



VADEMECUM per partecipanti

76° Corso Nazionale CAI Scuola di formazione e aggiornamento RADICI ED ORIZZONTI: “in viaggio con gli occhi del pastore”

- L'AQUILA 1- 4 ottobre 2026

Le attività del 76° Corso Nazionale CAI di formazione e aggiornamento, ci offrirà il privilegio di ritrovarci a L'Aquila, Capitale Italiana della Cultura 2026. Tale importante riconoscimento istituzionale, valorizza il patrimonio storico, artistico e naturale di una città unica nel suo essere di montagna, nel cuore d'Appennino. Città di riferimento per il Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga (che visiteremo) e per il Parco Regionale Sirente Velino. L'Aquila rappresenta una realtà viva, per la quale l'amministrazione comunale della conca aquilana ha organizzato e promosso dal 2024 l'evento “L'Aquila Città di Montagna”, che nel periodo autunnale di ogni anno celebra il legame profondo e intimo tra la città e le sue montagne. Sulla stessa lunghezza di intenti, il Corso CAI SCUOLA diventa occasione e invito a riflettere sul rapporto tra comunità, territorio, aree protette e futuro sostenibile e in questa dimensione condivideremo il progetto “La Montagna in città”, curato e promosso dalla Sezione dell'Aquila del Club Alpino Italiano, che consiste in una rete di percorsi di trekking urbani inclusivi e didattici sviluppati nel centro storico con l'obiettivo di raccontare l'antico e profondo legame che unisce la città alle montagne circostanti, promuovendo un approccio al territorio lento, dolce e accessibile a tutti.

La magia del percorso bidirezionale *città-montagna* e *montagna-città* assegna ulteriore centralità al ruolo della Scuola, dei docenti e degli studenti, in quanto educare ed educarsi (attraverso la straordinaria storia di una città posizionata in luogo strategico e cinta da massicci montuosi) si traduce, anche attraverso la transumanza, in competenze, consapevolezza e strumenti per interpretare le sfide ambientali del nostro tempo.

Il Corso, attento alla lettura e alla frequentazione naturalistica, paesaggistica e culturale dei territori, prevede diverse uscite in ambiente. *Trattandosi di un Corso CAI con escursioni in ambiente è richiesta sempre un'adeguata preparazione fisica.* L'escursione prevista in quota in area Parco, nel Distretto ambientale turistico-culturale TERRE ALTE, affacciati su Campo Imperatore, comporta attrezzatura e abbigliamento adeguati. A completare l'esperienza culturale conoscitiva e di approfondimento, le attività proseguiranno nel contiguo Distretto ambientale turistico-culturale TERRE DELLA BARONIA, dove l'ambiente è più accessibile ma per la percorrenza del quale si chiedono sempre attenzione e abbigliamento consono. Proveremo l'esperienza di salire l'altopiano di Navelli, lungo strade percorse da monaci, pellegrini e pastori e poi alle sorgenti del fiume Tirino, tra i più puliti d'Europa.

Ci piace ricordare che le giornate del Corso, pur coltivando la personale esperienza di scoperta di luoghi e situazioni, sono occasione immersiva e dinamica di gruppo, significativa per l'apprendimento e l'approfondimento scolastico di tematiche multidisciplinari da riportare a Scuola, collegate all'ambiente e allo studio dei luoghi: tutti insieme si va lontano. Nello zaino: paesaggio, territorio e cultura come beni comuni e valori condivisi.

Arrivo a L'Aquila: i docenti partecipanti dovranno raggiungere L'Aquila autonomamente.

Il Corso si terrà presso la sala conferenze “Michele Iacobucci” nella Sede della Sezione CAI L'Aquila, in Via Sassa n. 34.

Nel programma del Corso, alla voce informazioni logistiche, sono riportate le indicazioni per raggiungere la località in aereo, in treno e in auto.

Pernottamento e pasti:

Sistemazione presso la struttura ricettiva “Casa Ospitalità San Giuseppe” delle Suore Zelatrici del S Cuore Ferrari nel centro storico di L'Aquila in Camere doppie/triple.

Cene e pranzi come da programma. Sono da segnalare intolleranze e/o allergie alimentari o diete vegetariane o vegane.

Alcune raccomandazioni di abbigliamento e attrezzatura:

Cosa portare: il Corso è strutturato tra attività in ambiente e lezioni/attività indoor; è necessario dotarsi di uno zaino da trekking (con protezione copri-zaino contro la pioggia) e abbigliamento comodo/pratico adatto al periodo. Per alcune attività, **ci muoveremo oltre i 2000 m: sono obbligatorie le scarpe da trekking o da running con suola antiscivolo.**

Da non dimenticare: bastoncini da trekking, pila frontale, magliette (se di tipo tecnico meglio), micropile o felpa, giacca a vento, guanti, pantaloni tecnici (che si asciughino rapidamente se bagnati), calze tecniche, cappello, crema solare e occhiali da sole. **Sconsigliati i calzini fantasmmini o similari. Si raccomanda un abbigliamento "a cipolla" ovvero a strati che possono essere modulati a seconda delle temperature e delle condizioni atmosferiche.**

Indispensabili: bussola (per lezione di orientamento e calcolo dell'azimut) e borraccia (progetto "MONTAGNA PULITA – EVVIVA LA BORRACCIA LIBERI DALLA PLASTICA").

In caso di patologie croniche (o altre necessità), ricordare di portare con sé i medicinali personali non potendo contare su farmacie in loco in orario utile di apertura. Consigliamo di portare un kit di primo intervento con farmaci antidolorifici / antiinfiammatori.

Nel rispetto del gruppo e delle esigenze organizzative va sottolineata la necessaria osservanza degli orari previsti nel Programma.

Gli attestati di partecipazione saranno consegnati domenica 4 ottobre, nella sede CAI L'Aquila.

Buon Corso a tutti!
A presto!

Gli organizzatori del Corso e la SOCS – Struttura Operativa CAI Scuola.

The poster features a mountain landscape background. At the top left is the logo of the Club Alpino Italiano (CAI) Sezione dell'Aquila. At the top right is the logo for 'SCUOLA' featuring a magnifying glass, a mountain, and a compass. The main text reads: '76° Corso Nazionale CAI Scuola di FORMAZIONE PER INSEGNANTI'. Below this, the title 'RADICI & ORIZZONTI' is displayed in large white letters, with a stylized green tree graphic behind it. The subtitle 'in viaggio con gli occhi del pastore' is written in yellow. The dates 'da giovedì 1 a domenica 4 ottobre 2026' and the organizer 'CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DELL'AQUILA' are listed. At the bottom, it mentions 'L'AQUILA 2026 | Capitale italiana della Cultura' and includes logos for 'CINQUE MILLENERA', 'IL SPINNO DELLA MONTAGNA', and 'L'AQUILA 2026 Capitale Italiana della Cultura'.