

# LA SETTIMANA EUROPEA dei Parchi

Il 24 maggio del 1909 venne istituito in Svezia il primo Parco Nazionale d'Europa, per ricordare tale avvenimento è stata istituita la Giornata Europea dei Parchi dalla Federazione Europea dei parchi (Europarks). L'evento ha avuto così successo da venire esteso per un'intera settimana. Quest'anno la ricorrenza avrà luogo dal 24 al 30 maggio e il Parco dell'Aveto non mancherà di organizzare manifestazioni ed eventi per "metterci in mostra". Tutte le iniziative saranno presentate a Genova sabato 19 e domenica 20 maggio presso lo spazio espositivo dei magazzini IKEA in Via L. Perini 5. Ad attendere i visitatori e la numerosa clientela IKEA ci saranno le guide del Parco pronte a fornire informazioni su gite e manifestazioni, sentieri, rifugi e su tutto ciò che il Parco offre.

## Martedì 22 maggio IL GIRO D'ITALIA NEL PARCO DELL'AVETO

In occasione del passaggio del Giro d'Italia, il Parco organizza una breve escursione guidata (30 min. circa) per raggiungere il Passo del Biscia, gran premio della montagna della 10ª Tappa, per osservare al meglio il transito dei "girini". Ritrovo con la guida del Parco ad Arzeno (Comune di NE) ore 11.00 circa (orario da confermare tel 0185343370). In questa occasione verrà inaugurata la nuova area attrezzata realizzata dal Parco dell'Aveto al Passo. All'evento saranno presenti le autorità locali e regionali.

## Dal 24 al 26 maggio ENERGETHICA E PARCHI IN PIAZZA

Il Parco sarà presente a Energethica, la Fiera di Genova dedicata al risparmio energetico e alle energie alternative, con le iniziative che il CEA del Parco

realizza con le scuole del proprio comprensorio. Inoltre il 26 maggio il Parco sarà presente alla manifestazione Parchi in Piazza, dedicata alla promozione delle Aree Protette, dei propri territori e dei prodotti tipici, che si terrà, come ogni anno, a Sestri Ponente (Comune di Genova)

## Mercoledì 23 maggio SENTIERO DELLA FORESTA DELLE LAME (COMUNE DI REZZOAGLIO)

Inaugurazione dei sentieri Natura PNO e PNX, nella Foresta Demaniale delle Lame alla scoperta di laghetti glaciali, alberi monumentali e splendide fioriture di piante rare. All'evento saranno presenti gli alunni della scuola di Rezzoaglio e le autorità locali e regionali. Punto di ritrovo: Lago della Lame ore 10.00



## Giovedì 24 maggio SENTIERO "MONTE BOSSEA"

Inaugurazione del Sentiero Natura "Monte Bossea", in Val Graveglia. Il percorso, che dura circa 2 ore, offre diversi motivi naturalistici di notevole pregio e splendidi panorami, illustrati con uno specifico pieghevole e attrezzato sul terreno con "stop", picchetti direzionali e tabelloni.

All'evento saranno presenti gli alunni della scuola elementare di Ne e le autorità locali e regionali. Punto di ritrovo: Miniera Gambatesa (Comune di NE) ore 10.00

## Martedì 29 maggio SENTIERO CARSOLOGICO

Inaugurazione del Sentiero Carsologico in Val Graveglia, un Sentiero Natura unico nel suo genere in Liguria, de-



dicato alla scoperta di un'area del Parco ricca di fenomeni carsici, illustrati mediante uno specifico pieghevole e attrezzato sul terreno con "stop", picchetti direzionali e tabelloni. All'evento saranno presenti gli alunni della scuola media di Ne e le autorità locali e regionali. Punto di ritrovo Arzeno (Comune di NE) ore 10.00



## Mercoledì 30 maggio SENTIERO OFIOLITICO

Inaugurazione del primo Itinerario Geologico della Liguria dedicato alla scoperta degli ambienti ofiolitici. Il percorso, che dura circa 4 ore, attraversa parte della Foresta del Monte Penna. All'evento saranno presenti gli alunni della scuola media di S. Stefano d'Aveto e le autorità locali e regionali. Punto di ritrovo Casermette del Monte Penna (Comune di SANTO STEFANO D'AVETO) ore 10.00

## NOVITÀ

Sono da poco usciti due nuovi depliant, realizzati dal CEA del Parco su temi di interesse ambientale quali la raccolta differenziata e il risparmio energetico nel Parco e nei Comuni di Rezzoaglio e Santo Stefano, enti certificati ISO 14001 alla pari del Parco. Sono disponibili presso il punto info del Parco e i Comuni interessati (IAT e Proloco).



# Primavera nel Parco

## NOTIZIE ED ATTIVITÀ PER TRE MESI NEL PARCO DELL'AVETO



Aprile - Giugno 2007

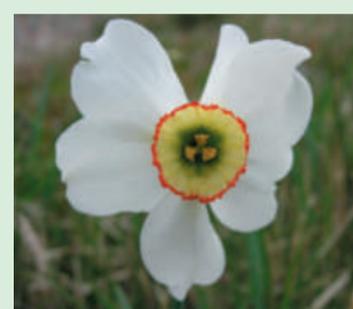
Notiziario Ufficiale del Parco Naturale Regionale dell'Aveto  
Direttore Responsabile: Luca Pacciarini  
Redazione: Paolo Costa, Maria Scutti  
Aut. Trib. di Chiavari N° 1 - 2005  
Studio grafico e impaginazione: Soggy S.r.l.  
COPIA OMAGGIO  
PARCO CERTIFICATO ISO 14001

### CERTIFICAZIONE AMBIENTALE ACQUISTI VERDI

di Elena Piacezzi  
Responsabile Area Giuridico-Amministrativa del Parco

Dal 1992 (Convenzione di Rio de Janeiro) le politiche nazionali ed internazionali si sono orientate sempre più verso uno "sviluppo compatibile con un uso sostenibile delle risorse naturali" e le organizzazioni preposte hanno emanato degli strumenti, per lo più a carattere volontario, per far sì che gli Stati si impegnino al perseguimento del miglioramento ambientale. Uno degli strumenti disponibili è la norma UNI ISO 14001, rilasciata ad un ente/impresa che ha adottato uno strumento di analisi e controllo delle prestazioni e che ha come obiettivo il controllo e la riduzione degli impatti ambientali. Il Parco dell'Aveto ha ottenuto la Certificazione Ambientale ISO 14001 ed ha introdotto un sistema di gestione finalizzato al miglioramento ed al monitoraggio delle proprie prestazioni ambientali, atto a non stravolgere il modo di lavorare dell'ente ma in grado di ottimizzare il lavoro svolto, per ottenere, nel tempo e costantemente, risultati positivi per l'ambiente esterno e per il territorio di competenza.

Il Parco ha inserito nei propri obiettivi primari quello degli "acquisti verdi", procedura tesa a promuovere politiche di acquisto che favoriscono la diffusione di prodotti compatibili con l'ambiente. Si è cercato in primo luogo di orientare, per quanto possibile, gli acquisti verso prodotti eco-compatibili (acquisto di carta riciclata sbiancata senza cloro, di carta ecologica proveniente da foreste certificate, di toner rigenerati, realizzazione di magliette in cotone naturale proveniente dal commercio equo solidale, acquisto di automezzi a bassa emissione ambientale). In un secondo momento verrà adottata una metodologia di "acquisto verde" ben definita e sempre applicabile, tramite l'adozione del "Green Public Procurement" (GPP), strumento volto a rivedere le pratiche di acquisto della Pubblica Amministrazione per favorire i beni ed i servizi che riducono l'uso di risorse naturali, il consumo energetico, la produzione di rifiuti, le immissioni inquinanti... Si tratta di una forte revisione in chiave ecologica delle pratiche di acquisto della PA, per la riduzione degli impatti ambientali e per l'attuazione di strategie di sviluppo sostenibile. Si tratta di iniziative locali, ma che nel loro complesso possono contribuire a raggiungere gli obiettivi di uno sviluppo globale che "soddisfi i bisogni del presente senza compromettere la capacità delle generazioni future di soddisfare i propri" (Commissione Mondiale Ambiente e Sviluppo, 1997)



### PRIMAVERA nel Parco

Siamo giunti al terzo anno di vita del nostro notiziario e i riscontri e i commenti favorevoli di chi ci legge e l'aumento vertiginoso di richieste di abbonamento postale (oltre alle nostre migliori aspettative) ci autorizzano ormai a considerarlo anche un po' "vostro". Il formato, apprezzato da tutti, ha fatto da modello per analoghe iniziative di altri Parchi, mentre si è cercato di rendere sempre interessanti e aggiornati i contenuti, pur rispettando la struttura organica delle pagine, che riportano, fin dal primo numero, notizie "di stagione", eventi ed occasioni per scoprire e conoscere il Parco dell'Aveto. Il nostro impegno per il futuro è di continuare ad accontentare i nostri lettori, turisti o residenti nel Parco, dai quali saremo ben lieti di ricevere commenti e suggerimenti per migliorarci.



### CALENDARIO nel Parco ...E DINTORNI

- APRILE**  
22. Magnasco Madonna del Voto, Pasqua della Comunità e Processione  
25. Ambrascosa Maria Madre del Buon Consiglio S. Messa e Processione alla Cappella  
26/27/28. Mezzanotte Alto N.S. di Caravaggio S. Messa, Processione  
27. Recrossa Madonna del Boschetto S. Messa e Processione  
28. Villanova S. Rocco Processione alla Cappella  
31. Brignole S. Maria Maggiore festa votiva e benedizione compagnia
- MAGGIO**  
1. Vicosoprano S. Giuseppe S. Messa e Processione, 100° Anniversario Parrocchia  
1. Rappella Festa della Primavera gastronomia e danze  
6. Alpiella S. Padre Pio S. Messa e Processione  
13. Borzonasca Crociata S. Messa e fiera  
16. Abbazia di Rocca Madonna di Fatima S. Messa, Processione incanto e offerta  
14. Consenti giornata "Gorbalina a Ne"  
19. Sbarbari fiera del bestiame  
22. Passo del Biscia, Ne transito 10ª Tappa del "Giro d'Italia"  
24. Alpejina Maria Ausiliatrice S. Messa e Processione  
26. Consenti inaugurazione stagionale del "Mercatino Agricolo" e premiazione del concorso fotografico
- GIUGNO**  
3. Borgonovo Ligure N.S. di Caravaggio S. Messa, Processione e gastronomia  
3. Borzonasca Raduno Alpini  
3. Statale festa della S. Trinità gastronomia e danze  
13. Alpiella S. Antonio da Padova S. Messa e Processione  
13. Alpiella S. Antonio da Padova S. Messa, Processione e benedizione stalle  
15. Ascona S. Bernardo S. Messa e Processione  
17. Careggi S. Croce S. Messa  
17. Cassagna tavolata nel bosco  
21. Magnasco S. Luigi Gonzaga S. Messa e Processione  
23/24. Caminata "festa in allegria" gastronomia e danze  
24. Villanova S. Giovanni Battista S. Messa e Processione  
24. Prisoia S. Giovanni Battista S. Messa, Processione, torte in Piazza  
24. Pievevita S. Giovanni Battista S. Messa  
24. Ambrascosa B.V. del Buon Consiglio S. Messa e Processione  
24. Recrossa S. Pietro S. Messa e Processione  
29. Alpejina S. Pietro S. Messa, Processione  
30. Stribiveri S. Pietro S. Messa, Processione e gastronomia  
30. Borzonasca raduno dei sudamericani residenti nel Levante Ligure  
30. Reppia sagra dei "stestaeu" gastronomia e danze

### OPPORTUNITÀ nel Parco

Il Ministero dell'Ambiente ha pubblicato un Bando per la promozione delle fonti rinnovabili per la produzione di energia elettrica e/o termica riservato alle piccole e medie imprese, per la realizzazione delle seguenti tipologie di impianti: -fotovoltaico -eolico -solare termico -impianto termico a "cippato" o pellets da biomasse. Il Bando e i relativi allegati si trovano sulla Gazzetta Ufficiale n. 12 del 16.01.07 e sul sito del Ministero dell'Ambiente [www.minambiente.it](http://www.minambiente.it) o sul sito [www.incentivi.mccc.it](http://www.incentivi.mccc.it).

### CORSO DI ORNITOLOGIA

Dal 6 all'8 luglio 2007 il Parco dell'Aveto organizza un corso di tre giorni per il riconoscimento dell'avifauna, con particolare riferimento a quella degli ambienti boschivi. L'avifauna delle foreste riveste un particolare interesse per il Parco dell'Aveto, che comprende le più belle faggete dell'Appennino ligure e ospita numerose specie particolarmente elusive e di difficile osservazione senza l'ausilio e i "trucchi" di un esperto.



Campo base del corso (che include vitto e alloggio per tutta la sua durata) sarà il nuovo Rifugio Antonio Devoto, al passo del Bocco (Mezzanotte). Per info su prenotazioni e costi telefonare al numero 0185 343370 oppure scrivere all'indirizzo [ce-aveto@libero.it](mailto:ce-aveto@libero.it)

### Rubrica del Punto Informazioni del Parco



un po' di prezzemolo e una cipolla. Aggiungere poi al trito 2 cucchiaini di farina, qualche cucchiaino di formaggio grattugiato e bagnare con un po' di latte. Dopodiché incorporare il tutto alla patata dopo averle scolate e mescolare bene. Stendere poi a sfoglia in una teglia sulla quale si verserà l'impasto di patate, spianare bene e coprire il tutto con formaggio grattugiato. Cuocere in forno per 30-40 minuti circa.

**DOVE SI PUÒ GUSTARE**  
Questa pietanza, che a seconda della località viene crudiata con sfumature diverse, si può gustare in quasi tutti gli agriturismo, trattorie e ristoranti del Parco. Per ulteriori informazioni su questo tipico piatto visitate il sito del Parco.  
a cura di Cristina Botto

# Primavera ESCURSIONI GUIDATE, MOSTRE ED EVENTI nel Parco

## APRILE

**Domenica 15 SULLLE TRACCE DEL LUPO ... CON L'ESPERTO DEL PARCO**  
Una gita suggestiva alla scoperta di questo straordinario carnivoro, tornato a vivere nel Parco. L'escursione porterà alla conoscenza del comportamento e della biologia del lupo e di tutti gli aspetti storici, ecologici e culturali scaturiti dal difficile rapporto con l'uomo e con le sue attività.  
Punto di ritrovo: ore 9.30 Passo del Bocco presso il Rifugio A. Devoto (Comune di Mezzanotte)  
Rientro: ore 16.00  
Difficoltà: media  
Costo: 8 Euro

**Sabato 28 GLI ANIMALI DEL PARCO UN MONDO A TESTA IN GIÙ! CONOSCERE I PIPISTRELLI**  
Cosa fa di notte un pipistrello? Un'intera serata dedicata a questi straordinari mammiferi, gli unici in grado di volare attivamente e di vedere con estrema precisione nel buio più assoluto grazie ad un sofisticato sistema di percezione dell'ambiente esterno. Mediante una videoproiezione commentata, scopriremo come vivono i pipistrelli e la loro affascinante biologia. Seguirà un'uscita serale alla ricerca degli esemplari e, con l'aiuto di un bat-detector, potremo ascoltare gli ultrasuoni che emettono durante l'attività di caccia. Dopo la proiezione e l'escursione si cenierà presso l'agriturismo "Da U Mattia" a Borzonasca, degustando pietanze tipiche.  
Si consiglia di portare una torcia elettrica.  
Punto di ritrovo: ore 18.00 Borzonasca - Presso la sede dell'Ente Parco Aveto  
Rientro previsto: ore 23 circa  
Difficoltà: facile  
Costo: 20 Euro (cena inclusa)

## GIUGNO

**Sabato 9 e domenica 10 DUE GIORNI SULL'ALTA VIA DEI MONTI LIGURI ... NEL PARCO DELL'AVETO**

**Sabato 5 GLI ANIMALI DEL PARCO ESCURSIONE ORNITOLOGICA NOTTURNA**  
Una serata dedicata alla scoperta dei rapaci notturni della Val Graveglia in compagnia di un esperto ornitologo. Prima della proiezione e dell'escursione si cenierà presso il ristorante "Paganini" a Statale degustando pietanze locali.  
Si consiglia di portare una torcia elettrica.  
Punto di ritrovo: ore 19.30 a Statale (Comune di Ne)  
Rientro previsto: ore 24 circa  
Difficoltà: facile  
Costo: 22 Euro (cena inclusa)

## Domenica 13 SULLLE TRACCE DEL LUPO ... CON L'ESPERTO DEL PARCO

Una gita suggestiva alla scoperta di questo straordinario carnivoro, tornato a vivere nel Parco. L'escursione porterà alla conoscenza del comportamento e della biologia del lupo e di tutti gli aspetti storici, ecologici e culturali scaturiti dal difficile rapporto con l'uomo e con le sue attività.  
Punto di ritrovo: ore 9.30 a S. Stefano d'Aveto davanti al Castello  
Rientro: ore 16.00  
Difficoltà: media  
Costo: 8 Euro

**Da sabato 19 maggio a domenica 3 giugno MOSTRA "ANGELO BRIGNOLE"**  
In occasione del transito della 10ª tappa del Giro d'Italia nel Parco dell'Aveto (vedi sopra), presso la sede del Parco verrà allestita una mostra dedicata al grande ciclista Angelo Brignole, nativo di Borzonasca, uno dei migliori gregari di Gino Bartali, recentemente scomparso.  
Ingresso gratuito  
Orario: tutti i giorni ore 9.00 - 12.00

**Sabato 9 e domenica 10 DUE GIORNI SULL'ALTA VIA DEI MONTI LIGURI ... NEL PARCO DELL'AVETO**

Due giorni di trekking lungo l'AVML con pernottamento presso il rifugio A. Devoto al Passo del Bocco (cena, pernottamento, colazione e pranzo al sacco 35 euro): il primo giorno salita sul Monte Zatta attraversando una delle faggete più belle della Liguria, il secondo un'escursione dal Passo del Ghiffi al Monte Aiona e ritorno.  
Punto di ritrovo: ore 14.00 al Passo del Bocco (Comune di Mezzanotte).  
Rientro domenica: 18.30 circa  
Costo: 10 Euro (più 35 Euro per il Rifugio)

## Sabato 16 PARCO AVVENTURA LE GROTTIE DEL PARCO

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

## Sabato 23 IL PARCO DELLE STELLE LA NOTTE DI SAN GIOVANNI

Lo solstizio d'estate non è solo un importante fenomeno astrale, ma anche una notte ricca di tradizioni che risalgono a pratiche precristiane. Il gruppo di astrofili "Astraturus" e le guide del Parco vi introdurranno ai segreti astronomici e alle leggende legate a questo evento. Prima dell'osservazione si cenierà presso l'agriturismo "Bocca Moà" in Comune di Borzonasca degustando prodotti tipici.  
Punto di ritrovo: ore 19.45 presso l'agriturismo "Bocca Moà" (Comune di Borzonasca)  
Rientro: ore 24.00  
Costo: 20 Euro (cena inclusa)

# Parco Naturale Regionale dell'Aveto



## Benvenuti nel Parco



### RIFERIMENTI UTILI E INFORMAZIONI

**ENTE PARCO DELL'AVETO**  
Via Marrè 75/A  
16041 BORZONASCA (GE)  
Tel. 0185 340311  
Fax 0185 343020  
[www.parks.it/parco.aveto](http://www.parks.it/parco.aveto)  
[parcoaveto@libero.it](mailto:parcoaveto@libero.it)

Presso la sede del Parco sono operativi:  
• **Centro di Educazione Ambientale**  
[ce.aveto@libero.it](mailto:ce.aveto@libero.it)  
• **Punto Informazioni** (con locale espositivo)  
• **Servizio di accompagnamento escursionistico ambientale** (con guide abilitate)  
• **Biblioteca tematica**  
Tel. 0185 343370



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

la creazione della Rete Natura 2000 avviando uno specifico progetto, nell'ambito del quale la Regione Liguria ha individuato nel proprio territorio 124 S.I.C.. Il numero elevato di siti è dovuto alla grande varietà di ambienti naturali, che si traduce in una moltitudine di specie animali e vegetali e che fanno della Liguria una delle regioni italiane maggiormente ricche in biodiversità. I siti di Rete Natura 2000 compresi nel territorio del Parco sono 3: **Monte Ramaceto** (IT1331810) 2813 ha  
**Monte Zatta - Passo del Bocco - Passo Chiapparino - Monte Bossea** (IT1331909) 3009 ha  
**Parco dell'Aveto** (IT1331104) 6669 ha.

### CARTA D'IDENTITA' DEL PARCO

**Nome:** Parco dell'Aveto  
**Classificazione:** Parco Naturale Regionale  
**Istituzione:** 1995 (con legge regionale n. 12) su area protetta precedentemente individuata con legge regionale n. 50 del 1989  
**Gestore:** Ente Parco dell'Aveto  
**Sede:** Borzonasca  
**Provincia:** Genova  
**Comuni:** Borzonasca, Mezzanigo, Ne, Rezzoaglio, S. Stefano d'Aveto  
**Comunità Montana:** Valli Aveto  
**Comunità Sturla**  
**Superficie:** Parco Naturale 3018 ha, così suddivisi:  
• Riserva generale orientata (RGO) 1340 ha  
• Aree di protezione (AP) 1606 ha  
• Aree di sviluppo (AS) 45 ha  
• Monumento naturale (MN) 27 ha  
• Aree contigue: 2670 ha  
**Vette principali:**  
Monte Penna (1735 m)  
Monte Aiona (1701 m)  
Monte Zatta (1404 m)  
Monte Ramaceto (1345 m)  
**Foreste Demaniali:**  
Foresta Regionale delle Lame 285 ha  
Foresta Regionale del Penna 600 ha  
Foresta Regionale dello Zatta 110 ha

### EQUIPAGGIAMENTO

È consigliabile indossare un abbigliamento a strati e calzature da escursione. Portare con sé un copricapo e una giacca a vento, anche in estate. Ricordarsi sempre di portare una scorta d'acqua sufficiente. I ba-

### RETE NATURA 2000

rete Natura 2000 è una "rete ecologica europea", nata per garantire la tutela di habitat e specie di flora e fauna in aree di particolare pregio ambientale, tra cui i cosiddetti S.I.C. (Siti di Importanza Comunitaria). La creazione di questa Rete è prevista dalla direttiva europea n° 43 del 1992 (nota come "Direttiva Habitat"), che ha come obiettivo principale la tutela della biodiversità sul territorio dell'Unione Europea. L'Italia ha partecipato al-

### CENTRO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE

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

### PERCORSI DIDATTICI AUTOGUIDATI

**PNO** Percorso naturalistico alla scoperta della Foresta delle Lame ore 3.00  
**PHX** Percorso naturalistico intorno alla Riserva delle Apraie ore 1.30  
**SC** Sentiero carsologico: tra grotte e doline in Val Graveglia ore 3.30  
**SO** Sentiero orfitalico: una passeggiata sul fondo di un antico oceano ore 4.00  
**SB** Sentiero Natura di Monte Bossea ore 2.00

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

Name: \_\_\_\_\_ Cognome: \_\_\_\_\_  
Via: \_\_\_\_\_ Numero civico: \_\_\_\_\_  
Località: \_\_\_\_\_ CAP: \_\_\_\_\_ Provincia: \_\_\_\_\_  
Data: \_\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_

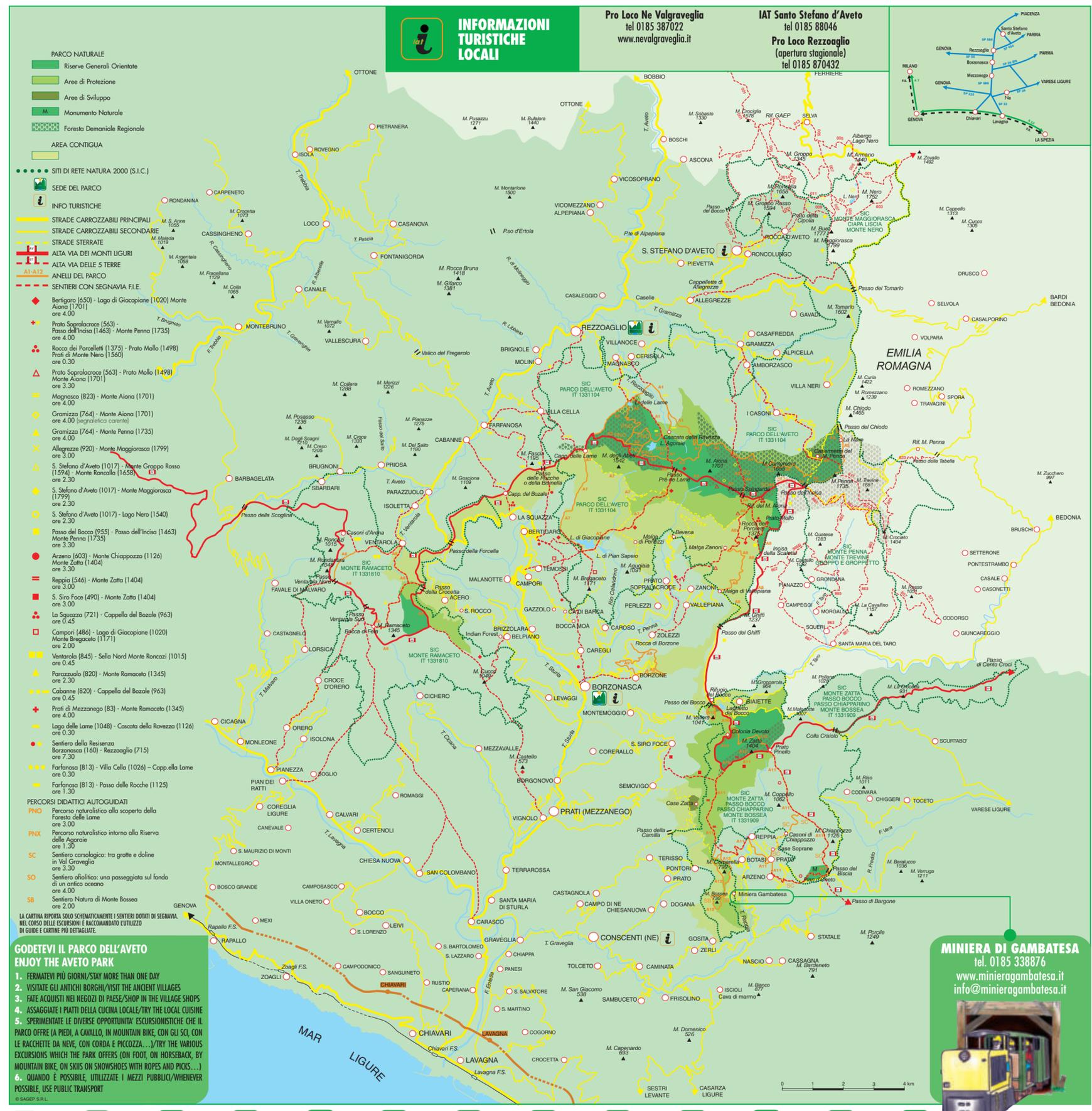
stoncini telescopici, che aiutano a regolare la marcia e ad equilibrare il peso dello zaino, possono rivelarsi utili. Nella stagione invernale sono consigliabili i guanti e, quando la neve è fresca, sono necessarie le ghette e talvolta le racchette da neve. Numerosi percorsi, nei tratti esposti a Nord, presentano difficoltà anche notevoli in caso di ghiaccio; in questi casi diventa indispensabile indossare i ramponi.

### ARRIVARE E MUOVERSI NEL PARCO CON I MEZZI PUBBLICI

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

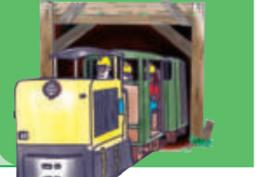
### PREVISIONI METEO

[www.meteoliguria.it](http://www.meteoliguria.it)



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

**MINIERA DI GAMBATESA**  
tel. 0185 338876  
[www.minieragambatesa.it](http://www.minieragambatesa.it)  
[info@minieragambatesa.it](mailto:info@minieragambatesa.it)



- PERCORRERE CON PRUDENZA LE STRADE CARROZZABILI
- NON TRANSITARE CON MEZZI MOTORIZZATI FUORI DALLE STRADE CARROZZABILI
- SEGUIRE SOLO I PERCORSI SEGNALATI E RISPETTARE IL LAVORO DEI CAMPI E LE PROPRIETÀ
- NON RACCOLGERE FIORI
- RISPETTARE GLI ANIMALI
- NON ESPORRE ROCCE, MINERALI, FOSSILI E REPERTI ARCHEOLOGICI
- EVITARE RUMORI INUTILI
- NON ACCENDERE FUOCHI LIBERI ALL'APERTO
- NON ABBANDONARE I RIFIUTI
- NON ACCAMPARSI SE NON NELLE AREE APPROPRIATE PREDISPOSTE
- RISPETTARE LA SIGNELETICA NON DANNEGGIARE LE ATTREZZATURE
- TENERE I CANI AL GUINZAGLIO