



Sede Cai viale Piacenza, 40 (ingresso libero) - Tel. 0521/984901  
mail: caiparma@caiparma.it web: www.caiparma.it  
canale youtube: www.youtube.com/user/caiparma



## Escursioni Si torna a camminare insieme

Ripartono finalmente le iniziative della sezione: nel completo rispetto delle regole anti-covid, riprendono le attività a piedi e in bicicletta

«Siamo consapevoli che nulla sarà come prima, ma faremo in modo, nel rispetto delle regole principali, di ricominciare a camminare insieme». Così, dopo lo stop delle attività imposto dal Coronavirus, il Cai riprende le attività sezionali sia escursionistiche che ciclo-escursionistiche.

La sezione ha definito una serie di proposte, tutte con le caratteristiche rispettose delle indicazioni per il riavvio, che per ora avranno durata fino al 31 luglio.

I criteri di scelta sono stati: la gradualità dell'impegno fisico e tecnico, la "prossimità" delle mete, privilegiando l'Appennino, e la diversificazione degli itinerari, optando per zone meno conosciute e frequentate.

Le principali regole: piccoli gruppi, fino a 10 persone con 2 accompagnatori, ed escursioni approfondiscono anche aspetti culturali o antropologici; la pre-iscrizione e l'ac-

compagnazione sono obbligatorie; non possono partecipare persone soggette a quarantena, che hanno avuto contatti con persone contagiate negli ultimi 14 giorni o con febbre, con obbligo di autocertificazione prima dell'escursione; le località di partenza si rag-

giungono con mezzi propri; durante l'escursione va tenuta una distanza di almeno due metri a piedi e di cinque metri per chi va in bicicletta.

Inoltre sono vietati gli scambi di attrezzatura, oggetti, cibi e bevande ed è indispensabile portare con sé mascherine e gel igienizzante a base alcolica.

A vegliare sul rispetto delle precauzioni è stata predisposta la figura di un accompagnatore appositamente for-

mato: non sarà un vigile, ma un compagno di escursione che avrà cura di osservare i comportamenti del gruppo e di invitare all'osservanza delle norme, una sorta di facilitatore della "convivenza sicura".

La prima data è stata il 27 giugno a Caposaldo di Mori e Nagia Grom (Trentino). Oggi invece Anello Alpe del Succiso e, in alternativa, Belforte, con Anello del Gropo di Donna, Domani escursione tra Maggiorasca e Ciapa Liscia, e, infine, 26 luglio Monte Altissimo di Nago (Trentino). Resta poi da definire la data per il Sentiero Italia dal passo del Lagastrello a Prato Spilla.

Le proposte ciclo-escursionistiche: il 27 giugno si è svolta la Cento Laghi trails - Epic Ride, il 28 giugno Cento Laghi trails - Group Ride, il 1° luglio Pizza al Castello - crepuscolare a Torrechiara, e il 19 luglio si pedalerà intorno al capanno Tassoni

Tutte le uscite proposte sono di difficoltà tecnica T o E, adeguate ad una graduale ripresa al fine di evitare attività "pesanti" che potrebbero pregiudicare il sereno svolgimento della gita.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### Family Cai In montagna con i piccoli: si ricomincia

Durante il lockdown, anche il Family Cai ha sospeso le attività, ma la progettualità è proseguita anche a distanza. Eventi da remoto hanno tenuta accesa l'immaginazione dei piccoli nel cosiddetto cortile digitale, dove i bimbi, come in una scatola magica, hanno trovato storie, oggetti e socialità. Più le norme si allentavano più il cortile si è trasformato in giardino, fino a diventare un bosco digitale. In questi tre spazi il Family Cai ha raccontato storie che hanno coinvolto bimbi sparsi in tutta Italia.

Intanto il lavoro proseguiva, con la stipula di una Convenzione con i Parchi del Ducato per il riassetto e la manutenzione di due sentieri adatti ai più piccoli e a ragazzi con disabilità o ipovedenti: il Sentiero delle Farfalle nel Parco del Taro e il Sentiero di Alice nei Boschi di Carrega, attività a grande valore aggiunto di motivazione e aggregazione per famiglie e bambini.

Dal 5 giugno anche il Family Cai ha ripreso le attività in ambiente, riprogrammando il proprio calendario per modularlo su iniziative con ridotto sforzo fisico e adatte ai più piccoli, puntando necessariamente ad attività in ambito locale, al cosiddetto "esotismo di prossimità", la riscoperta di quegli angoli del nostro Appennino che pur conservando il fascino dell'avventura, sono spesso ignorati proprio perché troppo vicini. Dopo l'escursione del 21 giugno, primo giorno d'estate, lungo il Cammino della Via dei Linari, domenica 12 luglio sarà la volta della Val Ceno a Bardi, dove protagonisti saranno un'antica chiesa, una piccola grotta e una storia dimenticata, in un facile itinerario ad anello che permetterà di camminare fuori dai percorsi più conosciuti e vivere piccole grandi emozioni arrivando al cospetto della fenditura nella roccia dove si ritirò la Devota Margherita. Ultimo appuntamento per quest'estate sarà la mirtillata del 26 luglio lungo il Sentiero Italia Cai in Val Cedra. Info e iscrizioni: familycaiparma@gmail.com.

### ESCURSIONI



**4 LUGLIO**  
Anello Alpe del Succiso

**4 LUGLIO**  
Belforte, anello del Gropo di Donna da Belforte

**5 LUGLIO**  
Escursione tra Maggiorasca e Ciapa Liscia

**26 LUGLIO**  
Monte Altissimo di Nago (Trento)

### IN BICICLETTA

**19 LUGLIO**  
Intorno al Capanno Tassoni

**LA SEDE E' APERTA!**  
In seguito agli interventi di sanificazione e adeguamento, la sede di Parma in viale Piacenza 40 è ora aperta per le attività di segreteria, informazione e tesseramento negli orari usuali: mercoledì e venerdì 18-19,30, giovedì 21-22,30. La biblioteca sezionale è aperta il mercoledì dalle 18 alle 19,30.

### L'ORSARO



**LA RIVISTA DALLA PANDEMIA ALLE ALTE VETTE: DI NUOVO IN EDICOLA**

La riapertura dell'attività escursionistica di Barbara Bovino e pandemia e montagna, riflessioni di Franco Giubilini e Glenda Pelosi, sono alcuni dei principali argomenti trattati nel nuovo numero de L'Orsaro, in edicola con la Gazzetta di Parma. Ampio spazio nella rivista del Cai viene poi dedicato alle alte vette di casa nostra: Monte Bianco castello di ghiaccio e granito (Andrea Greci), Cervino, Monviso, Pale di San Martino fimo alla la parete nord dell'Eiger di Matteo Bergamo. C'è spazio anche per un'intervista di Erika Varesi a Denis Urubko, per «Il tempo della scienza» (che apre la rivista), l'essiccoio di castagne e le consuete rubriche con ricette e libri di montagna.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### Montagnaterapia Il rinvio del convegno nazionale



La situazione creatasi con l'emergenza Covid ha portato alla decisione, d'accordo con l'Ausl di Parma e in coerenza con lo spostamento dell'insieme delle iniziative collegate con «Parma Capitale della Cultura», di posticipare il convegno previsto dal 14 al 17 ottobre all'anno prossimo (dal 13 al 15 ottobre 2021). Un webinar aperto a tutti nel pomeriggio del 15 ottobre 2020 sarà l'occasione per tenere i contatti con tutti i soggetti attivi nella rete nazionale della Montagnaterapia e mantenere viva l'attenzione su una tematica quanto mai attuale. Il Cai ringrazia Fogliazza per la simpatica illustrazione (nella foto) che ha realizzato per questa emergenza (www.confincomuni.it).

La situazione creatasi con l'emergenza Covid ha portato alla decisione, d'accordo con l'Ausl di Parma e in coerenza con lo spostamento dell'insieme delle iniziative collegate con «Parma Capitale della Cultura», di posticipare il convegno previsto dal 14 al 17 ottobre all'anno prossimo (dal 13 al 15 ottobre 2021). Un webinar aperto a tutti nel pomeriggio del 15 ottobre 2020 sarà l'occasione per tenere i contatti con tutti i soggetti attivi nella rete nazionale della Montagnaterapia e mantenere viva l'attenzione su una tematica quanto mai attuale. Il Cai ringrazia Fogliazza per la simpatica illustrazione (nella foto) che ha realizzato per questa emergenza (www.confincomuni.it).

## I mulini ad acqua Quella preziosa testimonianza del nostro Appennino

Fortunate campagne pubblicitarie hanno preso a prestito l'immagine del mulino a garanzia della genuinità di un prodotto alimentare e del suo radicamento nella nostra tradizione gastronomica, facendo riferimento tuttavia ad una attività produttiva che ormai, anche nel nostro territorio, risulta difficilissimo ritrovare.

Fino alla metà del secolo scorso le nostre vallate erano caratterizzate dalla presenza capillare di alcune centinaia di mulini che, con i loro canali di captazione e derivazione delle acque, "segnavano" il territorio ed incidevano in modo si-



SCURANO Uno degli antichi mulini del nostro Appennino.

gnificativo nella vita di chi lo abitava. Oggi, se siamo fortunati, rimangono solo mute testimonianze di questi straordinarie opere, spesso ridotte a ruderi o trasformate a nuovi usi, spesso con la perdita della loro originaria identità.

Nell'ambito del censimento dei beni storici dell'Appennino il Cai sta cercando di ricostruire questo paesaggio culturale, ove possibile, dando conto delle testimonianze documentarie che nel tempo hanno certificato la presenza e mettendo in evidenza anche la bellezza del paesaggio entro il quale si collocano queste strutture rurali, all'in-

terno delle valli ed in prossimità dei corsi d'acqua.

Il Cai ha iniziato a rilevare la presenza di mulini che mantengono una loro riconoscibilità, e che, in alcuni casi, con alcuni interventi di restauro, potrebbero persino riprendere la loro funzionalità. E' il caso ad esempio del mulino di Gropo, in Val Parmossa, o del mulino di Signatico, dove gli eredi degli ultimi mugnai hanno intrapreso una impegnativa strada di ridare vita ai loro mulini. Il problema principale è spesso rappresentato dalla sopravvivenza dei canali di derivazione che, se lasciati senza manutenzione, sottraggono uno dei più interessanti esempi di "dialogo" di queste strutture idrauliche con il territorio naturale, facendo venire meno preziose testimonianze di un'epoca in cui i mulini erano bianchi.

© RIPRODUZIONE RISERVATA