

L'APPENNINO



Rivista semestrale del Club Alpino Italiano Sezione di Roma

L'Appennino n.1/2021

L'APPENNINO
Periodico semestrale
del Club Alpino Italiano
Sezione di Roma

Via Galvani 10, 00153 Roma
Tel./fax 06 57 28 71 43
www.Cairoma.it

EDITORE
Club Alpino Italiano Sezione di Roma

DIRETTORE RESPONSABILE
Vanessa Giovagnoli

DIRETTORE EDITORIALE
Sara Ciccarelli
sara.ciccarelli@cairoma.net

REDAZIONE
Roberto Bernardi
Annamaria Gargani
Alberto Lucarelli
Stefano Protto
Lucio Virzi

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO
Pino Calandrella, Giampaolo Cavalieri,
Giuseppina Leone, Sergio Nascimbeni,
Marina Vitullo

PROGETTO GRAFICO
Silvia Sbordoni

REGISTRAZIONE
Tribunale di Roma n. 3342 del 26/06/1953
Registro Nazionale Stampa n. 063223 del
15/06/1998 Registro Operatori
Commerciali n. 5430

Chiuso in redazione il 23 febbraio 2021

Tutte le immagini, ove non diversamente
indicated, sono da attribuirsi agli autori
degli articoli.

Tutti i diritti riservati.
È vietata la riproduzione totale o parziale
del contenuto della pubblicazione senza
l'autorizzazione dell'editore.

CREDITI FOTOGRAFICI
In copertina: *Terminillo,*
la Cresta Sassetelli dal Canalino Nord
Foto di Lucio Virzi

EDITORIALE	3
VITA DELLA SEZIONE	4
<hr/>	
Gli organi del Cai di Roma. Le nuove Commissioni, le Scuole, i Gruppi	
LA MONTAGNA D'INVERNO	8
<hr/>	
Ambiente montano innevato e sicurezza	
Gli interventi del Soccorso Alpino, intervista a Daniele Camponeschi	
Incidente sul Terminillo: il primo soccorso di quattro soci del Cai di Roma	
ESPERIENZA E ITINERARI	12
<hr/>	
Gaia - Dea Madre, una nuova apertura sulla Prima Spalla del Corno Piccolo	
LE INTERVISTE	15
<hr/>	
Per uno sviluppo sostenibile della montagna. Intervista a Raffaele Marini	
I 90 anni del Comitato Scientifico Centrale. Intervista a Giuliano Cervi	
LA MONTAGNATERAPIA	17
<hr/>	
Il cammino, la montagna, la terapia	
COME ERAVAMO...	19
<hr/>	
Un'escursione leggendaria. La traversata della Maiella nell'ottobre 1993	



Terminillo, sotto la parete est
Foto di Lucio Virzi

L'Appennino come l'Araba Fenice.

Finalmente dopo tanti progetti, parole, “dovrebbe”, “non si farà più” e chi più ne ha più ne metta, *L'Appennino*, la nostra testata sezionale, alla quale siamo legati da un legame forse un po' irrazionale in questi tempi di notizie velocissime e che altrettanto velocemente dimentichiamo, rivede la luce aggiornandosi: non più cartaceo con la copertina patinata che sfogliavamo con il piacere di sentire la carta e il suo profumo... Sì perché è vero che sono i contenuti quelli che contano, ma anche le sensazioni tattili e olfattive hanno il loro peso. La novità di poterlo leggere online sarà però non depressiva, ma anzi aggiungerà il valore di poterlo leggere comodamente dal pc magari fra una pausa e l'altra dello smart working, il valore di non dover inforcare gli occhiali potendo ingrandire i caratteri, il valore di averlo disponibile appena uscito senza aspettare le consegne delle “sante poste”, il valore di avere a regime più numeri durante l'anno, quindi più articoli sulla nostra sezione e su quanti ne fanno parte. Non voglio assolutamente sminuire il lavoro fatto dalla redazione in questi ultimi anni, che anzi nonostante evidenti difficoltà, ha potuto mantenere l'uscita più o meno semestrale, con articoli di interesse generale. Ma l'impulso che viene dalla nuova redazione, dove sono pur sempre presenti Vanessa e Silvia, con l'ingresso di Sara e degli altri collaboratori, è forte e sicuramente riuscirà nell'intento di attrarre nuovi lettori soprattutto fra i più giovani. Ma questa è anche l'aria nuova che si respira da gennaio di quest'anno in sezione: un nuovo consiglio, un nuovo presidente, nuove commissioni che hanno già fatto sentire la loro voce innovativa, accelerando il contatto con i soci che sempre deve essere presente perché la socializzazione è uno dei punti fondanti della nostra associazione e con la prospettiva di arrivare al 2023 pronti a festeggiare il 150° anniversario della fondazione della sezione di Roma, memori di un passato onusto di grandi e piccole imprese, fatte da grandi e piccoli personaggi, pronti a ripeterle in un domani che ci auguriamo vicino. L'attuale fase pandemica sta limitando le nostre attività ormai da più di un anno, ma guardiamo fiduciosi al futuro certi che la nostra volontà di andare lontano sulle nostre montagne con tutte le specificità che ci contraddistinguono, l'avrà vinta su questo doloroso momento.

L'Appennino come il Cai tutto risorgerà dalle ceneri di questo periodo oscuro come l'Araba Fenice.

Mi rivolgo quindi a voi socie, soci, accompagnatori, istruttori, partecipate con le vostre esperienze a far di questo nuovo giornale un momento di confronto per tutta la sezione.

Buon lavoro

Giampaolo Cavalieri

Presidente sezione Cai di Roma

GLI ORGANI DEL CAI DI ROMA LE NUOVE COMMISSIONI, LE SCUOLE, I GRUPPI

INSIEME ALLA PRESIDENZA E AL CONSIGLIO DIRETTIVO, SONO STATI RINNOVATI A INIZIO ANNO LE COMMISSIONI CHE OPERANO NELLA SEZIONE DI ROMA DEL CAI PER IL TRIENNIO 2021-23. UN PREZIOSO SUPPORTO ALL'ATTIVITÀ DELLA SEZIONE, CHE SI AFFIANCA A QUELLO DELLE SCUOLE E DEI GRUPPI

a cura di Sara Ciccarelli

LE COMMISSIONI

Organi tecnici, formati da componenti scelti per le competenze specifiche e le capacità nel campo in cui debbono operare, le sei Commissioni all'interno della sezione Cai di Roma hanno funzione di supporto consultivo al Direttivo, nonché funzione deliberativa nello svolgimento dei programmi di attività stabiliti ed approvati dal Consiglio. Vediamo quali sono gli ambiti in cui operano e gli obiettivi preposti per il triennio 2021-23.

La Commissione Escursionismo coordina l'organizzazione e lo svolgimento delle attività escursionistiche sezionali. Nello specifico redige il programma annuale delle attività escursionistiche, coordina la formazione di nuovi direttori di escursione col supporto tecnico della Scuola sezionale di Escursionismo, gestisce un proprio magazzino, si rapporta con i soci che partecipano alle escursioni. Per il 2021-23 si avvale dell'operato di 3 ANE (accompagnatori nazionali di escursionismo), 12 AE (accompagnatori di escursionismo), 8 ASE (accompagnatori sezionali di escursionismo) e 30 DdE (direttori di escursione).

La Commissione Rifugi si occupa del patrimonio immobiliare e della gestione integrata dei beni e servizi necessari per il mantenimento dei rifugi. In particolare controlla e aggiorna le autorizzazioni tecnico amministrative ed urbanistiche e delle licenze di esercizio; affida e tiene i rapporti con i gestori, valorizza le attività dei rifugi in termini organizzativi ed economici; controlla la manutenzione ordinaria a carico dei gestori; programma la manutenzione straordinaria dei rifugi; definisce sulla base di budget ed esegue i lavori di manutenzione straordinaria e/o di ristrutturazione; gestisce i "bilancini" dei rifugi.

La Commissione Tutela Ambiente Montano organizza escursioni e attività varie al fine di

divulgare e sensibilizzare gli aspetti naturalistici e le problematiche ambientali delle nostre montagne. Promuove una fruizione della montagna consapevole e sostenibile, mostrando le particolarità di flora, fauna ed ecosistemi, e informando sull'impegno della commissione nel far sentire la voce del Cai sulle tematiche attuali in materia ambientale.

Favorire la conoscenza, la divulgazione e la promozione di tutte le attività della sezione e, più in generale, la cultura della montagna, è il compito che spetta alla Commissione Comunicazione. Fra questi, la redazione e la diffusione di calendari, programmi e notizie attraverso la gestione del sito Cairoma.it e della newsletter "CaiRoma Informa". Amministra il gruppo facebook CaiRoma ed è responsabile delle convenzioni e della pubblicità.

Sviluppare la conoscenza e la frequentazione della montagna in tutti i suoi aspetti mediante incontri, dibattiti, proiezioni di film, mostre, premi, escursioni a tema e pubblicazioni, in sinergia con le altre commissioni, scuole e gruppi della sezione. È questo l'obiettivo della Commissione Cultura e Manifestazioni che apre le sue attività ai soci e non, indirizzate a un pubblico di tutte le età, senza trascurare i temi più attuali e senza indietreggiare di fronte a temi 'scomodi'.

La Commissione Sentieri svolge la propria attività in base alle linee guida della SOSEC del Cai centrale e della Commissione regionale Sentieri CRSC del Cai Lazio. Progetta, realizza e si occupa della manutenzione della rete sentieristica di propria competenza e cura l'inserimento nel catasto. Collabora con gli enti pubblici territorialmente competenti, comuni ed enti parco; promuove tra i soci e i cittadini la tutela dei sentieri e la frequentazione ecosostenibile dei territori valorizzandone le eccellenze naturalistiche, culturali, storiche e sociali.

CONSIGLIO DIRETTIVO DELLA SEZIONE

PRESIDENTE	Giampaolo Cavalieri
VICEPRESIDENTI	Daniele Funicelli Roberto Bernardi
SEGRETARIO	Stefania Boggiali
CONSIGLIERI	Fiorangela Bellotti Antonello Binni Daniele Camponeschi Marco Conte Armando Testa Raffaele Sandro De Filippi Roberto Niolu Alessandro Maria Ponti
PRESIDENTE REVISORE DEI CONTI	Gianni Fattori
REVISORI	Chiara Manfrini Giampaolo Leggeri
REVISORE SUPPLENTE	Sebastiano Spennacchio

LE SCUOLE

Per promuovere lo sviluppo e la pratica delle attività istituzionali, all'interno della sezione, operano cinque Scuole di diverse discipline il cui scopo è quello di perfezionare, sia sul piano tecnico che culturale, la preparazione dei soci.

La Scuola di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata libera "Paolo Consiglio" è stata fondata nel 1948 nell'ambito della sottosezione universitaria della sezione di Roma del Cai (SUCai). Nel 1955 ha conseguito la qualifica di Scuola nazionale e nel 1973 viene ribattezzata Scuola di Alpinismo "Paolo Consiglio" in ricordo dell'alpinista morto in Nepal ai piedi dell'Everest. Con l'ingresso nell'organico di istruttori nazionali di arrampicata libera e di sci alpinismo, la scuola ha assunto la nuova denominazione tutt'oggi in vigore.

La Scuola di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata libera "Franco Alletto" propone corsi che permettano di conoscere e vivere la montagna coniugando l'impegno tecnico e la ricerca della massima sicurezza. Viene intitolata a uno dei principali alpinisti del Novecento, presidente della sezione di Roma del Cai dal 1973 all'83.

I corsi tenuti più frequentemente, organizzati sia con lezioni teoriche, sia con uscite pratiche in ambiente, sono: scialpinismo base SA1 e l'avanzato SA2,

alpinismo base A1, arrampicata libera base AL1 e l'avanzato AL2 e il corso di roccia avanzato AR1.

La Scuola di Sci di fondo escursionismo ha lo scopo di portare i soci a contatto con la natura nel periodo invernale attraverso gli sci. I corsi (base e avanzato) permettono agli allievi, attraverso specifiche istruzioni sia teoriche sia pratiche, di acquisire gradualmente i principali strumenti teorici (orientamento, neve e valanghe, meteorologia, primo soccorso).

Nata nel 2013, la Scuola di Escursionismo ha l'intento di educare alla conoscenza, al rispetto, alla tutela e alla frequentazione consapevole e in sicurezza della montagna, trasmettere le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare in autonomia e con competenza, escursioni in ambiente su percorsi di differente difficoltà. Propone i corsi base, avanzato, in ambiente innevato, e cicloescursionismo in MTB.

La Scuola di Alpinismo Giovanile viene costituita nel 2013, rivolta ai ragazzi che vogliono seguire il corso di alpinismo, attività varie di formazione e aggiornamento. Fra le iniziative svolte, il corso "da 0 a 4000" che in un percorso di tre anni, dal 2015 al 2017, ha portato 15 ragazzi alla salita del Balmenhorn (4167 m) nella catena del Monte Rosa.

RESPONSABILI SCUOLE, GRUPPI E COMMISSIONI

Scuola di Alpinismo "Paolo Consiglio"
Scuola di Scialpinismo "Franco Alletto"
Scuola di Sci di Fondo Escursionistico
Scuola di Escursionismo
Scuola di Alpinismo Giovanile
Gruppo Alpinismo Giovanile
Gruppo Fondisti SCI Cai
Gruppo Ciclo Cai "Wladimiro Bombacci"
Gruppo Montagnaterapia
Gruppo Speleo
Gruppo Senior
Gruppo Torrentismo
Coro
Commissione Escursionismo
Commissione Rifugi
Commissione Tutela Ambiente Montano
Biblioteca e Archivio Storico
Commissione Comunicazione
Commissione Cultura e Manifestazioni
Commissione Sentieri

Andrea Galgani
Pino Calandrella
Luca Martinelli
Roberto Bernardi
Raimondo Mancinelli
Andrea De Vincenzi
Alessandro Maria Ponti
Alessandro Maria Ponti
Giuseppina Leone
Erika Gramillano
Sandro Metelli
Massimo Todari
Maria Serena Peri
Marco Conte
Massimo Caratelli
Margherita Montoneri
Luca Grazzini
Stefania Boggiali
Stefano Protto
Armando Testa

I GRUPPI

Infine i gruppi, numerosi, che animano la vita di sezione, formati su iniziativa di soci che intendono sviluppare una particolare attività compatibile con i fini dell'Associazione.

Nel solco della tradizione iniziata con Carlo Pettenati fondatore dell'ESCAI, l'attività del Gruppo di Alpinismo giovanile è rivolta ai giovani soci dagli 8 ai 18 anni, con l'intento di contribuire alla loro crescita umana attraverso le esperienze formative che la montagna, in tutte le sue declinazioni, è in grado di fornire. I ragazzi vivono da protagonisti le esperienze che le varie attività alpinistiche offrono, divertendosi e condividendo con i coetanei la gioia di riuscire a superare le proprie difficoltà ed i propri limiti.

Nato nel 2015, su fusione dei gruppi Sci-Cai e Gruppo Fondisti, il Gruppo Fondisti Sci pratica principalmente lo sci di fondo e lo sci escursionismo, oltre alla discesa e lo scialpinismo. Nel gruppo operano 10 direttori di sci di fondo escursionismo (DISFE).

Da molti anni il Cai ha accolto il Cicloescursionismo in MTB come disciplina per promuovere la conoscenza e la frequentazione della montagna,

con l'ausilio della mountain bike, nel pieno rispetto dell'ambiente, degli altri fruitori e della sicurezza propria e altrui. Fondato nel 1991, il Gruppo Ciclo Cai "Wladimiro Bombacci" propone cicloescursioni di diversa difficoltà e durata.

Il Gruppo di Montagnaterapia "I sentieri dei sogni Luca Mariotti" nasce nel 2004 per volontà di un gruppo di operatori e utenti del Dipartimento di Salute Mentale della ASL Roma 2. L'inserimento nelle attività escursionistiche del Cai è risultato di grande efficacia e stimolo per il lavoro terapeutico e riabilitativo dei pazienti. La pratica della montagna e la socializzazione hanno garantito la partecipazione dei pazienti in modo paritario, inseriti in un gruppo più ampio che compie delle attività e vive una passione a prescindere da una etichettatura cui spesso sono sottoposti.

Il Gruppo Speleologico viene fondato nel 1971 da alcuni pionieri della speleologia italiana. Fra le esplorazioni più importanti si segnalano Pozzo della Neve, Ovito e la Grotta dei Cervi di Pietrasecca, Grotta della Rava Bianca e Abisso di Pizzo Deta. Rinnovato entusiasmo ha portato a intraprendere più recenti attività esplorative tra cui la Grotta dello



I responsabili delle Scuole, dei Gruppi e delle Commissioni del Cai di Roma

Pojo e quella dell'Elefante. Il gruppo promuove la speleologia con varie attività e corsi; è attivo nella collaborazione con il Soccorso speleologico e fa parte della Federazione speleologica Lazio.

Riconosciuto con un proprio statuto nel 2005, il Gruppo Senior ha lo scopo di facilitare la frequentazione della montagna ai soci d'età superiore ai 55 anni, diffondendo nelle persone non più giovani, anche in relazione ai possibili limiti fisici dell'età, i benefici che se ne possono trarre. Svolge attività escursionistica di tipo T, E, EE e EAI, diffonde i valori di una corretta attività fisica all'aperto e la cultura della solidarietà e del rispetto dell'ambiente. Altre attività sono le esercitazioni "Orienteering" e conferenze di approfondimento sull'ambiente montano.

Il Gruppo Torrentismo "Otto Verticale Team" organizza escursioni in torrente e altri percorsi in cui sia previsto l'uso di attrezzature e tecniche di progressione canyonistiche. Le uscite sono aperte anche ai non soci del gruppo, come gli "Open Day"

per coloro che si avvicinano per la prima volta all'acqua in movimento. Vengono inoltre organizzati corsi di Torrentismo, sotto l'egida della Scuola nazionale di Torrentismo (SNT-Cai) per formare persone 'consapevoli', fornendo loro tutte le nozioni tecniche e le conoscenze culturali necessarie.

Fare musica è sempre un'occasione speciale di incontro. Ne è testimonianza il Coro del Club Alpino Italiano sezione di Roma, che nel 2022 festeggerà i suoi primi 40 anni. Nato con finalità ricreative e culturali, il Coro, attualmente diretto dal maestro Pier Paolo Cascioli, diffonde il canto popolare e di montagna, partecipando a eventi e manifestazioni. "Cantare bene insieme, per noi e per gli altri, è lo scopo del nostro riunirci – raccontano i coristi –. Si canta a Roma, in Italia o all'estero, all'interno di rassegne nazionali ed internazionali, più volte all'interno delle 'reti' degli altri cori del Cai. Si può cantare anche per i degenti di un ospedale, per gli anziani di una casa di riposo, e qualche volta pure dentro un carcere".

AMBIENTE MONTANO INNEVATO E SICUREZZA

L'IMPEGNO DEL CAI DI ROMA PER UN APPROCCIO PIÙ CONSAPEVOLE
E RESPONSABILE VERSO I RISCHI DELLA MONTAGNA D'INVERNO

di Roberto Bernardi

La cronaca dell'ultimo decennio si è arricchita, nei periodi invernali, di notizie riguardanti le valanghe, causa purtroppo di molte vittime. A incrementare principalmente questo tipo di incidenti c'è senza dubbio il cambiamento climatico, cui si aggiunge l'aumento esponenziale dei frequentatori della montagna, spesso scarsamente informati e consapevoli delle reali pericolosità dell'ambiente montano innevato.

Anche tra gli appassionati di montagna si annida ancora il luogo comune che vede a rischio valanga i soli scialpinisti. I fatti ci stanno dimostrando che non è così, pur rimanendo lo scialpinismo un tipo di attività dove i rischi sono maggiori.

Cosa fare allora per abbassare i rischi al fine di frequentare la montagna con maggiore sicurezza? Senza dubbio la formazione gioca un ruolo importante: si può frequentare uno dei numerosi corsi che le scuole del Cai organizzano in ambiente innevato (corsi di sci alpinismo, sci di fondo escursionismo, alpinismo invernale, escursionismo in ambiente innevato), seguire i seminari e gli eventi divulgativi organizzati dal Servizio Valanghe Italiano (organo tecnico del Cai) o dalla sezione di appartenenza, leggere uno dei manuali editi dal Cai dove si affrontano tematiche invernali, consultare con regolarità i bollettini nivologici.

Utili anche le pubblicazioni dell'AINEVA, molte delle quali sono scaricabili gratuitamente dal sito dell'associazione.

Non abbatte certamente il rischio, ma può determinare un impatto di minore gravità l'essere in possesso e saper utilizzare un kit di autosoccorso (ARTVA, pala e sonda), già reso obbligatorio in molte regioni del nord Italia e in molte regioni dell'Austria, Svizzera e Germania. È bene precisare che essere in possesso di un kit di autosoccorso non deve in alcun modo spingere a correre maggiori rischi, in quanto la possibilità di conseguenze gravi per chi viene sepolto da una valanga rimane comunque elevata.

Possiamo paragonare ARTVA, pala e sonda alla cintura di sicurezza della nostra auto, o al casco che indossiamo quando siamo in moto, che certo non spingono verso una guida imprudente.

In molti pensano che sia poco utile avere con sé questa attrezzatura: altro peso da trasportare nello zaino, il costo considerevole, e il fatto che sia considerata superflua per alcune attività (escursionismo EAI con ciaspole e sci di fondo escursionismo). Ma una maggiore consapevolezza dei rischi effettivi e di come questa attrezzatura possa essere determinante nel salvarci la vita, non ne farebbero esitare l'acquisto. A maggior ragione considerando quanto spesso si spendono con facilità ed entusiasmo centinaia di euro in capi di abbigliamento tecnico o altre attrezzature.



La curva della sopravvivenza o curva di Brugger ci aiuta a comprendere l'importanza di avere con sé un kit di autosoccorso. Una persona travolta da una valanga ha una buona possibilità di essere ritrovata viva (91-93%) se viene estratta dalla neve entro 18 minuti, trascorsi i quali la percentuale scende drasticamente al 63% per poi scendere ancora più drammaticamente al 35% dopo ulteriori 17 minuti e poi proseguire lentamente verso percentuali bassissime superate le due ore.

Questo fa ben capire che il soccorso organizzato, chiamato con il numero 112, nel migliore dei casi può giungere con un elicottero dopo non meno di 30 minuti diventando nella maggior parte dei casi poco utile nel ritrovamento in vita dei travolti. Occorre tenere conto che le operazioni di ricerca e, soprattutto, di scavo richiedono comunque del tempo. È chiaro, perciò, che le uniche persone che possono tentare di intervenire con efficacia in occasione di una valanga sono le persone che sono presenti in quel momento e che possono immediatamente iniziare le operazioni di ricerca.

Il kit di autosoccorso dovrà essere sempre composto da tutte e tre le attrezzature in quanto la mancanza anche solo di una sola di esse, comporterebbe una considerevole perdita di tempo, rischiando di compromettere l'efficacia dell'intervento. A solo titolo semplificato, per scavare 1 m³ di neve con la pala occorrono circa 10 minuti, con gli sci 25, con le mani 70/90.

Per questo, l'indirizzo del direttivo del Cai di Roma è quello di rendere obbligatorio, a partire dal 2021, l'uso dei kit di autosoccorso per i partecipanti alle attività invernali, dopo una adeguata preparazione. Un'occasione preziosa per sensibilizzare gli appassionati di montagna a un tema tanto importante quanto ancora per molti sottovalutato, e rendere la montagna un bene più sicuro per tutti.

Roberto Bernardi è accompagnatore nazionale di escursionismo e direttore della Scuola sezionale di Escursionismo Cai di Roma

Oggi si può contare su una serie di app e siti internet, a consultazione gratuita, utili per chi voglia affrontare la montagna in ambiente innevato con maggiore sicurezza.

Sul sito <https://metemont.carabinieri.it> si trovano i bollettini nivologici a cura dell'Arma dei Carabinieri, cui spetta il controllo su scala nazionale del manto nevoso e la previsione del rischio valanghe, nonché le attività consultive e statistiche ad essi relative (anche in app).

L'ANEIVA (Associazione interregionale di coordinamento e documentazione per i problemi

inerenti alla neve e alle valanghe) mette a disposizione guide e manuali a questo link <https://www.aineva.it/guide-e-manuali/>

Sull'uso del kit di autosoccorso la CNSASA (Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo, Sci Alpinismo e Arrampicata libera del Cai) ha pubblicato una esaustiva brochure che si può scaricare da qui http://www.cnsasa.it/storage/wcms_f/alleg/news/CNSASA_AutosoccorsoValanga_Brochure.pdf

(R.B.)

GLI INTERVENTI DEL SOCCORSO ALPINO

INTERVISTA A DANIELE CAMPONESCHI

di Vanessa Giovagnoli

Quali sono gli interventi più ricorrenti della squadra del Soccorso di Roma?

Operiamo entro i limiti della provincia, anche se a volte ci chiamano da supporto in altre zone. Qui, interveniamo soprattutto per persone disperse, sui Simbruini o sugli Ernici. E sul monte Gennaro, montagna vicina che in tanti sottostimano: non vedono la segnaletica, perdono il sentiero seguendo le tracce di animali e alla fine si perdono.

E in ambiente innevato?

L'intervento classico è quello in soccorso di escursionisti che non hanno abbigliamento o attrezzatura adeguata: c'è chi va sulla neve con scarpe non impermeabili e a cui si congelano i piedi; chi va senza guanti o cappello; chi senza acqua o cibo. C'è chi, sprovvisto del minimo indispensabile, nonostante gli avvertimenti, prosegue. Ho incontrato due persone con le ciaspole sul canale Bissolati, sul Gran Sasso, un percorso alpinistico che richiede piccozza e ramponi, oltre che preparazione adeguata.

Chi è più attrezzato, con piccozza e ramponi, che errori fa?

Piccozza e ramponi sono fondamentali in certi percorsi: dove la neve ha uno strato superficiale ghiacciato, anche una pendenza di 30 gradi è pericolosa. Ma piccozza e ramponi sono armi a doppio taglio, perché l'uso sbagliato può portare a inconvenienti. La piccozza serve principalmente a frenare la scivolata, però occorre saper fare la cosiddetta manovra. Quanto ai ramponi, bisogna saper far aderire le punte sulla neve e vanno regolati, altrimenti si sganciano. In molti se li fanno prestare, li affittano o li tirano fuori dagli armadi dopo anni.

Gli scialpinisti sono più preparati?

In generale sì, anche perché spesso hanno fatto corsi, ma è impossibile azzerare il rischio. Nell'ultimo anno, però, causa pandemia e relative restrizioni, c'è stato un boom della montagna in generale e anche dello scialpinismo: ho visto gente che ha riesumato materiali di 30 anni fa. I negozi di Roma si sono svuotati sia per il noleggio che per l'acquisto; i corsi di scialpinismo della nostra sezione hanno ricevuto tante domande.



Montagne della Duchessa, verso Cimata di Macchia Triste
Foto di Vanessa Giovagnoli

Gli interventi del Soccorso Alpino sono aumentati?

Sì, ma, tutto sommato, sono stati limitati rispetto alla mole di persone che ha cominciato a frequentare la montagna. A causa delle misure anticovid, certe zone, come il Terminillo, si sono riempite.

Questo grande afflusso porta superficialità?

Sì, sia da parte di persone esperte che da parte di persone inesperte. Le escursioni vanno pianificate sempre, seguendo la regola del 3x3, cioè pianificazione a casa, sul posto e durante l'escursione. Quanto alla neve, vanno consultati i bollettini e vanno fatti corsi per imparare a conoscerla.

In quanti usano l'ARTVA?

In pochi purtroppo, perché costa almeno 200 euro, perché servono anche pala e sonda, perché bisogna saperli usare e allenarsi spesso, infine perché si sottovaluta il rischio: in molti pensano che passeggiare in fondovalle non sia pericoloso. Il Cai fa bene a promuoverne l'utilizzo. Per esempio, i 4 escursionisti morti in Val Majelama, anzitutto non ci dovevano andare, ma poi, se avessero avuto l'ARTVA, li avrebbero trovati prima, morti, ma non dopo 24 giorni.

Daniele Camponeschi è istruttore di scialpinismo e membro del Soccorso Alpino

INCIDENTE SUL TERMINILLO

IL PRIMO SOCCORSO DI QUATTRO SOCI DEL CAI DI ROMA

di Annamaria Gargani

“Un encomiabile comportamento attorniato da grande spirito di solidarietà. In questo mondo fatto di egoismo e arroganza, è un lusso imbattersi in persone con la testa e il cuore dei suoi uomini”. Sono le parole che Roberto Paniccia membro dell'equipaggio Pegaso 21 e tecnico di elisoccorso del CNSAS Lazio, operativo nella base elicotteri di Fonte di Papa ROMA, ha inviato al presidente del Cai di Roma, Giampaolo Cavalieri, per elogiare il comportamento di quattro soci della sezione romana: Guglielmo Maviglia, Christian Applegate, Marco Marivittori e Federico Pietrangeli. I quattro tesserati domenica 21 febbraio hanno, senza esitazione, dato il primo soccorso a Francesco, precipitato da 200 metri mentre saliva su uno dei canali che portano alla cima del monte Terminillo.

Cielo limpido. Un manto nevoso fantastico. Il rumore dei ramponi che mordevano la neve dura. Una giornata perfetta per trascorrerla in montagna; che da lì a poco si sarebbe trasformata in un'esperienza di vita. “Un rumore, forse un urlo proveniente dall'alto ha attratto la mia attenzione, facendomi istintivamente alzare lo sguardo verso la vetta”. Così inizia il racconto di Marco Marivittori nell'assistere in diretta alla caduta di Francesco. “Una sequenza terribile di fotogrammi – prosegue Marco –, che mi rimarranno impressi nella mente per il resto della mia vita. La vista di quel corpo che a pochi passi dalla vetta scivolava e tentava disperatamente di fermare la sua corsa mi ha tenuto con il fiato sospeso e il cuore in gola per alcuni secondi. Il corpo di Francesco rimbalzando più volte sul manto nevoso del canale è arrivato nel giro di alcuni secondi a pochi metri da noi, forse 20-30 per fermarsi, immobile”.



Nell'immagine: un momento dei soccorsi nell'incidente sul Terminillo

“Mentre Marco si metteva in contatto con il 118, sono andato subito verso il ragazzo”, interviene Christian Applegate. “In quei pochi secondi, mentre raggiungevo l'escursionista caduto, ho pensato subito: ‘speriamo sia vivo’, provando un'angoscia non indifferente. Aveva gli occhi chiusi, un po' sanguinante in viso, ma ero sollevato nel vedere che respirava in maniera vistosa. Quando ha aperto gli occhi poi, ho pensato a un miracolo. Sì, il ragazzo era vivo! Per fortuna si trattava solo di qualche ossa rotta come ci hanno confermato i medici”.

“Alla vista di quel ragazzo – racconta Guglielmo Maviglia –, inerte e ricurvo su se stesso, ho avuto l'unico istinto di eseguire le azioni previste dal protocollo del primo soccorso. Freddezza e lucidità mi hanno assistito, mentre aspettavamo l'arrivo dell'elicottero. Roberto e i suoi colleghi hanno considerato me e i miei compagni da subito parte della loro squadra; dimenticandosi che non eravamo dei soccorritori ma semplici uomini di montagna”.

GAIA - DEA MADRE

UNA NUOVA APERTURA SULLA PRIMA SPALLA DEL CORNO PICCOLO

di Pino Calandrella

Certe volte le scalate in montagna nascono al mare, mentre sfogli le guide alpinistiche cercando di programmare e sognare le tante belle salite che vorresti ancora fare. Poi senza una particolare ragione l'occhio ti va su un settore non remoto del Gran Sasso, ma anzi di snodo, che tutti guardano. E lì, d'un tratto salta agli occhi una linea evidentissima, pulita e logica, già disegnata da Madre Natura. Non c'è niente da inventarsi, ma solo da sognare.

Troppo strano non sia stata salita, eppure non trovo niente, se non una porzione in alto, dopo le difficoltà maggiori, in comune con la via "I pirati dell'aria" del compianto Roberto Iannilli.

Indagando mi viene anche il dubbio che l'eventuale verginità della linea possa essere frutto dell'alta difficoltà o di chissà cos'altro, ma questo va verificato in sito: devo andare a tentare di scalarla.

Le "regole etiche" di questa salita sono chiare, nessuna protezione fissa di progressione, solo protezioni mobili (friends), realizzando e lasciando solo le soste. In alto l'uscita proposta è su "Libertà è partecipazione", ma essendo la sommità del pilastro uno snodo di molte vie, l'uscita può essere effettuata anche in altro modo.

Il nome Gaia deriva dalla somiglianza della pancia rocciosa del terzo tiro ad un grembo materno, ed è quindi dedicata a Madre Natura, con le sue bellezze e la sua perfezione, alla donna e al suo ruolo materno, a mia madre.

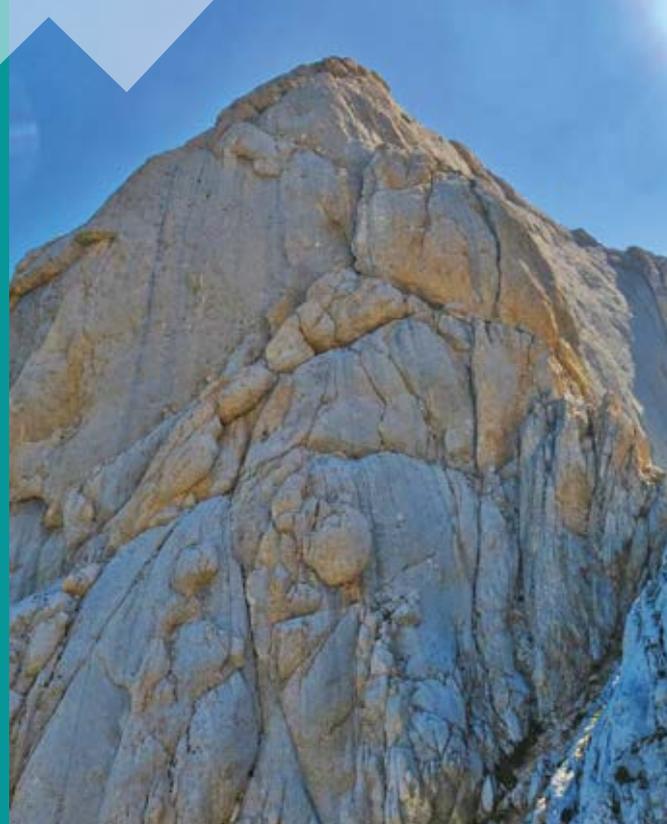
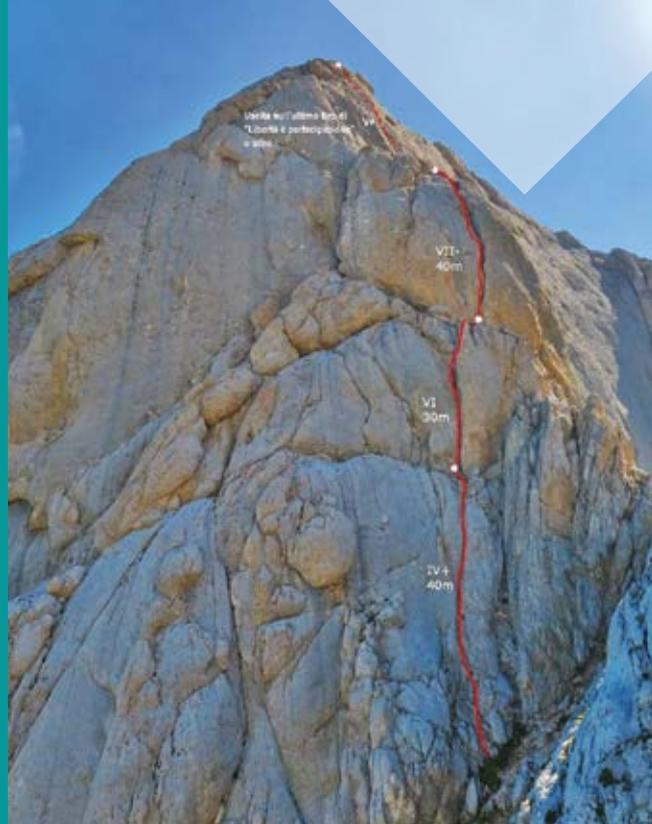
RELAZIONE TECNICA

Risalire il canale Bonacossa (it. 46a) fin quasi alla forcella e attaccare alla sinistra di un facile ed invitante canale, alla base di una bella fessura che si fa più netta dopo qualche metro.

Scalare su facili roccette, con difficoltà via via crescenti man mano che la fessura diventa più marcata (IV+), sino ad uscire su comoda cengia alla base dell'evidentissimo diedro fessurato verticale del secondo tiro. Sosta a sinistra, 2fix con cordone (40 m, IV+).

Entrare nel diedro fessurato e scarlo verticalmente. Superare un primo tratto leggermente strapiombante (VI) sfruttando prese in fessura e continuare nel diedro con inclinazioni via via meno verticali.

Giunti sotto al tettino che chiude il diedro, in prossimità di liste rocciose appoggiate di forma allungata, senza utilizzarle, piegare a destra in placca e uscire sullo spigolo sino a giungere su una comoda cengia. Sosta (2 fix e cordone) lungo la cengia circa 4 m a destra, sulla verticale della fessura strapiombante del terzo tiro (30 m, VI).



Prima Spalla per la Parete Ovest (Gaia - Dea Madre).
Rif. Guida TCI-Cai Gran Sasso d'Italia
(Grazzini-Abbate) 1992.

Pino Calandrella, Stefano Cascavilla, Emiliano Palla,
13 settembre 2020.

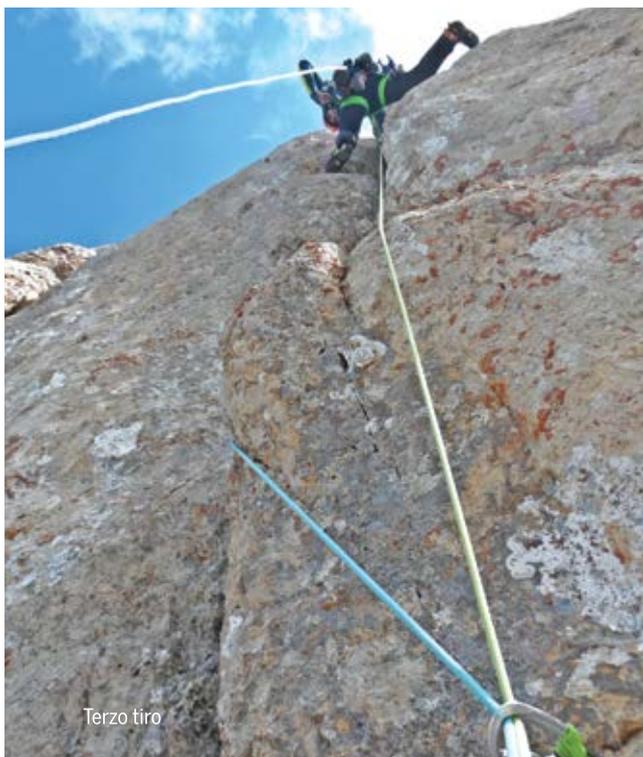
La via si svolge a destra di "Libera la follia", su un'evidentissima sequenza di tre fessure, interrotte da comode cenge. Roccia buona a tratti ottima. Via aperta senza l'uso di chiodi/spiti di progressione, solo protezioni mobili; occorrono friends medio-grandi fino a BD n. 6. Soste attrezzate. Sviluppo: 180 m (di cui 110 m autonomi). Difficoltà: TD+, con passaggi fino al VII-.



Primo tiro

Entrare nella fessura strapiombante con passetto delicato, poi scalarla con impegno (friends fino a BD n. 6) sfruttando i bordi e alcune sfuggevoli prese nel suo interno (VII-). Raggiunto un masso incastrato la fessura diviene più larga e appoggiata, sino a raggiungere, dopo circa 18-20 m, un evidente spuntone sulla destra, da

cui proviene la via "I pirati dell'aria". Si continua puntando l'evidente diedro, sfruttando la bellissima placca alla sua sinistra (clessidra), sino a riportarsi sotto lo strapiombo che lo chiude, superato il quale (VI-) si prosegue per rocce più facili sino a sostare su comodo spiazzo su masso a destra. Sosta a chiodi con cordone (40 m, VII-).



Terzo tiro

Dalla sosta con percorso non obbligato si raggiunge il lato destro della sommità del pilastro su cui si sosta con 2 ch. collegati da cordone (20 m, IV).

Dalla sosta (uscita su "Libertà è partecipazione") salire in placca (cless. con cordone) poi piegando leggermente a destra (IV) in direzione della grande e netta fessura obliqua ascendente verso sinistra. La si raggiunge (ch. arancione, ora è visibile anche un chiodo nero, posizionato lungo la grande fessura alcuni metri più in alto, da tralasciare, poiché di altra via) e la si supera verticalmente su placca all'altezza del chiodo, puntando alla fessura soprastante da raggiungere.

Su placca a buchi si perviene alla fessura visibile già dal basso (ch. alla base), la si affronta in dülfer (V+) fino al suo termine. Continuare sempre dritti su placca a buchi (V) e superata una cengetta detritica, uscire in cresta. Sosta da attrezzare. (50 m, V+).

Pino Calandrella è istruttore nazionale di alpinismo e direttore della Scuola di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata libera "Franco Alletto" del Cai di Roma, operatore del Soccorso Alpino.

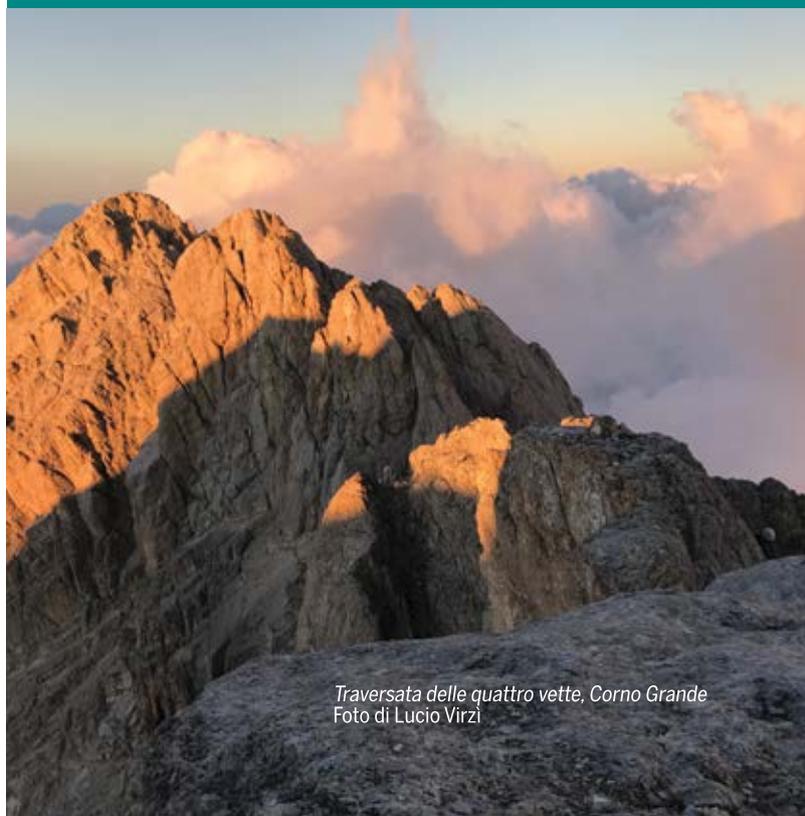
IL TERRENO DI AVVENTURA PREFERITO DEL CENTRO ITALIA

Sulla Prima e sulla Seconda Spalla del Corno Piccolo è stata scritta la storia dell'alpinismo del centro Italia; terreno di gioco prediletto degli alpinisti di Pietracamela (i celeberrimi aquilotti), ha visto spesso le incursioni dei "forestieri" che ne hanno conquistato i diedri, le fessure e le placche più evidenti.

A poca distanza da questa nuova via aperta da Pino Calandrella, nel 1977, Pierluigi Bini, con Vito Plumari e Massimo Marcheggiani, apriva "Il vecchiaccio", prima via di VI+ del gruppo (la via originale aveva una uscita su Aquilotti 72 con difficoltà VI-; poco tempo dopo Bini tornò con Raffaele Bernardi e salì anche l'ultimo tiro, realizzando così la via più dura del Gran Sasso).

Si resta stupiti nello scoprire che oggi, a distanza di quasi cinquant'anni, ci siano ancora linee nuove da tracciare su queste pareti. Eppure è quello che è successo nella strana estate del 2020, sospesa fra un lockdown e l'altro, su un evidente sistema di fessure che solcano la parete ovest della Prima Spalla del Corno Piccolo. Ed è molto apprezzabile che la via sia stata aperta in totale trad climbing, quasi a rappresentare una rivoluzione, la terza, dopo i chiodi delle prime vie di salita, negli anni del dopoguerra, e gli spit degli anni Ottanta.

(Lucio Virzi)



Traversata delle quattro vette, Corno Grande
Foto di Lucio Virzi

PER UNO SVILUPPO SOSTENIBILE DELLA MONTAGNA

NEL 2020 SI È RICOSTITUITA LA COMMISSIONE CENTRALE TUTELA AMBIENTE MONTANO (CCTAM). NE PARLIAMO CON IL PRESIDENTE RAFFAELE MARINI, FRA PRIMI BILANCI E PROGETTI FUTURI

di Alberto Lucarelli

Quali sono le linee programmatiche che la CCTAM si è prefissata fino al 2022?

La CCTAM si è molto rinnovata (sei membri su sette, me compreso, sono di prima nomina) e ciò ha permesso una rimodulazione completa di attività e progetti, partendo dalla consistente eredità della precedente commissione. Le linee programmatiche prevedono di svolgere attività di supporto e proposta per tutte le strutture del Cai (dagli organi centrali alle singole sezioni), e di migliorare la formazione e la preparazione dei titolari. Lo faremo seguendo due linee direttrici parallele: l'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile e le norme europee proiettate al 2030 (strategia della biodiversità, Green Deal, "dalla forchetta alla forchetta").

Qual è il bilancio di questo primo anno?

Il 2020 è stato un anno di intenso lavoro. Sono state realizzate alcune importanti iniziative: nuove linee guida per la formazione dei titolari, documento su neve, cambiamenti climatici e industria dello sci (fatto proprio dal Consiglio Centrale), una proposta di documento di posizione sulla strategia forestale nazionale e sulla visione della gestione forestale. Abbiamo, poi, creato un gruppo di lavoro ad hoc per individuare la comunicazione più adatta e comprensibile per i giovani attraverso cui trasmettere loro i principi della tutela dell'ambiente montano.

La competenza "mista" tra Stato e Regioni su paesaggio e ambiente rende comunque auspicabile una tutela uniforme della montagna su tutto il territorio. Quale può essere il contributo del

Cai, riconosciuto dallo Stato quale associazione ambientalista?

Il riconoscimento di associazione di protezione ambientale dato al Cai dalla legge 349/86 responsabilizza il sodalizio nel proporre una politica ambientale rivolta alla montagna che sia seria, ragionata, motivata e che tenga conto delle esigenze reali delle popolazioni. L'intreccio di competenze esclusive e concorrenti tra Stato e Regioni non agevola la richiesta di poter disporre di una legislazione chiara e definita specie in relazione a chi fa cosa. Vi sono, però, le norme di riferimento europee che tracciano principi, metodi e prospettive molto chiare. Se il Cai si ancora a queste norme sovranazionali può dare un contributo a quell'uniformità auspicata. Per il Cai diventa anche motivo di dare concreto seguito ai propri principi statutari e regolamentari.

Nel 2021 ricorrono i cinquant'anni della Convenzione di Ramsar sulle zone umide d'importanza internazionale. Qual è lo stato dell'arte della protezione della biodiversità?

Lo stato di conservazione della biodiversità in Italia risente proprio di quell'intreccio di competenze di cui abbiamo appena accennato. Non a caso la revisione della strategia nazionale per la biodiversità dovrà tenere conto senza tentennamenti della Strategia 2030 che la Commissione Europea ha varato in tema di biodiversità, ponendo obiettivi ambiziosi, ma realizzabili.

Nell'immagine: Pantani, nel comune di Accumoli (RI), dove si è concentrata un'iniziativa congiunta della TAM Lazio, Umbria e Marche per la salvaguardia dell'area.

I 90 ANNI DEL COMITATO SCIENTIFICO CENTRALE

IL PRESIDENTE GIULIANO CERVI INTERVIENE SUGLI OBIETTIVI DEL COMITATO E LE NUOVE SFIDE CHE LO ATTENDONO

di Alberto Lucarelli

Quali sono i compiti del Comitato Scientifico del Cai?

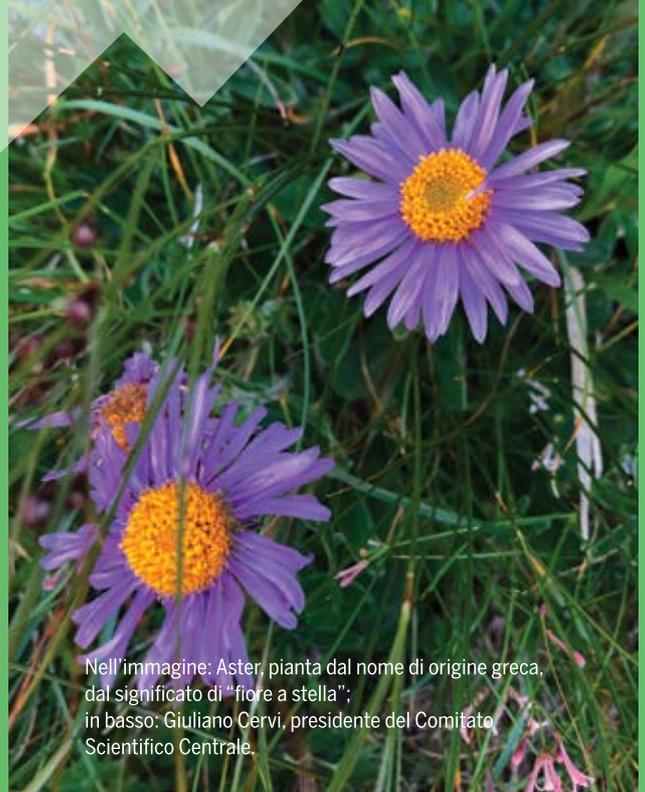
Sono delineati nell'atto fondativo del 1931, quando l'allora presidente generale Angelo Manaresi puntualizzava l'importanza fondamentale del "conoscere" l'ambiente montano. Fedele a questa missione, oggi il CSC opera nel campo dello studio e della divulgazione, delle scienze naturali e del corredo antropologico-culturale del nostro ambiente montano, avvalendosi della collaborazione dei comitati scientifici regionali e degli operatori naturalistico culturali.

Quali prospettive oggi e per il futuro?

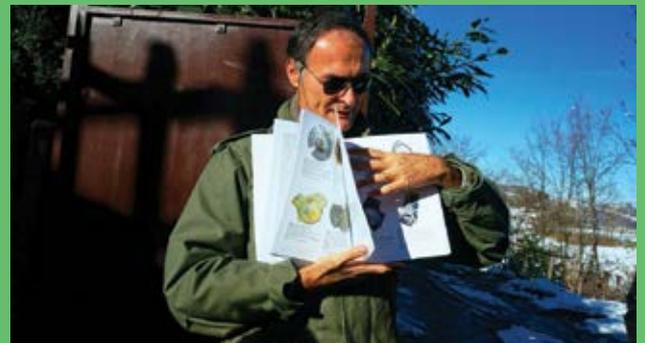
Il CSC è chiamato a confrontarsi con nuove sfide epocali, impensabili solo pochi anni fa: le mutate condizioni ecologiche, i nuovi scenari climatici, il cambiamento del rapporto uomo-montagna che ha determinato l'abbandono di gran parte delle Terre Alte. Al fine di creare nuove sinergie, ha promosso una serie di accordi tra il Cai e importanti organismi di ricerca, tra cui il CNR, la Società Italiana di Preistoria e Protostoria, la Società Geologica Italiana, e ha avviato specifiche misure di sostegno per l'istituzione di nuovi comitati scientifici sezionali.

La pandemia ha contribuito ad una "riscoperta" della montagna per un numero probabilmente più elevato di persone rispetto a quelle che la frequentavano abitualmente. C'è un'etica dell'andare in montagna?

Rispetto e consapevolezza: sono queste le parole che riassumono l'etica dell'andare in montagna. L'ambiente montano è un contesto ricco di valori naturali, paesaggistici, storico-culturali, per molti aspetti alternativi allo sfibrante modello economico-produttivo che nella vita di tutti i giorni coinvolge molti di noi. Ma c'è di più: l'ambiente montano esercita anche una importante funzione di riequilibrio psicologico e di riscoperta di valori primari che sono alla base del nostro essere umani. Con la vicenda pandemica un gran numero di persone si è approcciato alla montagna, spesso impreparato o talvolta



Nell'immagine: Aster, pianta dal nome di origine greca, dal significato di "fiore a stella"; in basso: Giuliano Cervi, presidente del Comitato Scientifico Centrale.



introducendo negativi modelli comportamentali. Ma è stata l'occasione anche per scoprire dimensioni positive, inaspettate. Il nostro compito è far sì che quanto avvenuto di buono non costituisca un episodio temporaneo, ma si tramuti in un'attenzione costante per una nuova consapevolezza.

La tutela delle Terre Alte e il contrasto al loro spopolamento sono da sempre al centro dell'attenzione del Comitato Scientifico. Qual può essere il contributo del Cai?

Nel 1991 in seno al CSC venne istituito il Gruppo Terre Alte, per sensibilizzare al millenario patrimonio di cultura e civiltà che stava scomparendo a seguito dell'esodo dal territorio montano. Oggi le nuove opportunità della tecnologia digitale, del lavoro a distanza, delle produzioni agricole tipiche e di qualità, nonché le nuove forme di turismo sostenibile creano le condizioni per ripensare finalmente la politica della montagna. Il territorio montano costituisce un ambiente strategico per nuovi modelli di sviluppo incentrati sull'economia sostenibile e per la funzione di riequilibrio ecologico-ambientale. Molto interessante è l'esperienza dei cosiddetti villaggi degli alpinisti, sostenuta dal Cai e che si sta sviluppando in alcune aree alpine.

IL CAMMINO, LA MONTAGNA, LA TERAPIA

SPUNTI E RIFLESSIONI DALL'ESPERIENZA DI CHI OPERA DA ANNI
NEL GRUPPO MONTAGNATERAPIA DEL CAI DI ROMA

di Giuseppina Leone e Sergio Nascimbeni

Nel nostro lavoro siamo abituati a faticare e viaggiare, soprattutto nelle profondità dei laghi come immagini riflesse di ciò che ci circonda. In questo processo esplorativo ciò che predomina è la fatica mentale, nostra e di chi si è smarrito in tali profondità. Nell'esplorazione "dell'esterno" siamo spesso impacciati quando non adatti, e comunque dotati di strumenti inadeguati o grossolani. Avevamo perciò bisogno di un luogo metaforico che aiutasse a realizzare questo viaggio in noi stessi.

La montagna è stata la risposta alle nostre ricerche, come in un curioso gioco ossimorico che scopriamo nell'etimologia *travel* - viaggio, lavoro - *travail*.

Tutto quello che incontriamo nel camminare è quello che viviamo dentro di noi: il faticare nel procedere, il cercare il sentiero, la paura di perdersi, la vertigine nell'affacciarsi, la gioia dell'arrivo. Sono concretizzazioni di processi emotivi, affettivi e cognitivi, che spesso non riescono ad esprimersi adeguatamente nella realtà quotidiana. Le forti emozioni, i legami, le interazioni che essa fa emergere, spostano continuamente la già di per sé labile linea di confine tra il mondo interno e la realtà esterna. Si esaltano i propri limiti e le proprie risorse, i processi relazionali alla base dell'essere umano: la necessità di legarsi agli altri, di dipendere, il bisogno di solitudine, l'isolamento, l'affidarsi e il ritrarsi dall'altro.

Ma come è possibile rendere terapeutico ciò che è vita stessa? La montagna ha fornito delle risposte nel momento in cui non l'abbiamo considerata un *setting*, bensì un elemento attivo, non da controllare, ma da vivere, ciascuno – noi e i pazienti – dando la colorazione emotiva propria.

Noi siamo i "facilitatori" dell'esperienza, e l'esperienza è essa stessa la terapia. La parola facilitatore in questo senso ci pare particolarmente adeguata nel momento in cui il nostro compito è solo quello di facilitare il flusso tra esterno e interno e viceversa.

Nell'andare in montagna si sale per poi discendere. Ciò che si produce, in questo semplice atto, è dentro ognuno di noi. È il risultato di un interno che muta e si modifica, nell'alternanza dei passi, nel camminare. Questo si sposa con un'idea di riabilitazione finalizzata alla focalizzazione degli stati d'animo, all'attenzione delle loro impercettibili o a volte improvvise mutazioni, come quelle che incontriamo, appunto, camminando: nel terreno, nel panorama, nel cielo, nel tempo.

È come se la montagna desse il suo consenso, con l'inutile girovagare, al diritto a star male, spesso, nel campo del disagio psicologico, più negato del diritto alla salute. Niente è più simile all'idea di libertà. E dove c'è libertà, c'è un andare via, ma anche un tornare, se uno vuole, se uno può.

LA MONTAGNATERAPIA E IL CAI

La Commissione Centrale di Escursionismo del Cai ha approvato nel dicembre 2020 le indicazioni operative per l'organizzazione e lo svolgimento di progetti di Montagnaterapia rivolti a vari ambiti, come la salute mentale, le dipendenze, le disabilità cognitive, le disabilità fisiche. Con riferimento a quest'ultime, il Cai Lazio ha realizzato già da qualche anno, in sinergia con la Regione Lazio, un progetto di rete sentieristica per persone non deambulanti e per persone con disabilità visive; provvede inoltre a formare accompagnatori abilitati alla conduzione delle joëlette (gli ausili da fuoristrada). Nella sezione di Roma, il Gruppo di Montagnaterapia "I Sentieri dei Sogni Luca Mariotti" attivo dal 2004, nasce per l'interesse di alcuni operatori e utenti del Dipartimento di Salute Mentale ASL Roma 2. Attualmente è composto da 35 utenti (dai 18 anni in su) e 5 operatori. Svolge abitualmente escursioni nel Lazio e in Abruzzo (anche in collaborazione con il Gruppo Giovani) e organizza una volta l'anno un trekking itinerante di più giorni in diverse località montane d'Italia; fa sperimentazione di verticalità in palestra di roccia indoor e outdoor e ferrate.

(G. L.)



Nella foto della pagina precedente, nella foto in alto e nella foto in basso: varie escursioni del gruppo Montagnaterapia del Cai di Roma

Tutto questo noi lo facciamo in gruppo, perché crediamo nelle sue potenzialità. Siamo consapevoli che è un insieme complesso mutevole, pieno di imprevisti come siamo noi, come è la montagna. Ed è ricco di risorse: la solidarietà, la velocità nel riflettere crisi individuali, la generosità nell'offrire soluzioni, la possibilità di mostrarsi o nascondersi secondo i propri bisogni e desideri. Ma a volte il gruppo può stare troppo stretto, può limitare l'autonomia e l'esplorazione individuale.



La montagna in questo soccorre, perché nel cammino e nella sosta, nella fatica e nella riuscita, tende il gruppo come un elastico, disperdendolo o aggregandolo, a seconda della necessità di stare insieme o di separarsi ognuno con i propri passi.

Kierkegaard ci dice: "soprattutto, non perdere la voglia di camminare: io, camminando ogni giorno, raggiungevo uno stato di benessere e mi lascio alle spalle ogni malanno; i pensieri migliori li ho avuti mentre camminavo, e non conosco pensiero così

gravoso da non poter essere lasciato alle spalle con una camminata (...), ma stando fermi si arriva sempre più vicini a sentirsi malati (...). Perciò basta continuare a camminare, e andrà tutto bene".

Giuseppina Leone è coordinatrice infermieristica del Dipartimento di Salute Mentale (DSM) ASL Roma 2; socia Cai Roma; direttrice d'escursione sezionale.

Sergio Nascimbeni è dirigente psicologo del Dipartimento di Salute Mentale (DSM) ASL Roma 2; socio Cai Roma.

UN'ESCURSIONE LEGGENDARIA

LA TRAVERSATA DELLA MAIELLA NELL'OTTOBRE 1993

di Marina Vitullo

Traversata della Maiella da Campo di Giove (1050 m) a Fara San Martino (440 m) passando per Monte Amaro (2793 m). Il ricordo di una delle partecipanti all'escursione rimasta storica per il Cai di Roma.

Alla partenza di venerdì 22 ottobre da Roma eravamo molto motivati, sapevamo che l'escursione del giorno dopo sarebbe stata molto impegnativa, ma sapevamo anche che a Fara San Martino ci attendeva un menu d'eccezione per la cena all'Hotel del Camerlengo dove avremmo trascorso la seconda notte. La scelta di andare con il treno si rivelò vincente, non tanto per la tratta Roma-Sulmona, quanto per la successiva da Sulmona a Campo di Giove. Era un treno storico già allora, unico binario a scartamento ridotto, appena due vagoni con sedili di legno, velocità bassissima, uno spettacolo! E tutto a ridosso di Sua Maestà, la Maiella!

L'Hotel del Lago a Campo di Giove ci accolse quel venerdì a metà pomeriggio. Appena il tempo di poggiare il bagaglio e via, subito alla scoperta di questo paese alle pendici della Maiella. C'era molto entusiasmo e il tempo era ottimo, freddo-secco che faceva ben sperare per il giorno successivo.

Sabato 23 ottobre. La partenza era fissata alle 4 del mattino. Tutti pronti con la frontale accesa ci trovammo sotto un cielo stellato luminosissimo. Mano a mano che salivamo per il sentiero n. 1 nel bosco si andavano alternando luci e ombre, quelle delle stelle e delle nostre lampade frontali con quelle delle fronde degli alberi. Finché uscimmo allo scoperto salendo di quota. L'andatura era lenta e regolare sul sentiero, passo alpino cadenzato sulla

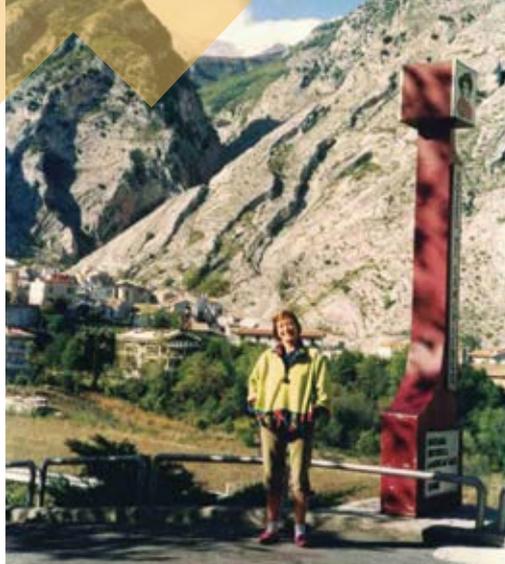
gamba destra e poi sinistra per riprendere fiato. Con un dislivello di quasi 1800 metri di salita la costanza nel passo ha un grande valore aggiunto. Eravamo tutti molto disciplinati, in fila indiana, senza chiacchiere inutili per non sprecare fiato!

La Maiella era completamente pulita. Sapevamo che in montagna si addensano velocemente le nubi, così come velocemente scompaiono, ma non pensavamo che quel cielo azzurro potesse abbandonarci tanto rapidamente per lasciare spazio ad un grigio compatto e inquietante.

Alla pioggia seguì la nevicata e noi sempre compatti sul sentiero. Non c'era ancora vento perché eravamo riparati dal versante della montagna. Fu in prossimità dell'Altopiano della Femmina Morta che ci trovammo in una bufera di neve, poca visibilità con venti molto forti. La Maiella ha la forma di un grande mammellone ed è molto esposta ai vortici ventosi. Eravamo già a quota 2500 e questo lungo falsopiano ci avrebbe portato entro poco tempo al bivacco sommitale di Monte Amaro. Non pensammo minimamente di tornare indietro. Un nostro accompagnatore venne preso dalla stanchezza e lasciò il gruppo proprio sull'altopiano, scendendo per un sentiero sull'altro versante che lo avrebbe portato rapidamente al paese di Lama dei Peligni, e raggiungere poi con mezzi di fortuna Fara San Martino.

A mezzogiorno circa arrivammo al bivacco sommitale. Un igloo di ferro rosso, con all'interno panche di legno lungo le pareti e altre panche al centro disposte in circolo, si da formare pianali dove potersi stendere. Fu quello che toccò a Maria Vittoria, in preda ad una congestione da freddo. Era pallida come un cencio, non parlava e si abbandonò sulle panche. Gli accompagnatori la avvolsero completamente nella coperta termica, lasciando fuori solamente il naso e ci tranquillizzarono dicendo "si riprenderà a breve, recupererà la giusta temperatura corporea". Al gelo dentro, e con la bufera fuori, azzannammo il nostro pranzo quasi congelato. Dopo circa un'ora Maria Vittoria cominciò a sgomitare nell'involucro per liberarsene, ricordo il suo viso quando uscì dalla coperta termica, era roseo e rilassato! E famelicamente si lanciò sul cestino preparato dall'albergatore! La coperta termica aveva fatto la sua parte, aveva riportato in vita Maria Vittoria, e tutti applaudimmo nel vederla di nuovo così pimpante!

La bufera intanto continuava senza sosta e il vento urlava rinforzando. Inutile pensare di uscire per soddisfare un bisogno, la porta di ferro del bivacco si apriva controvento e bisognava tenerla perlomeno in tre per non farla richiudere violentemente. Tutti rinunciammo al bagno! Dopo un paio d'ore e nonostante la tempesta, si decise di scendere per non correre il rischio di rimanere al gelo durante la notte. In un nebbione con visibilità quasi a braccio, ci trovammo tutti uniti alla ricerca di un attacco del sentiero che ci avrebbe rapidamente fatto scendere fino al Rifugio Manzini a quota 2523. Senza punti di riferimento e così esposti, cominciammo a girare attorno al bivacco senza neanche accorgergene. Giravamo a vuoto e cominciammo a preoccuparci un po' tutti. Impossibile contare sul cambiamento di tempo, eravamo nel cuore di una tempesta di neve. Volavano via cappucci e mantelle, letteralmente strappati ai nostri corpi da un vento vorticoso, nessuna possibilità di recuperarli, sembravano aquiloni impazziti.



Ci volle un bel po' di tempo prima che accadesse qualcosa di inaspettato. Un minuscolo squarcio nel cielo aprì la visibilità per pochi secondi, tanto quanto ci servì per individuare e imboccare il sentiero n. 8, quello della nostra salvezza! E lì giù velocemente per perdere quota e arrivare al rifugio, che era ovviamente chiuso! Lo inondammo tutt'attorno con fiumi di pipì, tutta quella che avevamo trattenuto per ore! E poi finalmente il bosco, e poi le gole impervie e rocciose nella Valle di Santo Spirito, e poi i piccoli guadi e poi finalmente Fara San Martino. Passate le 22 arrivammo all'Hotel del Camerlengo. Sfiniti, senza parole dalla stanchezza e dalla paura. Tutti sani però e con una fame da lupo!

Il giorno dopo, cielo sereno, la Maiella innevata stava lì beffarda, sembrava schernirsi di noi! Sul trenino che ci avrebbe riportato a Sulmona passando per la stazioncina di Palena, eravamo di nuovo sorridenti, stanchi, ma già pronti per nuove avventure.

La morale che io trassi da questa esperienza. Primo: avere sempre una coperta termica, una lampada frontale e delle barrette energetiche nello zaino! Salvano la vita! Secondo: lo zaino deve essere sempre lo stesso quando si va in montagna, in estate come in inverno, corredato con guanti, cappello, pile antivento e guscio impermeabile.

Buone escursioni a tutti!



Nella foto a lato: alcuni partecipanti all'escursione sulla Maiella nell'ottobre 1993: da sinistra Sandro Metelli, Riccardo Romani, Tina Caliendi, Antonio D'Amore, Luca Teodori, Paola Tomassini, Marina Vitullo, Cesare De Martino, Enzo Panagia.

Nella foto in alto: Marina Vitullo nella Valle di Santo Spirito



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI ROMA