

Convegno MONTAGNE INCISE PIETRE INCISE
Il Parco dell'Aveto, in collaborazione con l'Università di Genova (DISMEC), ha ottenuto un finanziamento per realizzare un Convegno di studi internazionale dedicato all'archeologia ambientale e rupestre nelle montagne dell'Europa meridionale. Il progetto, intitolato "Montagne incise, pietre incise", si propone di contribuire, in una prospettiva di conoscenza storica, alla valorizzazione dei siti che recano traccia delle passate attività di cavatura (siti di industria estrattiva attuale, storica e protostorica), collegandoli ai prodotti della incisione-lavorazione dei materiali litici (es. teste apotropiche della Valle Sturla e della Val di Vara; "Volto di Cristo di Borzone"), aspetti spesso considerati a torto semplicemente parte del folklore locale e non come fonti per far emergere la dimensione storica degli spazi montani, delle risorse ambientali e delle società che vi si sono insediate. In occasione del Convegno, che si svolgerà dal 20 al 22 ottobre a Borzonasca presso il teatro comunale, verrà presentato ed esposto al pubblico sabato 22, presso il rifugio del Parco al Passo del Bocco, un monolite portante incisa una figura antropomorfa, rinvenuto nei pressi di Passo del Ghiffi e recentemente recuperato attraverso apposite indagini di archeologia rupestre e ambientale. Il programma definitivo sarà pubblicato a breve sul sito del parco www.parcovaveto.it.

UN NUOVO SENTIERO NATURA DEL PARCO BELPIANO-MONTE CUCCO

Segnavia ■■■ Durata ore 2.00 Il sentiero, che inizia nei pressi del cimitero di Belpiano (492 m s.l.m.), frazione del Comune di Borzonasca, sale inizialmente attraverso una pineta di rimboscimento, dove si trova il parco avventura "Indian forest". Usciti dalla pineta si incontrano alcune case (Rapietra) e si attraversa un ambiente caratterizzato da prati, pascoli e coltivi. Subito dopo l'abitato la mulattiera si inoltra in un castagneto: la salita è abbastanza ripida e a tornanti, e presto conduce alle località case Cima di Belpiano. Per un tratto si prosegue in castagneto, in seguito si costeggia una pineta di rimboscimento, per poi attraversare praterie arbustate, con eriche e ginestre. Poco dopo si incontra e si supera il bivio che conduce alla località il Poggio di Acero e si giunge al crinale che separa la valle Sturla dalla Val Cichero, dove si incontra il sentiero segnato con un + rosso, che da Vignolo di Mezzanago porta al Monte Ramaceto. Si prosegue costeggiando a sinistra una pineta di rimboscimento e in breve si arriva alla cima del Monte Cucco (1051 m s.l.m.). Dalla vetta il panorama è magnifico e spazia, a sud, dalla sottostante Val Ci-



NUOVO SENTIERO NATURA DEL PARCO BELPIANO-MONTE CUCCO

chero al Mar Ligure e a nord dalla Valle Sturla alle montagne dell'Appennino.



NOVITÀ

CARTINA ESCURSIONISTICA DEL PARCO

Sono uscite le nuove cartine escursionistiche del Parco, con tutte le informazioni su dove fare escursioni, andare in mountain bike, a cavallo, arrampicare, fare canoa, kayak e altro ancora nel Parco dell'Aveto e, ancora, utili notizie per mangiare, alloggiare ed effettuare visite turistiche nel comprensorio. Le due cartine, in scala 1:25000, edite da Edizioni del Magistero di Genova rappresentano uno straordinario e oggettissimo strumento di scoperta del Parco, e si trovano in vendita presso le sedi del Parco, negli esercizi convenzionati, in edicole e librerie.



FUNGHI

FUOCO SELVATICO O PUZZOLA

Clathrus cancellatus
Nome dialettale *Fuogo de biscia*

Questo fungo dalla forma curiosa si presenta nel primo stadio di vita in forma globosa irregolare di colore bianco, con alla base una piccola "radice", un filamento ingrossato da cui si sviluppa il carpoforo ed è in tale fase in tutto simile a *Phallus impudicus*. In seguito il carpoforo assume una tipica e inconfondibile forma di gabbia arrotondata, a maglie larghe, di colore rosso vivo o rosso-arancio. Se il nome scientifico è dovuto alla forma (*clathri* in latino indica un'inferrata e l'aggettivo *cancellatus* non necessita di spiegazione) il fungo deve il suo nome volgare "Puzzola" al fatto che a maturità emana uno sgradevole odore cadaverico, percepibile anche a distanza: tale odore è



dovuto non tanto alla carne del fungo (inodore e insapore), ma a una mucillagine verde scuro che ricopre le pareti interne della "gabbia", che rappresenta lo strato fertile, contenente le spore. Cresce in autunno in boschi umidi di latifoglie o in radure ma, pur essendo apparisciente, non è una specie molto comune. Anche se il suo odore repellente attrae mosche e mosconi che ne vanno ghiotti, ovviamente non è un fungo commestibile.

NUOVE TARIFFE PER LA RACCOLTA DEI FUNGHI NELLE FORESTE DEMANIALI

La raccolta dei funghi nelle Foreste Demaniali Lama, Penna e Zatta è regolamentata, e subordinata al possesso del tesserino in vendita presso le sedi del Parco a Borzonasca e Rezzoaglio e presso gli esercizi pubblici convenzionati. Da quest'anno la tariffa del tesserino giornaliero lasciato per le Foreste Demaniali, in adeguamento alle tariffe praticate nei consorzi circostanti, è elevata a Euro 8,00 per i non residenti e a Euro 4,00 per i residenti dei Comuni del Parco. Null'altro è cambiato nel regolamento e pertanto le tariffe per i tesserini settimanali, mensili ed annuale sono invariate, così come i giorni di raccolta (permessa solo il martedì, mercoledì, giovedì, sabato e domenica) nonché i limiti sulle modalità di raccolta e le altre limitazioni. Il regolamento aggiornato e integrato è visibile sul sito del parco www.parcovaveto.it nel modulo "novità".

BUONE NOTIZIE PER GLI ESCURSIONISTI DEL PARCO DELL'AVETO

È stato ripristinato uno dei più bei sentieri panoramici del Parco, il collegamento tra le due Foreste Demaniali del Monte Penna e delle Lama, la cosiddetta "Strada delle Guardie" nel suggestivo tratto che attraverso la pietraia sul versante nord del Monte Aiona, che era stato interrotto da una grossa frana. Grazie a un bell'intervento realizzato da un artigiano locale è stato ripristinato il percorso, realizzando un muro con pietre in stile "alpino": bello e durevole. Sempre lungo la "Strada delle Guardie" in località Moglia Negretta è stato aperto un piccolo riparo realizzato per offrire alloggio agli escursionisti e ad ogni altro visitatore delle foreste del Parco. Si tratta di una struttura semplice ed essenziale, utile come posto tappa durante un'escursione o ricovero d'emergenza in caso di maltempo, e perciò offre solo dotazioni di base per una fruizione breve. Presso il riparo è stata anche allestita una piccola area attrezzata con tavolo, panche e bracieri protetto, per piacevoli soste e picnic nel Parco.

Autunno nel Parco

Notizie ed attività per tre mesi nel Parco dell'Aveto

LAVORI IN CORSO

Nonostante la congiuntura economica penalizzante per tutti ma, in modo particolare, tra gli enti pubblici, per i Parchi, il Parco dell'Aveto sta proseguendo, nel 2011, una serie di iniziative di riqualificazione e miglioramento delle strutture di accoglienza e di fruizione del territorio, e altre ne sta avviando in vista del 2012. Grazie a un finanziamento ministeriale, di cui si è già dato notizia qualche mese fa, il Rifugio "Antonio Devoto" al Passo del Bocco (Mezzanago) è stato dotato di un moderno e innovativo impianto solare termico, che concorre al riscaldamento dell'acqua in maniera ecologica e consente un risparmio energetico (e finanziario) alla sua gestione; nell'ambito dello stesso progetto si sta completando l'impianto a fonti rinnovabili anche per il futuro Rifugio della Malga di Zanoni (Borzonasca): è stata infatti indetta la gara per la realizzazione dell'impianto fotovoltaico per il Rifugio (già dotato di impianto solare termico). Entro la fine dell'anno entrambi i lavori saranno completati. Sempre in tema di energie rinnovabili è avviata anche la gara per realizzare gli impianti di riscaldamento (a legna) e solare (fotovoltaico e solare termico) per il Rifugio Casermette del Penna (Santo Stefano d'Aveto), ormai ultimato per gli altri aspetti: a conclusione della fornitura la struttura - totalmente ecologica sia sotto il profilo bioarchitettonico che impiantistico, e fiore all'occhiello tra le opportunità di accoglienza nel Parco - sarà affidata in gestione e potrà finalmente svolgere il suo servizio al pubblico. Altro lavoro in corso di affidamento è la recinzione a protezione del Pian d'Oneto, vasta zona a prato - pascolo, che ospita una delicata e interessante zona umida: una bella staccionata in legno tutelata per la proprietà consortile e al tempo stesso l'integrità naturalistica dell'area, un risultato fortemente voluto dal Parco, con l'intesa del consorzio proprietario, di Arzeno (Ne).



Eccoci nuovamente in autunno! I boschi lentamente cambiano colore, i funghi crescono silenziosi, le castagne iniziano a cadere, gli animali si preparano al lungo inverno... Una passeggiata nei boschi del Parco in questi mesi vi regalerà intense emozioni! Diverse sono le proposte che il Parco offre ai suoi visitatori: oltre alle classiche escursioni si aggiungono eventi e mostre, come ad esempio la bella mostra fotografica sul foliage delle foreste del Parco, due mostre micologiche e un convegno internazionale dedicato all'archeologia ambientale e rupestre nelle montagne dell'Europa meridionale... Scoprite tutti gli eventi all'interno del notiziario... e partecipate numerosi!

ROBINWOOD PLUS

un nuovo progetto europeo dedicato alla gestione forestale sostenibile
Robinwood Plus è un mini-programma europeo di Interreg IVC tra la Regione Liguria (responsabile del progetto), la Regione Calabria, il Consiglio regionale del Limousin (Francia), l'autorità comune di Kainuu (Finlandia) e la Contea di Harghita (Romania). In ciascuna di queste regioni, enti parco, comunità e territori hanno indicato la loro volontà di lavorare in partnership con altri per valorizzare alcune aree attraverso la gestione forestale e la lavorazione del legno. Robinwood Plus mira a creare le condizioni per lo scambio di esperienze a livello europeo per stimolare e sostenere la rigenerazione economica e sociale delle zone rurali attraverso la progettazione partecipata delle foreste e la loro gestione sostenibile. Il punto di partenza di questo progetto è la constatazione che i boschi possono svolgere un ruolo fondamentale per supportare e sostenere l'economia delle comunità rurali, le aree rurali e montane. Oltre alla salvaguardia ambientale, per prevenire frane e smottamenti più a valle e alla tutela della biodiversità, i boschi giocano un ruolo fondamentale anche nel sostenere l'economia delle comunità rurali e dei territori montani. In Liguria *Robinwood Plus* punta a incentivare i soggetti proprietari pubblici e privati a gestire il patrimonio boschivo e a promuovere un approccio partecipato alla gestione forestale sostenibile. L'obiettivo principale del progetto è stimolare i proprietari forestali, gli operatori economici e le comunità interessate a gestire i boschi in maniera integrata e sostenibile e a condividere le opportunità che possono offrire, in particolare allargando il mercato ancora ristretto dei prodotti forestali, o individuando forme innovative di valorizzazione del legno. In questi termini il parco dell'Aveto, già in passato capofila di un progetto Robinwood, analogo, ha deciso di partecipare allo scopo di dare maggior peso alle proprie azioni nel settore con il vantaggio di un sostegno internazionale e finanziario. Dopo l'invito a presentare progetti da parte della Regione Liguria, il Parco si è incontrato con i potenziali partner delle altre regioni europee partecipanti, con le quali si è creata una partnership internazionale per presentare un sottoprogetto denominato "ELWOOD", studiato per incentivare l'uso della risorsa legno di produzione locale. L'obiettivo principale è quello di migliorare e rafforzare le attività locali legate alla lavorazione del legno, per il riconoscimento e la miglior sostenibilità di queste attività. I partners di progetto del Parco sono: • Comunità di Siculeni, Regione Harghita (Romania) • Parco Naturale del Périgord-Limousin (Francia) • Parco Naturale di Portofino, Regione Liguria (Italia). Al termine della selezione operata a livello europeo, il progetto ELWOOD è risultato primo beneficiario del finanziamento comunitario: il progetto è in fase di avvio e dovrà completarsi entro il 2012.

Autunno **ESCURSIONI GUIDATE, MOSTRE ED EVENTI**

nel Parco

Ottobre

Da domenica 2 ottobre a domenica 8 gennaio 2012 "AUTUNNO IN VAL D'AVETO, COLORI E FORME CHE SCALDANO IL CUORE"
MOSTRA PRESSO IL CENTRO VISITE DI REZZOAGLIO
Per il quarto anno consecutivo, presso il Centro Visite di Rezzoaglio verrà allestita una piccola mostra per svelare i segreti dei colori autunnali che caratterizzano le foreste del Parco in questi mesi, accendendole di mille tonalità. Questa edizione sarà arricchita da una suggestiva esposizione di foto del fotografo naturalista Claudio Pia: potrete farvi emozionare da scatti unici ed irripetibili che trasmettono tutta la grande passione e l'amore per la natura ed in particolare per la nostra Val d'Aveto. Quest'anno inoltre sarà effettuato un piccolo concorso che coinvolge le scuole locali: verranno così esposti i disegni realizzati dai bambini delle scuole elementari di Rezzoaglio e Santo Stefano d'Aveto, ispirati alle foto di Claudio Pia. Sabato 17 dicembre alle ore 10.00 si svolgerà presso il Centro Visite di Rezzoaglio la premiazione del disegno più creativo.
Orario di apertura: venerdì, sabato e domenica 8.30 - 12.30
Ingresso gratuito
Sabato 15 e domenica 16



I FUNGHI DEL PARCO: DUE MOSTRE MICOLOGICHE IN CONTEMPORANEA
A Borzonasca, per l'ottavo anno consecutivo, con la collaborazione del gruppo micologico "Il Carchio delle Streghe" di Genova, verrà allestita nello spazio espositivo della sede del Parco una mostra micologica per far conoscere le specie di funghi che in questa stagione arricchiscono i boschi della Valle Sturla. Il sabato sarà possibile partecipare ad un'escursione micologica in compagnia degli esperti dell'associazione.
Punto di ritrovo: ore 14.30 Borzonasca presso la sede del Parco (si proseguirà poi in macchina fino al punto di inizio del sentiero)
Rientro: ore 17.00
Difficoltà: media
Costo: 3 Euro (prenotazione obbligatoria 0185343370)
Orario di apertura mostra: 9.00 - 12.00 e 14.30 - 17.00
Ingresso gratuito
A Rezzoaglio, in collaborazione con il "Gruppo Micologico Vogherese" e il Consorzio dei Funghi di Rezzoaglio, verrà allestita una mostra micologica presso il Centro Visite di Rezzoaglio, per poter apprezzare e conoscere meglio i funghi che nascono in autunno in Val d'Aveto. La mostra sarà aperta nella sola giornata di Domenica 16
Orario: 8.30 - 12.00 e 14.00 - 17.30
Ingresso gratuito

Novembre

Sabato 12 PARCO AVVENTURA LE GROTTIE DEL PARCO
Un'iniziativa al mondo sotterraneo: accompagnati da esperti speleologi si potrà visitare la Tana di Ca' Freghè, una straordinaria cavità naturale altrimenti non visitabile. La visita, che prevede l'attraversamento di stretti cunicoli e un breve soggiorno in grotta, è riservata ad escursionisti esperti.
Abbigliamento consigliato: indumenti pesanti e resistenti (se possibile una tuta da lavoro) per proteggersi dal fango; stivali di gomma e robusti guanti da lavoro. Il Parco fornirà i caschetti con l'illuminazione.
Punto di ritrovo: ore 9.00 a Consenzi (piazza del Comune)
Rientro: ore 13.00 **Difficoltà:** molto impegnativa **Costo:** 10 Euro

Domenica 20 IL GUSTO DELLA BIODIVERSITA' VISITA GUIDATA ALLA FATTORIA DIDATTICA LA MARPEA
Nell'ambito del progetto di educazione ambientale di promozione di una filiera corta del gusto legato agli habitat rurali e naturali del Parco, sarà possibile visitare l'azienda agrituristica La Marpea in Loc. Pontori (Comune di Ne), alla scoperta del frantoio da olive e degli animali allevati in azienda. Una guida adatta a tutti, ma che entusiasmerà in particolare i bambini. Al termine della visita si potrà pranzare presso l'azienda degustando un menù a base di prodotti tipici.
Punto di ritrovo: ore 10.00 presso l'agriturismo La Marpea a Pontori (Comune di Ne)
Attività gratuita: l'attività fa parte in una serie di eventi realizzati dal CEA del Parco nell'ambito del progetto "Il Gusto della Biodiversità", finanziato con fondi POR dalla Regione Liguria
Costo pranzo: 20 Euro



PRENOTAZIONI Per informazioni e prenotazioni (obbligatorie) telefonare al Parco dell'Aveto: 0185 343370, oppure scrivere all'indirizzo: cea.aveto@parcovaveto.it
LE GUIDE DEL PARCO Gli accompagnatori del Parco sono guide ambientali escursionistiche formalmente riconosciute dalle leggi vigenti ed educatori ambientali appositamente formati.
TARIFFE Il costo di partecipazione è evidenziato a margine di ciascun evento. Salvo diversa indicazione, la spesa richiesta per l'iscrizione di bambini e ragazzi fino a 12 anni è al 50%.

Dicembre

Domenica 4 GLI ANIMALI DEL PARCO SULLE TRACCE DEL LUPO
Una gita suggestiva alla scoperta di questo straordinario carnivoro, tornato a vivere nel Parco. L'escursione porterà alla conoscenza del comportamento e della biologia del lupo nel Parco e di tutti gli aspetti storici, ecologici e culturali scaturiti dal difficile rapporto con l'uomo e con le sue attività.
Punto di ritrovo: ore 9.30 presso il Castello di S. Stefano d'Aveto
Rientro: ore 16.00 circa
Difficoltà: media
Costo: 10 euro
Domenica 4 MINIERA DI GAMBATESA S. BARBARA, PATRONA DEI MINATORI
Santa Barbara è particolarmente invocata contro la morte improvvisa e la sua protezione fu estesa a tutte le persone esposte nel loro lavoro al pericolo di morte istantanea, come gli artigieri, gli artiglieri, i carpentieri, i minatori. In occasione della ricorrenza della santa patrona dei minatori, il Museo minerario di Gambatesa si apre al pubblico con visite a prezzi scontati: per info 0185-338876 o info@minieragambatesa.it

Domenica 18 IL GUSTO DELLA BIODIVERSITA' UNA VISITA AL MULINO
Nell'ambito di una serie di eventi e attività realizzati dal CEA del Parco per il progetto "Il Gusto della Biodiversità", finanziato con fondi POR dalla Regione Liguria, il Parco propone una straordinaria attività nell'antico mulino ad acqua di Gramizza (Comune di S. Stefano d'Aveto). Insieme al mugugno si potrà sgranare, selezionare e macinare il mais, osservando coi nostri occhi tutto il procedimento tradizionale per la produzione della farina gialla.
Punto di ritrovo: ore 14.30 presso il Mulino di Gramizza (Comune di S. Stefano d'Aveto)
Attività gratuita: l'attività fa parte in una serie di eventi realizzati dal CEA del Parco nell'ambito del progetto "Il Gusto della Biodiversità", finanziato con fondi POR dalla Regione Liguria



FESTIVAL DELLA SCIENZA

È giunto alla nona edizione il Festival della Scienza di Genova, la grande kermesse tecnico-scientifica che, grazie alla capacità di rendere le conoscenze scientifiche divertenti e alla portata di tutti, con esperimenti e laboratori in piazza, attira ogni anno decine di migliaia di curiosi. Come lo scorso anno, il Parco parteciperà al Festival "in grande stile" (... con molto impegno) con due laboratori dedicati al bosco, in piena sintonia con le celebrazioni per il 2011 come Anno Internazionale delle Foreste: uno, dal titolo *Il Guarda-boschi* sarà dedicato ai più piccoli e prevede attività didattiche per scoprire l'ecosistema forestale e conseguire un diplomino, appunto, di guardaboschi; l'altro, *Piccoli esploratori della notte*, già presentato con grande successo lo scorso anno, è dedicato alla scoperta del bosco di notte. Altro laboratorio sarà dedicato dal Parco al progetto *Il gusto della biodiversità*, con attività pratiche alla riscoperta di prodotti agricoli tipici e tradizionali del

Parco (latte, formaggi), oggi ancora presenti grazie al mantenimento di habitat rurali in via di sparisce, come i pascoli, importanti per l'economia rurale e allo stesso tempo di grande interesse naturalistico per la ricchezza di flora e fauna che ospitano. Mentre *Il Guarda-boschi* si svolgerà in Piazza Senarega, nel centro storico di Genova, gli altri due saranno ospitati nell'area allestita da Regione Liguria e ARPAL alle Cisterne di Palazzo Ducale. Per informazioni e prenotazioni www.festivalscienza.it.

CALENDARIO nel Parco ...E DINTORNI

Gli eventi riportati nel calendario vengono comunicati dagli organizzatori. Il Parco non risponde di eventuali variazioni di programma. Per eventuali conferme o informazioni dettagliate si suggerisce di contattare gli uffici turistici dei rispettivi Comuni

Ottobre
2 - Campo di Ne festa di S. Maria del Rosario
2 - Ambrascio S. Angeli Custodi S. Messa e Processione
2 - S. Stefano d'Aveto Madonna del Rosario S. Messa e Processione
2 - Prati di Mezzanago B.V. del Rosario S. Messa
2 - Vicomezano B.V. del Rosario S. Messa
2 - Acero B.V. del Rosario S. Messa
4 - Alpiceola B.V. del Rosario S. Messa e Processione
4 - Rezzoaglio B.V. del Rosario S. Messa
5 - S. Stefano d'Aveto fiera di S. Francesco
9 - Prati di Mezzanago fiera degli Angeli e castagnata
9 - Alpiceola S. Teresa S. Messa e Processione
10 - S. Stefano d'Aveto Madonna del Rosario S. Messa e Processione
12 - Priosa fiera
23 - S. Stefano d'Aveto festa della castagna
30 - S. Stefano d'Aveto festa della Transumanza
30 - Borzonasca "Agricasta" manifestazione dedicata alla castagna

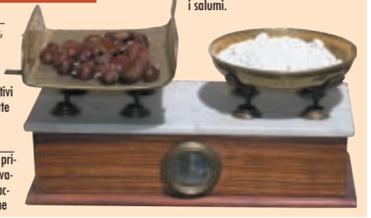
Novembre
5 - S. Stefano d'Aveto fiera di S. Carlo Borromeo
13 - Montemaggio S. Martino S. Messa
20 - S. Stefano d'Aveto festa di S. Cecilia
25 - S. Stefano d'Aveto fiera di S. Caterina
27 - Borzone S. Andrea S. Messa

DICEMBRE
4 - Miniera di Gambatesa festa di S. Barbara patrona dei minatori
3/4 - 8/9/10/11 S. Stefano d'Aveto Mercatino di Natale
8 - Corerello Immacolata Concezione S. Messa
8 - Borzonasca Immacolata Concezione S. Messa
10 - Consenzi Mercatino di Natale
11 - S. Stefano d'Aveto fiera di S. Damaso
12 - S. Stefano d'Aveto anniversario dell'Apparizione Madonna di Guadalupe S. Messa
13 - Vignolo S. Lucia S. Messa e Processione
13 - Pievefitta S. Lucia S. Messa e Processione
17 - Consenzi Mercatino di Natale
24 - Borzonasca veglia del fuoco e musiche natalizie
26 - S. Stefano d'Aveto festa del titolare S. Stefano Protomartire
26 - S. Stefano d'Aveto concerto natalizio
29 - S. Stefano d'Aveto concerto natalizio

ATTIVITÀ E PROVERBI
Ottobre
Attività: raccolta castagne, mele, fagioli e fagioline. Si effettua anche la transumanza nel corso della quale vengono riportati gli animali nelle stalle dagli alpeggi estivi
Proverbi: San Simun u va a botte cu upertegun
Novembre
Attività: semina delle verdure primaverili quali: fave, cipolle; si trova il vino (per S. Martino), inizio raccolta olive, battitura castagne secche

Rubrica a cura di Cristina Botto

Proverbi: a Sant'Andria u freidu u spacca a pria; San Martin u va cu u perteghin
DICEMBRE
Attività: approvvigionamento legname, raccolta olive
Proverbi: Natale a-a barcon, Pasqua a-a tisson; Santa Lucia l'è a notte cù lunga che ghe sia; Freida avanti Nata non gh'è dinne de poello paga
LA RICETTA
Per questo periodo visto che è periodo di castagne proponiamo "frittelle di castagna"
INGREDIENTI per 4 persone: farina di castagna 400 gr un pizzico di sale acqua q.b.
PREPARAZIONE
Mescolare gli ingredienti sino ad ottenere una pasta omogenea e un po' liquida. Dopodiché friggere a carchiate in una padella con olio di oliva. Ottimi caldi con la ricotta o con i salumi.





RIFERIMENTI UTILI E INFORMAZIONI
ENTE PARCO DELL'AVETO

- Sede
Via Marrè 75a 16041 BORZONASCA (GE)
Tel. 0185 340311-Fax 0185 343020
- Sede distaccata in Val d'Aveto
Via Roma 47 16048 REZZOAGLIO (GE)
Tel. 0185 870171-Fax 0185 871928

Presso le sedi sono operativi:

- Centro di Educazione Ambientale**
cen.aveto@parcoaveto.it
- Punto Informazioni** (con locale espositivo)
- Servizio di accompagnamento escursionistico ambientale** (con guide abilitate)
- Biblioteca tematica**
Tel. 0185 343370
www.parcoveto.it
info@parcoaveto.it

Il Parco Naturale Regionale dell'Aveto è situato nell'entroterra ligure, nell'estremità orientale della provincia di Genova ed interessa parte dello spartiacque figure padano e alcune delle cime più alte dell'Appennino Ligure. L'area protetta presenta una grande varietà e ricchezza di ambienti: prati e pascoli, faggete, zone umide, emergenze geomorfologiche, floristiche, faunistiche e mineralogiche. L'attività dell'uomo ha poi modellato questo territorio lasciando significative testimonianze storico-artistiche.

CARTA D'IDENTITA' DEL PARCO

Nome: Parco dell'Aveto
Classificazione: Parco Naturale Regionale
Istituzione: 1995 (con legge regionale n. 12) su area protetta precedentemente individuata con legge regionale n. 50 del 1989
Gestore: Ente Parco dell'Aveto
Sede: Borzonasca

Provincia: Genova
Comuni: Borzonasca, Mezzanego, Ne, Rezzoaglio, S. Stefano d'Aveto
Superficie: Parco Naturale 3018 ha, così suddivisi:
 • Riserva generale orientata (RGO) 1340 ha
 • Aree di protezione (AP) 1606 ha
 • Aree di sviluppo (AS) 45 ha
 • Monumento naturale (MN) 27 ha
 • Aree contigue: 2670 ha

Vette principali:
 Monte Penna (1735 m)
 Monte Aiona (1701 m)
 Monte Zatta (1404 m)
 Monte Ramaceto (1345 m)
Foreste Demaniali:
 Foresta Regionale delle Lame 285 ha
 Foresta Regionale del Penna 600 ha
 Foresta Regionale dello Zatta 110 ha

RETE NATURA 2000

Rete Natura 2000 è una "rete ecologica europea", nata per garantire la tutela di habitat e specie di flora e fauna in aree di particolare pregio ambientale, tra cui i cosiddetti S.I.C. (Siti di Importanza Comunitaria). La creazione di questa Rete è prevista dalla direttiva europea n° 43 del 1992 (nota come "Direttiva Habitat"), che ha come obiettivo principale la tutela della biodiversità sul territorio dell'Unione Europea. L'Italia ha partecipato alla creazione della Rete Natura 2000 avviando uno specifico progetto, nell'ambito del quale la Regione Liguria ha individuato nel proprio territorio 124 S.I.C.. Il numero elevato di siti è dovuto alla grande varietà di ambienti naturali, che si traduce in una moltitudine di specie animali e vegetali e che fanno della Liguria una delle regioni italiane maggiormente ricche in biodiversità. I siti di Rete Natura 2000 compresi nel territorio del Parco sono 3:
Monte Ramaceto (IT1331810) 2813 ha
Monte Zatta - Passo del Bocco - Passo Chiapparino - Monte Bossea (IT1331909) 3009 ha.
Parco dell'Aveto (IT1331104) 6669 ha. All'Ente Parco è affidato il compito di garantire la conservazione degli habitat e delle specie presenti nei S.I.C., anche al di fuori dei confini del Parco naturale.

CENTRO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE
 Il Centro di Educazione Ambientale del Parco, riconosciuto come Centro di esperienza dal Ministero dell'Ambiente, organizza diverse attività per la fruizione didattico-turistica del Parco:
 • Proposte a tema e stagionali
 • Accompagnamenti guidati per gruppi, società ed associazioni
 • Attività per le scuole con interventi, escursioni e visite nelle più suggestive realtà presenti nel Parco
 • Corsi di aggiornamento per insegnanti e di divulgazione e sensibilizzazione per adulti.



EQUIPAGGIAMENTO

È consigliabile indossare un abbigliamento a strati e calzature da escursione. Portare con sé un copricapo e una giacca a vento, anche in estate. Ricordarsi sempre di portare una scorta d'acqua sufficiente. I bastoncini telescopici, che aiutano a regolare la marcia e ad equilibrare il peso dello zaino, possono rivelarsi utili. Nella stagione invernale sono consigliabili i guanti e, quando la neve è fresca, sono necessarie le ghette e talvolta le racchette da neve. Numerosi percorsi, nei tratti esposti a Nord, presentano difficoltà anche notevoli in caso di ghiaccio; in questi casi diventa indispensabile indossare i ramponi.

ARRIVARE E MUOVERSI NEL PARCO CON I MEZZI PUBBLICI

In treno
 Linea Genova-Pisa stazioni ferroviarie di Chiavari o Lavagna
In autobus
 Per informazioni: Tigullio Trasporti SPA Numero Verde 800014808; www.tigulliotrasporti.it
 Azienda dei Trasporti Pubblici di Parma e Provincia (TEP) Numero Verde 800977966; www.tep.pr.it
Orari integrati treno + bus:
 www.orariotrasporti.regione.liguria.it

PREVISIONI METEO
 www.meteoliguria.it

Per ricevere a casa 4 numeri del notiziario del Parco è sufficiente:
 • effettuare un versamento di 6 Euro (corrispondenti alle sole spese di spedizione) sul c/c postale n. 70032099 intestato a Ente Parco Aveto, indicando come causale "Notiziario del Parco"
 • spedire il presente tagliando compilato in tutte le sue parti (in stampatello), allegando copia della ricevuta di versamento, a: **Ente Parco Aveto Via Marrè 75/A 16041 Borzonasca (GE)**

Nome: _____ Cognome: _____
 Via: _____ Numero civico: _____
 Località: _____ CAP: _____ Provincia: _____
 Data: _____ Firma _____

PARCO NATURALE

- Riserve Generali Orientate
- Aree di Protezione
- Aree di Sviluppo
- Monumento Naturale
- Foresta Demaniale Regionale

AREA CONTIGUA

- SITI DI RETE NATURA 2000 (S.I.C.)
- SEDE DEL PARCO
- INFO TURISTICHE
- STRADE CARROZZABILI PRINCIPALI
- STRADE CARROZZABILI SECONDARIE
- STRADE STERRATE
- ALTA VIA DEI MONTI LIGURI
- ALTA VIA DELLE 5 TERRE
- ANELLI DEL PARCO
- PERCORSI DIDATTICI AUTOGUIDATI
- SENTIERI CON SEGNAVIA F.I.E. O C.A.I.

PERCORSI DIDATTICI AUTOGUIDATI

- Belipiano (492) - Monte Cucco (1051) ore 1.30
- Berligaro (650) - Lago di Giocopione (1020) Monte Aiona (1701) ore 4.00
- Prato Soprallacra (563) - Passo dell'Inciso (1463) - Monte Penna (1735) ore 4.00
- Rocca dei Parrelletti (1375) - Prato Mollo (1498) Prati di Monte Nero (1560) ore 0.30
- Prato Soprallacra (563) - Prato Mollo (1498) Monte Aiona (1701) ore 3.30
- Magnasco (823) - Monte Aiona (1701) ore 4.00
- Gramizza (764) - Monte Aiona (1701) ore 4.00 (segnalatica coerente)
- Gramizza (764) - Monte Penna (1735) ore 4.00
- Allegrezza (920) - Monte Maggiore (1799) ore 3.00
- S. Stefano d'Aveto (1017) - Monte Groppo Rosso (1594) - Monte Roncallo (1658) ore 2.30
- S. Stefano d'Aveto (1017) - Monte Maggiore (1799) ore 2.30
- S. Stefano d'Aveto (1017) - Lago Nero (1540) ore 2.30
- Passo del Bocco (955) - Passo dell'Inciso (1463) Monte Penna (1735) ore 3.30
- Arzeno (603) - Monte Chiappozzo (1126) Monte Zatta (1404) ore 3.30
- Rappia (546) - Monte Zatta (1404) ore 3.00
- S. Siro Foce (490) - Monte Zatta (1404) ore 3.00
- La Squazza (721) - Cappella del Bozale (963) ore 0.45
- Compori (484) - Lago di Giocopione (1020) Monte Bragoceto (1171) ore 2.00
- Ventarola (845) - Sella Nord Monte Roncallo (1015) ore 0.45
- Parazzuolo (820) - Monte Ramaceto (1345) ore 2.30
- Cabonne (820) - Cappella del Bozale (963) ore 0.45
- Prati di Mezzanego (83) - Monte Ramaceto (1345) ore 4.00
- Lago delle Lame (1048) - Cascata della Ravezza (1126) ore 0.30
- Sentiero della Residenza Borzonasca (160) - Rezzoaglio (715) ore 7.30
- Farfanosa (813) - Villa Cella (1026) - Cappella lame ore 0.30
- Farfanosa (813) - Passo delle Rocche (1125) ore 0.30

PERCORSI DIDATTICI AUTOGUIDATI

- PHO Percorso naturalistico alla scoperta della Foresta delle Lame ore 3.00
- PHX Percorso naturalistico intorno alla Riserva delle Agorae ore 1.30
- SC Sentiero carsologico: tra grotte e doline in Val Gravaglia ore 3.30
- SO Sentiero ofiolitico: una passeggiata sul fondo di un antico oceano ore 4.00
- SB Sentiero Natura di Monte Bossea ore 2.00
- Sentiero Natura della Foresta del Monte Zatta ore 3.00

PERCORSI MTB DEL PARCO

INFORMAZIONI TURISTICHE LOCALI

Pro Loco Ne Valgraviglia
 tel 0185 387022
 www.nevalgraviglia.it
Pro Loco Rezzoaglio
 tel 0185 870432 (apertura stagionale)
 www.valdaveto.net

IAT Santo Stefano d'Aveto
 tel 0185 88046
 www.comune.santostefanodaveto.ge.it
 turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Consorzio Ospitalità Diffusa
 Una Montagna di Accoglienza nel Parco ospitalità, itinerari e proposte per il tuo soggiorno! Tel. 0185 343 370 cell. 3346117354
 www.unamontagnadiaccoglienza.it
 info@unamontagnadiaccoglienza.it

GODETEVI IL PARCO DELL'AVETO ENJOY THE AVETO PARK

- FERMATEVI PIÙ GIORNI/STAY MORE THAN ONE DAY
- VISITATE GLI ANTICHI BORGHI/VISIT THE ANCIENT VILLAGES
- FATE ACQUISTI NEI NEGOZI DI PAESE/SHOP IN THE VILLAGE SHOPS
- ASSAGGIATE I PIATTI DELLA CUCINA LOCALE/TRY THE LOCAL CUISINE
- SPERIMENTATE LE DIVERSE OPPORTUNITÀ ESCURSIONISTICHE CHE IL PARCO OFFRE (A PIEDI, A CAVALLO, IN MOUNTAIN BIKE, CON GLI SCI, CON LE RACCHETTE DA NEVE, CON CORDA E PICCOZZA...)/TRY THE VARIOUS EXCURSIONS WHICH THE PARK OFFERS (ON FOOT, ON HORSEBACK, BY MOUNTAIN BIKE, ON SKIS OR SNOWSHOES WITH ROPES AND PICKS...)
- QUANDO È POSSIBILE, UTILIZZATE I MEZZI PUBBLICI/WHENEVER POSSIBLE, USE PUBLIC TRANSPORT

LA CARTINA RIPORTA SOLO SCHEMATICAMENTE I SENTIERI DOTATI DI SEGNAVIA. NEL CORSO DELLE ESCURSIONI È RACCOMANDATO L'UTILIZZO DI GUIDE E CARTINE PIÙ DETTAGLIATE.

SUGGERIMENTI E VALUTAZIONI
 Aiutateci a rendere il giornalino più bello e vicino alle tue esigenze.
 Ti piace il giornalino nel suo complesso?
 Niente Poco Abbastanza Molto
 Quali rubriche apprezzi di più?
 (Puoi barrare più caselle)
 Calendario eventi diversi nel Parco
 Piccola enciclopedia del Parco
 Con i bambini nel parco - Giochiamo insieme
 Le guide del Parco consigliano
 Calendario escursioni guidate nel Parco
 Quali invece non apprezzi? E perché?
 Ritieni il paginone centrale (cartina più info) utile per visitare il Parco?
 sì no abbastanza
 Hai suggerimenti per migliorarlo?

MINIERA DI GAMBATESA
 tel. 0185 338876
 www.minieragambatesa.it
 info@minieragambatesa.it