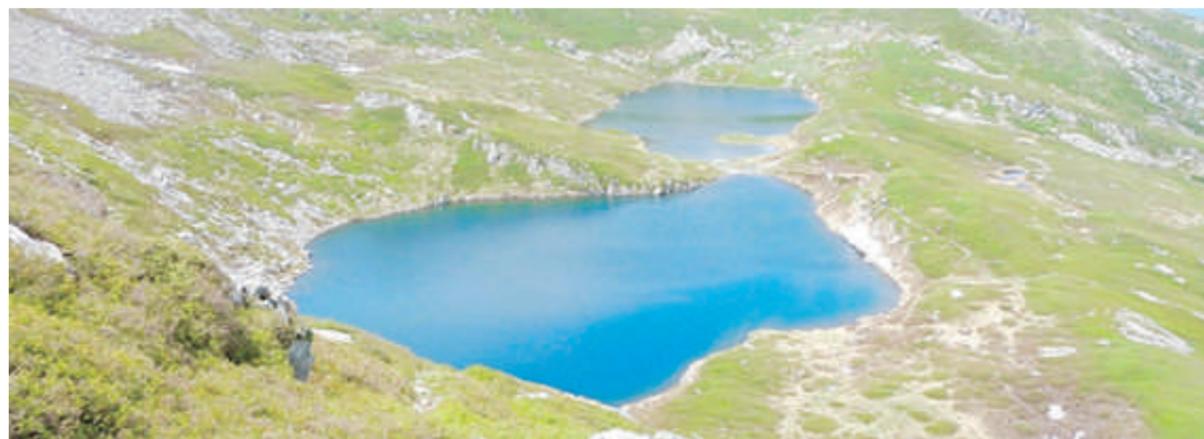




Sezione di Parma



## Ritorno ai monti Si va! Con prudenza e fantasia

**Siamo tornati a frequentare le montagne e da lunedì si potrà andare fuori regione, ma questo periodo può essere un'occasione per riscoprire sentieri e borghi vicini a casa**

■ Dal 6 maggio siamo ritornati a frequentare i monti, nel rispetto delle regole: individualmente, mantenendo il distanziamento sociale in occasione di incontri, con mascherina e guanti nello zaino pronti all'uso, spostandoci in auto da soli, al massimo in due a distanza di sicurezza o in compagnia degli affetti con cui conviviamo. Consci dell'inattività degli ultimi mesi, abbiamo ripreso a muoverci con gradualità, dosando difficoltà e lunghezza dei percorsi, prima all'interno della provincia e poi, quando i provvedimenti regionali l'hanno consentito, in ambito regionale.

Occorre proseguire su questa strada, graduando l'impegno fisico in base al crescere della nostra forza e resistenza e modulando le difficoltà tecniche in base al recupero degli automatismi e dei riflessi che abitualmente governano i nostri movimenti nell'ambiente naturale. I rifugi, i punti di appoggio e di ristoro hanno ripreso la propria attività e sono pronti a darci accoglienza, con un grande impegno a garantire la sicurezza e la salute di ospiti, lavoratori e gestori. Anche qui, un approccio paziente e rispettoso è il modo migliore per tutelare la salute propria ed altrui.

Da giugno ci si potrà muovere liberamente verso mete montuose di altre regioni. Ciononostante, l'invito è di cogliere l'opportunità che ci viene data da questo periodo per riscoprire valli, cime e borghi vicini a casa, unendo al cammino la conoscenza della storia di luoghi, di beni architettonici minori e di tradizioni probabilmente ben noti ai nostri nonni, ma perduti nella nostra memoria a favore di mete più reclamizzate ed ambite.

In sintesi, può essere il momento di sviluppare un «escursionismo di prossimità», che ci aiuta a scoprire un po' le nostre radici e può anche essere di sostegno alla ripresa economica delle nostre Terre alte. La bellezza di questo «andar per i monti di casa» risiede anche nell'evitare quei luoghi,

seppur ricchi di fascino, mete abituali delle nostre gite, per ricercare mete alternative, diversificando così i percorsi e prevenendo la possibilità di quegli «assembramenti» che ci viene oggi raccomandato di evitare per ridurre ulteriormente le occasioni di contatto e di eventuale contagio. Le diverse valli dell'Appennino parmense, la nostra fascia collinare, i cammini storici che attraversano la provincia offrono, nella loro diversificazione geografica, storica e artistica, quella miscela tra attività fisica, emozione sensoriale ed esperienza mentale che costituisce l'essenza del rapporto con l'ambiente montano. La pazienza di oggi renderà ancora più gratificanti le attività più impegnative in un futuro non lontano.

r.c.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Mariotti Il rifugio è pronto a tornare ad offrire accoglienza

■ Il Rifugio Cai al Lago Santo ha riaperto la propria attività di accoglienza e ristorazione in conformità alle disposizioni di legge; inizialmente con solo servizio da asporto ed ora con servizio di ristorazione. L'impegno del gestore Marcellino Montagna e del suo staff è grande, la volontà di ripartire è certa e lo si farà nel rispetto dei rigidi protocolli di sicurezza per poter offrire agli escursionisti un servizio di qualità e per fare apprezzare sempre più la bellezza dell'appennino parmense. Il Cai nazionale ha elaborato il Piano Rifugio Sicuro, disponibile online, che contiene tutti i suggerimenti rivolti agli escursionisti per la corretta frequentazione dei rifugi. Altre disposizioni usciranno anche nel prossimo periodo ma, al di là di tutto, l'imperativo è sempre lo stesso: attenzione a se e agli altri, rispetto per i luoghi e per le persone che li vivono e li animano.

In questo senso anche il Mariotti è aperto e sarà importante «adattarsi» alle nuove condizioni: avvicinarsi con cura e rispetto, rivolgersi sempre al gestore e seguire scrupolosamente le sue indicazioni, comunicare la propria presenza e prenotare le consumazioni, portare sempre i dispositivi di protezione personali (a cominciare dalla mascherina), sostare e pranzare nell'area esterna, non introdurre in rifugio indumenti personali, zaino e attrezzature, usare i



servizi igienici con cura, portare i propri rifiuti a valle.

Il servizio di pernottamento è in fase di definizione per la necessaria organizzazione della compartimentazione degli spazi nel rispetto delle distanze di sicurezza, della pulizia e sanificazione, nonché della gestione delle presenze negli spazi comuni. Il pernottamento sarà limitato nel numero di posti pertanto sarà obbligatoria la prenotazione e sarà obbligatorio portare il proprio sacco a pelo e asciugamani personali. Sarà una bella estate, sarà bello frequentare il nostro appennino e i nostri tesori naturali, sarà piacevole camminare sui soliti sentieri che ci appariranno nuovi e ci sorprenderanno ancora una volta, il rifugio sarà meta e sosta, i sorrisi e la gentilezza ci daranno calore, ci sentiremo a casa e ci sentiremo parte di una grande famiglia. A ciascuno di noi la responsabilità della correttezza nella frequentazione e dell'aiuto alle nostre terre alte.

r.c.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Antichi cammini Il prossimo libro ci farà percorrere la Via Francigena

■ Dopo il primo volume dedicato alla Via degli Abati, la seconda uscita della collana che ci fa rivivere i Cammini storici dell'Appennino parmense, è incentrata sulla Via Francigena. Il volume, realizzato sempre da Andrea Greci ed edito dal Cai di Parma, sarà disponibile in edicola con Gazzetta di Parma a partire dal 13 giugno. La Francigena è, insieme al

Cammino di Santiago, un vero e proprio simbolo delle vie storiche e di pellegrinaggio europee. La strada Romea collega Canterbury a Roma seguendo la direttrice descritta da Sigerico alla fine del X secolo. Uno dei settori più emozionati e interessanti dal punto di vista escursionistico, naturalistico e storico è senza dubbio quello che scavalca l'Appennino, che dalla Pianura Padana



conduce in Toscana, e che coincide con il tratto parmense e lunigiano della via. Proprio queste 7 tappe, da Fidenza a Sarzana, passando per Fornovo, Cassio, Berreto, Pontremoli e Aulla vengono ripercorse nel volume in uscita con Gazzetta di Parma. Ogni tappa è descritta nel dettaglio ed è corredata da numerose fotografie, cartine e approfondimenti culturali, che per-

mettono al lettore di immergersi già nelle atmosfere che si potranno vivere sul cammino. Non mancano tra l'altro, nella prima parte del percorso, le descrizioni di alcune varianti inedite, come quella di Miano, quella che consente una lunga deviazione lungo il Sentiero Bacchini e la Maria Longa o quella, ancora in corso di definizione, che permetterà di collegare Parma a Fornovo. Nel tratto appenninico le tappe parmensi attraversano paesaggi modellati dal dialogo millenario tra uomo e natura e toccano soprattutto luoghi ricchi di arte e di storia, come le pievi di Fornovo e Bardone, i borghi di Casola, Cassio, Ca-

stellonchio e soprattutto Berreto, uno dei centri storici più preziosi dell'Appennino settentrionale.

Non meno interessanti sono le tappe in Lunigiana, dove accanto ai paesi più importanti come Pontremoli, Filattiera, Aulla e Sarzana, sono forse ancora una volta le piccole frazioni e i luoghi meno conosciuti a restituire le sensazioni più autentiche, come quando si superano i piccoli stretti di Toplecca oppure quando si attraversano i piccoli nuclei storici di Ponticello e Filetto. Tutti particolari che solo il libro ci può regalare.

r.c.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

IL CAI DI PARMA PRESENTA

"CAMMINI STORICI DELL'APPENNINO PARMENSE"

UNA COLLANA INEDITA IN 4 VOLUMI DI ANDREA GRECI

LA PRIMA GUIDA *Via degli Abati*È IN EDICOLA CON LA **GAZZETTA DI PARMA**DA SABATO 16 MAGGIO A EURO 10  
PIÙ IL PREZZO DEL QUOTIDIANO