

REGIONE
TOSCANA



Comunità Montana della Garfagnana
Ente incaricato dal Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano per la gestione
del Progetto "Parco nel Mondo"

ORIZZONTI CIRCOLARI

“Ambasciatori” del Terzo Millennio

PROGETTO SPERIMENTALE FORMATIVO

PER GIOVANI RESIDENTI ALL'ESTERO

**DISCENDENTI DI EMIGRATI DALLE AREE DEL PARCO NAZIONALE
DELL'APPENNINO TOSCO EMILIANO E LIMITROFE**

Febbraio 2009

I - Contesto di riferimento

Il Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano è stato istituito nel 2001 a protezione di un'area di quasi 22800 ettari, allungata per circa 60 km sul crinale appenninico tra due regioni, Emilia-Romagna e Toscana, e quattro Province (Lucca, Massa Carrara, Parma e Reggio Emilia) di cui include Comuni oltre che aree protette, quali i parchi del Gigante e dei Cento Laghi, le Riserve naturali di Pania di Corfino, Lamarossa e Orecchiella, le aree montane di San Romano, Villa Collemandina e Giuncugnano. Si "viaggia" tra i passi della Cisa e delle Forbici, in territori dove i crinali boscosi lasciano il posto a un ambiente di vera montagna, dove le vette dell'Alpe di Succiso, del Monte Prado e del Monte Cusna superano i 2000 metri d'altezza, e le foreste lasciano il posto alle rocce, ai laghi e alle praterie d'alta quota. Più in basso, sul versante emiliano, l'arcigna Pietra di Bismantova domina il paesaggio con le sue pareti verticali. Straordinaria è la ricchezza di ambienti naturali e della fauna che li popola. Ma straordinaria è anche la storia di queste terre (che includono Comuni della Lunigiana e della Garfagnana), attraversate da antiche strade di commerci e pellegrinaggi, punteggiate da imponenti fortezze medievali e chiese isolate.

Il modello che il Parco intende perseguire, anche sulle basi del documento programmatico per lo sviluppo socio economico approvato, prevede di far leva sui valori di eccellenza del territorio, a partire da quelli naturalistici, paesaggistici, storici e culturali per attivare le risorse umane esistenti, indurre nuove attività anche in stagioni marginali di presenza turistica, rafforzare l'identità locale e le comunità dei borghi attraverso nuove presenze, partecipi alla vita delle piccole comunità.

In particolare il Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano, fin dal suo momento istitutivo si è posto precisi obiettivi, tra cui quelli della tutela e della conservazione dei beni ambientali e culturali e dell'incentivazione a forme di sviluppo economico sostenibile, della crescita di un turismo responsabile e consapevole, della creazione di circuiti di sapere e di comunicazione che diano valore all'uso corretto del territorio, all'agricoltura, al bosco, al paesaggio.

La legge N. 394 del 6/12/1991 assegna ai parchi nazionali, oltre a finalità di conservazione dei valori ambientali, anche la tutela e la valorizzazione di valori storici, antropologici e culturali. È l'Appennino che corre maggiormente il rischio della perdita di questi valori; ed è qui che si assiste a un ritorno di natura animale e vegetale, ma anche a crisi demografica, perdita di identità, abbandono materiale. Il divenire Parco Nazionale deve significare per un territorio un segno di valore, una motivazione al senso di appartenenza, un recupero di orgoglio identitario.

Per rispondere a questa esigenza è stato ideato il progetto "Parco nel Mondo", un programma di animazione, finalizzato a restituire autostima e centralità al vivere nei paesi e nei centri minori dell'Appennino e dei suoi crinali, costruendo flussi di ritorno moderno dall'emigrazione (anche parziale e virtuale) e la ripresa delle relazioni con le comunità di origine.

Ogni famiglia residente nel Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano ha qualche componente emigrato e "Parco nel Mondo" vuole trasformare l'emigrazione da privazione e diminuzione delle potenzialità del territorio a ricchezza, risorsa aggiuntiva, apertura al mondo. Se nel complesso l'emigrazione ha rappresentato e rappresenta una perdita per la montagna, ora questo si può considerare come un investimento a lunghissimo termine recuperando parte del valore socio culturale perduto. Il progetto prevede la costruzione di un "processo di cittadinanza affettiva" delle migliaia di abitanti e nativi del crinale che vivono nel mondo (si stimano tra i 70.000 ed i 100.000 emigrati) e mantengono nel cuore legami col loro territorio.

Il progetto si propone di realizzare una mappatura dell'emigrazione, attivare o rafforzare i contatti, offrire loro strumenti per recuperare cultura e tradizioni, fino a organizzare vere e proprie cerimonie di rilascio di cittadinanza affettiva, mettendo in piedi collegamenti anche via Internet e tv satellitare con queste comunità emigrate.

Nel rispetto di questi obiettivi è scaturita l'iniziativa "**ORIZZONTI CIRCOLARI**", una proposta apparentemente di promozione turistica che, partendo da una forma di turismo sostenibile di "ritorno alle radici", intende coinvolgere direttamente i figli e i nipoti di chi è andato via, in potenziali "ambasciatori" del parco nelle loro comunità, diffondendone le tradizioni, la cultura, i prodotti. Questa linea di intervento è infatti mirata ad accrescere l'interesse per le varie realtà del Parco Nazionale ed a stimolarne le attività e la crescita socio-economica.

Pertanto l'attività turistica che si potrà sviluppare non sarà di tipo consumistico e saprà rispettare le capacità di carico del territorio, poiché i canali privilegiati degli emigrati favoriscono l'attrazione di soggetti attivi e fortemente interessati alla tutela ed alla promozione del territorio ed allo scambio culturale con i cittadini residenti, che sono considerati parte integrante di un *Parco Inclusivo*, attori indispensabili del successo dell'iniziativa.

In vista della progettazione di una vasta offerta per ragazzi di origine o discendenza dall'area del Parco, sono state individuate le linee guida necessarie per lo sviluppo di una tipologia di soggiorno mirata a far vivere una concreta esperienza formativa in Appennino, diretta alla diffusione della conoscenza della lingua italiana e del proprio patrimonio storico-artistico, culturale, ambientale, economico e sociale.

II - Obiettivi generali:

La progettazione di questa offerta vuole costituire un efficiente contributo a promuovere e accrescere l'interesse per l'Appennino tra le giovani generazioni, residenti all'estero con radici dalle aree del Parco Nazionale, mantenendo e rafforzando l'identità culturale e la memoria dell'origine della propria famiglia, con particolare attenzione all'ambiente, alla cultura e alle tradizioni di questi luoghi come veicolo di diffusione più ampia del territorio presso le loro comunità di residenza, per uno sviluppo integrato e sostenibile dei territori del Parco Nazionale.

III - Destinatari del progetto e requisiti di accesso

Giovani di età compresa tra i 19 e i 35 anni, selezionati secondo i seguenti criteri:

- Essere di origine, per nascita o discendenza (in ordine di preferenza):
 1. da uno dei Comuni facenti parte dell'area del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano: Busana (RE), Castelnovo ne' Monti (RE), Collagna (RE), Comano (MS), Corniglio (PR), Filattiera (MS), Fivizzano (MS), Giuncugnano (LU), Licciana Nardi (MS), Ligonchio (RE), Ramiseto (RE), San Romano in Garfagnana (LU), Villa Collemandina (LU), Villa Minozzo (RE);
 2. da uno degli altri Comuni compresi nelle Comunità Montane "Garfagnana" – "Lunigiana" – "Parma Est" – "Appennino Reggiano";
 3. da uno degli altri Comuni compresi nelle regioni Toscana e Emilia Romagna, prioritariamente delle Province di Lucca – Massa Carrara – Parma – Reggio Emilia.
- Maggiore età ai sensi della legge vigente nello stato di residenza: in nessun caso verranno accolte candidature di giovani che, al momento della domanda, non siano maggiorenni;
- Conoscenza della lingua italiana: costituirà titolo di preferenza il grado di approfondimento della lingua e letteratura italiana, anche acquisito attraverso la partecipazione a corsi organizzati dalle Regioni Toscana ed Emilia Romagna;
- Possesso del diploma finale di studi secondari superiori preferibilmente attinente alle finalità del progetto.
- Eventuali esperienze lavorative nel settore marketing territoriale/promozione turistica.

Il numero di posti disponibili, non superiore a 20, potrà essere incrementato in relazione alla partecipazione finanziaria 2009.

I candidati verranno selezionati, sulla base dei requisiti previsti dal presente bando, dall'Ufficio di Presidenza del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano integrato dai rappresentanti delle Regioni Toscana ed Emilia-Romagna.

IV - Tipologia di soggiorno

Soggiorno formativo in Appennino rivolto alla promozione economico/turistica e culturale del territorio del Parco Nazionale, per la formazione di giovani "ambasciatori affettivi" del Parco Nazionale in grado di orientarsi e orientare nella fruizione del patrimonio culturale/ambientale dell'Appennino Tosco-Emiliano.

V - Durata

Il corso avrà la durata di 2 settimane e potrà essere esteso a 20/25 giorni in relazione al numero dei partecipanti ed alla disponibilità finanziaria 2009, con svolgimento indicativamente previsto **dal 31 agosto al 14 settembre 2009**. L'attività svolta sarà a carattere esclusivamente formativo e non potrà configurarsi, in alcun modo, come rapporto di lavoro, ancorchè temporaneo.

VI - Sistemazione logistica

I partecipanti saranno alloggiati presso foresterie/ostelli preferibilmente pubblici presenti nel territorio del Parco; se assenti o non disponibili, la proposta sarà rivolta a strutture ricettive private. Saranno previste almeno 2 *locations*, una emiliana e l'altra toscana, per un comodo raggiungimento delle varie eccellenze culturali ed ambientali in entrambi i versanti. Gli spostamenti saranno effettuati con un mezzo di trasporto a disposizione per l'intera durata del soggiorno.

VII - Sviluppo del soggiorno

Saranno alternate visite guidate ed esperienze dirette sul territorio (laboratori) a incontri di approfondimento (workshop, mini-conferenze, incontri con specialisti e autori) sugli argomenti e aspetti più caratteristici dei territori del Parco. Inclusive nelle escursioni verranno effettuate 2/3 uscite per la visita di alcune città d'arte toscane e emiliane (vedi es. Lucca, Massa, Firenze, Reggio Emilia, Bologna e Parma).

L'approfondimento della lingua italiana previsto utilizza il metodo più diretto: dal primo giorno, l'intensa pratica di ascolto e dialogo durante tutte le attività favorirà un apprendimento naturale della lingua. Inoltre i partecipanti verranno sempre incoraggiati a praticare l'italiano orale in situazioni di vita reale, sia con i *tutor* che con gli altri partecipanti al corso, pur non seguendo un vero e proprio corso di lingua.

VIII - Aree tematiche da sviluppare

Seguono i percorsi tematici individuati proponibili nelle quattro aree del Parco per la confezione del programma :

- **Itinerario archeologico**
- **Itinerario storico-artistico**
- **Itinerario storico-antropologico**
- **Itinerario del paesaggio agrario e dell'agricoltura**
- **Itinerario umano**
- **Itinerario economia insediata**
- **Itinerario naturalistico**

IX - Supporti didattici

Ai partecipanti verrà assegnato un kit didattico per lo svolgimento delle attività seminariali, tra cui un "Diario di bordo" in cui relazionare in maniera personale la propria esperienza. Sarà inoltre incentivata la produzione di materiale fotografico e video da mettere on-line, anche in vista dell'apertura di uno *web forum* accessibile dal sito ufficiale del Parco Nazionale, comodo strumento

di contatto tra coloro che avranno partecipato al corso e chi avrebbe intenzione di partecipare nelle seguenti edizioni per lo scambio di opinioni ed esperienze.

X - Giornata/Meeting Internazionale dei Giovani dell'Appennino

Nel periodo di durata del corso è prevista l'organizzazione di un evento culturale di speciale richiamo con l'esibizione di ospiti provenienti dal mondo dello spettacolo e/o della cultura di origine appenninica. La manifestazione coinvolgerà i giovani ospiti del Parco Nazionale e quelli delle comunità del Parco, le istituzioni locali, le associazioni interessate al settore per un eventuale appuntamento annuale dei giovani "ambasciatori" dell'Appennino di tutto il mondo.

XI - Attestato di partecipazione

I partecipanti, oltre ad aver approfondito la conoscenza del proprio territorio di origine attraverso l'incontro con le varie realtà e le comunità locali - in qualità di "ambasciatori affettivi" del Parco Nazionale all'estero, potranno utilizzare le competenze acquisite nel settore turistico internazionale e di marketing territoriale presso soggetti pubblici e privati.

Al termine del corso verrà svolto un **colloquio** sulla base del quale l'Ente Parco rilascerà un attestato di partecipazione indicante le generalità del progetto formativo.

XII - Incontro con le realtà nel mondo – post-corso

A completamento del percorso formativo, i partecipanti, una volta rientrati nelle residenze all'estero, si impegnano a concretizzare le nuove conoscenze acquisite in un **evento di promozione dell'Appennino** (articolato, ad esempio, in alcuni incontri di presentazione del Parco Nazionale) presso le associazioni/*clubs* di italiani nel mondo preventivamente indicati dall'organizzazione o segnalati dai partecipanti.

Per rendere più agevole e funzionale quanto sopra, durante il corso verrà fornito il materiale necessario per allestire una *mini-convention: brochures* del Parco, guide illustrative, presentazione *powerpoint*.

XIII - Forme di comunicazione

La selezione per la partecipazione al corso verrà pubblicizzata attraverso le Associazioni di Emigranti, Ambasciate e Consolati italiani del mondo.

A livello locale è prevista la realizzazione di *locandine*, *brochures* informative sul progetto e su possibili eventi lanciati da esso.

Il progetto e la programmazione del corso e degli interventi correlati saranno illustrati per mezzo dell'ampia pagina web dedicata a Parco nel Mondo nel sito ufficiale del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano.

Lo svolgimento dell'iniziativa sarà resa pubblica anche tramite comunicati stampa su quotidiani locali e/o nazionali e attraverso servizi televisivi sulle reti locali.

XIV- Tutorship

I partecipanti saranno costantemente affiancati e seguiti nel proprio percorso formativo e per tutta la durata del soggiorno dai borsisti del Progetto "Parco nel Mondo", personale qualificato con ampia conoscenza delle quattro zone del Parco attraverso un'attività di animazione culturale. I borsisti, nell'ambito del progetto di lavoro, seguiranno gli allievi nel proprio percorso attraverso una pianificazione concordata con la Direzione del Progetto e la Presidenza del Parco.

XV - Assicurazione contro gli infortuni

La Comunità Montana della Garfagnana, Ente incaricato dal Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano per la gestione del progetto "Parco nel Mondo", procederà alla stipula di una polizza assicurativa antinfortunistica per i partecipanti al corso per l'intero periodo di soggiorno e declina, congiuntamente al Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano e alle Regioni Toscana ed Emilia Romagna, ogni e qualsiasi responsabilità civile e penale per attività non coperte da tale assicurazione.

XVI - Risultati attesi

- Diffusione della conoscenza delle peculiarità naturalistiche e storico-culturali dell'Appennino all'estero presso le comunità di provenienza dei nuovi "ambasciatori affettivi";
- Creazione di una opportunità di contatto e scambio tra i giovani discendenti dall'Appennino e la popolazione locale per rafforzare il proprio senso di identità e contribuire a scambi culturali, sociali ed economici;
- Ricaduta positiva:
 - per strutture ricettive del territorio montano, in modo da favorire l'economia legata al settore turistico locale.
 - Per aziende di produzioni locali.
 - Per il mercato immobiliare locale.

XVII – Raccordo con il sistema delle autonomie locali e l'economia insediata

La pubblicizzazione e la gestione del percorso formativo saranno sviluppate in continuo contatto con gli Enti partecipanti al Parco, le Regioni Emilia Romana e Toscana nonché il sistema economico locale.

XVIII – Gestione economico-finanziaria del progetto

- Copertura totale costo biglietti andata/ritorno (tratta continentale o intercontinentale)	Spesa stimata € 20.000,00
- Vitto e alloggio presso le strutture individuate dal progetto	€ 14.000,00
- Disposizione di un mezzo turistico per spostamenti e uscite	€ 8.000,00
- Interventi didattici di esperti e accompagnatori per visite guidate	€ 5.000,00
- Spese generali	€ 9.000,00
- Organizzazione Giornata/Meeting Internazionale dei giovani dell'Appennino	€ 4.000,00

IL TERRITORIO DEL PARCO NAZIONALE IN SINTESI

Segue una rassegna delle principali eccellenze dei territori interessati dal progetto e delle opportunità o soluzioni turistiche già attive. Questo materiale dovrà servire da base di partenza per l'approntamento del percorso formativo in Appennino.

AREA GARFAGNANA

ITINERARIO ARCHEOLOGICO

Percorso sulla preistoria dei Liguri Apuani: visita alla Mostra Permanente di Archeologia del territorio di San Romano con la possibilità di raggiungere il Monte Pisone, area panoramica di grande valore paesaggistico e naturalistico e sito di ritrovamento di un insediamento ligure; visita al Museo della civiltà ligure di Castelnuovo di Garfagnana.

ITINERARIO STORICO-ARTISTICO

Visita alla **Fortezza delle Verrucole** e percorso **Via della Contessa Matilde**: Verrucole-Sillano-Orecchiella-Verrucole è un tracciato viario che, ricalcando l'antica viabilità romana e medievale, collega San Romano al Passo di Pradarena e da lì raggiunge Reggio Emilia. Il percorso ha inizio dalla Fortezza delle Verrucole, si prosegue per i borghi di Orzaglia (con le chiese di San Rocco e San Giovanni) e Caprignana per arrivare all'Orecchiella ed il suo Parco Naturale. L'itinerario si snoda tra castagneti secolari ed attraversato il lago artificiale di Vicaglia ci porta a Villa Soraggio e Rocca di Soraggio, antica sentinella della valle ora quasi disabitata con la sua rocca, da cui prende nome, e l'antica chiesa della Madonna del Soccorso dove si può ammirare una riproduzione lignea del volto santo di Lucca del XIII secolo. Si giunge così a Sillano e di qui si può attraversare l'Appennino per l'antico passo di Pradarena nei cui pressi troviamo i ruderi dell'ospedale di San Bartolomeo a testimonianza dell'importanza storica di questo asse viario. L'itinerario ridiscende ai paesi di Vergnano e di Borsigliana con la chiesa romanica di Santa Maria con architrave figurato ed al suo interno un pregevole trittico su tavola del quattrocento, rientro ad Orzaglia e poi a Verrucole.

Percorso dell'Argegna: dal paese di Giuncugnano una mulattiera segnalata come Garfagnana Trekking, raggiunge l'altopiano dell'Argegna e il santuario della Madonna della Guardia, da cui si può ammirare la catena delle Alpi Apuane e il Monte Pisanino. L'itinerario segue la strada asfaltata in direzione di Giuncugnano, fino a raggiungere il Passo di Tea, dove recenti scavi archeologici hanno riportato alla luce le fondamenta dell'ospitale di San Nicolao. Luogo di confine di ben tre signorie (quella estense, lucchese e fiorentina) Tea è stata per secoli il passaggio obbligato che collegava Lucca con Parma, prima che l'apertura delle vie nei fondovalle portassero all'abbandono dei percorsi di altura. Dai prati di Tea, ancora una mulattiera, segnalata come "sentieri del gufo" ridiscende ai poderi di Percaldino, Gambrano e nuovamente al paese di Giuncugnano.

ITINERARIO STORICO-ANTROPOLOGICO

Via della Transumanza: Castiglione-Sassorosso-Campaiana-Corfino-Villa-Castiglione. La via prende il nome dal fenomeno, che per secoli si è tramandato sui pascoli appenninici, dell'allevamento degli ovini e dei conseguenti spostamenti stagionali che vedevano migliaia di capi di bestiame scendere a settembre dagli alpeggi estivi verso la pianura e risalire all'inizio dell'estate, percorrendo sempre gli stessi sentieri e ripetendo le medesime soste. Gli insediamenti tipici dei pastori si collocavano alle alte quote in prossimità dei pascoli, ancor oggi se ne possono incontrare sul nostro itinerario, sull'altopiano dell'Orecchiella, ai Casini di Corte, in Campaiana, nei nuclei di Massa e Sassorosso. L'itinerario da percorrersi su strada carrabile, ma con interessanti digressioni pedonali, ha inizio a Castiglione, Si sale poi lungo la SS 324 del Passo Radici, incontrando, con modeste deviazioni, i paesi di Massa e di Sassorosso. Raggiunto il bivio di Foce di Terrarossa si entra nell'area protetta dell'Orecchiella. La strada sterrata, ma ben percorribile e resa ombrosa dalla fitta vegetazione, conduce ai pascoli e agli alpeggi dei pastori in Campaiana (1.358 metri), fino a raggiungere il Centro Visitatori del Parco. Naturale dell'Orecchiella, che si estende su un ampio altopiano dominato dalla Pania di Corfino (dove nidifica l'aquila) ricco di boschi e praterie, solcato da limpidi ruscelli, dove si possono scorgere, liberi e protetti, cervi, caprioli, mufloni e cinghiali. Fuori dal parco troviamo Corfino. Scendendo da Corfino si giunge a Villa Collemantina. Da qui, con un breve tratto di strada che attraversa campi di farro, frutteti e vigne, si rientra a Castiglione.

Visita al **Museo etnografico "Don Luigi Pellegrini" San Pellegrino in Alpe** - All'interno dell'antico "hospitale" si possono ammirare gli oltre tremila oggetti. L'esposizione, distribuita in 14

sale, ricostruisce gli ambienti dove vissero i pastori e i contadini della Garfagnana e dell'alta montagna modenese, il lavoro degli agricoltori e degli artigiani e i cicli produttivi più caratteristici.

Visita agli **antichi mulini di Verrucole (San Romano in Garfagnana)** recuperati e resi funzionanti dall'Amministrazione comunale. Principali temi da sviluppare:

Il ciclo di lavorazione del grano, importante componente dell'attività agricola tradizionale (eventuali laboratori didattici sulla panificazione, a partire dalla produzione della farina fino alla produzione di pane cotto a legna nel forno adiacente al mulino).

Sempre a partire dal mulino sarà inoltre sviluppato un itinerario sulla castagna, alimento principe delle montagne garfagnine nel passato, per cui potrebbero essere attivati laboratori di educazione alimentare che comprenderanno passeggiate nei castagneti per osservare le tradizionali tecniche di raccolta e la visita ad un "metato" (essiccatoio delle castagne) ancora funzionante.

Nel Comune di San Romano è presente inoltre una rete sentieristica costituita da vecchie strade interpoderali praticabili a piedi, in bicicletta o a cavallo, che si sviluppa in tutto il territorio comunale e tocca alcuni dei principali luoghi di interesse locale: partendo dal borgo in Loc. Bacciano, posto a valle della frazione Villetta, in prossimità della medesima stazione ferroviaria (individuabile come possibile meta di trekkers e ciclisti), essa attraversa i borghi di Sambuca, Sillicagnana, San Romano, Naggio, Verrucole, Vibbiana, Orzaglia, Caprignana fino a raggiungere il Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano.

Lungo l'intero percorso, è possibile incontrare:

- importanti siti di interesse storico-culturale, tra cui il Borgo medievale della Sanbuca, la chiesa di San Martino ed il SS. Crocifisso di Sillicagnana, la Fortezza ed i mulini delle Verrucole;
- Fontane e lavatoi pubblici antichi, aie domestiche;
- punti in cui poter rivivere antiche tradizioni popolari come il "tiro della forma" in frazione Orzaglia;
- Cooperative e aziende agricole per conoscere i prodotti locali come a Sillicagnana e Vibbiana;
- le centrali idroelettriche della Madonna del Bosco e di San Romano (visita guidata su prenotazione a cura dell'Amministrazione comunale).

Tale percorso può inoltre essere raggiunto partendo da Villa Collemandina (altro comune facente parte del Parco Nazionale) in direzione di Molino di Villa, dopo aver superato il lago di Villa Collemandina, si devia sulla sinistra passando per il piccolo borgo di Mozzanella sino a raggiungere la strada provinciale in direzione di San Romano.

ITINERARIO NATURALISTICO

Visita al Parco dell'Orecchiella ed escursioni ambientali. Sentieri praticabili:

AIRONE 1: dal Centro Visitatori il sentiero raggiunge il Rifugio Isera e la strada che sale all'Orto Botanico. Da qui scende a destra in direzione di Pruno, antico nucleo pastorale dai tipici caselli coperti in paglia di segale. Inizia ora la risalita del massiccio della Pania di Corfino, raggiungendo dapprima una aerea terrazza sul Vallone delle Grottaacce, per proseguire a mezza costa in un ambiente selvaggio e affascinante. Superato lo sperone sud si arriva alla Fonte dell'Amore e all'alpeggio di Campaiana. Il sentiero, ancora per boschi, e poi su ampie praterie, raggiunge la vetta della Pania (1603 mt). Raggiunta la Sella si scende per la Bocca dei Lupi ancora in vicinanza del Rifugio Isera e da qui al Centro Visitatori.

AIRONE 2: dal piazzale del Centro Visitatori, si scende sulla strada sottostante e la attraversa, proseguendo per bosco e radure sempre più ampie fino ad incontrare nuovamente la strada asfaltata che seguiremo a sinistra per alcune decine di metri, fino al bivio per il Miramonti. Poco oltre, sulla destra si stacca il sentiero che tra boschi di nocciole e di ginepri, raggiunge l'altopiano della Ripa. Seguendo la pista sterrata si giunge al bordo di un ripido pendio erboso che si affronta in discesa zigzagando fino al margine del bosco. Ora il sentiero ben delineato scende attraverso le strapiombanti pareti rocciose fino a giungere sulle rive del torrente Rimonio che risaliremo lungo il suo corso. Il cammino si fa interessante e divertente con facili e frequenti guadi, che comunque vanno affrontati con attenzione, fino a che si lascia il corso d'acqua e si risale verso destra per raggiungere nuovamente la strada asfaltata e di qui il Centro Visite dell'Orecchiella.

MANIFESTAZIONI

Periodo estivo:

Rappresentazione del Maggio (Villa Collemandina e Giuncugnano)

Festa del Fieno (Villa Collemandina)

TRADIZIONI POPOLARI

Tiro della forma (San Romano)

Serata di Veglia (rappresentazioni di vegliatori)

ARTI E MESTIERI

Rappresentazioni di battitura del grano e raccolta del fieno, lavoro di intreccio, mestiere arrotino, impagliatura sedie etc.

ITINERARIO ENOGASTRONOMICO

Percorso dei sapori: degustazioni tipiche e rievocazioni della cottura della polenta o del pane ad opera di abitanti del posto;

disponendo di una cucina negli alloggi, i partecipanti potranno sperimentare direttamente in gruppo ricette tipiche della tradizione.

AREA LUNIGIANA

ITINERARIO ARCHEOLOGICO

Percorso sulla preistoria: dalle statue stele alla civiltà ligure.

- Pontremoli, visita al Museo delle statue stele lunigianesi allestito nel Castello di Piagnaro che custodisce la maggior parte delle statue stele ritrovate nel territorio della Lunigiana storica. Le misteriose statue antropomorfe, maschili e femminili, in pietra arenaria, furono innalzate dalle antiche popolazioni che abitarono la Val di Magra nei due millenni prima della romanizzazione.
- Filattiera, visita alla millenaria Pieve di Sorano e al Centro di didattica sulle Statue Stele e sull'area archeologica di Sorano e della Necropoli dei Liguri Apuani in località Quartareccia.

Percorso sul Medioevo: dagli edifici militari a quelli religiosi.

Pontremoli, Filattiera, Filetto, Bagnone: centri storici medievali lungo la via Francigena

Fivizzano: visita al borgo della Verrucola e al Centro storico

Aulla: visita all'Abbazia e al Museo di San Caprasio, patrono del tratto lunigianese della via Francigena

ITINERARIO STORICO-ARTISTICO

Percorso dei castelli, borghi antichi e pievi della Lunigiana.

Sentiero escursionistico lungo il tracciato della Via Francigena dal Passo della Cisa a Pontremoli.

In particolare:

Comano: nel paese troviamo il municipio e la piazza che porta alla chiesa romanica di San Giorgio del IX secolo. Prendendo la strada verso la località Castello, si arriva alla torre cilindrica, ultimo vestigio del diroccato castello. Superando Comano, si giunge al Passo del Lagastrello, dove incontriamo il lago Paduli, in una conca creata dal Monte Acuto e dal Malpasso. Dal passo del Lagastrello, a pochi chilometri si può arrivare a Prato Spilla e alla sua stazione sciistica. Da visitare inoltre, il borgo di Camporaghena, la pieve di Santa Maria Assunta a Crespiano e gli altri piccoli paesini che formano Comano, come Catognano, Torsana, Linari, collegati da buoni sentieri per il trekking.

Filattiera: il territorio del comune di Filattiera, nell'alta Lunigiana, è molto vasto e si estende dal corso della Magra, alla dorsale appenninica. La sua importanza storica è testimoniata dai numerosi e antichi edifici a noi rimasti. Il borgo fu fortificazione bizantina assieme a Filetto durante la guerra bizantino-longobarda. Sotto il dominio dei Malaspina, sulla collina di San Giorgio, castello protetto da mura e dotato di torre centrale a protezione della via Francigena. Accanto al castello di San Giorgio fu poi edificata la chiesa dell'omonimo Santo, in stile romanico. Dell'antica struttura si conserva soltanto un'unica torre. Nella seconda metà del secolo XIV secolo i Malaspina iniziarono la costruzione di un altro castello che attualmente si trova all'ingresso del borgo. Nella parte alta del paese troviamo inoltre l'edificio dell'antico Ospitale di San Giacomo d'Altopascio, indicato da una croce templare ricostruita sull'originale. Da non dimenticare la pieve romanica di Sorano, lungo la statale della Cisa e al di sotto dell'antico sito di Castelvecchio, dove nei dintorni sono state ritrovate statue stele, una di queste conservata nella stessa pieve. Nei dintorni di Filattiera, meritano una visita i borghi medievali di Ponticello e Caprio con le case torri e per gli amanti della tranquillità e la natura, la Rocca Sigillina, Lusignana e i Prati di Logarghena.

Fivizzano: considerata la Firenze di Lunigiana, Fivizzano, è sempre stato un centro importante, come testimoniano il gran numero di opere d'arte e palazzi signorili come palazzo Cojari, il palazzo comunale, il palazzo Fantoni-Chigi e il palazzo Benedetti. Fivizzano si diede infatti ai Medici nel XV secolo e rimase in loro possesso fino alla venuta dei Lorena. Le mura di Fivizzano furono erette per ordine di Cosimo de' Medici nel 1540, mentre la fontana barocca della piazza, dove si affaccia la chiesa dedicata ai Santi Giacomo Apostolo e Antonio, fu costruita da Cosimo III nel 1683. Più avanti, verso porta sarzanese, si trovano l'ex convento degli Agostiniani e l'oratorio di San Carlo o chiesetta delle carceri. Oltre le mura, il borgo della Verrucola accoglie l'omonimo castello, eretto da Spinetta Malaspina il Grande. Fivizzano diede i natali a Jacopo da Fivizzano, che tra i primi a stampare con caratteri mobili nel 1471. Da segnalare ogni estate la Disfida degli Arcieri di Terra e di Corte, il Music World e la rassegna Fivizzano Sapori. Nelle frazioni, possiamo visitare la pieve di San Paolo di Vendaso la pieve di Pognana, il borgo di Soliera, i borghi di Gragnola, Vinca, Sassalbo e Viano.

Licciana Nardi: risalente al XII secolo, il borgo si sviluppò nel fondovalle con funzioni di sbarramento militare, trovandosi lungo la strada che porta a Linari e al Lagastrello. Al suo interno, incontriamo il castello, trasformato nei secoli XV e XVI in palazzo fortificato e residenza, collegato alla chiesa adiacente da un passaggio sopraelevato. L'antico sistema di fortificazioni comprendeva anche la rocca e un giro di mura bastionate con torri, in parte superstiti, e una fortezza sulla sponda opposta del Taverone, Castel del Piano, oggi ridotto a un rudere. Vicino al castello, la statua in

marmo dedicata ad Anacarsi Nardi, ricorda l'eroe rinascimentale che diede nome alla città. La chiesa dedicata ai Santi Giacomo e Cristoforo fu distrutta nel 1705 da Giacomo Malaspina e ricostruita in seguito. All'interno sono conservate preziosi affreschi provenienti dal Convento della SS. Annunziata, costruito poco distante da Licciana nel XIV secolo ed in rovina dalla fine del XVIII secolo. Nel territorio comunale sono presenti inoltre il castello di Terrarossa, l'antica Rubra degli itinerari medioevali, il castello di Monti, la pieve di Venelia, il castello di Pontebosio, il castello di Bastia, il borgo di Panicale con il palazzo dei Medici, l'Apella con la casa dei Nardi e il borgo di Tavernelle con le sue antiche botteghe di mercanti.

Mulazzo: il borgo è dotato di due porte di accesso e conserva l'originale struttura caratterizzata da stretti vicoli. Sede di un antico castellaro ligure e di un castello di cui rimane solo la cosiddetta torre di Dante, che ricorda la presenza del poeta in Lunigiana, a Mulazzo è possibile ammirare anche gli antichi archi dell'acquedotto Malaspiniano e Piazza Dante, sovrastata dalla chiesa di San Nicolò e dal palazzo Malaspina Zini. Mulazzo è anche la sede del Centro di Studi Malaspiniani, all'interno del quale sono custoditi documenti inediti riguardanti la famiglia. Il territorio del comune è punteggiato da castelli e borghi fortificati: Montereccio, sede della fiera del libro, il borgo di Castevoli, il castello di Lusuolo, sede del Museo dell'Emigrazione, il castello di Gavedo, Canossa, Campoli, dove venne ritrovata una statua stele e Castagnetoli, famosa per la produzione di un tipico attrezzo da cucina lunigianese, il testo.

Pontremoli: fermata obbligatoria lungo la via Francigena, il borgo deve il suo nome a "Ponte tremulus", un ponte traballante sul fiume Magra ai tempi di Arrigo VI. Pontremoli è oggi una cittadina ricca di cultura e di storia. Oltre al castello del Piagnaro, sede del museo delle statue stele, sono da visitare la chiesa di San Nicolò, risalente al 1126, Porta Parma, ingresso principale della città, antico portale del XVII secolo, la chiesa di San Geminiano, patrono di Pontremoli, nel borgo antico. Sotto il borgo, le piazze, divise dalla torre di Cacciaguerra, ricordano guelfi e ghibellini: la piazza del Duomo con il vescovado, la sottostante piazza della Repubblica con il Comune, i grandi palazzi dei Pavesi e dei Bocconi. E ancora, la chiesa di San Francesco con l'elegante portico settecentesco del Natali, il Teatro della Rosa, la fortezza di Castelnuovo, la chiesa di Nostra Donna, capolavoro di architettura e pittura del barocco pontremolese, il borgo dell'Annunziata con il complesso del quattrocentesco convento degli Agostiniani, la chiesa di San Pietro con la pietra in arenaria del labirinto circolare, simbolo dei pellegrini.

Villafranca in Lunigiana – Comune posto nel fondovalle, conserva traccia della struttura fortificata medievale posta lungo la via Francigena in prossimità del guado sul fiume Magra difeso

dal castello di Malnido, oggi ridotto a rudere. Di particolare interesse il Museo Etnografico della Lunigiana. Grande rilievo assumono i borghi fortificati di Filetto, Virgoletta e Malgrate che sorgono nei dintorni del capoluogo.

Fosdinovo – Centro storico affacciato sul Mar Ligure, territorio di cerniera tra la Lunigiana interna e l'area costiera della provincia di Massa Carrara, conserva uno dei centri storici di maggior interesse del comprensorio e, in particolare, l'imponente struttura fortificata del Castello Malaspina.

ITINERARIO STORICO-ANTROPOLOGICO

Lusuolo di Mulazzo – Museo dell'Emigrazione della Gente di Toscana: nel castello medievale edificato dai Malaspina a Lusuolo, a controllo della Lunigiana centrale e dell'importante nodo viario ivi collocato, è stato organizzato il Museo regionale dell'Emigrazione della Gente di Toscana che raggruppa immagini e testimonianze del fenomeno.

Villafranca - Museo Etnografico della Lunigiana: offre una sintesi approfondita della cultura popolare della Lunigiana e della sua civiltà contadina, che, rimasta immutata per secoli, a partire dalla fine del secolo scorso cominciò a subire profondi cambiamenti avviandosi a una rapida scomparsa.

Lusignana di Filattiera – Museo-raccolta etnografica

Visita all'**Antico mulino di Arlia:** l'antico mulino ad acqua si trova nel territorio di Fivizzano, sulla riva destra del Rosaro, poco distante dal piccolo borgo di Arlia. Con le sue tre macine (per le castagne, il grano ed il granturco), il magazzino ed il ricovero per i muli che trasportavano su e giù per l'erto sentiero che conduceva al mulino i pesanti sacchi, fu in uso sicuramente dal XIX secolo, come testimonia la data incisa su una pietra, fino al 1968 e servì più comunità del circondario. La Comunità Montana della Lunigiana ha interamente restaurato la struttura ormai ridotta a stato di rudere e reso nuovamente funzionante il meccanismo idraulico. Nel locale usato originariamente come magazzino è allestita una mostra con pannelli didattici sui mulini della Lunigiana.

ITINERARIO UMANO

Fosdinovo - Museo audiovisivo della Resistenza: museo dedicato alla Resistenza nelle province di Massa-Carrara e della Spezia è costituito da una moderna installazione audiovisiva e da supporti multimediali che consentono percorsi di indagine storica e di approfondimento didattico sui temi della Resistenza e della costruzione della democrazia in Italia. Il museo si propone di conservare e trasmettere la memoria storica attraverso la tradizione orale antica e le più moderne tecnologie audiovisive e non dà voce solo ai partigiani, ma vuole rappresentare un ampio spettro della popolazione: civili, vittime della guerra, dei bombardamenti, della fame e delle stragi.

ITINERARIO NATURALISTICO

Escursioni ambientali: circondata dal Parco nazionale dell' Appennino Tosco-Emiliano, dal Parco regionale delle Alpi Apuane, e da due aree naturali protette lungo il Fiume Magra, tra Filattiera, Terrarossa e Aulla, la Lunigiana offre le migliori condizioni per il trekking, la mountain bike e l'equitazione. Vi sono infatti 250 chilometri di sentieri da percorrere e 14 posti tappa del circuito "Trekking Lunigiana", che da Aulla risale la Val di Magra fino a Pontremoli, per poi ridiscendere verso Fosdinovo. Accanto al "Trekking Lunigiana", troviamo lo S.T.E.L., il Sistema Turistico Escursionistico Lunigiana, un percorso escursionistico che taglia trasversalmente il territorio e si collega al "Trekking Lunigiana" mettendo in risalto i castelli della zona, partendo dal castello di Terrarossa, dove due tracciati si sviluppano sulle due sponde del Magra fino a raggiungere i valichi storici della Lunigiana con la Liguria e l'Emilia. Da ricordare le escursioni lungo la via Francigena.

Visita al Parco Culturale di Equi Terme: il borgo di Equi Terme, giace arroccato tra le montagne di marmo del Parco Regionale delle Alpi Apuane. In questa zona ricchissima di acqua, hanno avuto origine attraverso lunghi processi di erosione, fenomeni carsici di notevole importanza e bellezza: la Buca e le Grotte, caratterizzate da numerose concrezioni (*stalattiti, stalagmiti, cannule, vaschette, ecc.*) laghetti e corsi d'acqua sotterranei; la Tecchia, un riparo sutoroccia frequentato già nel Paleolitico dall'uomo di Neanderthal; il Solco, uno stretto e profondo canyon naturale posto ai piedi del Pizzo d'Uccello che, con i suoi 1781 metri, è una delle vette più suggestive delle Apuane. Oggi l'insieme di questo patrimonio naturale e paleontologico fa parte del Parco Culturale delle Grotte di Equi, che consente la visita con guide e comprende il **Museo delle Grotte**, struttura culturale-didattica per la divulgazione storica e naturalistica. E' ancora l'acqua che, con le sorgenti minerali,

ha segnato la storia del piccolo borgo: le proprietà termali di alcune fonti, già note probabilmente fin dall'epoca romana, sono sfruttate dalla fine dell'Ottocento nello stabilimento termale per la cura di diverse malattie e per il benessere del corpo.

Orto Botanico "i Frignoli": questo centro è dedicato allo studio del patrimonio naturalistico e culturale dell'Appennino settentrionale e delle Alpi Apuane. Si trova nei pressi di Sassalbo e del Passo del Cerreto, a 900 metri di quota sul versante sinistro del Rosaro. L'Orto ha un'estensione di sette ettari ed è caratterizzato da 103 terrazzi delimitati da muretti a secco, selciati in pietra, un arboreto con specie arboree ed arbustive dell'Appennino settentrionale, ricostruzioni ambientali con diversi tipi di roccia, collezioni specifiche come erbe spontanee alimentari, specie medicinali e tossiche, salici, peonie e percorsi nel bosco lungo i due torrenti che attraversano l'area. All'interno dei Frignoli si snodano sentieri che permettono di attraversare vari ambienti e conoscere l'ecosistema montano dell'Appennino.

ITINERARIO ECONOMIA INSEDIATA

Visita alle **cave di estrazione del Marmo di Carrara**: l'economia del territorio è profondamente legata al settore marmifero e lapideo in genere, a partire dalle fasi della estrazione in cava, alle svariate fasi di lavorazione e trasformazione in manufatti per l'edilizia e l'architettura, per l'arredo urbano, il restauro, l'arte, ecc. Il comprensorio estrattivo di Carrara conta ad oggi novanta cave attive situate nei tre grandi bacini estrattivi che dalle spalle della città si diramano verso le pendici del Monte Maggiore.

La visita diretta delle singole cave, permette di cogliere l'imponenza suggestiva e la particolarità di questi luoghi. Si trovano "cave a cielo aperto" che attaccano il monte su di un culmine o su di un costone e "cave a pozzo", capaci di dare vita ad imponenti anfiteatri cinti da cortine marmoree oppure "cave sotto tecchia" e "cave in galleria", vere e proprie cattedrali immense scavate nel cuore della montagna: tutte queste caratteristiche possono tranquillamente sommarsi in una sola cava proprio in relazione allo sviluppo delle differenti fasi tecniche della coltivazione che, normalmente, segue il filone marmifero maggiormente capace di qualità e saldezze dimensionali.

MANIFESTAZIONI E PERCORSI ENOGASTRONOMICI

Illustrazione delle produzioni tipiche, anche con visita alle aziende. In particolare per il testarolo della Lunigiana e il panigaccio di Podenzana, nonché per il Miele dop della Lunigiana.

Inoltre numerose manifestazioni; tra le quali si segnalano a giugno la rassegna enogastronomica “Sapori” presso l’antico ostello degli Agostiniani e in tutto il centro storico di Fivizzano e la Sagra della Polenta e stoccafisso a Gassano. A luglio: Premio letterario Bancarella a Pontremoli; Disfida degli Arcieri di Terra e di Corte a Fivizzano; sagre e feste in tutte le località del comprensorio; manifestazioni e rievocazioni medievali in numerosi borghi storici, in particolare a Filetto di Villafranca, a Ponticello di Filattiera, a Gragnola e a Verrucola di Fivizzano, al Piagnaro di Pontremoli.

TRADIZIONI POPOLARI

Serata di Veglia con racconti di leggende locali.

AREA PARMA EST

ITINERARIO STORICO-ARTISTICO

Percorso della Valle dei Cavalieri: è un'area di antichi borghi medievali fortificati da casetorri, nell'Appennino tosco-emiliano, situata sull'Alta Vald'Enza e Val Cedra tra le attuali province di Parma e Reggio ed anticamente tra le Terre Matildiche dei Canossiani. In tempi più moderni ebbe rilievo storico tutta l'Alta Val d'Enza in quanto durante la seconda guerra mondiale fu parte della **Linea Gotica**, teatro della più aspra contrapposizione tra Tedeschi e Partigiani che in queste foreste si erano dati alla macchia.

Castelli e borghi storici da visitare: Corniglio, Monchio delle Corti, Langhirano, Palanzano.

Sentiero lungo il tracciato della **Via Francigena**.

ITINERARIO STORICO-ANTROPOLOGICO

Percorso "Bosco tra storia, cultura e natura": l'itinerario, che collega Bosco di Corniglio, Staiola e Brea, permetterà di scoprire, oltre alla rigogliosa natura di questo angolo di parco, numerosi particolari dell'architettura rurale, espressione di una cultura antica e di mestieri tramandati da generazioni: portali, finestre, porticati, fontane, immagini votive, uniscono all'essenzialità e funzionalità delle opere, l'uso di materiali naturali, resi unici e irripetibili dal pregevole gusto artistico che li ha plasmati. Il punto di partenza è il paese di Bosco di Corniglio: questo sorge in sponda sinistra del fiume Parma, su depositi morenici dell'antica lingua del ghiacciaio, che in epoca Wurmiana ricopriva l'alta valle. L'abitato è costituito, nella sua parte più antica, da edifici realizzati in pietra arenaria, attraversati da un'ampia strada lastricata su cui si affacciano piccole corti, viottoli e volte di pregevole fattura. Seguendo la segnaletica, si prosegue per Staiola e Brea. Molteplici sono gli aspetti architettonici che si possono osservare lungo il percorso; in particolare si può apprezzare come le forme e le tipologie costruttive di elementi tipici dei fabbricati, come portali e finestre, si sono evolute nel corso dei secoli, lasciando segni caratteristici in ogni epoca. Di notevole interesse, per bellezze e stato di conservazione, sono i particolari costruttivi risalenti al XVII e XVIII secolo.

Grande significato doveva essere attribuito alle maestà: edicole riportanti immagini votive, presenti in maniera diffusa e capillare sia lungo il percorso sia nell'intera vallata. La diffusione di tali formelle, scolpite in marmo, racchiuse in nicchie di pietra arenaria, è frutto della devozione di fedeli, come spesso si osserva dalla incisione P.S.D. "Pro Sua Devozione", e fu accolta favorevolmente dal mondo ecclesiale come opera di istruzione rivolta ai fedeli meno acculturati. Lungo il percorso, si possono seguire le indicazioni che portano a visitare i ruderi dell'importante Castello che i Rossi, padroni di questi territori dal '400 al '600, fino all'avvento del Ducato dei Farnese, costruirono a Bosco di Corniglio, quale roccaforte per proteggere l'Alta Val Parma. I suggestivi sentieri nei boschi, attraverso cui si articola l'itinerario, permetteranno, inoltre, di esplorare ed apprezzare la ricchezza della natura circostante.

Percorso Cultura: il sentiero Cultura è un breve anello che attraversa i piccoli centri di Casarola e Riana ed è interamente dedicato al poeta locale Attilio Bertolucci e alle sue opere. L'intero percorso è punteggiato da pannelli contenenti alcune delle sue più celebri poesie dedicate a questi luoghi, alla natura e a queste genti. Dalla piazzetta di Casarola, dove è posta la bacheca che ne segna l'inizio, il sentiero si inoltra nella parte alta del paese, fino a raggiungere l'antica e bella casa della famiglia Bertolucci, dove un pannello ricorda la vita e le opere del Poeta. Si percorre a ritroso un brevissimo tratto del sentiero e, abbandonando rapidamente il paese, l'itinerario attraversa docili pendii contornati da prati e pascoli e si dirige verso l'abitato di Riana, che si raggiunge dopo qualche centinaio di metri, dopo avere attraversato il torrente Bratica. Il percorso attraversa Riana, costeggiando anche l'antica corte Fontechiari, la vecchia fontana e la Chiesa del Paese, per poi attraversare la strada provinciale e scendere nella parte sottostante l'abitato. Poco prima di un vecchio mulino sulle sponde del Bratica, il percorso propone al visitatore una possibile e breve deviazione verso sinistra, dove una mulattiera conduce ad un secolare castagneto, le cui incredibili suggestioni fiabesche hanno spinto i locali a chiamarlo "Bosco delle fate". Ai margini della strada che attraversa il castagneto, stretta tra antichi muretti a secco, c'è una bacheca nella quale un testo di Paolo Lagazzi (tra i maggiori esperti dell'opera di Bertolucci) descrive il rapporto tra il Poeta e l'Appennino. Immersi in un paesaggio di rara bellezza, le suggestioni evocate dai versi di Bertolucci accompagnano in un breve viaggio, emozionale più che fisico, lungo questi boschi. Per chi non intende fare la deviazione per il "Bosco delle fate" (o per chi torna da tale deviazione) il sentiero sale verso Casarola, passando in una sponda destra del Torrente Bratica e, dopo alcune centinaia di metri all'interno del paese, conduce al punto di partenza.

Madoi: museo all'aperto Percorso tematico: nel Parco dei Cento Laghi, a Sesta Inferiore di Corniglio, è stato realizzato un nuovo percorso tematico "Madoi: museo all'aperto", dedicato agli

affreschi realizzati nei primi anni '60 dal pittore e scultore Walter Madoi sui muri esterni delle case e all'interno della chiesa del paesino di Sesta in Alta Val Parma. Il percorso, allestito con pannelli illustrativi degli affreschi, delle vicende biografiche dell'artista e del suo rapporto con il paese di Sesta Inferiore, porta a due punti nodali: la Chiesa parrocchiale di San Rocco, al cui interno si trova il Ciclo di affreschi dedicato al tema della Crocifissione, e il "Ventoso", la casa in cui viveva l'artista, durante i suoi soggiorni a Sesta.

ITINERARIO NATURALISTICO

Il sentiero delle zone umide: questo percorso, che si sviluppa tra Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano e Parco Regionale dei Cento Laghi, attraversa alcune delle più importanti e suggestive zone umide di tutto l'Appennino parmense, rappresentate da numerose torbiere e da alcuni suggestivi laghi che punteggiano la parte più alta del territorio. Tutte le zone umide presenti sono segni inconfondibili dell'impronta lasciata in queste vallate dagli antichi ghiacciai. Le suggestioni provocate dalla grande varietà di ambienti attraversati, insieme al fascino di scoprire ecosistemi così fragili ed importanti come le zone umide d'alta quota sono due motivi che rendono questo percorso un'occasione unica di svago e approfondimento.

L'intero itinerario si mantiene all'interno di una fascia altitudinale che oscilla tra i 1250 ed i 1700 mt.s.l.m.

Punto di partenza del sentiero è la torbiera di Prato Spilla ; ci si arriva da Rigoso, frazione di Monchio delle Corti: dal Rifugio si prende il sentiero (ben segnalato e numerato dal Cai) e si scende prima al Lago Ballano, poi al Rio Lago Verde. Da qui il sentiero risale fino ai 1700 m della Rocca Pianaccia , per continuare in leggera discesa verso Rocca Piumacciolo (1600 m) e il Lago Scuro (1526 m): questo piccolo specchio d'acqua contornato da erbe palustri, è suggestivo habitat di specie abbastanza rare, quali il Tritone alpestre e il Merlo acquaiolo. Le Capanne del Lago Scuro, restaurate, ospitano un laboratorio utilizzato dall'Università di Parma per monitorare i fragili ecosistemi umidi. Da questo punto, una deviazione di 2 Km (segnavia Cai 711) porta al Rifugio Lagoni , dove si può pernottare spezzando l'itinerario in 2 giorni. Altrimenti, dal Lago Scuro il sentiero continua risalendo al Passo Fugicchia (1625 m) e calando, con una ripida discesa tra faggete e prati, alle Capanne di Badignana , zona di alto valore naturalistico, dove si mescolano l'ambiente umido della torbiera, il prato a pascolo e il bosco. Le Capanne sono antichi ricoveri usati dai pastori in transumanza che il Parco ha recuperato, realizzandovi un posto tappa. Dalle Capanne il tracciato si affaccia brevemente al crinale (Passo delle Guadine, 1687 m) per poi scendere al Lago

Santo . Nei pressi c'è il Rifugio Mariotti, in cui si può sostare prima della discesa finale alla vasta conca di Lagdei (1250 m), una delle torbiere più belle ed estese della zona. Il Rifugio Lagdei è il punto di partenza per chi preferisce percorrere il sentiero all'inverso, da Lagdei a Prato Spilla.

La torbiera attraverso i sensi: il percorso, lungo circa 400 m, si sviluppa attorno alla Torbiera di Lagdei, attraversando ambienti di notevole interesse dal punto di vista faunistico e floristico. Nell'umida prateria, infatti, fioriscono orchidee selvatiche, come la *Dactylorhiza fuchsii* e il *Coeloglossum viride*, mentre alla fine di giugno appaiono i chiari pennacchi dell'Erioforo, e in Agosto è facile vedere la Genziana di Esculapio, dai caratteristici fiori blu. La piana è solcata da piccoli torrenti, abitati dalla Trota fario, e visitati dal Merlo acquaiolo. Il sentiero, perfettamente pianeggiante, per lunghi tratti realizzato in legno su palafitta, è accessibile a tutti; cinque pannelli interattivi e dodici cartelli illustrati raccontano l'evoluzione della torbiera e le specie principali che la abitano. Una mostra sulla torbiera è allestita nel punto informativo del Parco, annesso al Rifugio, vicino al punto di partenza del percorso.

Ciclopista MTB: la Ciclopista del Parco dei Cento Laghi è costituita da una rete di 150 Km di percorsi ciclabili per mountain bike, tutti ben segnalati, che si sviluppano, in parte, anche nel Parco Nazionale.

La Ciclopista, oltre ad essere una via di collegamento infra-regionale tra i territori montani di Reggio-Emilia e della Toscana, attraversa il Parco in senso Est-Ovest, diventando così asse di confluenza da un lato per i percorsi trekking provenienti dal crinale e dall'altro per i tre anelli che si inoltrano nel versante nord del Parco, ricollegandosi ai percorsi ciclabili che salgono dalle colline parmensi verso l'Appennino. Sono 4 i percorsi che formano la Ciclopista, uno principale lineare e tre anelli. Il percorso principale (contrassegnato dalla segnaletica verde chiaro) si sviluppa tra il Passo del Lagastrello ed il Passo di Cirone, per una lunghezza di circa 40 km. Un percorso ad anello, denominato "delle Corti dei Monti", si snoda intorno alle frazioni di Monchio delle Corti per una lunghezza complessiva di 34 km (colore verde azzurro). Il Percorso del Ticchiano (colore arancione) è lungo 41 km e si snoda lungo una zona veramente molto interessante del Parco, la Val Bratica. Il terzo anello, denominato Percorso dei Lagoni, è lungo più di 40 km e consente ai ciclisti di visitare le emergenze naturali dell'Alta Val Parma, in Comune di Corniglio. Per fruire in tutta sicurezza dei percorsi, per essere aggiornati sullo stato delle piste e sulla percorribilità generale, per organizzare e prenotare escursioni guidate con gli istruttori della Scuola Italiana di MountainBike (S.I.M.B) e per visualizzare on-line la carta dei percorsi vi consigliamo di visitare il sito dell' A.S. Torrechiera.

ITINERARIO ENOGASTRONOMICO

Visita ai **Musei del gusto**: Museo del Parmigiano Reggiano, Museo del Prosciutto e dei salumi di Parma, Caseifici e aziende di stagionatura salumi.

AREA APPENNINO REGGIANO

ITINERARIO STORICO-ARTISTICO

Percorso delle Valli dei Cavalieri, fondato sulla ricchezza delle testimonianze di epoca medievale presenti sul territorio del crinale reggiano. In val d'Enza e val Secchia (territorio dei moderni comuni di Collagna, Ligonchio e Ramiseto) la signoria dei nobili Vallisneri ha lasciato nei borghi numerose tracce delle antiche case-torri e bastie, oltre ai ruderi delle antiche rocche di questo casato. Una parte di questo territorio conserva ancora oggi, assieme al versante parmense della val d'Enza, l'antica denominazione di Valli dei Cavalieri, infatti proprio qui vivevano fin dall'anno mille, organizzate in forma di governo autonomo, le famiglie di origine longobarda che costituivano la cavalleria dell'esercito parmense. Tutti i borghi sono collegati, oltre che dalla moderna viabilità, anche dai sentieri che hanno costituito per secoli le vie di comunicazione ordinarie, sono quindi visitabili anche con escursioni a piedi con percorsi di varie lunghezze e difficoltà.

Percorso dei Castelli matildici, che parte da Ciano e raggiunge il borgo di Riverzana; a questo punto il percorso si innesta sul sentiero dei Ducati che sale attraverso un bosco fitto e raggiunge la strada asfaltata. Imboccata una stradina sterrata sulla destra, giungiamo in breve al castello di Canossa, luogo-fulcro delle vicende matildiche. Superato il parcheggio e il ristorante, zona da cui possiamo ammirare il suggestivo anfiteatro calanchivo, percorrendo la strada asfaltata in direzione Ciano raggiungiamo dopo un paio di chilometri il Castello di Rossena e la torre di Guardia di Rossenella, che assieme a Canossa, Bianello e Montecavolo componevano il potente quadrilatero difensivo matildico; se invece da Canossa ci dirigiamo al monte Tesa e di qui alla SP Canossa – Casina, giungiamo a Cerredolo dei Coppi, antico borgo che conserva testimonianze architettoniche medievali. Proseguendo in direzione Casina si arriva, attraversando il paesaggio di prati e boschi dell'alta collina reggiana, al Castello di Sarzano, oggi ristrutturato, voluto da Matilde di Canossa come presidio lungo la strada tra Canossa, l'abbazia di Marola e Carpineti. Oltrepassando Casina, si percorre la Statale 63 in direzione Castelnovo ne'Monti fino alla deviazione per Carpineti, borgo dominato dai resti dell'imponente castello, con la chiesa di S.Vitale, oggi ristrutturati, in cui la Contessa Matilde soggiornò nei momenti più difficili della lotta per le investiture. Questo itinerario, attuabile in auto nell'arco di una giornata, è attuabile anche a piedi o in bicicletta grazie ai percorsi dei Sentieri Matildici. I castelli sono aperti al pubblico e visitabili anche singolarmente, con o senza guida turistica.

Il “**Sentiero dei Ducati**” parte da Quattro Castella e arriva in Lunigiana, trae origine dagli antichi confini ducali che fino al 1848 dividevano borgate e vallate tra loro adiacenti, al punto da venir continuamente oltrepassati da viandanti, pellegrini e contrabbandieri.

Esso presenta un percorso storico-naturalistico che da Quattro Castella tocca località importantissime dal punto di vista storico come il Castello di Canossa e la Pieve di Pianzo, raggiunge le cime del Monte Barazzone e del Monte Staffola, aggira la splendida valle del torrente Tassarò attraversando i borghi di Legoreccio, Pineto e Spigone. Oltre Vetto, il sentiero entra nel territorio del comune di Ramiseto, attraverso le Valli dei Cavalieri, giunge all’Alpe di Succiso e si spinge fino al passo di Lagastrello, luoghi che sono parte delle eccellenze naturalistiche del Parco Nazionale dell’Appennino Tosco-Emiliano.

ITINERARIO NATURALISTICO

Escursioni ambientali: grazie ad una fitta rete sentieristica CAI è possibile visitare con escursioni di varie difficoltà le eccellenze geologiche e geomorfologiche dell’area reggiana del Parco Nazionale. Molti sono gli itinerari consigliati e già percorribili. Dai numerosi laghi di origine glaciale o vulcanica con la forma arrotondata e le acque tranquille, alle selvagge vallate d’Asta o di Ozola con le rocce a strapiombo su torrenti impetuosi, alle ampie praterie del monte Casarola e dei Prati di Sara, ai boschi fitti di faggi o cerri che colpiscono chi visita le nostre montagne per il verde estivo e per il rosso autunnale.

Alcuni esempi:

Casalino, Prati di Sara, monte Cusna

Cerreto Laghi - monte La Nuda - Cima Belfiore

Ligonchio ponte Rimale lago del Capriolo Lama Lite

Percorso Natura Abetina Reale

Percorso Natura Cascate del Lavacchiello

Percorso Natura I Castagneti Busana

Percorso Natura Monte Cavalbianco

Percorso Natura Monte e Groppo di Ligonchio

Percorso Natura Monte Prado

Percorso Natura Monte Ventasso

Percorso Natura Parco Flora Busana

Percorso Natura Sorgenti del Secchia

Percorso Natura Torrente Liocca

Percorso Natura Valle del Dolo

Percorso Natura Valle dell'Ozola

Percorso Valestra - Mt Valestra - Mt S. Michele - Mt S. Vitale - Carpineti

- Percorso escursionistico intorno e sulla Pietra di Bismantova; il percorso si snoda attorno al perimetro della Pietra, fa parte di un progetto “cardiosicuro”, quindi può essere eseguito da persone di ogni età; anche il sentiero che sale sulla sommità della Pietra può essere percorso senza troppa difficoltà e con tempi di salita davvero contenuti (20 min. circa), permettendo di godere del bellissimo panorama che spazia a 360° sull'Appennino, sulla collina, fino alla pianura.

- Poco distante da Castelnovo ne'Monti è possibile visitare il Parco dei Gessi Triassici, particolari formazioni geologiche di 200 milioni di anni fa. Il sito comprende un tratto di circa 10 km dell'alta val Secchia lungo il quale il fiume ha profondamente inciso una vasta formazione di gessi antichi (triassici) che attualmente formano i bianchi e ripidi fianchi del fondovalle. A causa dell'elevata solubilità della roccia gessosa, sono diffusi fenomeni carsici superficiali (doline, forre ed altre forme di erosione) e sotterranei (grotte, inghiottitoi e risorgenti) a caratterizzare geomorfologicamente vasti settori del sito.

ITINERARIO STORICO-ANTROPOLOGICO

Museo del Sughero di Cervarezza. La tradizione della lavorazione del sughero in val Secchia è tramandata grazie a questo museo, visitabile tutto l'anno. Sebbene questo mestiere si sia perso, rimangono i macchinari e gli utensili che i maestri di una volta utilizzavano, e che facevano sì che venissero a Cervarezza anche dalla Toscana per comprare i tappi per imbottigliare il vino e l'olio.

Le Valli di Secchia ed Enza nei decenni passati erano dei veri e propri granai, presentavano decine di **mulini**; un numero esiguo di questi è giunto in buono stato fino ai nostri giorni, la maggioranza sono privati e non sempre in ottime condizioni, ma alcuni sono visitabili: Mulino di Civago (Villa Minozzo), Mulino di S. Bartolomeo di Gatta (opificio ancora funzionante), Mulino di Cerreto.

La pastorizia è stata per secoli la principale attività della popolazione delle montagne reggiane, dal medioevo fino ad un paio di decenni fa. Oggi è un mestiere quasi scomparso, ma in passato erano

migliaia e migliaia i capi, per la stragrande maggioranza ovini, che ogni anno ripetevano questo percorso, si possono quindi individuare dei veri e propri **itinerari della transumanza** che a fine estate scendevano nella valle dell'Enza verso la pianura Padana o salivano ai passi di Pradarena, Cerreto, Lagastrello per andare nelle pianure della Toscana (in provincia di Pisa o di Grosseto), e con il mese di maggio risalivano per le stesse strade verso i pascoli del Cusna, della Nuda, del Casarola e del Ventasso.

I pastori insieme al bestiame portavano in pianura anche la nostalgia di casa e delle persone care, questi sentimenti davano vita a manifestazioni come il canto dei Maggi, importante tradizione di cultura popolare che accomuna il versante emiliano e quello toscano dell'Appennino. I testi attingono alla tradizione cavalleresca, ai temi biblici, allo scontro tra cristiani e mori. Le rappresentazioni si svolgono all'aperto nel periodo estivo, con scenografie semplici e l'accompagnamento musicale di chitarra, fisarmonica e violino.

Nel **Museo del Maggio di Villa Minozzo** sono raccolte tutte le testimonianze di questa antica forma di teatro popolare, sviluppata sui temi classici dei poemi epico-cavallereschi, che racconta l'eterno scontro tra il bene e il male rappresentati dai suoi personaggi. Vi sono raccolti moltissimi testi di rappresentazioni provenienti non solo dal minozzese, ma da tutta la montagna reggiana, oltre naturalmente agli strumenti di scena ed ai vestiti dei maggerini.

ITINERARIO ECONOMIA INSEDIATA

Maranello: visita alla **Galleria Ferrari**, il museo che racconta la storia dell'azienda. Dopo una sosta al Ferrari Store, proseguire con una visita perimetrale esterna della Fabbrica Ferrari, della Galleria del Vento e del Circuito di Fiorano, strutture per le quali non è consentito l'accesso al pubblico.

Il territorio offre inoltre ottimi **ristoranti tipici** e la possibilità di visitare svariate **aziende agricole**, dove si producono alcune delle **specialità dell'enogastronomia modenese**: l'aceto balsamico, il parmigiano reggiano, i salumi, il lambrusco e il nocino.

MANIFESTAZIONI

Periodo estivo:

Rappresentazione del Maggio (Villa Minozzo)

Feste paesane con ballo liscio e cucina tipica in tutti i borghi del crinale
Settimana della Cultura a Cerreto Alpi

ITINERARIO ENOGASTRONOMICO

Sono possibili degustazioni dei prodotti tipici ed anche sperimentazioni dirette della preparazione dei piatti tradizionali dell'area dell'Appennino reggiano.

La castagna ha sempre avuto un ruolo importante nell'alimentazione della popolazione appenninica, dai tempi in cui Matilde di Canossa ne implementò la produzione, alla riscoperta odierna di questo prodotto del territorio, dopo la grossa flessione avvenuta nel dopoguerra. La tradizione gastronomica a base di castagna è radicata in tutto il territorio del PNATE, negli ultimi anni in area reggiana molti metati sono stati ristrutturati e rimessi in funzione, riscoprendo oltre al frutto, la produzione di farina di castagna ed alcuni piatti tipici. Negli ultimi anni si stanno moltiplicando i momenti in cui questo prodotto viene pubblicizzato, grazie soprattutto a feste in cui il visitatore trova tutti i piatti a base di castagna.

Uno dei prodotti gastronomici tipici reggiani maggiormente caratteristici è l'erbazzone, torta salata farcita di verdure, in dialetto viene chiamato scarpazoun, o scarpazzone italianizzato, perché nella sua preparazione le umili famiglie contadine usavano anche il fusto bianco, cioè la scarpa, della bietola. Questo prodotto di pianura arriva in montagna portato dalle donne della montagna si spostano nella "bassa" da marzo ad ottobre a fare le mondine nelle risaie. Questo prodotto è oggetto di valorizzazione da parte degli enti locali, tradizionalmente ogni anno a Luglio, si tiene in piazza a Carpineti "Lo Scarpazzone in forma", tre giorni dedicati allo scarpazzone.

Un percorso gastronomico importante per l'area reggiana è quello del Parmigiano Reggiano, questo formaggio è il portavoce del territorio reggiano in tutto il mondo, e viene prodotto anche nell'area del Parco Nazionale. Il latte proviene da animali allevati al pascolo per molti mesi all'anno e lavorato in caseifici ubicati anche nei comuni di montagna. E' possibile organizzare visite ai caseifici in cui viene spiegato il meccanismo di produzione, inoltre è possibile assaggiare ed acquistare i prodotti caseari direttamente negli spacci interni ai caseifici, insieme ad altri prodotti caseari locali.