



Club Alpino Italiano

Sezioni di Cassino e Sora



Escursione T.A.M. (Tutela Ambiente Montano) Monte Sammucro (intersezionale CAI Cassino - Sora) Domenica 11 dicembre 2022

Giornata Internazionale della Montagna



DATI TECNICI

Distanza: 2,00 Km
Ascesa +: 504 metri
Quota partenza: 700 metri
Quota max: 1204 metri
Durata: ~2,30 h
Difficoltà: E

DIREZIONE

Ermínio D'Agostino - 3491573046
 Pietro Miele - 3491068970
 Giorgio Lucarelli - 3406935390

RITROVO

Ore 9,00 a Croce di Macchia
Partenza esc. Ore 9,15
Trasporto: auto proprie

DESCRIZIONE

Parcheeggiate le auto in località Croce di Macchia, nei pressi di una targa a ricordo degli eventi bellici del 1943 si prosegue lungo il sentiero tracciato dagli animali, in parte in cresta e in parte adiacente. Oltrepassata la penultima cresta, in una valetta si gira a sinistra dopo ~100 metri si svolta a destra e con una ripida salita si raggiunge la vetta. Lungo il percorso non esiste la segnaletica del CAI.

Questo percorso richiede un buon allenamento.

- La **Giornata Internazionale della Montagna** ha le sue radici nel 1992 con l'adozione del capitolo 13 dell'Agenda 21 "Managing Fragile Ecosystems: Sustainable Mountain Development" in occasione della **Conferenza delle Nazioni Unite sull'ambiente e lo sviluppo**. La crescente attenzione per l'importanza delle montagne ha portato l'Assemblea generale delle Nazioni Unite a dichiarare il **2002 Anno Internazionale delle Montagne**. In questa occasione, l'Assemblea generale dell'ONU ha designato il **11 dicembre** di ogni anno, a partire dal 2003, come "Giornata internazionale della montagna" (abbreviata con la sigla "IMD").

La FAO è l'agenzia che coordina e organizza le celebrazioni e ha il compito di guidarla a livello globale e per il 2022 il tema individuato è "**Le donne muovono le montagne**", perché **le donne**, perché **esse** svolgono un ruolo chiave nella protezione dell'ambiente e nello sviluppo sociale ed economico delle zone di montagna. Sono spesso i primi gestori delle risorse montane, custodi della biodiversità, custodi dei saperi tradizionali, custodi della cultura locale ed esperti di medicina tradizionale.

COVID 19 – INDICAZIONI DI SICUREZZA IN ESCURSIONE

- Non possono partecipare all'attività chi accusa sintomi di febbre, tosse, raffreddore o coloro che hanno avuto contatti con persone affette da COVID 19 nei precedenti 15 giorni. Durante l'escursione mantenere la distanza di sicurezza fra i partecipanti di almeno 2 metri, indossando la mascherina nei tratti dove non è possibile mantenere il rispetto delle distanze. Seguire le raccomandazioni sulle normative previste per ridurre i rischi di contagio, ricordando di igienizzare le mani con soluzioni disinfettanti, di non toccarsi il naso, bocca e occhi e di starnutire e tossire tra braccio e avambraccio, Non scambiarsi nessun genere di oggetto che possa essere veicolo di trasmissione dell'infezione. In auto possono viaggiare, con mascherina indossata, oltre al guidatore solo due persone (nessuna limitazione se si viaggia in compagnia di familiari conviventi).

REGOLAMENTO

- I tempi di percorrenza sono orientativi e calcolati senza soste. L'accompagnatore si riserva di modificare il tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche. L'accompagnatore, per la propria responsabilità, si riserva di escludere dall'escursione le persone (soci e non) che non abbiano preventivamente prenotato e/o non siano adeguatamente attrezzati e/o allenati. I partecipanti sollevano l'accompagnatore e la Sezione da qualsiasi responsabilità per qualsiasi incidente dovuta alla propria personale imperizia o dalla mancata osservanza delle regole del corretto comportamento in montagna. Si richiedono una buona preparazione fisica e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti. I non soci, entro le ore 19,00 del venerdì precedente l'escursione, devono far attivare dal Segretario, recapito a piè di pagina, obbligatoriamente l'assicurazione.

Equipaggiamento consigliato

Abbigliamento a strati adatto alla stagione, scarpe da trekking, giacca a vento, mantella o giacca anti pioggia, occhiali da sole, copricapo, bastoncini da trekking, crema protettiva, anti UV, acqua a sufficienza (1,5 litri almeno), un ricambio completo da lasciare in auto/pullman.

- NB: I non soci, entro le ore 19,00 di Venerdì 9 dicembre, devono far attivare dai segretari delle rispettive sezioni, obbligatoriamente l'assicurazione CAI.