"Fotografare è mettere sulla stessa linea di mira la testa, l'occhio e il cuore"

(Henri Cartier- Bresson)

IL NOTIZIARIO ONLINE DELLA SEZIONE DI ROMA

GIOVANE MONTAGNA

Le foto del "podio" del concorso fotografico 2022

1 ° Serena Peri

2 ° Pio Centro

2 ° Angela Migliano

3 ° Fabrizio Farroni

EDITORIALE

ANNO NUOVO, CAMMINI NUOVI

(a cura di Massimo Biselli)

Care socie e cari soci,

vi scrivo pochi giorni dopo che con molti di voi ci siamo incontrati di persona in sede per la cena sociale di fine anno. E' un momento significativo in cui dimostriamo una volta di più che la nostra è un'associazione e non un centro servizi. Questa volta poi la serata è stata vivacizzata dalla premiazione del concorso fotografico, una novità che, a giudicare dal numero dei partecipanti e delle foto ricevute, è stata apprezzata. (Continua a pagina 42)

Sommario

EDITORIALE **1**
ESCURSIONI IN PROGRAMMA **3**
DOMENICA 15 GENNAIO: TREKKING URBANO - IL GIRO DELLE SETTE CHIESE, 2° PARTE (E-T) 3
DOMENICA 22 GENNAIO: GARA ARTVA CRONOMETRATA (RN) 4
SABATO 28 GENNAIO: PASSEGGIATA A VILLA PAMPHILI E CATACOMBE (E-BR) 6
DOMENICA 29 GENNAIO-MONTE OCRE (RN) 7
DOMENICA 5 FEBBRAIO: RIFUGIO PRATO SAN ROCCO-MONTE SAN ROCCO (RN) 8
DOMENICA 26 FEBBRAIO: CIMA BANDITA (E) 9
DOMENICA 5 MARZO: MONTE MAGNOLA: DOLCE VITA-COSTA DEI VECCHI (RN) 10
DOMENICA 12 MARZO: MONTE CERASO (SULLE TRACCE DEL BRIGANTE GASPARRONE) (E) 12
SABATO 18 MARZO: CALDARA DI MANZIANA, GRANDE BOSCO E AEREI (E-BR-T) 13
DOMENICA 26 MARZO: MONTE TORRE MAGGIORE (E) 14
IN PROSPETTIVA **15**
MERCOLEDI' 26 APRILE-MERCOLEDI' 3 MAGGIO: CAMMINO DEL CAVALLO, MINORCA (E) 15
CALENDARIO ESCURSIONI 2023 17
SERATE IN SEDE IN PROGRAMMA **18**
GIOVEDI' 19 GENNAIO: UNA SOLA CHIESA DI CRISTO, MA TANTE CHIESE CRISTIANE. PERCHE'? QUALI PROSPETTIVE? 18
GIOVEDI' 23 FEBBRAIO. AUTOPRODUZIONI ARTIGIANALI CON PIANTE OFFICIANALI 19
GIOVEDI' 9 MARZO. MOLTI FRIENDS E ALCUNI NUTS 20
ATTIVITA' INTERSEZIONALI **21**
SABATO 11-DOMENICA 12 FEBBRAIO: RALLY DI SCIALPINISMO E RACCHETTE DA NEVE (RN-SA) 21
SABATO 18-DOMENICA 19 MARZO: PRIMA FORMAZIONE SPEDIZIONE IN BOLIVIA (A) 21
ESCURSIONI SVOLTE **22**
9 OTTOBRE: ANELLO DI TIVOLI 22
30 OTTOBRE: MONTE MIDIA 23
6 NOVEMBRE: MONTE CIMAMACCHIA 27
27 NOVEMBRE: CICLOTURISTICA 30
11 DICEMBRE : GITA DI NATALE ALLA CAFFARELLA 32
ATTIVITÀ IN SEDE SVOLTE **34**
24 NOVEMBRE – LA GUINEA BISSAU DI CESARE E ANGELA 34
SABATO, 17 DICEMBRE 2022 – S. MESSA E CENA DI NATALE 36
EDITORIALE **41**
NOTIZIE DALLA SEZIONE **42**
TUTTE LE FOTO FINALISTE DEL CONCORSO FOTOGRAFICO 42
IL CONVEGNO "IL MESSAGGIO DELLA MONTAGNA" 47
NOTIZIE LIETE 48
NOTIZIE TRISTI 48
CI SCRIVE IL SOCIO ENEA FIORENTINI 49
CONVENZIONI 50
NORME OPERATIVE PER LE ESCURSIONI **52**
CONTATTI **52**

ESCURSIONI IN PROGRAMMA

DOMENICA 15 GENNAIO: TREKKING URBANO - IL GIRO DELLE SETTE CHIESE, 2° PARTE (E-T)

Direttori di Gita: Emilio Sanchez – Zunilda Dure Silguero

La GM, sezione di Roma, ricomincia il nuovo anno con la seconda parte del percorso delle Sette Chiese. Se vi ricordate, l'anno scorso abbiamo iniziato la nostra escursione nella Piazza di S. Pietro. Percorrendo strade, visitando chiese e scoprendo i bei giardini del quartiere Aventino, siamo arrivati fino alla Basilica di S. Paolo fuori le mura. Tuttavia non abbiamo finito "il nostro giro" e ancora ci manca qualche pezzo da percorrere per completare la visita a tutte le sette Basiliche romane. La presente escursione vuole significare un altro piccolo passo in avanti per completare un pellegrinaggio che durante secoli è stato seguito da tanti uomini e donne che arrivavano a Roma. Uomini e donne che sicuramente avevano gli stessi desideri e motivazioni che spingono noi a camminare di nuovo insieme.

Ritrovo: ore 9,00 all'ingresso principale della Basilica di S. Paolo fuori le mura. Per quelli che lo desiderano c'è la possibilità di partecipare alla celebrazione eucaristica dominicale all'interno della Basilica alle ore 8,00. La Basilica di S. Paolo si può raggiungere facilmente con la metropolitana, METRO B, stazione S. PAOLO o con diverse linee urbane di bus: 23; 128; 670; 761; 766; 769; 770; C6. Per quelli che desiderano arrivare in macchina ci sono diversi posti per parcheggiare intorno alla Basilica ma è importante tenere conto che la escursione finirà in un'altra zona di Roma: San Giovanni.
Descrizione: La escursione si svolgerà in questo modo: alle ore 9,00 ci troveremo davanti all'ingresso principale della Basilica di S. Paolo. Lì ci sarà una breve spiegazione riguardante la figura di S. Paolo e la storia e arte della Basilica che porta il suo nome.
Dopo una visita libera alla Basilica riprenderemo il nostro itinerario in direzione alle Catacombe di S. Callisto e alla Basilica di S. Sebastiano. In principio è prevista la visita guidata alle Catacombe di S.

Callisto ma dipenderà dalla affluenza delle persone. Al momento la direzione delle Catacombe non prende prenotazioni per gruppi quella domenica. Il costo della visita delle Catacombe è di 10 euro. Dopo la visita alle Catacombe e della Basilica di S. Sebastiano ci sarà una pausa pranzo nei dintorni del luogo. Il nostro percorso continuerà verso la Basilica di S. Giovanni in Laterano e se faremo in tempo visiteremo anche la Basilica della Santa Croce in Gerusalemme dove avrà fine la seconda parte del nostro pellegrinaggio.

Abbigliamento: Si consiglia abbigliamento normale per camminare in città e soprattutto scarpe comode. In ogni caso bisognerà stare attenti al meteo.

Iscrizioni: entro giovedì 12 gennaio, a Emilio Sànchez de las Heras (3294436044, emilio.sanchez@fastwebnet.it) o Zunilda Durè (3407895973)

DOMENICA 22 GENNAIO: GARA ARTVA CRONOMETRATA (RN)

Direttori di Gita: Lucio Gambini, Massimo Pecci

Veduta generale di Campo Imperatore dal Rif. Duca degli Abruzzi il 20 dicembre 2022

Siamo ospiti dell'ARTVA TRAINING PARK Gran Sasso d'Italia, una realtà sostenuta dal Servizio Valanghe Italiano (SVI) del Club Alpino Italiano, in collaborazione con la Sezione dell'Aquila del Club Alpino Italiano, il patrocinio del Parco Nazionale Gran Sasso Monti della Laga, il Comune dell'Aquila e il Centro Turistico Gran Sasso Campo Imperatore. È localizzato nei pressi della "Pista Panoramica – Campo Scuola" del comprensorio sciistico Gran Sasso - Campo Imperatore nel penultimo tornante prima del piazzale arrivando da Fonte Cerreto.

Ritrovo: ore 6:00 a piazzale Ostiense, accanto le mura: formazione degli equipaggi e partenza immediata (il viaggio è previsto in 1 ora e 30); **ore 7.45,** puntuali, arrivo alla base della funivia Fonte Cerreto, e, immediatamente a seguire, acquisto dei biglietti A/R; **ore 8.00** utilizzo della prima

corsa a Campo Imperatore, con arrivo a quota 2100 mt.
Si fa presente che la funivia inizia il servizio alle ore 8.00 e termina alle ore 17.00 ed effettua le corse ogni 30 minuti circa.

Viaggio: con le nostre autovetture, lungo l'autostrada Roma L'Aquila, uscita Assergi. Arrivo nel piazzale di Campo Imperatore, visione del materiale tecnico e verifica ARTVA.

Programma della giornata: arrivo a Campo Imperatore, sosta al bar con eventuale colazione (per chi non avesse fatto in tempo in precedenza), discesa al campo ARTVA e introduzione all'Avalanche Training Center ATC, un impianto fisso che ha lo scopo di esercitare la ricerca dei sepolti in valanga con gli apparecchi ARTVA (Apparecchio Ricerca Travolti in Valanga) e con sonda e pala. Sarà effettuata anche una ricapitolazione delle procedure da seguire nella ricerca ARTVA e nell'autosoccorso del travolto o di più travolti in valanga. La prenotazione del campo è stata effettuata dalle ore 11.00 alle ore 14.00. L'impianto del campo ARTVA prevede di verificare il tempo impiegato nella ricerca mediante cronometro al fine di ottimizzare le operazioni di soccorso. Al termine dell'esercitazione si potrà stilare l'ordine di arrivo dei partecipanti.
Successivamente, in base alle condizioni atmosferiche, di sicurezza del manto nevoso e di luce e, soprattutto, in base ai tempi di svolgimento e conclusione dell'esercitazione, si potrà valutare di effettuare un breve percorso ad anello per rientrare alla stazione superiore della funivia, per ridiscendere a Fonte Cerreto.

Equipaggiamento: scarponi con suole ben scolpite, giacca a vento calda, abbigliamento caldo a strati, cappello, guanti, eventuali ghette, occhiali o mascherine, bevande calde, pranzo al sacco.

Equipaggiamento tecnico: ciaspole con bastoncini, o ramponi e piccozza o sci da scialpinismo con relativi coltelli e pelli di foca, ARTVA, pala e sonda.

Spesa: ogni equipaggio dividerà i costi del carburante e autostrada, calcolati in circa € 60,00 a vettura, sulla base del simulatore www.viamichelin.it. Funivia A/R € 12,00 a persona, contributo al campo ARTVA € 1,00 a persona. I non soci GM dovranno pagare € 5,00 per l'assicurazione.

Iscrizioni: entro il 12 gennaio a Lucio Gambini (cell. 333 3733690, e-mail: lucio.gambini55@gmail.com) o Massimo Pecci (cell.338 7170911, e-mail: maxpecci@yahoo.it).

Rientro a Roma: previsto al massimo per le 18.00 a Piazzale Ostiense.

Per approfondimenti e chiarimenti si rimanda al link del manuale d'uso:
https://cailaquila.it/wp-content/uploads/2021/01/artva-gransasso-Istruzioni-per-luso.pdf

Di seguito riportiamo le regole comportamentali fornite dal CAI Aquila:

- *Rispettare gli orari di prenotazione e, in caso di impedimento, provvedere ad annullare con congruo anticipo la prenotazione. In nessun caso si procederà alla restituzione della quota versata.*

- *Spegnere, durante l'esercitazione, tutti gli apparecchi ARTVA inutilizzati ed allontanare il più possibile apparecchi elettrici come radio ricetrasmittenti, cellulari, pile frontali, action camcorder, ecc. che possono interferire con la centralina;*
- *Leggere e seguire attentamente le istruzioni indicate nel pannello istallato sulla centralina di comando;*
- *Non manomettere la centralina e non rimuovere i dispositivi di protezione della stessa;*
- *Non disseppellire e non manomettere le piastre trasmettitrici;*
- *Il campo è interdetto all'uso in condizioni di pericolo valanghe di grado "3 marcato" o superiore e comunque in caso di chiusura della "Pista Panoramica – Campo Scuola" disposta dal gestore degli impianti sciistici.*

Il Club Alpino Italiano affida il Campo Artva alla buona educazione e senso civico di tutti i frequentatori della montagna.

SABATO 28 GENNAIO: PASSEGGIATA A VILLA PAMPHILI E CATACOMBE (E-BR)

Direttori di Gita: Ilio Grassilli, Guido Motteran

Un anello di circa 6 km. (dislivello… 0), il periplo completo della Villa (settore Est e Ovest) e conclusione …a quota -10. E' la prima proposta del nuovo anno per bambini e ragazzi. E' consentito (anzi…gradito) l'accompagnamento da parte dei genitori.

Ritrovo: ore 12:30 sul piazzale d'ingresso alla chiesa di S. Pancrazio, **con pranzo al sacco c**he consumeremo assieme lungo il percorso.

Abbigliamento: calzature adatte anche a qualche pozzanghera/ tratto fangoso

Conclusione della passeggiata alle ore 16:30: Visita alle Catacombe di San Pancrazio

Spesa: per soci GM 3 € di offerta per Catacombe; per non soci GM 2 € in più per l'assicurazione

Iscrizione: entro le ore 9:30 dello stesso giorno a Ilio Grassilli (meme.ilio@libero.it; 338.431 6541).

I non soci dovranno fornire i dati per attivare l'Assicurazione.

Limitazioni: nel caso di condizioni meteo scoraggianti, potremmo consumare il pranzo nella Sala Caminetto ed anticipare alle ore 15 la visita alle catacombe.

DOMENICA 29 GENNAIO-MONTE OCRE (RN)

Direttori di Gita: Andrea Cecchini – Fabrizio Farroni

Ottima gita con racchette da neve per il versante Ovest dell'Ocre. Meraviglioso balcone sul Gran Sasso e altre montagne dell'Appennino Centrale (difficolta EE – RN)

Ritrovo: le informazioni sul ritrovo/orario di partenza verranno fornite agli iscritti alla gita in base al numero dei partecipanti.

Viaggio: con autovetture private per l'A24 (uscita casello Tornimparte) per Campo Felice. All'incrocio che porta a dx al noto Rifugio Alantino, si prende in direzione opposta, ovvero a sx, per Lucoli.

Descrizione gita: Giunti a Casamaina (AQ) (1387 m) si parcheggia all'altezza di una curva tornante (subito dopo il paese giungendo da Campo Felice). Si prende la pista sterrata (1370 m circa), nei pressi tornante, che sale tra recinzioni e macchie di verde verso est. La si segue più o meno fedelmente (più in alto si intercetta una sterrata che viene da Campo Felice) fino al termine, quindi si sale, con un certo sforzo, il largo pendio sulla destra fino ad uscire su un ampio pianoro chiuso sulla destra da un roccioso circo glaciale (Fossa Palomba, 1800 m, 1.30 h dal parcheggio). Si procede verso sinistra per morbidi pendii a prendere una valle e puntando alla panoramica sella tra i due monti (2006 m, 30 min. dall'arrivo su Fossa Palomba). Per il suo lato sinistro si rimonta il largo crestone che conduce prima ad una anticima poi quasi pianeggiante arriva in vetta (2204 m, 40 min dalla Sella). Discesa per la stessa via.

Abbigliamento ed equipaggiamento: racchette da neve (già provate sul proprio scarpone o

pedula), bastoncini, ghette, oltre al vestiario adeguato a salita su neve e materiale personale. Obbligatoria dotazione personale di ARTVA, pala e sonda (il kit è noleggiabile in sede a 10€).

Spesa: 55 € ad equipaggio

Condizioni per la partecipazione: gita invernale con racchette con salita di circa 800 metri di dislivello. Richiesta ottima resistenza e preparazione fisica. I DdG possono annullare o riprogrammare la gita in caso di meteo sfavorevole o condizioni di rischio. I DdG non provvederanno alla formazione degli equipaggi.

Iscrizioni: entro giovedì 26 gennaio a Andrea Cecchini, telefono 329 6261656, Fabrizio Farroni 335 7272381

DOMENICA 5 FEBBRAIO: RIFUGIO PRATO SAN ROCCO-MONTE SAN ROCCO (RN)

Direttori di Gita: Giovannozzi – Marinari

Incontro in sede mercoledì 1 febbraio dalle ore 18:30 alle 19:30 per controllo attrezzatura, studio del percorso.

Ritrovo: Ritrovo a Roma da definire sulla base della richiesta dei partecipanti.

Ritrovo ore 9:00 al parcheggio auto di Prato Agapito 1610 m, circa 680 m prima del valico della Chiesuola di Lucoli SS696 (strada per Rifugio Alantino piana di Campo Felice).

Viaggio: A24 (per l'Aquila) uscita casello di Tornimparte. Stazione di entrata ROMA EST/ Stazione di uscita TORNIMPARTE/ Classe veicolo: A/ lunghezza della tratta 93 Km/ tariffa: 9.80 € > SS696 8,5 km per Prato Agapito

Sviluppo dell'escursione: dal parcheggio auto di Prato Agapito 1610 m per il bosco di Cerasolo. A 4,5 km Rifugio di Prato San Rocco 1522 m, sosta e pranzo. Dal Rifugio di Prato San Rocco si potrà proseguire sul largo crestone del Monte San Rocco seguendo il sentiero estivo n.1 fino alla quota di 1888 m. Il proseguimento della gita per la vetta del Monte San Rocco 1888 m sarà possibile con condizioni meteo favorevoli.Dislivello: da 1610 m Prato Agapito a 1522 m Rifugio di Prato San Rocco

(~90 m discesa 4 km); a seguire da 1522 m a 1888 m Monte San Rocco (~365 m salita 3 km); andata e ritorno medesima via.

Lunghezza totale: 14 km

Tempo previsto di percorrenza totale: da 6 a 7 ore escluse le soste.

Equipaggiamento: ciaspole-racchette da neve/ abbigliamento a 3 strati/ guanti e ricambio/ berretto e ricambio/ occhiali da sole/ protezione solare/pranzo al sacco, bevande calde/ scarponi impermeabili/ telo impermeabile/ ghette/ bastoni telescopici con rotelle alle estremità/ vestiario di ricambio da lasciare in auto.

Iscrizioni: Entro mercoledì 1 febbraio a Roberto Giovannozzi oppure a Sabrina Marinari

email robertogiovannozzi@libero.it WhatsApp <347.857.4352>

email marinari.sabrina@libero.it WhatsApp <349.440.2426>

Cartografia: Edizioni il Lupo/ Parco del Velino – Sirente – Montagne della Duchessa 8 – Foglio 1/ Mappa Escursionistica 1:25.000/ 1 cm sulla carta = 250 m sul campo.

Note: Rifugio Alantino tel. 0862.73719/ rifugioalantino@gmail.com

DOMENICA 26 FEBBRAIO: CIMA BANDITA (E)

Direttori di Gita: Guido Motteran – Annalisa Serraino

Ritorniamo sui Monti Sabini. Le cime dei Rilievi arrivano tra i 1200-1300, ma sono ricchi di boschi e di praterie; è possibile effettuare escursioni tranquille con la possibilità di vedere vasti panorami sulle montagne appenniniche. La comunità Europea ha riconosciuto i Monti Sabini come Sito di Interesse Comunitario quindi sono delle montagne che vanno protette dal punto di vista ambientale. Ricordiamo che il territorio sabino è ricchissimo di storia che parte dal paleolitico, passando per i romani per finire a San Francesco fino ai giorni nostri.

Ritrovo: ore 7,30 a largo Cardinal Consalvi con partenza alle 7.45

Viaggio con auto private. Percorreremo la A1 fino a Fiano Romano poi la Via Salaria; prima di arrivare a Rieti prendiamo a sinistra la S.P. per il Tancia-Greccio al 3 km girare sinistra al bivio prima per San Filippo e poi Colle Baccaro

Difficoltà: E Molto facile ragazzi compresi

Dislivello: circa 500 m.

Tempo previsto di percorrenza: 4 ore soste escluse

Percorso ad anello con partenza ed arrivo dal borgo di Colle Baccaro 545 m slm (NB nel borgo non ci sono servizi tipo bar)

Spese di viaggio: 50 euro a macchina (autostrada compresa) da suddividere tra i componenti del l'equipaggio

E**quipaggiamento:** scarponi con suola ben scolpita, abbigliamento a strati, acqua due boracce (non ci sono sorgenti), cappello, bastoncini telescopici, pranzo al sacco, eventuale cambio da lasciare in auto, protezione per la pioggia.

Sviluppo dell'escursione. Lasciata l'auto al parcheggio davanti al borgo, inizieremo la nostra escursione prima verso San Filippo su carrarecia, poi in salita, lungo uno largo sterrato fino ad arrivare alla fonte Pidocchiosa. Qui c'è la possibilità di incontrare degli animali. Per poi proseguire su tratturo fino alla cima formata da vaste radure. Dopo la sosta pranzo, torneremo verso Colle Baccaro scendendo per uno sterrato alberato da pini. Prima di rientrare a Roma è doverosa una breve visita al Borgo che è rimasto in stile medioevale.

Iscrizioni : entro giovedì 22 febbraio a Guido Motteran (g.motteran48 @gmail. com cell. 3335858517). Anna Lisa Serraino (annalisa.serraino @libero.it 347852854)

NB In base al numero di adesioni entro e non oltre la data indicata, i DdG prenderanno in esame la possibilità di utilizzate un pullman a noleggio.

DOMENICA 5 MARZO: MONTE MAGNOLA: DOLCE VITA-COSTA DEI VECCHI (RN)

Direttori di Gita: Tullio Lavosi – Andrea Negri – Gianni De Felice

Gita aperta anche a ragazzi con racchette da neve sulle pendici del Monte Magnola che si sviluppa parallelamente ai campi di sci di Ovindoli, in solitudine quasi assoluta lungo un recente sentiero per ora poco conosciuto, frequentato soprattutto da rari scialpinisti. Si risale dapprima un folto bosco, con alcuni brevissimi tratti abbastanza ripidi e si arriva su un vasto altopiano solitamente deserto e

quindi molto affascinante, situato all'altezza della parte più alta dei campi da sci, che porta alle pendici del Monta Magnola e si affaccia sull'altro versante, sull'altopiano dei Piani di Pezza con un dislivello di più di duecento metri. Da qui si possono ammirare una serie di montagne, tra cui svettano il monte Magnola, il monte Velino, la catena del Gran Sasso e il monte Sirente.

Ritrovo: alle ore 9,00 presso il parcheggio della Dolce Vita a Ovindoli, che si trova lungo la strada che sale lungo la Val Cerasa. Parcheggiare subito vicini alla strada, senza entrare in fondo al parcheggio degli impianti di risalita (dove dovrebbe essere possibile affittare racchette da neve).

Dislivello: 550 metri circa.

Tempo di percorrenza previsto: 4 ore (a/r) escluse le soste.

Viaggio con auto private: autostrada A24-A25, con le seguenti alternative (consigliata la b) tutte più o meno equivalenti come tempi di percorrenza e chilometraggio:

a) A24 con uscita a Tornimparte, salire fino a Campo Felice e poi prendere il tunnel verso Rocca di cambio, di qui verso Rocca di mezzo (SS 696) e poi dirigersi verso Ovindoli, dopo avere superato Rovere, dopo circa 2,4 Km svoltare a destra (nella piana si vede a circa duecento metri un centro ippico) e alla fine della strada prendere a destra Via del Ceraso e dopo 600 metri si arriva al parcheggio Dolce Vita.
b) A24-A25 uscire a Aielli Celano e andare verso Celano, attraversare Celano e da qui dirigersi verso Ovindoli su SS 696, superato il tornante del cimitero di Ovindoli, girare a destra su Strada vicinale del Pago, da qui si svolta a sinistra e si prende Via del Ceraso continuando dritti fino al parcheggio della Dolce vita;
c) A24-A25 uscire a Magliano dei Marsi, da qui seguire per Ovindoli (SP24), dopo 11 Km svoltare a sinistra e prendere SS 696, superato il tornante del cimitero di Ovindoli, girare a destra su Strada vicinale del Pago, da qui si svolta a sinistra e si prende Via del Ceraso continuando dritti fino al parcheggio della Dolce vita.

Spesa prevista circa € 50/60 ad equipaggio.

I direttori di gita potranno organizzare, su richiesta, un punto di partenza da Roma.

Equipaggiamento: tipico equipaggiamento per le uscite invernali in Appennino con scarponi con suola ben scolpita e ghette, oltre le racchette da neve complete di bastoncini telescopici, in particolare i DdG si informeranno per tempo circa la **presenza dell'obbligo di essere muniti di ARTVA, pala, sonda** poiché non si è vicini a rilievi montuosi con pericolo di valanghe; in caso di presenza dell'obbligo la sezione ha 5 Kit completi a disposizione che noleggia a € 10 ciascuno. Pranzo al sacco. Vestiti di ricambio da lasciare in auto.

Sviluppo dell'escursione: dal parcheggio Dolce vita (m 1403), calzate da subito le racchette da neve (si spera!), si prosegue lungo la Strada della Val Cerasa - che da quel punto è interdetta alle macchine ed è pista di sci di fondo - per qualche centinaio di metri, la si lascia per prendere

il sentiero che sulla sinistra si inerpica verso Capanna Brin – Costa dei Vecchi. Si segue il sentiero dentro un bosco di faggi e larici molto fitto, segnato ma sul quale è facile perdere l'orientamento; quindi, il gruppo dovrà rimanere sempre abbastanza unito. La strada è sempre in salita con brevi tratti molto ripidi ma che si superano agevolmente con le ciaspole ai piedi e sul quale troveremo segni della presenza di cervi e camosci. Il dislivello da percorrere sarà di poco più di 400 metri e alla fine del bosco si prenderà a sinistra entrando in vasto altipiano deserto e bianco (di neve) contornato sulla sinistra da colline oltre le quali si aprono i campi di sci che però rimarranno sempre interdetti alla vista e all'udito, mentre davanti a noi si presenta il monte Magnola (2.222 m). Si percorre l'altipiano in leggera salita fino ad arrivare al bivio che a sinistra porta alla Capanna Brin (1925 m), sede dell'arrivo della seggiovia e noi prenderemo a destra verso Costa dei Vecchi con una salitina che ci porta ad ammirare un panorama stupendo con le cime vicine e lontane fino al Gran Sasso e alla Maiella. Da qui si prosegue per saliscendi alle pendici del crinale del monte Magnola dove pranzeremo per poi riprendere la via di casa per lo stesso tragitto.

Iscrizioni entro giovedì 2 marzo ai DdG Tullio Lavosi (3209223381 – mail tullio.lavosi@mef.gov.it); Andrea Negri (3358722202 – mail anegri@fastwebnet.it) Gianni De Felice (3346952983 – mail gianni.defelice@yahoo.com)

DOMENICA 12 MARZO: MONTE CERASO (SULLE TRACCE DEL BRIGANTE GASPARRONE) (E)

Direttori di Gita: Federico Grassilli – Francesca Attoni

Ci ritroveremo al paese di Sonnino, famoso tra le altre cose, per aver dato i natali all'ultimo dei grandi capi banda Antonio Gasbarrone. Percorreremo un anello, caratterizzato da un affascinante e roccioso territorio carsico e viste mozzafiato sul golfo di Gaeta, il Circeo e la pianura Pontina. Scopriremo una terra di confine (tra lo Stato Pontificio e il Regno delle due Sicilie) dove i briganti avevano la capacità di muoversi, spesso di notte, senza essere arrestati. Ripercorreremo la vita di

un incredibile e contraddittoria figura che, nonostante il suo "tetro curriculum" divenne una sorta di celebrità.

Appuntamento: 7,45 a piazza Guglielmo Marconi all'Eur (al netto delle eventuali disposizioni anti covid o di modalità suggerite dal buon senso in relazione alla situazione che si presenterà nel periodo dell'escursione)

Tipologia: anello

Difficoltà: E (facile)

Dislivello: 550 m

Lunghezza: 9 km

Abbigliamento: a strati. Obbligatorie le scarpe da escursionismo con suole scolpite, meglio se a caviglia alta. I bastoncini telescopici sono consigliati.

Pranzo: al sacco. Obbligatorio almeno un litro d'acqua (minimo). Se ne consigliano 1,5L.

Costo: 40/50 ad automobile a seconda delle motorizzazioni. 5€ per non soci adulti comprensivi di assicurazione. 2€ per i non soci under 25.

Prenotazioni: Entro giovedì 9 marzo a Federico Grassilli 347.1807358 grassilli.fisio@gmail.com - Francesca Attoni 349.4706569 francesca.attoni@gmail.com

SABATO 18 MARZO: CALDARA DI MANZIANA, GRANDE BOSCO E AEREI (E-BR-T)

Direttori di Gita: Ilio Grassilli – Marta Grassilli

Una alternanza di tratti "motorizzati" e tratti a piedi, in ambiente naturale molto distensivo, con finale nel Museo storico dell'Aeronautica Militare a Vigna di Valle. Escursione facile, per tutti (anche bambini e ragazzi).

Ritrovo*:* ore 8:45 su Viale Leone XIII (che divide le due parti di Villa Pamphili). Esattamente poco prima della fermata Atac (bus 31, 33, 791, 892) che, venendo da sud, si trova sulla destra in vista del cavalcavia della Aurelia Antica, in prossimità di una delle entrate alla Villa. Si parcheggia bene.

Viaggio: la logistica di questa escursione richiede il viaggio **in pullman.** Qualora il numero di iscrizioni non lo consentisse, si andrà con le **nostre automobili**, ridimensionando il programma. Si percorre la Via Aurelia fino a Furbara e si sale al grazioso antico borgo di Sasso. Sosta caffè.
Sviluppo: lasciata Sasso faremo altri 3 km in pullman fino all'inizio della strada poderale che scende sul Fosso della Caldara. Lo risaliremo fino alla Caldara di Manziana in un inconsueto (data la modestissima quota) bosco di betulle. Ritorno, per altra via, sulla strada provinciale. Con altri 2 km motorizzati raggiungeremo l'ingresso sud del Grande Bosco di Manziana, che verrà attraversato integralmente (km 2,5). All'ingresso nord, faremo la sosta pranzo (al sacco, ovviamente). In totale percorreremo a piedi circa 6 km, con modestissimo dislivello. Alle ore 15 ci sposteremo a Vigna di Valle, dove visiteremo i tre hangar nei quali è custodita la storia della nostra aeronautica militare.
Rientro a Roma per le ore 19:00- 19:30
Spesa viaggio: se in pullman € 15-25 in base al numero di partecipanti. Verrà applicato lo "Sconto famiglia". Se in auto, circa € 30 ad equipaggio, da suddividere. I non soci GM verseranno 5 € in più (2 i bambini) comprensivi di assicurazione.
Iscrizioni: **entro giovedì 16** a Ilio Grassilli (meme.ilio@ libero.it; 06.6574.5782; 338.431.6541).

DOMENICA 26 MARZO: MONTE TORRE MAGGIORE (E)

Direttori di Gita: Giovanna Cultrera – Lucia Margheriti

Ritrovo: ore 8:00 a Piazza Bologna (Roma) e 9:30 a Cesi (Terni)

Viaggio: lungo la A1 fino a Orte, poi seguire le indicazioni per Terni e uscire a San Gemini sud/Terni nord.

Sviluppo dell'escursione: Il Monte Torre Maggiore si trova nella parte più meridionale dei Monti Martani e, grazie alla posizione strategica sulla via Flaminia e la conca ternana, ha avuto notevole importanza nell'antichità, trovandosi al confine tra umbri, etruschi e romani. L'escursione inizia dal pittoresco paese di Cesi (437 m) e si snoda in un percorso ad anello che passa per la chiesa romanica di S.Erasmo ed arriva fino alla vetta (1120 m), dove sono presenti resti di un antico santuario umbro,

in più punti si gode di una vista spettacolare sulla conca ternana.

Dislivello: circa 800 metri (650 m se si decidesse di saltare la salita in vetta).

Tempo previsto di percorrenza: 6 ore circa. Rientro a Roma previsto per le ore 18.

Spesa viaggio: circa 20 euro ad equipaggio.

Equipaggiamento: scarponcini con suola ben scolpita, protezione contro la pioggia, bastoncini, pranzo al sacco.

Iscrizioni: entro giovedì 23 marzo ai DdG, Giovanna Cultrera (tel. 3492339956; mail. cultrera.gio@gmail.com) e Lucia Margheriti (tel 393 772 1411; mail. lucia.margheriti@ingv.it).

Limitazioni: in caso di pioggia parte del percorso può essere scivoloso.

IN PROSPETTIVA

MERCOLEDI' 26 APRILE-MERCOLEDI' 3 MAGGIO: CAMMINO DEL CAVALLO, MINORCA (E)

Direttori di Gita: Giampiero Mori – Guido Motteran

Attenzione: c'è stato un cambio date rispetto a quanto in calendario.

Ricordiamo a **chi fosse interessato** di far avere la **comunicazione di interesse entro il 10 gennaio a Guido Motteran (3335858517) o Giampiero Mori (3386269992).**

Il programma della settimana è allegato alla mail inviata a tutti i soci. Di seguito il testo della mail scritto dai direttori di gita.

Anche quest'anno stiamo cercando di organizzare una settimana di trekking "moderato". Sulla base di una nostra recente esperienza e molte altre fonti la scelta è caduta su Minorca nelle isole Baleari.

Minorca, oltre ad avere coste bellissime con spiagge incredibili, ha il pregio di avere un famoso percorso di trekking , El Camin de Cavalls, che in 185 Km fa il giro completo dell'isola.

Ovviamente noi non faremo tutto il percorso ma 6 tappe scelte nei punti più belli dell'isola.
Minorca ha inoltre il vantaggio di essere una delle località dove opera Naturaliter. Ormai sia la GM che il CAI e molte altre organizzazioni si appoggiano alla Naturaliter che ha dimostrato di essere affidabile e avere costi contenuti. D'altronde sarebbe troppo complesso organizzare un soggiorno di questo tipo senza appoggiarci ad un'organizzazione che operi in loco.
In allegato troverete la descrizione dettagliata delle escursioni giornaliere.
Il programma prevede la sistemazione per tutto il periodo in un albergo di Cala Galdana. Questo dovrebbe agevolare chi decidesse di non partecipare a tutte le escursioni. Cala Galdana è una splendida località turistica che vi consigliamo di vedere su internet insieme alle altre varie spiagge dell'isola.
Qualche socio ha manifestato il desiderio di fare escursioni più brevi. La Naturaliter non può, per ovvi motivi organizzativi, garantire questa possibilità. Tuttavia, sulla base delle nostre ormai molteplici esperienze con questa organizzazione, siamo convinti che per quanto possibile cercheranno di soddisfare eventuali richieste di questo tipo.
Il problema però è come raggiungere Minorca. Ad aprile non ci sono voli diretti. Dovremmo arrivare via Barcellona. Il costo del biglietto varia moltissimo a seconda delle date e del bagaglio. Per questo abbiamo pensato di modificare le date e proporre un bagaglio "condiviso".
La partenza dovrebbe essere mercoledì 26 aprile e il rientro mercoledì 3 maggio.
Per il bagaglio il costo per una valigia di 25 Kg in stiva è di Euro 150. Abbiamo pensato che per contenere i costi potremmo prevedere una valigia da 25 Kg a coppia. Questo significa che i "singles" dovrebbero organizzarsi per "condividere" la valigia (se non fossero disposti a farlo dovranno pagare l'extra costo).
Con queste variazioni pensiamo di poter contenere il costo totale del soggiorno sui 1050-1100 Euro a persona. A questo importo chi desidera la camera singola dovrà aggiungere 25 Euro al giorno e cioè 175 euro.
In realtà questa è una stima di massima. Il vero costo lo conosceremo soltanto quando sapremo con precisione il costo del volo.
Ed è appunto questo lo scopo di questa comunicazione:
Dovreste cortesemente farci sapere entro il 10 gennaio se la proposta vi interessa. Questa adesione non è impegnativa ma ci consentirà di chiedere una quotazione per i voli aerei. Dopodiché vi chiederemo, in tempi brevi, di confermare la vostra prenotazione e pagare un acconto per acquistare i biglietti aerei e pagare un anticipo a Naturaliter.

CALENDARIO ESCURSIONI 2023

Di seguito il calendario completo delle escursioni 2023. Buone gite!

GIOVANE MONTAGNA- Sezione di Roma

Attività programmate per l'anno 2023

Gennaio			
15	E-T	Trekking urbano: Il giro delle sette chiese - 2°parte	Sanchez - Dure Silguero
19 (gio)	*IC*	*Una sola Chiesa di Cristo, ma tante chiese cristiane (Don Giovanni Cereti)*	*Commissione Cultura*
22	RN	Campo Imperatore: Gara Artva cronometrata	Gambini - Pecci
28 (sab)	BR	Passeggiata a Villa Pamphili - Catacombe	I. Grassilli - Motteran
29	RN	Monte Ocre	Cecchini - Farroni
Febbraio			
5	RN	Rifugio Prato San Rocco-Monte San Rocco	Giovannozzi - Marinari
11-12	**RN-SA**	**Rally di Scialpinismo e Racchette da Neve - Vetan (AO)**	**Sez. Genova**
23 (gio)	*IC*	*Autoproduzioni artigianali con piante officinali (Federica Caldara)*	*Commissione Cultura*
26	E	Cima Bandita	Motteran - A.Serraino
Marzo			
5	RN-R	Monte Magnola: Dolce Vita-Costa dei Vecchi	Lavosi - Negri - De Felice
9 (gio)	*IC*	*Molti Friends e alcuni Nuts (Gianni Battimelli)*	*Commissione Cultura*
12	E	Monte Ceraso: sulle tracce del Brigante Gasbarrone	F. Grassilli - Attoni
18-19	**EE**	**I Formazione spedizione in Bolivia**	**C.C.A.S.A.**
18 (sab)	E-BR	Caldara di Manziana, Grande Bosco e Aerei	I. Grassilli - M. Grassilli
26	E	Monte Torre Maggiore	Cultrera - Margheriti
Aprile			
2	A	Sirente: il Canale Maiori	Cecchini - Mariotti
13 (gio)	*IC*	*Cronaca di un viaggio di avvicinamento all'Everest*	*Commissione Cultura*
15 (sab)	BR	Arrampicata al "muro" di S. Luigi di Monfort	I. Grassilli - P. Iacobelli
16	E	Anello Monte Autore e Ss Trinità	Sanchez - Rei
22-25	**SA**	**Randonnée di scialpinismo**	**C.C.A.S.A.**
25/4-01/5	E-T	Isola di Minorca: Cammino del Cavallo	Motteran - Mori
Maggio			
6-7	E	Via Francigena: Viterbo-Vetralla-Capranica	Volpe - Borgianelli
13 (sab)	E-BR	Gioco Orientamento	I. Grassilli - Consiglio di Sezione
14	E-T	Priverno-Fossanova (Francigena del Sud)	Scarnecchia - Melappioni
18 (gio)	*IC*	*Competizione e lucidità sul Nanga Parbat (Ilio Grassilli e Francesca Attoni)*	*Commissione Cultura*
21	E	Monte Macchia Gelata-Rif. Cognolo	Cultrera - F.Grassilli
27 (sab)	E	Monte Meta	Sanchez - M. De Masi
Giugno			
1-4	E-T	Sentiero degli Dei	Centro - Sanchez
11	E	Il Gran Sasso Teramano	Blasi - Fabale
17-18	**EE**	**II Formazione spedizione in Bolivia**	**C.C.A.S.A.**
18	EE	Terminillo: la cresta Sassetelli	Sanchez - Barreiro
24-25	E-A-BR	Notte al Rifugio Viperella	I. Grassilli - P. Iacobelli - Pecci
28-2 lug	EE	Trekking Estivo: Pale di San Martino	Cellamare - Michetti
Luglio			
8-9	E-EE	**Benedizione alpinisti e attrezzi - Rocciamelone**	**Sez. Torino**
16	E-R	Acquatrekking sul fiume Farfa	F. Grassilli - Attoni
22-23	**EE**	**III Formazione spedizione in Bolivia**	**C.C.A.S.A.**
23-30	E	Via Francigena: Valle d'Aosta	Motteran - Fiorentini - Farroni
Agosto			
02-06	**A**	**Pratica Alpinistica - Albigna**	**C.C.A.S.A.**
Settembre			
8-10	**E-EE**	**Raduno intersezionale estivo - Mombarone**	**Sez. Ivrea**
17	E	Anello Valle Perlata-Lago di Bolsena	F. Grassilli - Attoni
23 (sab)	EE	Gran Sasso	Farroni - Cecchini
30-1 ott	**EE**	**IV Formazione spedizione in Bolivia**	**C.C.A.S.A.**
Ottobre			
1	E-EEA	Monte Porcini e Canyon Monte di Cambio	Motteran-M.De Masi-Iacobelli-Pecci
5 (gio)	*IC*	*Cosimo Zappelli, montagne di emozioni - (Ada Brunazzi)*	*Commissione Cultura*
8	E	Monte Montagnone	M. De Masi - S. Marchesi
21-22		**Assemblea dei delegati a Roma**	**Sez. Roma**
29	E-R	Anello Monte Calvo	M. Grassilli - S. Marchesi
Novembre			
4-5	**A**	**Aggiornamento Roccia - Arco (TN)**	**C.C.A.S.A.**
12	E-T	Trekking Urbano: Tor Bella Monaca	Cellamare - Giorio
19		Assemblea annuale di Sezione	Consiglio di Sezione
23 (gio)	*IC*	*Gran Sasso e cinema - (Andrea Lolli)*	*Commissione Cultura*
26	C	MTB al Parco di Veio	Negri - F. Grassilli
Dicembre			
3	E	Anello Monte Palanzana e pozze d'acqua calda	S. Marchesi-A. Marchesi-M. Grassilli
15 (ven)		Messa e cena di Natale	Sez. Roma
17	E	Gita di Natale - Anello cascate di Cerveteri	Motteran - Volpe

SERATE IN SEDE IN PROGRAMMA

Le serate culturali si svolgono presso la Sede della Giovane Montagna c/o la Basilica di San Pancrazio. Appuntamento ore 20:45, inizio alle ore 21.

GIOVEDI' 19 GENNAIO: UNA SOLA CHIESA DI CRISTO, MA TANTE CHIESE CRISTIANE. PERCHE'? QUALI PROSPETTIVE?

A cura di Don Giovanni Cereti

E' la prima serata culturale del 2023. Un tema non alpinistico, ma di grande interesse.

Una sola è la Chiesa di Cristo, ma nel corso dei secoli, le circostanze storiche (e in qualche misura anche il peccato degli uomini) hanno condotto a contrapposizioni e divisioni per cui oggi ci sono tante chiese cristiane : cattolici, ortodossi, anglicani, protestanti. Questi ultimi a loro volta suddivisi in innumerevoli denominazioni. Perché ? In cosa si differenziano ? Tale divisione da scandalo al mondo ed è contraria alla volontà di Cristo. Quali le vie da percorrere per ritrovare l'unità ?

Sarà nostro ospite il socio **Don Giovanni Cereti**. Nato a Genova nel 1933, appena laureato in giurisprudenza entrò in seminario e nel 1960 fu ordinato sacerdote. Dottore in teologia alla Gregoriana, è stato docente in diverse Facoltà teologiche italiane

Ha vissuto l'esperienza della missione in Africa ed è un convinto sostenitore della riammissione dei preti sposati e di una valorizzazione del ruolo femminile anche nella chiesa cattolica.

Impegnato nel dialogo interecumenico, ha fondato la sezione italiana della *World Conference of Religions for peace*. . Ha dato vita a diverse associazioni, è stato il promotore della ri-nascita della Giovane Montagna a Roma. E' rettore della chiesa di San Giovanni Battista dei Genovesi in Trastevere.

GIOVEDI' 23 FEBBRAIO. AUTOPRODUZIONI ARTIGIANALI CON PIANTE OFFICIANALI

A cura di Federica Caldara

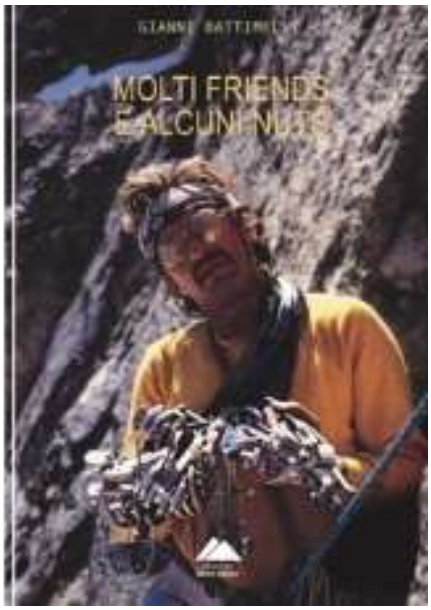
Da qualche anno coltivo una passione: l'autoproduzione artigianale. Che si è unita all'amore per la natura, e cercare di usare prodotti più naturali possibili.

Ho seguito dei laboratori per imparare ad autoprodurre il sapone, prodotti per il corpo e qualcosa per la pulizia della casa. Ho iniziato per me, perché mi piace lavorare con le mani, e mi piace farmi le cose da sola. E per fare i regali ad amici e parenti. Poiché sono molto apprezzati, ho cominciato anche a venderli. Sono prodotti semplici, con pochi ingredienti, ma di qualità, preparati con cura. Durante questa serata parleremo degli oleoliti: cosa sono, a cosa servono, come si fanno? Quali sono le proprietà degli oleoliti di iperico, di elicriso e di calendula? Vedremo insieme come preparare una crema per il viso e per il corpo. Ma anche come preparare in pochi secondi un anticalcare super.

Vi aspetto,

Federica Caldara

GIOVEDI' 9 MARZO. MOLTI FRIENDS E ALCUNI NUTS



A cura di Gianni Battimelli

Gianni Battimelli ha insegnato al dipartimento di fisica dell'Università Sapienza, pubblicando vari lavori di ricerca in storia della fisica. Da oltre mezzo secolo usa l'andare per rocce e per montagne come eccellente pretesto per girare il mondo, e non si è ancora stancato. Attualmente dirige la Scuola di alpinismo "Paolo Consiglio" della sezione romana del CAI. Ha fatto parte della redazione de L'Appennino e della Rivista della Montagna, e ha collaborato con varie riviste di settore. Ha curato con Stefano Ardito l'antologia di scritti di alpinisti italiani Montagne di parole (CDA 1987)

Molti friends e alcuni nuts è una raccolta di testi di varia natura scritti lungo tutto il corso di una lunga frequentazione del mondo della montagna. Raccontare la storia di alcuni di questi scritti è lo spunto per dialogare su vari aspetti della pratica dell'alpinismo e della sua evoluzione, tra storia, ricordi personali e riflessioni talvolta ma non sempre serie, incrociando personaggi più o meno illustri, tra Horace De Saussure e Fred Beckey, e una varietà di ambienti naturali, tra il Verdon e il Sahara (passando per il Gran Sasso).

ATTIVITA' INTERSEZIONALI

SABATO 11-DOMENICA 12 FEBBRAIO: RALLY DI SCIALPINISMO E RACCHETTE DA NEVE (RN-SA)

Si svolgerà a Vetan, frazione di Saint-Pierre (AO), il rally di scialpinismo e racchette da neve, organizzato dalla sezione di Genova.
Per maggiori dettagli fare riferimento alle comunicazioni ricevute per email.

SABATO 18-DOMENICA 19 MARZO: PRIMA FORMAZIONE SPEDIZIONE IN BOLIVIA (A)

Primo appuntamento per la formazione per la Spedizione Alpinistica ed Escursionistica Bolivia 2024 dedicata a Piero Lanza. Per maggiori dettagli fare riferimento alle informazioni presenti sul sito nazionale o richiedere informazioni a Fabrizio Farroni (335.7272381).

ESCURSIONI SVOLTE

9 OTTOBRE: ANELLO DI TIVOLI

di Annalisa Serraino

Siamo nel parco dei Lucretili a due passi da Roma guidati da Alessandro di Marzio e Elena Fioretti per un escursione che da Tivoli va verso il monte Catillo per incontrare un antico castello Saraceno . Il posto si raggiunge con il comodo bus del Cotral, a rammentarmi le primissime gite con gli scout, esperienza grazie alla quale ho imparato ad apprezzare la montagna . Siamo in 8 e il buon umore ci accompagna, il desiderio di condividere con gli altri una bella giornata e' palpabile. Il sentiero si snoda in 14 km per un dislivello di circa 500 metri . Superato il primo tratto di salita un passaggio laterale ci allontana dalle abitazioni di Tivoli per immergerci nel verde e farci scorgere i primi rilievi . Appena entrati nel bosco purtroppo un piccolo incidente compromette se pur parzialmente la giornata al nostro amico

Lucio il quale viene punto da un piccolo sciame di vespe . Il gruppo poco dopo si dividerà per dare modo di percorrere un percorso più breve all amico Gambini . In 5 ci dirigiamo verso il castello saraceno di cui apprezziamo il fascino di questa piccola fortezza immersa nel Bosco . Di ritorno ci fermiamo a mangiare in un bel prato senza sostare troppo a lungo poiché la nostra guida Alessandro era abbastanza desideroso di ricongiungersi col resto del gruppo per tranquillizzarsi sullo stato di salute di Lucio . Ci ricongiungiamo a Tivoli con il resto del gruppo Che se ne stava allegramente a gozzovigliare in un bar all aperto. Io più felice che mai di avere finalmente la partecipazione del mio compagno e di una carissima mia amica, i quali avevano goduto ampiamente della giornata . Durante il percorso sento parlare da una socia della gratitudine che ha nei confronti dei direttori di gita che compiono per noi degli sforzi ripagati dalla gioia di convidivere paesaggi e luoghi. Penso che niente debba essere scontato e che questo riconoscimento sia importante . Per quanto mi riguarda scoprire che vicino Roma si nascondeva una zona degna di interesse come la riserva del Monte Catillo e' stata una bella scoperta, perciò grazie ad Elena sempre con il sorriso e ad Alessandro e al suo entusiasmo per questa giornata piena e piacevole .

30 OTTOBRE: MONTE MIDIA

di Sandro Volpe

Il 30 Ottobre è stata una domenica autunnale speciale e non solo per le ottime condizioni climatiche.

Di buona mattina un affiatato gruppetto di Giovane Montagna, da Roma, è partito alla conquista del Monte Midia (1757 m).

Dopo una ricca colazione al Friend's Bar di Carsoli ci siamo diretti a Marsia da dove, dopo aver incontrato un nutrito gruppo di mucche e vitelli al pascolo, è iniziata la nostra escursione.

Marsia, a quota 1450, si trova vicino al confine tra Lazio e Abruzzo. Situata su un altopiano dei monti **Carsolani**, alle pendici del Monte Midia, è ***circondata dalla più grande faggeta d'Europa*****.**

Federico ci ha sapientemente introdotto all'escursione raccontandoci le leggende legate alla nascita di Marsia. È stato un inizio simpatico che ci ha fatto pregustare l'effettiva magia dei luoghi.

Nelle vicinanze del Parco dei Monti Simbruini, un quadro stupendo si è presentato ai nostri occhi e le foglie dei faggi, ora che è autunno, sono le protagoniste di uno spettacolo della natura che regala un'esplosione di colori.

Il percorso si è snodato in una gradevole salita su un lungo crinale, con tratti aperti alternati a boschi popolati da faggi ***danzanti*** che offrono riparo e nutrimento alla fauna locale. I nostri scarponi hanno piacevolmente **"croccato"** sul fondo del fogliame tra margherite che, timidamente, facevano capolino per la caldissima giornata fuori stagione.

Francesca non ha mai perso di vista gli ultimi del gruppo intenti a cristallizzare in foto (per il concorso fotografico di GM imminente) la bellezza dei colori autunnali.

La sommità del Monte Midia completamente sgombra ci ha offerto la possibilità di perderci nei colori della natura.

Sotto di noi si è aperta la vista della **Valle della Dogana** e sullo sfondo abbiamo ammirato una parte della catena degli **Ernici** e alcune delle cime più importanti del parco: il **Monte Autore**, il **Tarino** e **Tarinello**, nonché il **Cotento** e il **Viglio, a Nord il Monte Velino.**

Dopo la sosta per il pranzo, durante la discesa tra i boschi di faggi, abbiamo fatto "silenzio" e l'aria immediatamente si è riempita dei suoni/rumori tipici del bosco. Semplicemente fantastico!

Ringraziamo i nostri Federico e Francesca per averci fatto immergere in questo paradiso. Durante l'autunno, camminare in questi luoghi, è una pratica che fa bene non solo al fisico ma anche alla mente e allo spirito. Per gli orientali è addirittura una tradizione denominata **momijigari**, per gli occidentali è il **foliage**, per noi di GM un colorato e spensierato camminare insieme.

6 NOVEMBRE: MONTE CIMAMACCHIA

(di Adele della Sala)

Una domenica di novembre un affiatato gruppo di escursionisti - tra i quali due neofite della montagna - partendo da Roma si è ritrovato a Contigliano, in provincia di Rieti, per scalare il Monte Cimamacchia (998 m s.l.m.) tra i boschi dei Monti Sabini.

Dopo la colazione consumata nella pasticceria del ritrovo, con le macchine ci siamo diretti fino al parcheggio di una cava e da lì è iniziata la nostra avventura.

Percorso un brevissimo tratto di carrareccia, subito si è unito a noi un cane pastore, ribattezzato Belle perché identico al candido maremmano del grande classico *Belle e Sebastien* che ha accompagnato generazioni di bambini: il nostro nuovo amico ci ha scortati per tutta l'escursione, in testa al gruppo fino in cima.

Superato un cancello di ferro per il bestiame, ci ha circondati il bosco dai tipici colori autunnali sebbene la temperatura fosse gradevolissima, ed è cominciata la salita (dislivello 600 metri) per raggiungere le dolci e lunghe creste dei Monti Sabini.

Lungo un sentiero su terreno sdrucciolevole e a tratti esposto, abbiamo percorso la prima parte del tragitto tra fitti alberi da una parte e pareti rocciose dall'altra, attraversando così il Fosso Ravi e la sua gola, che si sviluppano in fondo a uno splendido vallone nascosto tra le pieghe dei monti, nella roccia bianca ammantata dalla vegetazione: scorci bellissimi sono stati catturati dalle nostre fotografie.

Giunti alla Grotta Cellula, abbiamo approfittato dei geologi del gruppo per approfondire alcune curiosità sulla formazione delle grotte.

Proseguendo lungo una serie di tornanti, abbiamo raggiu nto una vasta radura per una prima pausa al sole, ma poco prima, ai margini della boscaglia - perché è proprio qui che cresce -, abbiamo incontrato l'Elleboro puzzolente (*Helleborus foetidus*).

Nonostante il nome che può far sorridere, è una pianta di tutto rispetto, una delle più potenti officinali della storia, nonché l'arma che garantì la vittoria a chi riuscì a usarla a proprio vantaggio.
Bellissima, con i suoi fiori penduli giallo-verde o verde chiaro bordati di porpora quando fiorisce a fine inverno, è nota fin dall'antichità come potente veleno, ma anche come narcotico usato per sedare attacchi epilettici e crisi di nervi: le fonti narrano che l'imperatrice Agrippina lo usasse per preparare insalate al giovane figlio Nerone e tenere a bada le sue follie!
Per tutto questo tempo Belle è stato sempre in testa al gruppo e - spettacolare - se non eravamo compatti perché qualcuno rimaneva indietro, il cane pastore si metteva di traverso sul sentiero, fermo a guardare indietro che arrivassero tutti. E poi riprendeva il viaggio, perfettamente a suo agio nel ruolo di cane guida.
Il cammino è proseguito fino alla Chiesa di Santo Tomeo (XIV secolo), dove abbiamo consumato il pranzo, buono e spartano a base di ciriole e mortadella, su un tavolo di pietra all'ombra di pochi alberi: di fronte solo boschi a perdita d'occhio.
Presa la via del ritorno, un'ultima tappa ci ha visti su un pianoro, verde e sassoso, a scattare foto a un panorama mozzafiato: davanti a noi il Terminillo, il Terminilletto, il Nuria, le Montagne della Duchessa, il Velino-Sirente e il Rosato stagliati all'orizzonte tra la terra e il cielo.
La discesa tra i boschi profumati dell'umidità della terra appena il sole è iniziato a calare, ci ha riportati presto alle macchine e, dopo una merenda condivisa sempre a Contigliano, la partenza per Roma.
Grazie Elena Fioretti e grazie Guido Motteran per la splendida giornata!
Belle è schizzato verso casa appena terminata la discesa: un grazie va anche a lui!

27 NOVEMBRE: CICLOTURISTICA

di Tullio Lavosi

Finalmente il sole! Dopo due giorni di vento e pioggia, che hanno fatto temere per la nostra cicloturistica, sabato 27 novembre splende il sole, anche se all'appuntamento di ponte Milvio, alle ore 9, fa piuttosto freddino e arriviamo tutti un po' intirizziti. Rinnoviamo il piacere di vederci, dopo molto tempo in alcuni casi, in breve siamo una dozzina (che non diventerà mai sporca, per fortuna) composta da varie età che spaziano dai 12 anni agli over 60. Dopo qualche chiacchera, subito si parte! Imbocchiamo la ciclabile di Viale Tiziano, passiamo per l'Auditorium e facciamo una breve digressione dal percorso diretto, con salita che ci scalda, a Villa Glori per la prima foto di gruppo.

Riprendiamo la ciclabile passando per la Moschea, dirigendoci verso la Salaria. Dopo il laborioso attraversamento, continuiamo per la ciclabile sull'Aniene, caratterizzata da una vegetazione molto fitta e da continui brevi saliscendi, fino a Ponte Tazio sulla Nomentana, che colpisce sempre con il suo fascino secolare e i finestroni affacciati sul fiume. Quindi entriamo nel Parco dell'Aniene e la vista si apre con ampi panorami verdi molto interessanti che

nascondono il volto di Roma, dalla quale pare essere molto lontani. Costeggiamo l'Aniene, a tratti con canneti e lussureggianti boschetti accompagnati da cinguettii sempre diversi, riconoscenti per la poca presenza di fango in sentieri che solitamente sono ridotti a pozzanghere piene di mota, che invece

siamo riusciti a schivare con sapienti zig-zag. Arriviamo quindi a Ponte Mammolo dove percorriamo un piccolo tratto di strada urbana in prossimità della Palmiro Togliatti, dove approfittiamo di un bel bar per prendere un caffè ristoratore e fare una breve pausa. Naturalmente i cornetti giganti e altri dolci sono in numero superiore ai caffè (ma tutti meritati!) e riprendiamo attraversando il Parco della Cervelletta, con sosta al "cantiere" del castello. Quindi altro tratto urbano verso Tor Sapienza per scavalcare la Prenestina ed entrare al Parco di Tor tre teste. Qui una prima foratura che ha consentito a molti di noi di visitare la bella chiesa parrocchiale di Dio misericordioso, su progetto di Richard Meier, conosciuta come chiesa del Giubileo o del terzo millennio, voluta dal Vicariato con un concorso internazionale bandito appunto per il Giubileo del 2000 (i lavori iniziarono nel 1998 e terminarono nel 2003). Durante la sosta, diventata un po' lunga per un'ulteriore doppia foratura col botto, ci hanno lasciati per assolvere agli impegni familiari domenicali due partecipanti, che sono stati rimpiazzati prontamente lunga la via da altri due, che avevano avuto contrattempi per arrivare al punto di inizio, così da mantenere inalterato il numero iniziale. Ripreso a pedalare siamo usciti dal parco attraversando il quartiere di Don Bosco a Cinecittà e giunti al Parco degli Acquedotti abbiamo approfittato per un pranzo al sacco godendo della bellissima luce, del caldo sole e dell'ampio prato. La ripartenza prevedeva l'attraversamento del Parco per andare verso l'Appia antica che abbiamo percorso per un buon tratto e a San Callisto siamo entrati, guidati da un profondo conoscitore della zona, nel parco omonimo del quale nessun altro era a conoscenza dell'esistenza e che ci ha meravigliato per quanto fosse tenuto bene, la grandezza e la bellezza nascosta. Siamo usciti dall'Appia salendo alle Mura Aureliane e da qui sono iniziati i primi distacchi per il ritorno alle proprie abitazioni. Quindi siamo scesi a Piramide, andati verso Porta Portese da dove abbiamo imboccato la ciclabile del Tevere fino a San Pietro. A questo punto il gruppo si era assottigliato - composto tutto da "monfortani" - e per dirigersi verso casa ha inforcato la ciclabile di Via Gregorio VII fino a Piazza Carpegna, poi ha attraversato il Parco del Pineto, diramandosi infine per le vie delle proprie abitazioni. Tutti i partecipanti hanno apprezzato la guida sicura e la conoscenza approfondita del nostro DdG Andrea Negri, coadiuvato in extremis da Gianni De Felice, per avere potuto godere di una bellissima giornata, con una luce meravigliosa, godendo della lunga passeggiata, della bella compagnia e della vista di luoghi impensabili per essere dentro Roma. La lunghezza del percorso per i monfortani è stata di 59 chilometri con un dislivello in salita di più di 500 metri. Come si suol dire stanchi (alcuni) ma soddisfatti.

11 DICEMBRE : GITA DI NATALE ALLA CAFFARELLA

Di Guido Motteran

Pioggia e fango non ci hanno spaventato, cosi tutti puntuali ci siamo incontrati all'ingresso di via Macedonia. Giovanna, coadiuvata da Massimo, ci ha illustrato gli aspetti storici, naturalisti, archeologici e geologici del Parco nonché, mediante delle cartografie, ci ha indicato il percorso ad anello che avremmo fatto. Dopo questa interessante presentazione abbiamo iniziato a muoverci e, nonostante il numero elevato dei partecipanti, abbiamo camminato tutti insieme seguendo le nostre due guide. Il parco è inserito in un contesto ambientale di notevole pregio inglobando elementi di architettura di pregevole importanza. Durante il percorso abbiamo attraversato il fosso dell'Almone, un affluente del Tevere che per i romani era un fiume sacro. Tutto il parco, compreso tra la Via Appia e la Via Latina, è formato da morbidi rilievi tufacei separati dalla valle alluvionale dell'Almone. L'abbondanza delle acque e di sorgenti ha permesso l'attività agricola e pastorale che prosegue ancora oggi.

Giovanna ci ha fatto vedere il Sepolcreto di Antonia Regilla, la Cisterna Romana, il Ninfeo di Egeria il casale della Vaccareggia, il Bosco Sacro ed il Colombario Costantiniano. Inoltre, siamo stati fortunati perché abbiamo avuto la possibilità di fare una breve visita ad una Cava Sotterranea recentemente aperta da Sotterranei di Roma (sarà mia cura fare una attenta visita).

La sosta del pranzo è stata fatta presso le sorgenti dell'acqua Egeria dove era presente un mercatino natalizio. In alcuni sprazzi di luce si è intravisto la sagoma del Vulcano Laziale dal quale sono arrivati i materiali vulcanici che hanno formato il territorio dei Sette Colli di Roma.

Durante la gita le guide ci hanno mostratole numerose depressioni e sprofondamenti collegati con l'attività estrattiva di cave abbandonate. Verso la parte finale della gita ci ha raggiunto una terza guida.

La giornata si è conclusa con un caldo saluto e con gli auguri per le festività Natalizie.

ATTIVITÀ IN SEDE SVOLTE

24 NOVEMBRE – LA GUINEA BISSAU DI CESARE E ANGELA

(di Serena Peri)

Vento d'Africa in sede giovedì 24 novembre con l'amico e socio di Verona Cesare Campagnola. Ci presenta il Progetto di volontariato San Francisco da Floresta, nato nel 2006 in Guinea Bissau ad opera di un missionario laico vicentino, Vittorio Bicego. Cesare ci lavora da anni con passione e fedeltà e ci regala una serata speciale, con parole immagini e fatti (una varietà di prodotti locali messi a disposizione per la vendita ma anche per l'assaggio, in confezioni deliziose allestite da un team di giovani socie coordinate da Angela, sposa di Cesare e preziosa socia della nostra sezione di Roma). Il team gastronomico femminile è affiancato quella sera da un indispensabile team tecnologico "misto", che si adopera per garantire, nel corso dell'incontro, che i potenti mezzi a disposizione riescano ad accordarsi tra loro per la proiezione dei video e delle immagini portate da Cesare. Con pazienza, tenacia e generosità si porta a termine – nel piccolo e nel grande – quello a

cui si tiene: e quindi la lunga e meticolosa produzione dell'anacardo in Guinea Bissau, che scopriamo essere il seme di un frutto da estrarre con un lavoro lungo e impegnativo, in cui alla donne è affidata la scelta finale dei singoli semini che finiscono poi sottovuoto…fino alle nostre tavole; e, nel nostro piccolo, la conduzione dell'intera serata, che supera i piccoli ostacoli di PC e proiettore che confliggono, di cavi che non arrivano, di "integratori" al PC fatti venire da fuori sala; e di trasporti fisici e relativi allestimenti su tavola di finali "barchette" appetitose ed esteticamente fantastiche, contenenti, oltre agli anacardi, diverse loro trasformazioni cremose, dolci e piccanti. Il tutto condito da amicizia, allegria, entusiasmo del ritrovarsi vicini con il calore dell' essere GM e con quello – che non guastava quella sera – del riscaldamento della Sala San Michele. Grazie a Cesare e ad Angela e a tutti i tanti , soci e amici non soci, che hanno contribuito – generosi - a spalancare all'Africa di un villaggio nella foresta e ai suoi stili di vita faticosi ma autentici le finestre del cuore, oltre che della nostra sede.

La poesia di Serena Peri

Verona e Africa, è questa la serata,
con Cesare, fedele amico vero:
volontariato messo in carrellata,
Guinea Bissau, che è nel nostro emisfero.
E' l'anacardo, che lì va alla grande:
estrarlo è macchinosa procedura;
il liquido che brucia e che si espande
rende la protezion molto sicura.
La Guinea non è un paese unito,
e mancano le strade in Meridione:
quello del Sud è problema…avito,
ma in Africa è più grave la questione.
Percorrere le strade è faticare
(lo sa pure il PC, che va a balzelli
come la jeep…) : sol lenti si può andare,
ma le parole fan da "grimaldelli
per spalancare mondo assai inusuali
in cui, invece di frutti, son semini
a dar calore, in quantità industriali,
mentre il succo dei frutti è messo in tini.
Il vino di caju non è…Amarone:
berlo, in Valpolicella, sarebbe da pazzi;
il liquido, invece, fa reazione,
può usarlo anche la NASA per i razzi!
Lingua è il criòlo, grazie ai Portoghesi
che fecero colonia in questa terra….
E poi arrivano i cavi…spenti e accesi
PC e proiettor si fanno guerra!
Vittorio Bicego viene da Valdagno;
con inventiva pronta e originale
alle mission dà fonti di guadagno…
anche se l'ananas spesso lì va a male!
Il team intanto si applica e affastella,
riesce a "conquistare la montagna",
alla tecnologia ormai "monta in sella":
Guinea Bissau nel video ci è compagna!
Si lavan gli anacardi non aperti,
i gusci servon poi per riscaldare;
uno per uno li aprono gli esperti,
l'especulage infine, a completare.
Poi in forno, che però non va a corrente,
ma a fotovoltaici pannelli;
le donne alfin, selezionando attente,
li metton sottovuoto, quelli belli!
La scuola è un gran valore e va difeso,
convincersene è già un bel primo passo:
da 4 anni il gruppo bimbi si è esteso,
or, 250 è un numero non basso.
Vaccinazioni e nuova coltura
con metodi che restan naturali:
nuovi progetti, estratti di natura
con succhi e marmellate originali.
E poi baobab, albero della vita,
con frutti anche loro autoprotetti:
ottimo integratore è la riuscita,
filamenti, semi e frutti tutti accetti.
Adesso spedizioni troppo care:
10.000 euro non si può sostenere!
Speriamo presto di ricominciare
e il nostro standard poter mantenere.
In Guinea c'è molto animismo,
con percentuali di altre religioni,
ma c'è armonia, e niente antagonismo,
si condividon tutte le passioni.
E la passione tra noi qui condividiamo:
passione africana e …Campagnola!
Grazie di cuor stasera ti diciamo,
prima di dare insiem spazio…alla gola!

SABATO, 17 DICEMBRE 2022 – S. MESSA E CENA DI NATALE

(a cura di Bice Dinale)

La prima serata natalizia completa dopo la pandemia. "Bellissima serata ieri!", "Complimenti agli organizzatori", "Sì, è stata una serata fantastica", "Bellissima serata natalizia, ottimo catering, serata resa più vivace con la novità del concorso…", "Davvero, una delle più riuscite serate natalizie", "…grazie a tutti anche se assente alle prime portate ho goduto di brindisi, panettoni in serenità, grazie all'impegno di voi tutti. Una bella serata!"… sono alcuni dei commenti a caldo pubblicati sulle chat GM.

E' stato soprattutto un gran lavoro di squadra; tanti hanno contribuito per far sì che il puzzle dell'evento si completasse nel modo più soddisfacente.

A cominciare dalla Messa, concelebrata dai soci, Don Giovanni Cereti e Don Melchor Sanchez De Toca, che possono rappresentare per età, preparazione e formazione due anime della GM Roma attuale – i fondatori e le "nuove" leve. Don Giovanni, diversamente giovane, ha sostenuto più di 30 anni fa la rifondazione di GM Roma, ha un carisma di conoscenza e di profondità indiscutibile e una voce che raggiunge anche le immensità di S. Pancrazio; Don Melchor, sottosegretario del Ministero della Cultura del Vaticano e già collaboratore del Cardinale Ravasi, può rappresentare il nuovo clero, giovane, impegnato, preparato e molto sportivo. Il pensiero di molti è andato certamente anche a Padre Bernardo che ci ha accompagnato per tanti anni con lsaggezza e umanità e che ora trascorre tranquillamente un meritato riposo in un pensionato del vicentino.

Il nuovo parroco di S. Pancrazio, il carmelitano Padre Angelo, ci ha accolti nella grande basilica, dove un presepio con bellissime statue antiche ha sostituito i grandi abeti allestiti dai padri polacchi secondo la loro tradizione. La messa celebrata nella navata centrale ha consentito ancora il distanziamento per chi lo preferisce e ha accolto tutti con solennità. Alcuni soci non si sono potuti fermare alla cena per impegni personali, hanno però partecipato alla messa, accompagnata come da tradizione dal canto e dalla chitarra di Serena. Nell'omelia Don Giovanni ha insistito sulla necessità di pregare per la fraternità tra i popoli, senza distinzioni di razza, religione, stato sociale. Don Melchor ha letto, durante la preghiera, i nomi dei bambini nati in GM nel 2022 e dei morti. Sono nati: Noah, bisnipote dei Lentini; Diana, nipote dei Biselli; Simone, bisnipote dei Dinale; Paolo, 20° nipote dei Colla. E ci hanno lasciato: Alberto Alberti; Mario Bernardi; Anna, mamma di Massimo Biselli; Paolina Fioretti, mamma di Elena; Rino Villani; Carlo Giuliarini;

Lorenzo Battiato; Emma, mamma di Meme; Olmina, nonna di Pia Santoriello; Nello, fratello di Marisa Alberti.

Dopo la messa ci siamo spostati nella Sala S. Michele, luminosamente decorata a festa da Roberto e Massimo, con la collaborazione di Serena. Il gruppo del catering Mato Grosso aveva già apparecchiato i tavoli e stava allestendo i tavoli grandi dell'aperitivo con bollicine e degli antipasti a buffet. Mentre in cucina Silvana e Luca spacchettavano e preparavano le varie portate. Il consiglio aveva optato per il servizio catering dell'Ong Operazione Mato Grosso, già sperimentato in privato da alcuni soci, impegnato nel servizio verso alcuni paesi del Sud America (Perù, Bolivia, Ecuador e Brasile) in particolare nelle Ande, dove, oltre ad altre attività sociali, alcuni hanno costruito rifugi di alta montagna e formato le guide alpine locali. Per la cronaca vi riassumo il menu: Cocktail analcoolico e con prosecco. Antipasti: piattini tutti uguali con "caramella", tris di verdure grigliate, bruschettina. Antipasti a buffet: mozzarelle, tagliere salumi e formaggi, ricottina; torte rustiche; bicchierini con insalata di riso venere. Due primi: una crespella a testa, polenta pasticciata al ragù. Arista all'arancia. Frutta di stagione. Torte casalinghe. Menu molto stuzzicante, anche nella presentazione, certamente fin troppo abbondante, tanto che il giorno dopo, domenica, un gruppo di baldi giovani è salito al Monte Autore con il picnic ricavato dagli avanzi della cena!
Solo un piccolo appunto: avrei potuto preparare delle copie del menu per informare i commensali di quello che avrebbero dovuto …sopportare!

Mentre la sala veniva approntata e debitamente riscaldata, Federico, Francesca e qualche aiutante di buona volontà hanno appeso agli utilissimi paraventi bianchi e neri le 20 foto (una per concorrente)
selezionate da una giuria tecnica, fatte stampare A4 da Marta, come finaliste del 1° concorso fotografico GM Roma.

Ogni fotografia era rigorosamente anonima e numerata. I soci e gli amici presenti, dotati di foglietti timbrati GM da Marcella, durante la cena, tra una portata e l'altra, hanno ammirato e valutato le foto ed espresso al massimo tre preferenze. Le 20 foto erano tutte molto belle, alcune bellissime, il pubblico le ha votate e verso la fine della serata, dopo il secondo e prima dei dolci e dei brindisi, dopo la proiezione di un video preparato da Federico con tutte e 56 le foto in concorso, la commissione ha proclamato i vincitori: 1°, 22 voti, Serena con la foto della ragnatela; 2° ex-aequo, 17 voti, Angela Migliano e Pio Centro con due diverse foto della Val D'Orcia; 3°, 16 voti, Fabrizio con il laghetto e Campo Imperatore.

Serena ha ricevuto un libro e gli altri dei calendari GM. Le loro foto saranno stampate ed esposte in sede.

Le 20 foto selezionate sono inserite nel notiziario. L'idea del concorso lanciata da Francesca alcuni mesi fa ha avuto un grande successo.

Verso la fine della serata, ma non del lavoro del catering e degli organizzatori, la squadra Mato

Grosso si è presentata: Luca, Silvana, Emiliano ed Emanuele, in rappresentanza di tutti i volontari e

le volontarie che negli ultimi due giorni hanno fatto il piano di lavoro, acquistato il materiale, preparato e confezionato il cibo, caricato, portato a S. Pancrazio da S. Agnese sulla Nomentana, spostato i tavoli, apparecchiato, porzionato, scaldato e servito le varie portate e le bevande. Sono tutti volontari, ma molto preparati e professionali. Aggiungo una piccola nota di colore: Luca e Silvana dieci anni fa in una simile occasione avevano un solo figlioletto di 8 mesi, ora hanno in tutto sei figli e sono ancora una colonna di Mato Grosso.

Come dicevo all'inizio, è stato tutto un gran lavoro di squadra, sia GM che Mato Grosso, compresi i soci che si sono prestati per piccole incombenze durante la serata o hanno aiutato a riordinare alla fine – la truppa se n'è andata all'una di notte. Ha collaborato anche qualche elemento esterno – "fiancheggiatori" come Padre Angelo, la Signora Angela e Massimiliano di S. Pancrazio. Però non mi crederete se vi dico che verso le 16,30 di sabato 17 abbiamo temuto che tutto saltasse, e per colpa di …chiavi e forni!

La squadra più grande l'hanno fatta comunque tutti i partecipanti alla serata, che ci hanno dato fiducia. A tavola eravamo 55, ma in tutto si sono fatti ivi almeno 65 soci, solo alla messa o dopo la cena per salutare, mentre alcuni prenotati sono dovuti restare a casa ancora con il Covid o l'influenza. Grazie a tutti – senza il contributo di ciascuno non ci sarebbe neppure la Giovane Montagna!

We wish you a Merry Christmas and a Happy New Year!

EDITORIALE

(continua dalla prima pagina)

Ci aspetta un nuovo anno denso di incognite, come ormai è tradizione di questi ultimi anni. Tra l'altro, e anche questa sembra una costante negativa, quando sembra che il cielo si stia rasserenando si prospettano nuove nuvole minacciose all'orizzonte.

D'altra parte, non ha molto costrutto sederci a rimpiangere i bei tempi andati, ammesso che siano mai esistiti. Siamo chiamati a impegnarci sempre in positivo, lo dobbiamo in particolare per le nuove generazioni, alle quali consegneremo la terra in cui continueranno a vivere.

Dal nostro piccolo e modesto ambito, come Giovane Montagna proponiamo anche per il prossimo anno un calendario di attività variegato e interessante, grazie anche al coinvolgimento di nuovi soci come direttori di gita. Qualcosa purtroppo è stato eliminato, ma d'altra parte dobbiamo sempre fare i conti con le forze che abbiamo a disposizione. Ricordiamoci che senza il contributo attivo e propositivo dei soci qualsiasi associazione non ha prospettive. Quest'anno a livello centrale sono stati aggiunti periodici raduni di allenamento e selezione in preparazione alla spedizione in Bolivia che la Giovane Montagna sta organizzando per il 2024. Un impegno significativo e di alto livello, con due impegnativi programmi, uno di trekking e uno di alpinismo, che probabilmente coinvolgerà direttamente pochi di noi, al quale però guardiamo tutti con simpatia e interesse.

Come sezione di Roma, invece, saremo coinvolti direttamente in quanto la presidenza nazionale ci ha chiesto di organizzare l'annuale assemblea nazionale dei delegati. Un segnale di fiducia da parte della presidenza, un impegno per noi. L'abbiamo pianificata per il 22 e 23 ottobre nei Castelli Romani, a Genzano, quindi in una cornice anche escursionistica. Speriamo possa essere per diversi di noi un'occasione per conoscere più da vicino le realtà delle varie sezioni 'nordiche' della GM, con le quali normalmente, per forza di cose, non abbiamo molti contatti.

Vi auguro un buon anno di cammini, di escursioni, di visite, di arrampicate, e chi più ne ha più ne metta.

Massimo

NOTIZIE DALLA SEZIONE

TUTTE LE FOTO FINALISTE DEL CONCORSO FOTOGRAFICO

Le foto che si sono aggiudicate il "podio" sono state riportate in prima pagina. Qui trovate tutte le altre foto "finaliste" scelte dalla giuria tecnica.

Grazie a chi ha partecipato…

Federico Grassilli

Angelica Bareiro

Mauro De Masi

Andrea Negri

Emilio Sanchez

Massimo Biselli

Andrea Negri

Maurizio Frazzini

Marco Mariotti

Chitra Suvarna

Francesca Attoni

Lucio Gambini

Marta Grassilli

Giuliano Borgianelli

Annalisa Serraino

Guido Motteran

IL CONVEGNO "IL MESSAGGIO DELLA MONTAGNA"

Lunedì 12 dicembre presso lo Stato di Città del Vaticano si è tenuto il Convegno "Il Messaggio della Montagna" che il Dicastero Cultura ed Educazione della Santa Sede e la Mountain Partnership alleanza delle Nazioni Unite, avvalendosi anche della collaborazione della Giovane Montagna, hanno promosso come contributo all'Anno Internazionale dello Sviluppo Sostenibile della Montagna 2022 ed alla Giornata Internazionale della Montagna che quest'anno è dedicata alle donne in montagna con il tema "Women Move Mountains".

Il Convegno, strutturato con formula innovativa ed ancorato all'Enciclica Laudato Si' di Papa Francesco, si è articolato in diversi momenti durante i quali alpinisti, rifugisti, scienziati, esperti di sviluppo sostenibile, operatori turistici, volontari, sportivi, autorità civili e religiose hanno avuto modo di condividere le loro riflessioni nell'ottica di aumentare la consapevolezza dell'importanza di uno sviluppo sostenibile della montagna, così come della conservazione e uso sostenibile degli ecosistemi montani.

Per chi non l'avesse riconosciuta… Nives Meroi con i soci della Giovane Montagna

Al convegno la Giovane Montagna è stata rappresentata dal presidente nazionale Stefano Vezzoso e da una delegazione di soci anche di Roma, oltre a Padre Melchor in qualità di moderatore del convegno.
Dall'intervista di Nives Meroi.
"Con l'Annapurna io e Romano abbiamo chiuso la nostra collana di giganti della terra: 14 perle raccolte ad una ad una, con le nostre gambe e i nostri polmoni; 14 perle incastonate nel filo dei passi percorsi insieme; perché in realtà è questo la nostra collana, soltanto impronte cancellate dal vento. Ma un passo dopo l'altro la montagna ha intessuto l'attesa della nostra storia e lungo il cammino ha fatto sì che incontrassimo il valore del dono e della cura fino a scoprire l'energia rivoluzionaria che nasce dall'alleanza fra gli esseri umani. Scalare le montagne non è solo un piacere fine a sé stesso se lungo il cammino riusciamo a riscoprire e coltivare che la fiducia è antica quanto il mondo e l'alleanza è la formula più forte che esiste in natura, la più fruttuosa" (Nives Meroi)

NOTIZIE LIETE

I nostri soci, **Marina e Giorgio Bozzolo**, **Bice e Gianni Dinale**, hanno raggiunto e festeggiato in famiglia il traguardo dei **60 (sessanta…) anni di matrimonio**.
Forse è uno dei modi per mettere in pratica il PFRR (Piano Familiare di Resistenza e Resilienza…)?!?!
Alle due coppie inossidabili vanno tutte le nostre congratulazioni e tanti auguri per il prossimo decennio.

Non c'è partita! Il record della discendenza è saldamente nelle mani e nei cuori di **Francesco e Luciana Colla** che hanno abbracciato il loro **20° (ventesimo!) nipote** – Paolo, nato il 29 Luglio 2022, figlio di Eleonora e Pietro Colla, e fratello di …Francesco e Luciana.
Diamo anche noi tutti il benvenuto al piccolo Paolo, e ci congratuliamo con i genitori, il fratellino e la sorellina e gli imbattibili nonni, Francesco e Luciana.

NOTIZIE TRISTI

Dopo la morte di Alberto, esattamente un anno fa, la nostra socia e amica Marisa è stata colpita da un altro gravissimo lutto. Nei giorni scorsi il fratello Nello, 87 anni, l'ha lasciata a causa di una serie di gravi problemi culminati in un'infezione risultata incurabile.
Siamo vicini a Marisa con tutto l'affetto e le nostre preghiere.

Addio alle nonne centenarie.
Durante l'estate ci hanno lasciato due nonne centenarie, che i figli ma soprattutto i nipoti ricordano con nostalgia, e di cui abbiamo tutti seguito l'avanzare degli anni verso l'immortalità.
La nonna di Pia Santoriello si chiamava Olmina, era nata nel 1916, se n'è andata a 106 anni per i postumi di un intervento al femore peraltro riuscito. Era buona, amorevole con tutti e soprattutto forte.
La nonna di Marta e Federico Grassilli, nonché bisnonna di Anthony e mamma di Meme, si chiamava Emma, era nata nel 1917, ha mollato gli ormeggi con qualche rimpianto a 104 anni, quasi 105. Era una donna forte, autorevole, indipendente e intraprendente, che ancora aveva ottenuto la patente a 100 anni! Lascia 104 anni di ricordi, di affetti, di avventure.

CI SCRIVE IL SOCIO ENEA FIORENTINI

Carissimi,
prima dell'arrivo delle festività natalizie, vi invio mie notizie dal profondo nord-ovest (ora siamo sotto la neve), sperando che vi possano interessare.
Lo scorso 27 novembre 2022 (domenica) su richiesta della Associazione "Amici dell'Abbé Henry" di Valpelline (valle laterale della Valle del Gran San Bernardo in Valle d'Aosta) sono stato invitato ad una conferenza per commemorare il 75° anno della scomparsa dell'Abbé Henry (n. 1870 – m. 1947) (famoso parroco alpinista, scrittore, botanico e conferenziere) che ha avuto molti contatti con i soci della "Giovane Montagna" di molte sezioni del nord-ovest italiano negli anni 1920 – 1930.
I suoi consigli forniti liberamente a molti alpinisti e i suoi scritti hanno aiutato moltissimi giovani nella conoscenza delle cime valdostane e delle possibili vie di salita.
I suoi numerosi articoli pubblicati sulla Rivista di Vita Alpina della G.M. e le conferenze sull'Alpinismo tenute presso la sede di Torino della G.M. gli valsero una grande notorietà e un riconoscimento unanime del mondo alpinistico italiano e straniero.
Nel febbraio del 1924 la Presidenza Centrale della G.M. lo nominò Socio Onorario, e l'Abbé Henry ne fu contento e ringraziò la G.M. con una bella lettera.
Sono stato quindi invitato, come rappresentante della G.M. (credo unico della G.M. in Valle d'Aosta) a ricordare in questa conferenza i rapporti tra l'Abbé e la "Giovane Montagna" attraverso documentazioni di archivio e foto.
Con l'aiuto dell'Archivista della Sede Centrale (Tonia Banchero) che mi ha aiutato nella ricerca dei documenti storici più importanti e attinenti alle attività con l'Abbé, ho potuto preparare una presentazione sintetica ma significativa che è stata gradita dal pubblico presente.

Alla Conferenza hanno partecipato altri relatori (famosi storici locali) che hanno presentato vari aspetti della vita religiosa, scientifica e alpinistica dell'Abbé.
Per questa occasione, il Direttore della Rivista G.M. (Guido Papini) mi ha fatto inviare una decina di copie dell'ultima Rivista G.M. che ho distribuito agli altrui relatori e qualche interessato.
A fine conferenza ho scritto una breve relazione che ho inviato a Guido Papini per una sua valutazione e per verificare se sarà possibile pubblicarla sulla Rivista G.M.
Provo a inviarla alla G.M. di Roma, anche per ricordare alcune mie attività come rappresentante della G.M. (e per verificare una sua possibile pubblicazione sul Notiziario G.M).
Ho svolto altre conferenze e incontri (di argomenti molto diversi ma attinenti al mondo della montagna) presso altri Enti, tra cui l'Università UNI 3 di Aosta.
Anche per questi incontri ho preparato delle relazioni basate su presentazioni in Power Point (PDF) ma non invio i dettagli essendo attività non G.M.
Colgo l'occasione per inviare i miei auguri di Buon Natale e di Buon 2023 a tutti Voi.
Un saluto da Enea

CONVENZIONI

Sono state rinnovate le seguenti convenzioni.

GEOSTA Trekking &Camp; Libreria

Via Ascanio Rivaldi 12 (Piazza Carlo Forlanini) - Tel. 06 98260466 – www.geosta.it

- Sconto del 30% dal prezzo di vendita sugli articoli di abbigliamento e calzature per il trekking, l'outdoor e il running presenti in negozio
- Sconto del 5% dal prezzo di vendita sulle carte topografiche, guide escursionistiche e libri di varia presenti in negozio (esclusi i prodotti dell'IGM, i libri rari e quelli già in offerta)
- Sconto del 10% dal prezzo di vendita dei seguenti marchi: TRUMENTI OTTICI KONUS, coltelli OPINEL e VICTORINOX, zaini DEUTER e accessori per il trekking (esclusi i prodotti già in offerta)
- Sconto del 10% dal prezzo di vendita sui prodotti del reparto cartoleria dei marchi; EASTPAK, SEVEN, INVICTA, FRANCO PANINI, GUT, SANTORO e tutti i prodotti di cartoleria (esclusi i prodotti già in offerta)

ALTA QUOTA ROMA S.r.l.

Via G. Benzoni n. 37 - 00154 - Roma (RM) - Tel. 06.31058094 - web: www.altaquotastore.com

Sconto del 10% sui capi di abbigliamento (non per il brand MONTURA), sulle calzature (non per il brand LASPORTIVA MONTURA e TEVA), e su tutti i nostri brand di zaini e sacchi a pelo.

Lo sconto non potrà essere cumulativo su altre offerte già in essere in negozio.

La convenzione di sconto, non potrà essere applicata sugli articoli considerati accessori (guanti berretti calze e oggettistica da bivacco e trekking...), per le attrezzature tecniche (ramponi piccozze imbraghi caschi moschettoni...), e sul materiale per l'assicurazione alpinistica (chiodi friends fettucce ...).

E' necessario mostrare la tessera della Giovane Montagna.

NORME OPERATIVE PER LE ESCURSIONI

Nel riquadro di questa pagina sono raccolte tutte le indicazioni operative che devono essere tenute presenti da chi si iscrive ad una escursione.

Con il pullman:

- è necessaria l'iscrizione entro i termini stabiliti, effettuata personalmente e direttamente ai DdG. Gli iscritti sono tenuti a verificare presso i DdG, entro il giorno successivo al termine delle iscrizioni, la effettiva possibilità di utilizzo del pullman.
- I partecipanti versano sul pullman l'importo dovuto, orientativamente fra i 15 ed i 25 euro in relazione al mezzo utilizzato. E' previsto uno sconto "famiglia": 3 persone pagano due quote e mezzo, 4 persone 3 quote, 5 persone 3 quote e mezzo. I giovani soci e non soci, fino a 25 anni, pagano il 50% della quota intera.
- L'eventuale rinuncia, comunicata dopo il termine di chiusura delle iscrizioni, comporta una penalità pari al 50% della stessa laddove il costo del pullman sia comunque coperto dai partecipanti. In caso contrario dovrà essere versata la quota intera.

Con auto private:

- Nell'impossibilità di usare il pullman, l'escursione viene effettuata con auto private. E' sempre necessaria l'iscrizione, onde consentire ai D.d.G. una tempestiva formazione degli equipaggi.

Quote d'iscrizione:

- Come deliberato dall' Assemblea dei soci, i non soci debbono pagare **5 €: 3 € per l'iscrizione e 2€** per l'assicurazione infortuni (fino a 80 anni).

Altre informazioni:

- **Spese extra:** i D.d.G. indicano eventuali spese extra (ingressi, guide, funivie,....) nella nota di descrizione dell'escursione.
- **Limitazioni:** condizioni meteo o altre situazioni avverse all'effettuazione dell'escursione, possono obbligare i D.d.G. a modificare il programma, fino ad annullarlo.
- **Cod. IBAN:** IT29J0200805185000105877186c/o Unicredit intestato a Giovane Montagna Sezione di Roma
- **Codice Fiscale:** 97828830584 – Giovane Montagna Sezione di Roma

Equipaggiamento:

- Per le escursioni semplici (E-EE) si consiglia un abbigliamento a cipolla (in montagna il tempo può cambiare rapidamente), in particolare: scarponi da trekking con suola ben scolpita, protezione contro la pioggia ed il sole, acqua potabile, indumenti di ricambio da lasciare in pullman od in auto, bastoncini telescopici (se usati), medicine personali indispensabili.
- Per le escursioni complesse sono fornite indicazioni più specifiche nella nota di descrizione.

Si tenga presente che:

La Giovane Montagna non è un'agenzia turistica. I D.d.G. sono soci che prestano la loro opera su base del tutto volontaria, senza avere un'organizzazione professionale alle spalle, allo scopo di offrire agli amici l'opportunità di trascorrere alcune giornate in modo piacevole.
Pertanto, tutti i D.d.G. chiedono ai partecipanti di prestare ogni collaborazione utile al raggiungimento del fine suddetto, con spirito di amicizia e fraternità.

CONTATTI

- **GIOVANE MONTAGNA – Sezione di Roma** c/o Basilica di S. Pancrazio, P.za S. Pancrazio 5 00152 Roma
- **Sito WEB:** https://www.giovanemontagna.org/
- **Direttore Notiziario:** M. Elena Addessi, elena_addessi@yahoo.it
- **Redazione & Grafica:** Bice Dinale, Francesca Attoni, Marta Grassilli, Serena Peri
- **Mail:** roma@giovanemontagna.org