



CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA

L'Assemblea dei soci del CLUB ALPINO ITALIANO, sezione di Ravenna è convocata per Martedì 21 marzo 2017, presso la Sede sociale, alle ore 9 in prima convocazione e per **Giovedì 23 marzo 2017**, presso la sede sociale, **alle ore 21 in seconda convocazione**, per discutere e deliberare sul seguente

ORDINE DEL GIORNO

1. **Nomina del Presidente e del Segretario dell'Assemblea;**
2. **Nomina Scrutatori;**
3. **Relazione Presidente ;**
4. **Esame ed approvazione del bilancio consuntivo 2016;**
5. **Rinnovo Cariche Sociali;**
6. **Varie ed eventuali;**

L'Assemblea dei Soci è un momento estremamente importante nella vita della sezione, poiché attraverso la partecipazione all'Assemblea ognuno può portare il proprio contributo alla determinazione delle scelte sulle future attività.

Nelle assemblee sezionali hanno diritto di voto i Soci ordinari e familiari maggiorenni in regola con il tesseramento, mentre i Soci minorenni possono assistere senza diritto di voto.

Il Presidente
Arturo Mazzoni

non sono ammesse deleghe di voto

RELAZIONE DEL PRESIDENTE AL BILANCIO CONSUNTIVO 2016

CARISSIMI SOCI,

prima di ragguagliarvi sulle attività 2016 della Sezione voglio ringraziare i Consiglieri ed i collaboratori che, con il loro impegno, hanno permesso le iniziative e la gestione della nostra Sezione.

Venendo all'esame delle attività 2016, vi faccio rilevare come, anche nell'anno trascorso, ci siamo impegnati a mantenere sotto controllo i costi.

Stiamo continuando ad incentivare la diffusione in via elettronica del giornalino Edelweiss.

Su 562 soci spediamo in via cartacea solo 238 numeri.

Come ormai d'abitudine, nell'organizzare il Meeting della Montagna, abbiamo privilegiato la comunicazione sul web, in Facebook, in via elettronica e sulla stampa locale, il tutto senza costi.

Abbiamo aumentato la nostra presenza sulla stampa locale grazie anche al Patrocinio del Comune di Ravenna che ci ha permesso di utilizzare il proprio ufficio stampa per la promozione delle iniziative patrocinate (Meeting, Percorsi, Trenotrekking, Albero in Festa).

Grazie a questa politica di contenimento costi e non avendo il CAI centrale aumentato la quota associativa, abbiamo potuto lasciare inalterati, per il 2017, i costi del tesseramento.

Il Gruppo Facebook CAI Ravenna ha raggiunto i 491 componenti contribuendo, insieme al sito web ed alle comunicazioni via posta elettronica, ad una capillare diffusione delle notizie riguardanti la Sezione. Abbiamo costituito una mailing list denominata "amici CAI " che ci permette di tenere informati delle nostre iniziative anche persone interessate alla montagna, diverse dai soci.

La nostra mailing list soci contiene 661 indirizzi, non cancelliamo i soci che non rinnovano, quella Amici CAI 353 indirizzi, per un totale di 1014 contatti.

Anche l'iniziativa "La Tenda in Piazza", abituale appuntamento che si realizza a Dicembre, aiuta a diffondere nella cittadinanza la conoscenza del CAI e delle sue attività.

Sfortunatamente quest'anno, molto probabilmente, perderemo la storica bacheca di Via Cavour, altro importante punto informativo. La Proprietà deve fare lavori sull'immobile e ci ha informato che la bacheca dovrà essere tolta. Non sarà facile trovare soluzioni alternative.

COLLABORAZIONI CON ENTI E ISTITUZIONI

Si è mantenuta viva la collaborazione con Enti locali ed Istituzioni, abbiamo incontrato il Sindaco De Pascale, l'Assessore all'Ambiente Baroncini e proseguiamo nella presentazione delle attività CAI agli assessorati di interesse.

- In collaborazione con l'Assessorato all'Ambiente sono state portate avanti numerose attività, in particolare da parte della nostra Commissione di Alpinismo Giovanile;

- In collaborazione con l'Assessorato al Decentramento si è tenuta, in maggio, la serie di incontri denominata "Percorsi" e a Novembre si è svolto l'abituale Meeting della Montagna, iniziative confermate anche per quest'anno.;

- si è mantenuta la collaborazione della Fondazione Cassa di Risparmio per le Attività giovanili incontrando anche il nuovo Presidente Alfieri;

- si è rinnovata, tramite il Gruppo Regionale CAI Emilia Romagna, la collaborazione col Parco delle Foreste Casentinesi, per il quale curiamo la manutenzione di circa 95 Km di sentieri. Per questo importante lavoro occorre ringraziare il Gruppo Sentieri ed in particolar modo il suo responsabile Germano Pisanelli.

LE ATTIVITA' DEI GRUPPI

- Il Gruppo Escursionisti ha organizzato escursioni in Appennino e sulle Alpi con cadenza bisettimanale. Si è organizzato un corso di escursionismo su Sentieri Attrezzati che ha riscontrato notevole successo e che si sta riproponendo anche per il 2107. Sono state organizzate escursioni con partenza in treno da Ravenna denominate "Trenotrekking" aperte a tutta la cittadinanza e non solo ai soci, con notevole riscontro. Anche quest'anno, in collaborazione con l'assessorato allo Sport, verrà organizzato un "Trenotrekking" con tre escursioni.

- Nel 2017, sempre nell'ambito del Gruppo Escursionisti, partirà

INDIRIZZO DI SPEDIZIONE

anche il Gruppo i Mercoledì del CAI che organizzerà escursioni infrasettimanali, riservate ai Soci.

- L'Alpinismo Giovanile opera con i Giovani, suddivisi in due fasce d'età dagli 8 - 12 (juniores) e dai 13 - 17 (seniores). Il programma comprende tutte le discipline che il C.A.I. propone a livello adulto, integrato da argomenti di interesse specifico legati all'età dei partecipanti.

Le iniziative rivolte all'esterno del sodalizio, più precisamente: la manifestazione "Naturalmente insieme", "Orienteerig in città"; oltre a dare visibilità alla ns. sezione, sono caratterizzate da temi propedeutici per consentire, a chi si avvicina occasionalmente a queste discipline di ristabilire un piacevole contatto con la natura e liberare lo spirito d'avventura.

Si è svolta attività in diverse scuole rivolta all'orienteeing e all'escursionismo vero e proprio.

- Alpinismo e Scialpinismo - L'attività viene svolta dalla Scuola Intersezionale "Pietramora" che nel corrente anno conta n. 79 Istruttori, di cui 7 di Ravenna.

I corsi sono sempre affollati ed anche quest'anno i posti riservati alla nostra sezione si sono esauriti.

Prova questa di una rinascita di interesse per le Attività alpinistiche in Sezione.

- Speleologia - oltre all'attività di routine è partito un corso di introduzione alla speleologia con purtroppo scarse adesioni, un corso sarà organizzato anche nel 2017;

Il Gruppo Speleo ha partecipato alla pubblicazione di un volume dedicato ai siti speleo di Monte Mauro e della Vena del Gesso.

- Sci Escursionismo - L'attività viene svolta dalla scuola intersezionale "Francesco Negri".

Sono stati fatti n. 2 corsi, il primo di base e l'altro avanzato, con la formula dei "corsi a Modulo" quindi senza l'obbligatorietà di partecipare a tutte le uscite ma anche solo ad alcune.

VARIE

- Il Tesseramento 2016 si è chiuso con un totale di 562 soci, 20 in più rispetto al 2015. Permane un certo trend di aumento soci che lascia ben sperare anche per il futuro. La promozione fatta durante il Meeting della Montagna per i nuovi tesserati ha portato nei mesi di Novembre e Dicembre n 34 nuovi soci-

- Vogliamo ricordare l'importanza del contributo del 5x1000 che Soci ed amici hanno devoluto alla Sezione dalla propria dichiarazione dei redditi. Grazie.

Il Consiglio Direttivo ha confermato che, come per gli anni passati, anche per il 2016, la quota del 5x1000 che Soci ed amici devolgeranno alla Sezione dalla propria dichiarazione dei redditi andrà a parziale copertura delle spese per il Meeting.

- La parte economica sarà illustrata dal responsabile amministrativo Daniele Rotondi cui va sempre la nostra gratitudine per la preziosa opera nella tenuta dei nostri conti.

RINGRAZIAMENTI E CONCLUSIONI

Un particolare ringraziamento alla Segreteria, nella persona del Segretario Nicola Falsetti e dei due aiuti, Monica Mignardi e Anna Rosa Zenzani. Persiste il supporto esterno di Giuliano Sama. Senza l'impegno, a volte gravoso, di queste persone la Sezione non potrebbe andare avanti.

Un grazie infine a tutti coloro che hanno collaborato e che continuano a collaborare, in qualsivoglia maniera, nelle varie attività della Sezione.

Dobbiamo ricordarci che la Sezione siamo tutti noi soci e che non è un centro servizi che organizza iniziative.

Solo se si svilupperà sempre più il senso di appartenenza alla Sezione, come gruppo di persone/amici che hanno interessi comuni e in cui tutti portano il loro contributo di idee ed iniziative, potremo sperare di vederla crescere e prosperare.

Il Presidente
Arturo Mazzoni



Corso di escursionismo su sentieri attrezzati

Inizio corso 08 maggio 2017

LEZIONI TEORICHE

Lunedì sera alle ore 21 presso *la Casa del Volontariato* via Sansovino, 57 - Ravenna.

8 Maggio	Presentazione corso. Materiali ed attrezzatura. Progressione su sentiero attrezzato
15 Maggio	Cartografia e Orientamento
22 Maggio	Organizzazione dell'escursione. Organizzazione zaino e vestiario
29 Maggio	Gestione emergenze, Primo soccorso Meteorologia. Discussione su elementi rilevanti in ambiente



USCITE PRATICHE

20/21 Maggio	Come muoversi su sentieri attrezzati e su vie ferrate facili, manovre sul campo Elementi di Cartografia e Orientamento. Prova di un sentiero attrezzato
27/28 Maggio	<i>La Catena di Sicurezza</i> Escursione su sentiero attrezzato/ferrata facile
31 Maggio	Cena di chiusura corso

Il Corso è aperto a tutti i soci CAI in regola con il tesseramento e verrà effettuato al raggiungimento minimo di n°7 iscritti. Costo iscrizione: 100€. Chiusura iscrizioni: 04/05/2017.

Dal costo sono escluse le spese sostenute per le escursioni pratiche (viaggi, pernottamenti, attrezzature, etc.)

Per informazioni ed iscrizioni:

Gianni Bagnara	340 5970803
Alessandro Pasi	339 8985748
Michele Montanari	328 0509933
Andrea Laghi	328 1651948
Stelio Fiorigelso	333 4709701

Direttore Corso
Gianni Bagnara AE-EEA

La mia montagna

*Se Gaia, la Terra rappresenta la Madre ed il Cielo il Padre, i mari e gli oceani ne sono i figli.
E la montagna?*

La Montagna la sento sorella.

Una sorella maggiore che per il gran ballo della Vita è sempre in festa d'inverno vestita d'immacolato manto; in primavera ammalia con profumi e fiori; regala frutti ed ombra in estate; con mille colori si truca seducente in autunno.

Ricordo il primo incontro da bimba sul traghetto che porta a Messina: mentre maestosa stabiliva i limiti alle onde che le carezzavano i piedi.

Ho imparato ad amarla dai miei amati figli.

Sul sentiero scosceso per superare fatica e pigrizia: "metti un piede davanti all'altro!".

La Montagna è scuola di Vita: necessità di concentrarsi sul "qui ed ora" per superare distanze grandi coi piccoli piedi, partecipi dell'Infinito.

Grazie ragazzi, grazie!!!

Maria Teresa Mambelli



Gruppo Speleo

Il gruppo Speleo della sezione CAI di Ravenna organizza sotto l'egida della Scuola Nazionale di Speleologia un "Corso d'Introduzione alla Speleologia".

Per la partecipazione al corso NON sono necessarie conoscenze tecniche specifiche NÉ doti fisiche particolari. Si richiede soltanto una certa inclinazione verso le attività all'aperto.

Il corso è aperto a tutti coloro che hanno compiuto i 15 anni.

Per i minorenni occorre l'autorizzazione scritta e firmata da chi esercita la patria potestà. Il termine ultimo per le iscrizioni è il 20/04/2017, il numero massimo di partecipanti è 8.

Ogni partecipante, all'atto dell'iscrizione, dovrà presentare fotocopia del certificato medico di sana e robusta costituzione per attività sportive non agonistiche.

Il programma è da ritenersi di massima e potrà subire variazioni.

Gli obiettivi del corso sono:

- Far conoscere l'affascinante mondo sotterraneo nei suoi molteplici aspetti;
- Dare le prime nozioni didattiche di base sul mondo sotterraneo, appassionando i corsisti anche alle materie più scientifiche;
- Divulgare le tecniche di progressione su corda per praticare questa attività in estrema sicurezza.

- Dare l'opportunità di proseguire l'iter formativo dando l'accesso ai corsi della Scuola Nazionale di Speleologia CAI.

PROGRAMMA:

- Giovedì 4 Maggio — ore 21:00
Socializzazione e presentazione del corso
Lezione teorica: geologia, abbigliamento e alimentazione
- Domenica 7 Maggio — ore 8:30
Lezione pratica: palestra di roccia
Lezione teorica: materiali e loro utilizzo
- Sabato 13 Maggio — ore 8:30
Lezione pratica: palestra di roccia
Lezione teorica: materiali per armo
Lezione teorica: organizzazione della speleologia e del soccorso in grotta
- Domenica 14 Maggio — ore 8:30
Grotta verticale "Ca Poggio"
- Domenica 21 Maggio — ore 8:30
Grotta verticale "Abisso Fantini"
- Sabato 28 e Domenica 29 Maggio
Uscita di fine corso fuori regione

Il programma potrà essere soggetto a variazioni dettate dalle condizioni meteo e/o altre esigenze organizzative.

MONTAGNA E MOTRICITA'

Una palestra per gli schemi motori di base

leri, partecipando ad una ciaspolata del gruppo escursionisti del Cai, mi sono trovata in un ambiente innevato straordinariamente bello e stimolante.

Ciaspolando in compagnia e complice la mia deformazione professionale, mi sono sorpresa a riflettere sulla straordinarietà del movimento umano.

Quante volte in montagna abbiamo camminato, saltato, strisciato, arrampicato? Ci siamo cimentati, forse senza saperlo, nei nostri Schemi motori di base!

Per "Schema motorio" s'intende la mappa d'attivazione neuro/motoria di ciascun movimento volontario, cioè la strada che compie l'impulso nervoso dall'encefalo al muscolo che effettuerà la contrazione necessaria alla realizzazione del movimento.

Gli Schemi Motori di Base (Strisciare, rotolare, gattonare, camminare, correre, saltare, lanciare ed arrampicare) sono le unità di base della motricità umana. Vengono definiti "di Base" perché sono strade d'attivazione neuro-motoria geneticamente prestabilite, proprie della specie umana (la cui caratteristica principale è la stazione eretta), necessarie alla sua sopravvivenza ed innate ossia originate dai riflessi neurologici primitivi, arcaici, già presenti al momento della nascita.

Il loro successivo sviluppo segue precise tappe d'apprendimento dipendenti dal progressivo sviluppo sensoriale e del Sistema Nervoso Centrale.

Imparare a realizzare ed utilizzare in modo efficace questi elementi significa, dal punto di vista Psico-Motorio, aver stimolato in modo adeguato gli apparati nervosi centrali e periferici deputati all'analisi, alla sintesi ed all'elaborazione dei dati percettivi e strutturato in modo compiuto il proprio "Schema Corporeo".

Coordinare questi movimenti, sembra facile ma non lo è: innanzitutto il cervello deve analizzare e catalogare le informazioni in ingresso che riceve dagli organi di senso (o Recettori) coinvolti, stabilendo così, in maniera multipla, quale sia la posizione del proprio corpo e degli oggetti esterni, contigui al corpo, e traducendo tali informazioni spazio-temporali in comandi opportunamente inviati ai muscoli interessati, gli unici organi in grado di consentire l'effettivo movimento.

I Recettori che forniscono al cervello le principali informazioni spazio/temporali sono i sistemi visivo (occhi), stomatognatico (bocca), vestibolare (orecchie), emozionale (il mondo interiore), viscerale (biochimico/metabolico), la pelle e il sistema dell'Appoggio Podalico (bacino, gambe e piedi). Le loro informazioni sono plurime anche in un solo istante, in quanto l'integrità multisensoriale favorisce una più ricca percezione della condizione psico-corporea e una completa localizzazione degli oggetti e, dunque, di potenziali ostacoli. Le nostre escursioni, di qualsiasi natura siano, coinvolgono la persona nella sua totalità. La buona riuscita di ogni attività degli amanti della montagna è dunque il frutto di un buon equilibrio psico-fisico.

Silvia Ragazzini



I mercoledì del CAI

Al CAI di Ravenna è nata una nuova iniziativa:
"I mercoledì del CAI"

Un giovedì sera in Sede sono stata sollecitata dal nostro Presidente e da qualche Socio a formare un gruppo WhatsApp teso a raccogliere le richieste di uscite infrasettimanali per coloro che si ritrovano più tempo libero.

La grande passione per la montagna coltivata da sempre, ma praticata saltuariamente per motivi familiari e lavorativi, nello scorso anno venendo meno queste motivazioni, mi ha portato ad una frequentazione assidua delle iniziative CAI e a cercarne ulteriori anche al di fuori dello stesso.

Ho quindi colto al volo il suggerimento che mi consentiva di incrementare le uscite, privilegiando l'Appennino, con amici e conoscenti. L'iniziativa ha trovato fin da subito consenso.

Poi si è pensato di renderla più visibile e soprattutto di dare maggiore tutela ai partecipanti inserendola nel calendario delle iniziative CAI.

Per la diffusione verrà utilizzato il profilo facebook del CAI stesso; verrà inoltre inviata la e-mail con una breve descrizione/tipologia del percorso che si andrà a svolgere.

Ogni escursione sarà scelta e guidata dai nostri bravi ed esperti accompagnatori del CAI Ravenna.

Le escursioni inizieranno mercoledì 15 febbraio fino alla fine di maggio per riprendere a metà settembre e terminare a metà dicembre.

Anna Rosa Zenzani

NOTIZIE DALLA SEGRETERIA

GIORNALINO IN VIA ELETTRONICA

Vi ricordiamo che se volete ricevere il Giornalino sezionale Edelweiss solo in via elettronica siete pregati di segnalarlo con una e-mail a: arturomazzoni.ra@gmail.com

Così facendo risparmieremo costi e carta !!!

AIUTATECI A DIFFONDERE LE INFORMAZIONI SULLA NOSTRA SEZIONE

Tutti noi possiamo collaborare per far aumentare il numero di persone che ricevono le informazioni relative alle attività della nostra sezione.

Se avete amici che in qualsiasi modo sono interessati a ricevere le notizie delle nostre attività, comunicate o fate comunicare l'indirizzo elettronico a: arturomazzoni.ra@gmail.com.

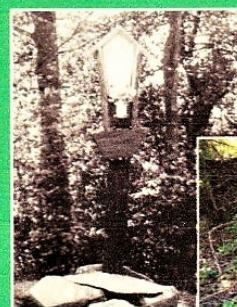
Saranno inseriti nella mailing list AMICI CAI. Se poi avete un profilo FACEBOOK potete inserire tutti i vostri amici nel PROFILO FACEBOOK CAI RAVENNA.

Grazie per la collaborazione

Lucio Baroncelli

Frammenti di vita in amicizia

*Piccole storie di Croci e Maestà dimenticate
della Romagna Toscana*



Giovedì 20 Aprile ore 21, in sede, presentazione del libro di Lucio Baroncelli: "**Frammenti di vita in Amicizia - Piccole storie di Croci e Maestà dimenticate della Romagna Toscana**".

L'autore illustrerà le attività di riparazione e posizionamento di immagini sacre e croci che erano state violate da mani maldestre o logorate dal tempo, ubicate nei sentieri delle nostre montagne. Saranno utilizzate diapositive ordinate con la collaborazione di **Dino Giommi**.

CONDOGLIANZE

Sono mancati la nuora dei soci Ave Podestà e Giuliano Sama e la mamma delle socie Alba e Luciana Dal Forno. Le più sentite condoglianze dal Consiglio a nome di tutta la Sezione.

Comitato di redazione: Elena Baldelli, Elisabetta Baldrati, Barbara Bartoli, Marco Garoni, Arturo Mazzoni, Roberto Piva

TIPOLITO STEAR Via Maestri del lavoro, 14 - 48124 Ravenna
Telefono 0544 502101 e-mail tipolitostear@virgilio.it



EDELWEISS

NOTIZIARIO TRIMESTRALE DEL CLUB ALPINO ITALIANO DI RAVENNA
"SEZIONE MARIO BEGHI"

Via Castel San Pietro, 26 - Ravenna Tel/Fax 0544-472241

Sito web: www.cairavenna.it e-mail: ravenna@cai.it

Autorizzazione del Tribunale di Ravenna n. 699 del 28 ottobre 1981

Direttore Responsabile: Antonio Graziani

Marzo 2017 - ANNO 37 - N. 01/2017

Poste italiane s.p.a. Spedizione in abbonamento postale

D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 N. 46) art. 1, comma 2 DCB - Ravenna