidente nazionale di AICAN, **Sergio Barbadoro**, che ha arricchito l'incontro con un intervento appassionato sul valore della canoa canadese come mezzo di conoscenza dell'ambiente e come pratica capace di unire tecnica, avventura e sensibilità ecologica.

## IMPRESSIONI DEI SOCI

La collaborazione tra la nostra Sezione e AICAN, non nuova, si conferma un'occasione preziosa per sviluppare attività comuni nel segno di valori condivisi: amore per l'ambiente naturale, conoscenza dei territori e impegno per la loro tutela e sostenibilità.

Il pubblico presente in maggioranza formato da soci della nostra sezione, ha seguito con grande interesse l'intera presentazione, ponendo numerose domande all'autrice a margine dell'evento, attratto dal desiderio di esplorare un ambiente così selvaggio.

La serata si è conclusa con un piccolo conviviale e con un sentito ringraziamento a Valentina Scaglia per la sua disponibilità, ad AICAN per il sostegno e la presenza, e naturalmente a tutti i presenti, che con la loro attenzione hanno reso l'incontro profondamente partecipato.

Un momento di cultura, natura e amicizia che ha in un certo senso inaugurato la ripresa delle **“Serate Divulgative”** della nostra sezione. Le quali torneranno finalmente a novembre, con l'intento di farci viaggiare con conoscenza e consapevolezza, verso orizzonti vicini, e perché no anche più lontani.



# AVVICINAMENTI

## Alla scoperta dei Vini delle Terre Alte

Romina Oricchio

*Questa rubrica nasce con l'intento di condurre il lettore ad intraprendere un viaggio tra le regioni italiane coniugando il piacere di "camminare" tra i vigneti di montagna e la "sete" di conoscenza. Scopriremo insieme il binomio montagna-viticultura, percorreremo il territorio italiano lungo quella immaginaria linea di confine che costringe l'essere umano a deporre il suo aratro e lasciar spazio alla natura incontaminata, laddove l'opera dell'uomo non è più in grado di modellare il paesaggio e le vette dominano incontrastate, custodi e guardiani dell'integrità del paesaggio.*

## Valle d'Aosta: la culla della viticultura eroica

**S**iamo giunti all'ultima tappa del nostro viaggio tra le Regioni italiane alla scoperta della viticultura di montagna e il piacere di camminare, correre, pedalare, arrampicare, ma soprattutto scoprire il legame esistente tra l'uomo, il vino e territori impervi e difficili da "domare".

La Regione che, per eccellenza, riesce a mostrare, nel binomio montagna-viticultura, la forza della Natura e la caparbieta dell'uomo di modellare il paesaggio con terrazzamenti, delimitati da muri a secco, frutto del millenario ingegno empirico contadino, permettendo la coltivazione della vite su scabre superfici di roccia altrimenti inabitabili, è la Valle d'Aosta.

Non a caso ho deciso di concludere qui questo viaggio.

## IMPRESSIONI DEI SOCI

Percorrendo in auto, da Sud a Nord, la strada che risale lentamente il corso del fiume della Dora Baltea e che divide la Regione in Bassa Valle, Valle Centrale e Alta Valle, si è circondati da vigneti e vette rocciose ed è subito ben chiaro il concetto di viticoltura eroica. La montagna non è semplice sfondo, mera cornice o scontato orizzonte, piuttosto è parte integrante di uno strenuo corpo a corpo tra roccia e vite. Le vigne si fanno spazio in modo frammentario su lembi di terra strappati alle rupi attraverso il lavoro tenace e millenario dell'uomo.



Da secoli i vigneron di questa Regione, nonostante le difficoltà del territorio, producono vino a quote che a volte arrivano fino a 1200m con pendenze quasi verticali, sfidando un clima decisamente rigido con inverni lunghi e freddi, rischiando gelate primaverili, ed estati calde e soleggiate ma mitigate dai venti freschi provenienti dai ghiacciai.

Alle pendici del Monte Bianco, nell'Alta valle, i vigneti di Morgex sono coltivati tra gli 800 e i 1200 metri di quota. Qui nasce il **Blanc de Morgex et de la Salle**, vino artico, siderale,

aspro e succoso, luminoso, penetrante e longevo. Profuma di erbe di montagna e la sua acidità ricorda l'agrume. È ottenuto da **Priè blanc**, varietà valdostana a bacca bianca che si trova solo in quest'area, allevata su bassissime pergole in pietra e legno; condizione indispensabile per far sì che i grappoli, rimanendo il più vicino possibile al terreno, possano immagazzinare il calore rilasciato dalle rocce in modo da resistere al clima rigido e alle gelate notturne.

Poco più sotto ad Arvier, in una superficie vitata di soli 7 ettari, all'interno di un anfiteatro di vigneti strappati ai monti, si produce lo storico **Enfer d'Arvier**, dove il **Petit rouge** cresce tra balze e burroni, terrazze e gradoni e in alcuni casi i filari scendono a precipizio il fondo di calanchi. È un rosso irrequieto, dal colore leggero, dai profumi di erbe e selve, di lampone e pepe, dal sapore selvatico di ciliegia e amarena.

Al centro della Valle, il Petit rouge trova il suo coronamento sul massiccio del Torrette. È l'area storica di un rosso che oggi è la denominazione più estesa della Regione, ma che sulle terrazze del monte annovera sparute quanto intrepide lingue e lembi di vigna delimitate da muri a secco lungo orli di dirupo.

In quest'area vengono coltivate anche altre varietà autoctone minori come il Mayolet, il Cornalin, il Vuillermin e il Fumin. Il **Torrette Superiore** è un rosso speziato e sanguigno, mediterraneo e montano i cui profumi spaziano tra note di erbe aromatiche, pietra focaia, accenni balsamici ed ematici e piccoli frutti selvatici.



## IMPRESSIONI DEI SOCI

A **Donnas** nella Bassa Valle, la vigna assume fogge severe e rupestri, aggrappata a costoni immensi di roccia, frammentati o aggettanti, i cui terrazzamenti, circondati da chilometri di muri a secco, formicolano dovunque e le cui larghe pergole sembrano incombere sulle case del fondovalle. Siamo quasi ai confini con il Piemonte, per cui il vitigno più coltivato in questa zona è il Nebbiolo, qui chiamato **Picotendro**, ma non mancano altre varietà minori come Neyret, Vien de Nus, Freisa e Barbera. Qui i rossi sono ancora vigorosi e di montagna, sebbene siamo nella zona più calda della Regione. Il Nebbiolo, in particolare, è austero ed esprime bene, nelle sue caratteristiche organolettiche, la durezza del territorio. Vini dai colori scuri, dotati di freschezza e percepibile tannicità che, però, seducono per profumi floreali e vegetali che ricordano resine e sottobosco.

La Valle d'Aosta è la Regione per eccellenza non solo della viticoltura eroica. È la culla dell'alpinismo e di qualsiasi attività di montagna si voglia praticare. Inutile, nonché superfluo, elencare le infinite possibilità di escursioni e attività estive o invernali che si possono fare in qualsiasi angolo di questa Regione.

Sicuramente se si vuole coniugare una passeggiata in mezzo ai vigneti e respirare l'aria di montagna qui non c'è che l'imbarazzo della scelta e le vette da ammirare sono sicuramente tra le più belle in Italia.

Nell'Alta Valle il massiccio del Monte Bianco è l'imponente guardiano dei vigneti di Morgex e de la Salle. La Cave de Mont Blanc, in collaborazione con la Società delle Guide di Courmayeur e alle Funivie Skyway Monte Bianco, spumantizza il Prié Blanc a oltre 2000 metri in quota. Dal 2015, infatti, è stata creata una vera e propria cantina nella stazione intermedia di Pavillon du Mont Fréty, sulla Skyway. Grazie alle condizioni particolari di altitudine, pressione atmosferica e temperatura prende vita la **Cuvée des Guides**, uno spumante metodo classico dalle caratteristiche uniche e rare.

Nella valle centrale i vigneti, dove nasce il Torrette, sono sotto la protezione del massiccio del Gran Paradiso e della Grivola. Qui tra vigneti e vette aguzze sorgono disneyani castelli, chiesette romaniche dai suggestivi campanili, ponticelli e borghi arroccati. Se si ci trova a Villeneuve nel periodo di Ferragosto è d'obbligo assistere alla Fiha de Barmè, l'apertura delle storiche cantine scavate nella roccia della Becca, il promontorio che sovrasta il Borgo di Villeneuve, e, in occasione della quale, viene svolta anche la gara delle botti.

In Bassa Valle siamo ai piedi del massiccio del Monte Rosa, a ridosso quindi della Val Tournanche, della Val d'Ayas e di quella di Gressonay. Qui è possibile praticare molteplici attività di montagna, dal rafting alla mountain bike, dall'hiking allo scialpinismo, in base alla quota che si sceglie di stare. E una volta finita la giornata non c'è niente di meglio di un buon bicchiere di Donnas accompagnato da una fumante fonduta valdostana e qualche crostino con il lardo di Arnard.

Eccoci dunque davvero alla fine di questo fantastico viaggio tra i vigneti e i sentieri di montagna della nostra penisola. Spero che questa rubrica abbia fatto scoprire o ricordare vitigni e territori, abbia incuriosito alla degustazione, al piacere di camminare e di visitare quei luoghi in cui il confine tra montagna e opera umana è così sottile e difficile, da costringere l'uomo a piegarsi alle regole imposte dalla Natura nel rispetto e gratificazione dell'ambiente circostante.



# Monterotondo

## Festival della Via di Francesco

Paolo Gentili

**S**i è svolto a Monterotondo il primo **Festival della Via di Francesco**, un fine settimana ricco di appuntamenti dedicati al cammino come esperienza spirituale e riconnessione con la natura.

La nostra presenza al Festival ha avuto un valore particolare: la nostra Sezione è infatti punto informativo ufficiale e manutentore di un tratto della Via di Francesco, un impegno che portiamo avanti con costanza, consapevolezza e senso di responsabilità verso questo itinerario che unisce storia, cultura e spiritualità nel nostro territorio.

All'interno del Festival sabato 4 ottobre, si sono svolti altri due importanti appuntamenti:

- Alle ore 16:00, presso il Convento dei Frati Minori Cappuccini, la presentazione del libro *“111 luoghi di San Francesco che devi proprio scoprire”* di Fabrizio Ardito, che ha accompagnato il pubblico in un viaggio tra luoghi, simboli e testimonianze francescane;
- Alle ore 21:00, al Teatro Ramarini, il recital *“Connessione spirituale”* con Luca Frigeri e Andrea Devincenzi, un momento di riflessione e narrazione sui cammini di fede;

La domenica, 5 ottobre, è stata una giornata dedicata al cammino condiviso:

- Alle ore 9:00, la nostra sezione ha guidato il Trekking Urbano Animato, partendo dal giardino del Comune e attraversando la città, percorrendo poi un tratto della Via, per arrivare all'Azienda Agricola Grotta Marziola, meta finale dell'escursione, con una degustazione di prodotti tipici locali;
- Alle ore 17:00, al Cinema Mancini, la proiezione del film *“6 vie per Santiago”*, seguita da un collegamento video con la regista Ludya B. Smith, che ha raccontato la storia del documentario, con diversi aneddoti e particolari riguardanti le riprese, rispondendo alle domande di un pubblico attento e soddisfatto;

Camminare su un percorso come la Via di Francesco, dedicato alla figura di un uomo che ha fatto della pace e della cura della natura il centro della propria vita, è un gesto semplice ma profondo. Durante il trekking abbiamo ritrovato il senso della lentezza, dell'ascolto e dell'incontro: valori centrali per il CAI, che da sempre promuove una frequentazione consapevole e rispettosa dei sentieri.

Il Festival è stato anche un'opportunità preziosa per rafforzare la collaborazione con istituzioni e realtà associative che operano quotidianamente sulla nostra città. Un sentito ringraziamento va quindi al Comune di Monterotondo, alla Fondazione ICM, alla Rete Associativa della Via di Francesco, alle Cooperative Sociali Folias e Pungiglione, e alla Città Metropolitana di Roma Capitale per averci coinvolto in questa prima edizione.

## IMPRESSIONI DEI SOCI

Un grazie speciale agli accompagnatori della nostra Sezione e a tutti i partecipanti che, con la loro presenza e il loro entusiasmo, hanno reso viva questa giornata di cammino e condivisione.

*Foto di Maurizio Verdecchia e Marco Barbetta.*



## IMPRESSIONI DEI SOCI



## Le Parole del Camminare

*Parole e pensieri in libertà,  
evocati da un'escursione.*

***“quando siete felici, fateci caso”***

*Titolo di un libro di Kurt Vonnegut*

Quando penso al Camminare mi vengono in mente tante sensazioni, pensieri, riflessioni: insomma tante Parole ...

*Se vi piace l'idea delle Parole,  
mandate alla Redazione i vostri  
contributi e saranno selezionati per  
la pubblicazione*

***Passaggio:***

Camminare è attraversare: un continuo **passaggio** tra luoghi, stagioni e stati d'animo. In montagna questo significa salite e discese, sentieri e orizzonti che si aprono e si chiudono: una trasformazione costante, dove non c'è solo movimento, ma la consapevolezza che ogni passo ci conduce altrove. Non sempre sappiamo cosa ci attende dietro una curva, e forse è proprio questo il senso: fidarsi della strada, accettare il cambiamento come parte della vita.

***“Ogni passo è un passaggio, e ogni passaggio è un inizio.”***

anonimo



## IL CAMMINO DEI BRIGANTI

Nadia Procesi

**T**empo fa, in una serata a tema nella sede del Cai di Monterotondo, è stato presentato il cammino dei briganti: è un anello di circa 100 km che si sviluppa tra Abruzzo e Lazio, suddiviso in 7 tappe. L'itinerario parte dal paese Sante Marie, toccando quote tra 800 e 1300, ripercorrendo in certi tratti i sentieri battuti dalla banda di Cartore: queste zone, infatti, erano situate al confine del Regno delle due Sicilie e lo Stato Pontificio.

Inizialmente, devo ammettere che non era un cammino che mi attirava molto, forse un po' perché conoscevo già la zona in quanto mi era capitato di fare un trekking verso il lago della Duchessa, dove avevo incontrato diverse persone che lo stavano percorrendo; tuttavia, nel tempo è diventato un cammino abbastanza famoso e, inoltre, avevo trovato molto interessante la parte storica.

La voglia di fare un trekking tra le montagne è tanta, e, nell'autunno del 2021 inizio a pensare di poterlo realizzare; considerando che la tappa iniziale è vicina rispetto a Roma, si può andare con la macchina. È uno degli anelli più facili a livello organizzativo, sebbene ci fosse un forte rischio di pioggia si sarebbe potuto tornare a casa con il proprio mezzo. Una domenica vado a Sante Marie a ritirare le credenziali, ottenendo altre informazioni utili.

Decido di partire il 5 novembre accorquando qualche tappa, mancando il lago della duchessa avendolo già visitato diverse volte. Prima, faccio una serie di telefonate, riscontrando però diverse difficoltà per prenotare; alla fine, riusciamo a prenotare tutti le strutture, ma nessuna fa parte delle accoglienze: la trovo una pecca, per questi luoghi che ne hanno molto bisogno.



## TREKKING

Inoltre, se la memoria non mi inganna, a Nesce la proprietaria del b&b mi comunica che se voglio dormire nelle strutture convenzionate si deve portare il sacco a pelo, poiché loro sono tenuti a seguire le direttive del responsabile e dell'ideatore del cammino; non possono fornire né lenzuola né coperte a causa delle misure anticovid. Ho trovato questo sistema un tantino esagerato, dato che oramai la pandemia è andata scemando da mesi.



Mi sento in dovere di appuntare una critica per l'ideatore del cammino: il percorso costringe con una deviazione a passare davanti al suo agriturismo, tuttavia in un periodo dell'anno come questo, trovando anche la struttura chiusa, non è assolutamente positivo per promuovere un cammino.

Onestamente, di questo cammino non ricordo molto: in qualche tappa ho preso inevitabilmente la pioggia; inoltre, essendo un anello si attraversa sempre lo stesso paesaggio, con il rischio che possa risultare monotono e noioso.

Per quanto riguarda i vari borghi che ho visitato, quello che mi ha colpito maggiormente è stato Rosciolo, coronato dal maestoso monte Velino; ho potuto ammirare anche la chiesa di santa Maria in valle Porclaneta, peccato che fosse chiusa. Poco più avanti si ci imbatte in un magnifico albero millenario, una roverella alta circa 16 metri.



L'ultima tappa è stata abbastanza faticosa, ma nonostante ciò alla fine sono arrivata a Sante Marie, per poi ritirare il testimonium di brigantessa onoraria. Ad oggi, prendendomi del tempo per riflettere su questo cammino, direi che il momento saliente sia stata la giornata che si deve dedicare all'escursione del lago della Duchessa: se non si percorre, il cammino perde certamente molto della sua bellezza e del suo valore.

È segnato abbastanza bene, tuttavia è sempre meglio avere una traccia; personalmente, avendolo percorso in giornate con poca luce, sono sempre soggetta ad uno stato un po' ansioso, temendo di non poter finire la tappa.

Un ringraziamento va come al solito a tutte le persone che ho incontrato in questo percorso.




# GLI ACRONIMI DEL CAI

*Frequentemente, all'interno del CAI, nelle comunicazioni fra i Soci che rivestono cariche istituzionali o tecniche ed anche nella stampa ufficiale, si usano sigle incomprensibili ai semplici Soci.*

*Con questa rubrica proseguiamo il percorso informativo, iniziato con il primo numero de "Il Ginepro", al fine di fornire al lettore la giusta chiave di lettura di questi acronimi dandone nel contempo e dove possibile, anche informazioni storiche e culturali.*

*Le informazioni non verranno date in stretto ordine alfabetico ma in ordine sparso, cosicché la curiosità del lettore rimanga sempre viva.*

*Quindi vediamo cosa si intende per:*

	<p>Operatore Regionale Tutela Ambiente Montano</p>	<p>Gli Operatori TAM svolgono le loro attività per la tutela e la conoscenza dell'ambiente montano in coerenza con la politica ambientale del CAI, secondo le linee definite dai documenti programmatici e di indirizzo del Sodalizio (Statuto, Bidecalogo e altri) e le indicazioni degli Organi Tecnici TAM competenti, mettendo le proprie competenze a disposizione di tutto il sodalizio, in stretta ed auspicabile collaborazione con le Sezioni ed i GR di riferimento. In particolare svolgono attività per:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La diffusione dei valori legati alla conoscenza, allo studio e alla tutela dell'ambiente, con particolare riferimento alla sostenibilità (ambientale, sociale ed economica) anche attraverso le attività di frequentazione responsabile dell'ambiente montano;</li> <li>• Informazione, educazione e formazione sulle tematiche culturali e ambientali all'interno e</li> </ul>
---	--	---

		<p>all'esterno delle Sezioni, anche in collaborazione con le Scuole e le altre Commissioni e Strutture Operative CAI; • La segnalazione delle eccellenze e delle criticità Ambientali agli organi direttivi Sezionali, Regionali e Nazionali; • La valutazione della sostenibilità delle attività antropiche in ambiente montano, anche per quanto riguarda le strutture e le attività CAI; • La partecipazione, ove consentita e autorizzata per conto CAI, negli Enti di gestione delle Aree Protette e similari e nei Gruppi di Lavoro costituiti dal CAI.</p>
--	--	---

<b>OTTO</b>	Organo Tecnico Territoriale Operativo	<p>Gli Organi Tecnici Territoriali Operativi (OTTO) di Escursionismo provvedono ad organizzare "Corsi per Titolati Accompagnatori di Escursionismo" in particolare attraverso il corpo docenti delle Scuole Regionali di Escursionismo. Viene inoltre nominato un Ispettore che ha il compito di verificare che i piani di uniformità didattica siano effettivamente perseguiti, secondo quanto previsto dai regolamenti dei Corsi.</p>
<b>SODAS</b>	Struttura Operativa di Accompagnamento Solidale (SODAS) in Montagnaterapia ed Escursionismo Adattato	<p>La SODAS si prefigge i seguenti scopi:</p> <p>promuovere la conoscenza delle attività di Montagnaterapia (MT) e di Escursionismo Adattato (EA).</p> <p>Istituire e aggiornare il censimento dei dati relativi ai gruppi di MT e di EA all'interno delle Sezioni CAI, organizzandone la raccolta e l'archiviazione, nonché curando creazione, sviluppo, popolamento e aggiornamento dei sistemi informativi relativi al territorio, e dando supporto in materia ai Gruppi regionali.</p> <p>Definire e aggiornare le indicazioni operative o gestionali delle attività sezionali di accompagnamento in MT e in EA.</p> <p>Sviluppare e approfondire competenze ed abilità nei soci per garantire sicurezza, efficienza e adeguatezza delle attività di accompagnamento in MT e in EA mediante la realizzazione di materiali didattici, corsi e conferenze.</p>

	<p>Promuovere uniformità di approccio all'accompagnamento in MT e in EA, attraverso percorsi informativo-formativi e di aggiornamento continuo dei soci coinvolti.</p> <p>Organizzare e/o partecipare ad eventi, manifestazioni e qualsiasi iniziativa che promuova le attività e faciliti le occasioni di scambio e confronto fra quanti operano nel settore della MT e dell'EA.</p> <p>Diffondere conoscenze ed esperienze in MT e in EA attraverso idonei strumenti di comunicazione.</p> <p>Collaborare con gli Organi Tecnici Centrali e le altre Strutture Operative per progettualità condivise, nell'ambito del Coordinamento OTC/SO.</p> <p>Collaborare con altri enti ed organizzazioni pubbliche o private per sostenere ricerca e studio in materia di accompagnamento in MT e in EA.</p> <p>Legenda: OTC = Organo Tecnico Centrale; SO = Struttura Operativa.</p>
--	--



esseri viventi, secondo una di queste stime esisterebbero in totale circa 8,7 milioni di specie terrestri e marine, di cui 7,7 milioni di specie animali, circa 300.000 di piante e 600.000 di funghi, oltre ad alcune decine di migliaia di specie di protozoi e cromisti, a cui si deve aggiungere un numero difficilmente stimabile di *archea* e batteri (procarioti). Inoltre, ogni anno vengono scoperte varie migliaia di nuove specie. Ad esempio, nel solo 2019 i ricercatori hanno rinvenuto e classificato circa 2000 piante vascolari sino ad allora sconosciute e un numero quasi uguale di specie fungine.

Le aree di montagna del mondo ospitano una biodiversità notevole corrispondente, secondo le stime, a circa 25% di tutta la biodiversità terrestre e rappresentano il rifugio per numerose specie, tanto che numerose zone sono considerate *hotspot* per la biodiversità. Infatti, la varietà degli ambienti, in relazione alle grande varietà di latitudini, altitudini, topografia, geologia, pedologia e climi, insieme all'isolamento, ha favorito la grande diversità di specie ed ecosistemi. Infatti, queste regioni ospitano almeno 50.000 specie vegetali e un numero molto alto, ma non ancora determinato, di specie animali. Inoltre vi vivono alcune centinaia di milioni di abitanti, oltre a un paio di miliardi nelle zone circostanti, e rappresentano la destinazione del 15-20% dei flussi turistici mondiali.

Anche le montagne del continente europeo, dalla penisola iberica agli Urali, pur coprendo il 3% della superficie complessiva, ospitano una maggiore biodiversità rispetto al resto del territorio. La regione biogeografica alpina europea permette infatti la vita di parecchie migliaia di specie di piante vascolari oltre a circa 600 specie di vertebrati terrestri, pesci esclusi, una ricchezza che si manifesta in particolare nelle zone altitudinali al di sopra del limite degli alberi. Inoltre, le regioni montane europee ospitano le ultime aree di *wilderness* del continente.

Inoltre, nei 33 paesi compresi nei rilevamenti dell'Agenzia europea per l'ambiente, le foreste di tipo alpino coprono circa 8 milioni di ettari, mentre le faggete di montagna, come quelle che si riscontrano in molte zone degli Appennini, si estendono su circa 6 milioni di ettari.

In questo contesto, le Alpi occupano un posto particolare e, secondo la Commissione europea, esse "sono, dopo il Mar Mediterraneo, il maggior serbatoio di biodiversità in Europa". Infatti, oltre ai circa 11 milioni di abitanti e agli oltre 100 milioni di turisti annuali, le Alpi accolgono, secondo alcune stime, circa 30.000 specie animali, tra cui almeno 200 specie di uccelli nidificanti e altrettanti migratori.

Inoltre, si riscontrano circa 5000 specie di piante vascolari (sottospecie escluse), pari al 40% del totale europeo, con un elevato grado di endemismo, mentre altre stime indicano in 13.000 il numero di specie vegetali presenti. Inoltre, le Alpi ospitano più di 80 habitat protetti dalla direttiva europea "Habitat", della quale si parlerà più oltre. Le Alpi rappresentano la sede di oltre 1500 Siti di importanza comunitaria (SIC) e più di 350 Zone a protezione speciale (ZPS), che insieme pongono sotto tutela circa il 40% del territorio alpino.

Per quanto riguarda gli Appennini e le Isole, la Commissione europea nelle proprie valutazioni sulla biodiversità purtroppo non distingue le aree montane dalle altre aree, raggruppandole tutte nella regione biogeografica mediterranea. Tuttavia, si rileva che gli Appennini e le Isole sono protetti da quasi un migliaio di Siti Natura 2000, 12 parchi nazionali e 36 parchi regionali, caratterizzati da una notevole biodiversità, dovuta al fatto che le specie presenti posseggono diverse origini geografiche. Infatti, si distinguono circa 2000 specie vegetali, tra le quali alcune centinaia endemismi, per non parlare della fauna a cui appartengono alcune specie-simbolo, presenti con sottospecie indigene, quali il lupo (*Canis lupus ssp. italicus*), l'orso marsicano (*Ursus arctos ssp. marsicanus*) e il camoscio d'Abruzzo (*Rupicapra pyraenaica ssp. ornata*).



## LA LEZIONE DELLA MARMOLADA

Di Fausto Borsato

**Autore:** Mauro Varotto

**Editore:** People

**Pubblicato:** 2025

**Formato:** 120 pagine

**ISBN:** 9791259793188



# IL LIBRO

La Marmolada, è conosciuta come la Regina delle Dolomiti. La sua posizione, la sua forma, le sue strutture, la sua altezza le hanno impresso uno status particolare. Il libro scritto da Varotto in una collana curata oltre che dallo stesso autore anche da Marco Albino Ferrari, vuole percorrere la storia di questa montagna facendone l’emblema e l’esempio di quanto gli umani siano propensi a vivere il presente pensando solo al vantaggio immediato senza valutare le conseguenze nel futuro del loro operato.

Si comincia con la storia che vede la Marmolada confine conteso tra due opposte nazioni e balcone per difendere un territorio e soprattutto, applicando un principio previsto da Napoleone, per acquisire il vantaggio di sfruttare le acque che da essa discendono. Più tardi il monte, come confine tra due regioni che ne rivendicano il possesso per interessi economici e di prestigio, darà l’inizio a una disputa che ancora non è terminata. Diventa ancora un luogo da conquistare per permettere di “vedere il mondo dall’alto” e vi costruiranno una funivia che in pochi minuti supera 1500 metri di dislivello e porta prima su Piz Serauta e successivamente a Punta Rocca. Irrompe la stagione dello sci, prima scialpinismo, poi di sola discesa dopo essere stati portati in quota dagli impianti fissi. Cambia tutto il versante trentino, quello che comprende il ghiacciaio. Viene costruita la più lunga pista delle Dolomiti. Moltitudini di sciatori si riversano sulla montagna. Ma non tutto è eterno. L’innalzamento della temperatura globale porta allo scioglimento di buona parte del ghiacciaio con la scoperta della “città” costruita durante la prima guerra mondiale sotto la sua superficie. E una parte del ghiacciaio crolla a valle uccidendo 11 persone e distruggendo lo storico rifugio di Pian dei Fiacconi, una volta alla base del ghiacciaio, ora ormai molto lontano dai ghiacci.

È un libro che fa una lettura ‘stratigrafica’ giungendo ai giorni nostri con speranze assai limitate sul futuro.



## FOTOGRAFARE IN AUTUNNO È UN ESERCIZIO DI GRATITUDINE

Paolo Gentili

**F**otografare in autunno significa imparare a vedere ciò che resta nel tempo che cambia, soprattutto nei boschi, nei colori che mutano e in quelli che rimangono ostinatamente un po' più a lungo.

Il *foliage*, quando le foglie degli alberi decidui passano dal verde ai toni del giallo, dell'arancio e del rosso, è un momento unico: un'esplosione silenziosa di note dorate che dura appena qualche giorno, abbastanza per sorprenderci e mai abbastanza per abituarci.

Come ho scritto anche nell'editoriale, i colori si accendono e diventano più intensi per poi svanire in fretta. E proprio mentre scompaiono, la luce si fa più dolce, ma anche più interessante, per chi come me ama fotografare in questi frangenti.

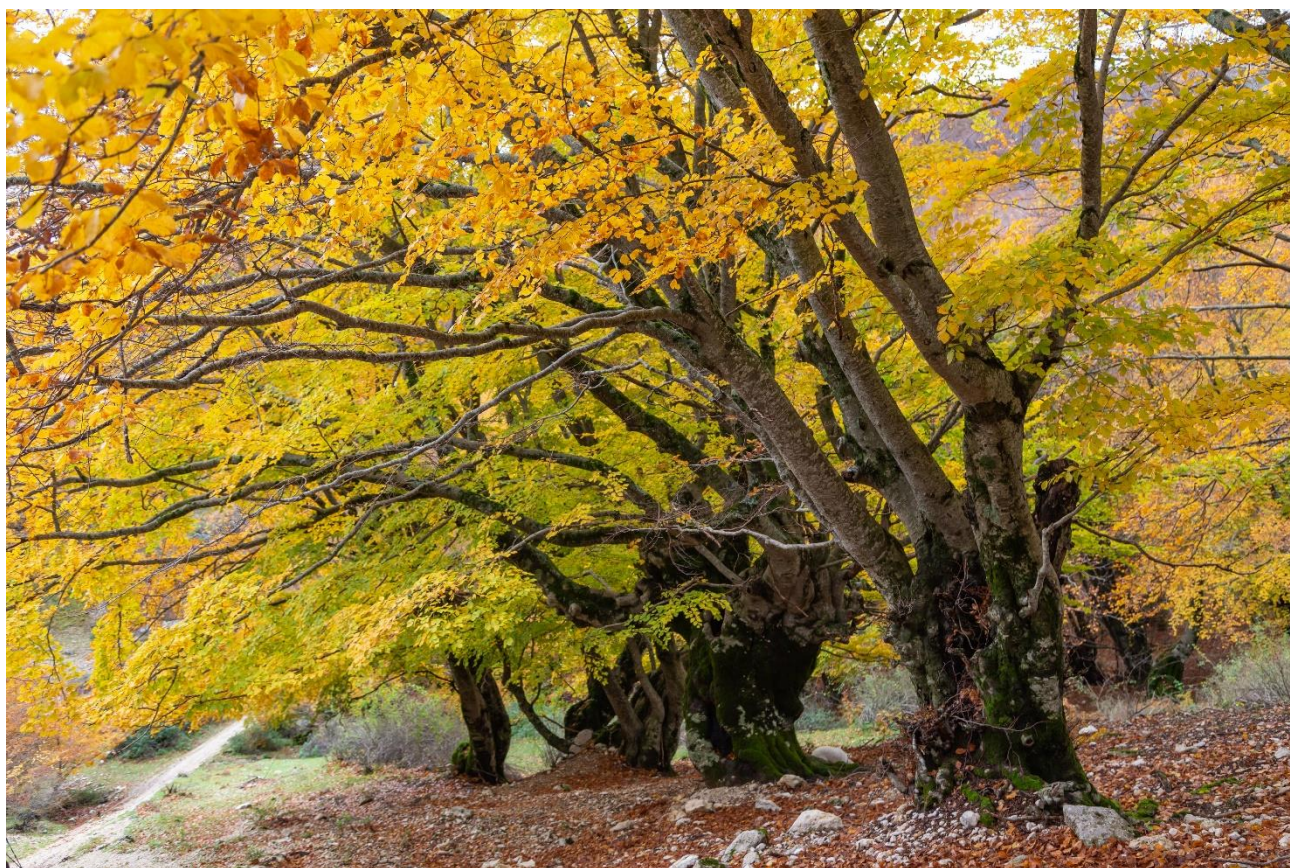
È allora che la fotografia diventa un modo per custodire e trattenere non tanto un'immagine, quanto un **passaggio**, un attimo che non tornerà.

In quell'attimo c'è la **gratitudine** per la bellezza che sfuma, per le chiome dorate, i tappeti di foglie, i sentieri che pian piano volgono verso un aspetto invernale.

Come accade nel camminare, anche la fotografia educa all'attesa e all'attenzione.

Non serve correre, e soprattutto non basta vedere con una percezione visiva involontaria: occorre guardare indirizzando lo sguardo, con attenzione e consapevolezza, per comprendere meglio.

Forse è questo che la montagna ci sussurra in autunno, che la bellezza non sta nel trattenere ciò che passa, ma nel riconoscere e catturare ciò che cambia.





## Zapping

Qualche link suggerito da visitare:

✓ Siti istituzionali e altri d'interesse per le nostre escursioni:

CAI Monterotondo, CAI Italia e CAI Lazio, e le corrispondenti pagine Facebook.

- <http://www.caimonterotondo.it/> e pagine FB: “CAI Sezione di Monterotondo” e “Gruppo Escursionismo CAI Monterotondo”
- <http://www.caimonterotondo.it/category/il-ginepro/>
- <https://www.cai.it/> e pagina FB: “CAI - Club Alpino Italiano Official Group”
- <https://www.cailazio.org> e pagina FB “CAI Lazio”
- <https://soci.cai.it/my-cai/home>
- <https://www.aiptoc.it/turismo-davventura-calcolo-dei-tempi-di-percorrenza-dei-sentieri-escursionistici-il-metodo-brasiliano/>
- <http://www.caimonterotondo.it/category/eventi/escur/prossima-escursione/>
- <https://hiking.waymarkedtrails.org>
- <https://www.locusmap.app/>
- <https://web.georesq.it/>
- <https://www.reteradiomontana.it/>

*Siamo tutti invitati ad iscriverci alla newsletter del CAI Nazionale per avere evidenza delle Iniziative delle altre Sezioni*

# PROSSIME ESCURSIONI



*Ed ecco l'elenco delle prossime escursioni, che, come sempre, saranno poi illustrate nei dettagli in prossimità della data prevista per la loro effettuazione, attraverso i soliti canali: la posta elettronica, il nostro sito web, le comunicazioni sui social WhatsApp e Facebook.*

## NOVEMBRE 2025

**DAL 7 AL 9:** **Escursionismo** - Foliage d'Autunno tra la Val Fondillo e la Valle delle Rose - Parco Nazionale d'Abbruzzo e Molise (1952) - Disl. 650 m - Diff. E

**SABATO 15:** **Escursionismo** - Treno Trekking da Tagliacozzo a Carsoli - Monti Carseolani /1737) - Disl. 1000 m - Diff. E/EE

**DOMENICA 23:** **Escursionismo** - Anello Colle della Tagliata - Monte Autore - Monti Simbruini (1854) - disl. 500 m - Diff. E

**DOMENICA 23:** **Alpinismo Giovanile** - Monte Pellecchia - Monti Lucretili (1369) - Disl. 580 m - Diff. E

**SABATO 29:** **Escursionismo** - Anello della Roccia dei Tedeschi - PNALM (Val di Comino) (1250 m) - Disl. 700 m - Diff. EE

**SABATO 29:** **Escursionismo** - Tappa Via di Francesco - Diff. T

## DICEMBRE 2025

**DOMENICA 7:** **Escursionismo** - Villa Ada - Monte Antenne (200 m) Diff. T

**SABATO 13:** **Escursionismo** - Anello degli "Sgrimuni Nocini" - Monti Caprini (1018 m) - Disl. 680 m - Diff. EE

**DOMENICA 14:** **Escursionismo** - Giornata Internazionale della Montagna - Diff. E

**DOMENICA 30:** **Escursionismo** - Fiaccolata notturna con CAI Leonessa - Diff. E

*Per maggiori dettagli consultare Il programma 2025 edito dalla Sezione*