



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Livorno - Via S. Fortunata, 31 - Tel. e Fax 0586 / 897.785
NOTIZIARIO MENSILE

Spedizione in abbonamento postale - Legge 662/96, Articolo 2 - Comma 20/C
Filiale di Livorno

Direttore Responsabile: Marco Marando

**ASSEMBLEA
ANNUALE
DEI SOCI**

"Lago di Tovel - Parco Naturale Adamello - Brenta"

DI LIVORNO
stale 15224579

STAMPE



Comunicazione al Direttore Responsabile

Con l'ingresso nel mitico anno 2000 molte persone credono, dopo un incessante "bombardamento" ad opera dei mass media, di essere finalmente approdati nel ... nuovo millennio. In realtà il fatidico momento non è ancora arrivato. Riflettiamo un momento.

Un secolo è composto da 100 anni e non da 99; con la notte di S. Silvestro 1999 siamo entrati nel centesimo anno del secolo e quindi nell'ultimo anno del millennio.

Se il 1° secolo dopo Cristo va dall'anno 1 all'anno 100 e l'anno 100 rientra nel primo secolo, analogamente l'anno 2000 farà ancora parte del XX secolo. Per questo motivo il XXI secolo inizierà con l'anno 2001, che sarà anche il primo anno del terzo millennio.

Occorre lasciar scorrere ancora dodici mesi, prima di ... festeggiare lo storico traguardo!!! Al di là di tutte queste fredde precisazioni, l'anno 2000, che solo 30-40 anni fa rappresentava una meta lontana quasi ... come la conquista dello spazio (e a tal proposito proprio in quegli anni proliferarono attorno a questo numero quasi "magi-

co" svariate pellicole di fantascienza, fra cui l'immortale 2001 Odissea nello spazio), per il radicale cambiamento di tutte e quattro le cifre costituisce un momento di grande suggestione, forse superiore all'effettiva "tracimazione" nel 3° prossimo e nuovo millennio.

Comunque sia, giunga a tutti i soci della sezione l'augurio più sincero di un sereno anno nuovo, con la speranza che anche il 2000 sia prodigo di ... nuovi soci e soprattutto di qualche mano generosa, che ci aiuti a tirare avanti il vecchio (ma giovane nello spirito) torpedone della sezione; c'è bisogno, infatti, di soci attivi per una crescita più matura di tutto il popolo "CAIno".

Per questo motivo un grazie di cuore va a quel neo socio che, proprio in questi giorni, in perfetto spirito natalizio, come un moderno Santa Klaus, è "sceso con la sua slitta" carica di tanta buona volontà nella "sala dei bottoni" della sezione, sbarcandosi spontaneamente e con grande cura l'ingrato compito della revisione e stampa del programma gite (allegato al notiziario).

Marco Marando



APPUNTAMENTI FUTURI Gite Sociali

* 20 Febbraio 2000



VAGLI DI SOPRA - MONTE FIOCCA

Questa gita è la prima delle due programmate per l'uso dell'attrezzatura invernale (piccozza e ramponi) in modo corretto e sicuro.

La comitiva A partirà dal paese di Vagli di Sopra (m 679) e, percorrendo tutta la bella Valle d'Arnetola, inizialmente su una strada di arroccamento, poi per sentiero facile in estate, ma sicuramente più impegnativo in inverno, raggiungerà il Passo Sella (m 1500), il Passo Fiocca (m 1650), e da qui il Monte Fiocca (m 1711).

Tempo di percorrenza (di sola andata): **circa 3 ore.**

E' chiaro che dato il tipo di terreno, il gitante che vuole far parte di questo gruppo, deve avere d'obbligo l'attrezzatura necessaria, ossia ramponi e piccozza, oltre naturalmente a calzature e abbigliamento idonei al clima freddo, pena l'esclusione dalla gita.

La Comitiva B partirà ugualmente da Vagli di Sopra, per portarsi (in circa un'ora) nel bel circo glaciale di Campocattino (m 1000); da qui potrà ammirare l'imponente versante sud del Monte Roccandagia, per poi spostarsi, usufruendo di un primo tratto di strada sterrata, sino al Monte Tontorone (m 1100).

Per la comitiva B sono richiesti attrezzatura e abbigliamento normale per il periodo invernale.

VITA S

Si comunica che sabato 19 ... che si svolgerà a San Vito ... della sede sociale di Via S. ... tiva. Si fa presente che nel ... Gitone Estivo 1999, svolto



VI

La nostra Sezione, in colla ... questo periodo inverno/pr ... Il Corso, che si terrà inter ... voluto nell'ottica della pr ... di questi giorni hanno am ... delle severe e mutevoli co ... parte di un cospicuo nume ... e sicurezza su terreni diffi ... Le lezioni teoriche interes ... su facili salite di roccia, t ... Le uscite pratiche si terr ... pratica le nozioni apprese ... del Kit da ferrata su vie al ... Per il programma dettagli ... Poiché i posti disponibili, ... farsi vivi.

E' chiaro che il Corso è a ... ragazzi/e, sempre desidera ... soddisfazione personale,

VI

Il giorno 2 ottobre



VITA SEZIONALE *Fogli di quaderno*

Inizia, con il primo numero dell'anno, una rubrica dedicata alla scoperta un po' speciale delle vicine Alpi Apuane, teatro della maggior parte dei nostri itinerari escursionistici.

Compito di *"Fogli di quaderno"* svelare la toponomastica di alcuni termini geografici, forse divenuti usuali per i più, e di curiosare nel cestello delle nostre nonne, alla ricerca di preziose piante officinali, quindi con proprietà curative, assai diffuse nelle vallate dell'aspra catena montuosa.

METATO: nelle carte topografiche della nostra regione si trova spesso questo termine che, in qualche caso, ha anche dato il nome a piccole borgate, come nella valle di Camaione o non lontano da Pisa. Il metato è un chiaro indicatore della presenza di castagneti, essendo infatti una specie di capanna in cui veniva posto questo prezioso frutto ad essiccare.

Va detto che non molti anni fa e fino all'ultimo dopoguerra le castagne e la relativa farina costituivano ancora, per molte comunità, la risorsa alimentare principale con cui superare i lunghi e rigidi inverni.

ERICA: andando in giro nei mesi invernali non è raro imbattersi, attorno ai 900 metri di quota, in splendidi cuscini variamente rosati di erica, che regalano un po' di gradito colore. Spesso dimenticata, l'erica è, in realtà, il più potente antisettico urinario che si conosca. Affine al corbezzolo e alla verga d'oro o solidago, combatte efficacemente le infiammazioni della vescica, oltre ad essere un ottimo depurativo. Tenuta in grande considerazione da Mattioli, Cazin e Leclerc (alcuni dei più grandi fitoterapeuti del passato), che ne hanno più volte verificato l'efficacia nella renella, la si deve utilizzare in decotto. Ai tempi dello scandalo della centrale nucleare di Cernobyl, ricordo che insieme ad altri amici, quasi contemporaneamente, venimmo colpiti da disturbi alle vie urinarie accompagnati da dolori pungenti; ognuno cercò di curarsi nel modo migliore, ricorrendo per lo più e per lungo tempo a generose dosi di antibiotici. Il mio diverso modo di curarmi, rivolto da anni verso quell'universo di cure naturali per molti ancora sconosciuto (fitoterapia, omeopatia, agopuntura), mi portò direttamente all'uso - protrattisi per una decina di giorni - del decotto delle sommità fiorite di erica (**acquistate rigorosamente in erboristeria**, dato che gli esemplari presenti sulle Apuane sono da considerarsi in protetta esposizione), che mi consentì di battere nettamente sul tempo di guarigione i miei compagni di sventura.



Il gufetto