



L'entroterra

Natura, sport e tradizioni: il territorio del Genovesato



Turismo

Sistema Turistico Locale
del Genovesato

**Sistema Turistico Locale
del Genovesato**

*Consorzio per la valorizzazione
e promozione dell'offerta
turistica territoriale*

Palazzo Ducale
Piazza Matteotti 9, Genova
Tel. +39 010 557.40.95
Fax +39 010 557.48.57
info@stlgenovesato.it
www.stlgenovesato.it



Regione Liguria

Cofinanziato con fondi regionali ex l.r. 28/2006



Comune di Genova



Provincia di Genova

Testi: a cura del Sistema Turistico Locale del Genovesato

Fotografie: Archivio Comune di Genova

Archivio M&R Comunicazione, Archivio Parco Naturale Regionale dell'Antola,
Archivio Parco Naturale Regionale del Beigua, Archivio STL Genovesato

Cartografia e realizzazione editoriale: M&R Comunicazione

© 2010, pubblicazione a cura del Sistema Turistico Locale del Genovesato

Sommario

L'entroterra del Genovesato	2
Weekend - Parco del Beigua	4
Weekend - Parco dell'Antola	10
La mappa e i percorsi	16
Una settimana nell'entroterra	19
Focus:	
Gastronomia	26
Bambini e ragazzi	28
Grandi eventi e tradizioni	31
Progetti del Sistema Turistico Locale del Genovesato	32



L'entroterra del Genovesato

Una splendida terrazza sul mare



Sport per tutti i gusti a contatto con una natura selvatica ed eclettica, due **parchi naturali** incontaminati, il fascino di **storia e tradizioni** autentiche, una **gastro-nomia locale** tipica e genuina: questo è l'entroterra del Genovesato, verde e boscosa striscia di terra sospesa sulla città tra gli Appennini e il Mediterraneo. Un territorio caratterizzato dalla biodiversità e dal contrasto in cui

ciascuno può partire per il proprio viaggio alla ricerca di esperienze speciali e intense da vivere in ogni periodo dell'anno. Chi ama lo sport e l'attività all'aria aperta non ha che da scegliere: dal trekking sull'**Alta Via dei Monti Liguri** al canyoning, dalle passeggiate con le ciaspole alla mountain bike, le offerte soddisfano gli sportivi più esperti, che trovano sfide stimolanti ad atten-

derli, come gli amanti del turismo lento, che possono regalarsi

passato: antichi castelli e palazzi fanno rivivere una storia di famiglie avventurose e intrighi che costituiscono la trama di racconti e leggende secolari.

Per le famiglie con **bambini** abbondano le proposte che spaziano dalle iniziative organizzate dai parchi alle fattorie didattiche.

A poche decine di minuti dalla città e dalle spiagge della costa, le valli dell'entroterra sono il luogo ideale dove trascorrere un soggiorno coinvolgente, per regalarsi qualche giorno in più da abbinare alla visita di Genova oppure per dedicarsi pienamente ed esclusivamente alla scoperta di un territorio rustico e accogliente allo stesso tempo.

tranquille attività lontani dalla frenesia cittadina. Chi è affascinato dalla riscoperta delle tradizioni può visitare **borghi** dagli antichi profumi e mestieri, dove i prodotti della terra parlano di un territorio curato e coltivato con fatica ma con amore e il cibo racconta il desiderio di ritrovare sapori genuini e puliti. La curiosità per storia e **arte** trova piena soddisfazione grazie alle numerose tracce del



Weekend Parco del Beigua

Quasi 9000 ettari di natura incontaminata costituiscono il più vasto Parco Naturale Regionale della Liguria

PARCO BEIGUA

Sede e Centro
di Esperienza:

- Via G. Marconi, 165
16011 - Arenzano (Ge)
- Tel. 0108590300
- www.parcobeigua.it
- info@parcobeigua.it



Entrato dal 2005 a far parte della **Rete Globale dei Geoparchi UNESCO** in virtù delle sue particolarità geomorfologiche, il **Parco del Begua - Beigua Geopark** ha come caratteristica distintiva la straordinaria biodiversità che dà vita ad un paesaggio estremamente differenziato, dove è possibile passare da ambienti tipicamente mediterranei ad altri quasi alpini e la visione del mare si sposa alla brezza frizzante delle torbiere d'alta quota. Il paesaggio affianca ai tratti selvatici i segni del lavoro dell'uomo, cosicché in questo splendido ambiente naturale si trovano centri di produzione artigianale e alimentare di grande interesse e borghi dalla storia millenaria. Il nostro itinerario parte proprio dal borgo di **Tiglieto**, immerso nella verdissima Valle dell'Orba e abitato fin dall'epoca romana, custode di una delle testimonianze storico

architettoniche di maggior pregio del territorio: l'Abbazia di Santa Maria della Croce, meglio conosciuta come **Badia di Tiglieto**. Edificata nel 1120, la Badia rappresenta il primo esempio di abbazia cistercense d'Italia e la prima costruita fuori dalla Francia. Il complesso architettonico, recentemente restaurato, è costituito da una maestosa chiesa dai caratteri romanici e gotici, un con-

dei loro prodotti. Poco lontano, sul torrente Orba, si trova il **ponte romanico** a cinque arcate in serpentino, accanto al quale sorgono i ruderi di un antico mulino e la cosiddetta quercia di Napoleone, imponente esemplare di rovere segnalato tra gli alberi monumentali della regione. La Badia e il ponte romanico si possono raggiungere attraverso un bel sentiero ad anello,



vento, un chiostro e una bella sala capitolare e si erge su una piana circondata da un grande parco con alberi secolari che ne esaltano la suggestione. Da alcuni anni, dopo secoli di assenza, la Badia è tornata ad essere abitata dai monaci, disponibili ad accompagnare i visitatori alla scoperta dell'edificio e a guidarli nella degustazione

percorribile in circa due ore e adatto anche a camminatori poco esperti: l'escursione parte dal bivio fra la strada provinciale e la deviazione per Olbicella, il segnavia è un cerchio giallo barrato. Chi è in auto può parcheggiare nello spiazzo situato sulla strada per Olbicella e adiacente la nuova area attrezzata, per poi percorrere a

piedi il breve tratto che separa dalla Badia.

Muovendosi in auto o con i mezzi ATP, l'itinerario prosegue alla scoperta di **Campo Ligure**, delizioso paesino inserito nella lista dei "Borghi più belli d'Italia" e patria internazionale della filigrana, la particolare lavorazione che consiste nell'incurvare e intrecciare fili sottilissimi d'oro o d'argento. Il Museo della Filigrana offre un'importante collezione di queste affascinanti lavorazioni, che negli ultimi anni hanno saputo evolversi fino a incontrare il gusto contemporaneo senza dimenticare la tradizione.

Avvicinandosi a Campo Ligure si scoprono le facciate colorate delle case, i *caruggi* sui quali si affacciano le botteghe degli artigiani, il bel ponte romanico sullo Stura e l'antico castello medioevale degli Spinola, edificato nel 1309 su



un'altura a dominare il centro storico, oggi sede di interessanti manifestazioni. Qui, amano dire gli abitanti del luogo, il tempo non si è fermato ma ha trovato, piuttosto, la sua giusta dimensione.

In tutta la zona non è difficile imbattersi in trattorie e agriturismi dove assaporare una gustosa e sana cucina. Per il pernottamento non mancano le offerte di B&B e agriturismi in cui passare un po' di tempo a contatto con la vera vita di campagna; presenti anche alcuni hotel.

Il secondo giorno di visita si può dedicare interamente alle attività all'aria aperta e allo sport, da scegliere tra le molte opportunità a disposizione (per approfondimenti su percorsi e servizi www.parcobeigua.it).

Per i **trekkers** più appassionati segnaliamo la rete sentieristica dell'**Alta Via dei Monti Liguri**, l'itinerario di crinale che percorre tutto l'arco montuoso della Liguria e costituisce la spina dorsale di una vasta rete di sentieri, antiche strade e mulattiere, che col-



legano la costa con l'entroterra (segnavia bandierina bianca/rossa con la scritta AV al centro). Brevi sentieri di raccordo si alternano a lunghi tragitti da completare in più giorni, questi ultimi riservati agli escursionisti più esperti. Alcuni tratti sono percorribili anche a cavallo o in mountain bike. Per informazioni dettagliate su tutta la rete e sulla sua percorribilità www.altaviadeimontiliguri.it

Tra i molti **percorsi attrezzati** del Parco, è affascinante l'itinerario ad anello della val Gargassa (segnavia XX giallo), che prende il via da Rossiglione, presso gli impianti sportivi, e si snoda nel-

lo spettacolare e selvaggio canyon del Torrente Gargassa. Superato il villaggio abbandonato di Veirera, antico centro di lavorazione del vetro, si intraprende la via del ritorno (segnavia tre pallini gialli) con le suggestive vedute sulla valle, per giungere nuovamente a Rossiglione. Il percorso rispecchia la tipicità del paesaggio che, insieme alla vegetazione, muta continuamente, presentando interessantissime realtà geomorfologiche e naturalistiche. Il Parco offre anche due affascinanti **itinerari archeologici** nella zona di Alpicella: il "riparo sotto la roccia" e la "strada megalitica".





Entrambi si sviluppano lungo sentieri frequentati dall'uomo fin dalle epoche più remote e conducono alla scoperta di reperti rari e, per molti aspetti, ancora misteriosi, come il cerchio di pietre infisse nel terreno, visibile al termine della strada megalitica. Chi cerca emozioni più adrenaliniche



può misurarsi con il **canyoning**, praticabile nelle gole del Rio Lerca a Cogoletto, oppure con il

parapendio nella zona di Varazze e sul Faiallo, dal quale si gode una vista superba sulla città, il porto e le montagne.

L'area del Beigua, popolata da molti animali selvatici che non è raro incontrare sulla propria strada, è particolarmente importante dal punto di vista dell'avifauna e vanta la presenza di oltre 80 specie nidificanti anche di grandissimo pregio come l'Aquila reale, il Biancone, il Codirossone, il Succiacapre e l'Averla piccola. Lo spettacolo delle migrazioni primaverili e del primo autunno è imponente e i bird-watchers o i semplici curiosi possono percorrere la Valle del Lerone per assistervi. Il sentiero che consigliamo va da Crevari ad Arenzano e attraversa uliveti, prati, zone a macchia mediterranea, boschi e pinete: la vista è spettacolare.

Il **Centro Ornitologico e di Educazione Ambientale**, in località Vaccà sulle alture di Aren-

zano, supporta le attività didattiche e scientifiche del Parco.

Per gli appassionati, da non perdere il Biancone Day nel mese di marzo.

A primavera inoltrata e nelle calde giornate estive consigliamo il ristoro tutto naturale di un bagno nelle fresche acque di fiume, accessibili dalle tante **"spiagge dell'appennino"** immerse tra boschi, prati e canyon.

L'autunno offre profumi e colori di **boschi** generosi dove raccogliere funghi e castagne, indiscussi protagonisti delle molte sagre che in questo periodo animano i borghi della zona.

In inverno invece il Parco orga-

nizza divertenti escursioni con le **ciaspole**, per avventurarsi tra le nevi che spesso imbiancano queste pendici.

All'interno del Parco ci si muove a piedi e con l'auto, con i mezzi ATP oppure con il treno che collega agevolmente Campo Ligure e Rossiglione a Genova. Il Parco gestisce inoltre il CST, Centro Servizi Territoriali, che grazie ad alcuni mezzi adatti anche al trasporto di bagagli e biciclette, fornisce servizi di accompagnamento con guide ambientali ed escursionistiche, da acquistare obbligatoriamente insieme al trasporto; per informazioni info@parcobeigua.it



Weekend Parco dell'Antola

Un territorio suggestivo tra una natura sorprendente, antichi borghi e tradizioni

Il nome del **Monte Antola**, da cui deriva quello del Parco, ha origine probabilmente dal greco "anthos", fiore e, ammirando le splendide fioriture che in primavera riempiono lo sguardo degli escursionisti, è facile capire perché: oltre a numerose erbe officinali e aromatiche come l'arnica, le praterie di questo territorio ospi-

tano numerose specie rare e protette come gigli, genziane, narcisi, orchidee e ranuncoli.

Pian della Cavalla con la distesa di narcisi in fiore, a maggio è uno spettacolo meraviglioso, caratterizzato dalla presenza di colonie di farfalle variopinte e da una ricca varietà di fauna: daini, caprioli, cinghiali, volpi, uccelli, rapaci

e, da qualche anno, anche il lupo. Grazie alla molteplicità di panorami e ambienti, il Parco offre non soltanto l'incontro con una natura piacevole e sorprendente, ma anche molte opportunità di sport, che si avvantaggiano di un territorio attrezzato per accogliere chiunque lo voglia scoprire (per approfondimenti sui percorsi e servizi www.parcoantola.it).

Per i **trekkers** un classico è partire con una camminata alla volta del Monte Antola (1597 m) dove è possibile pernottare e pranzare presso il nuovo Rifugio ([tel. 3394874872](tel:3394874872)).

Numerosi e di varia difficoltà sono i percorsi che vi conducono, tra questi segnaliamo quello che parte da **Torriglia**, nota per i dolcissimi canestrelli, e si sviluppa lungo antiche mulattiere e pian-

nori costeggiati da faggi e maggiociondoli, con vista sul Lago del Brugneto. In circa 3 ore si raggiunge la vetta, dominata dalla celebre croce bianca, da cui si gode di un panorama davvero emozionante: nelle giornate terse, lo sguardo si spinge a sud fino alla Corsica e ad ovest e nord fino ai massicci alpini. L'itinerario è segnalato da 2 pallini gialli (segnavia FIE).

Per cimentarsi invece con una "traversata" da ovest a est dell'intero Parco, si può intraprendere il percorso di crinale che porta da Ronco Scrivia, attraverso l'imponente Monte Reale, il Monte Buo e l'Antola, fino a Gorreto, ricca di reminiscenze storiche come la millenaria Chiesa di Santo Stefano di Fontanarossa: l'itinerario, conosciuto come Alta Via

PARCO ANTOLA

Sede Scientifica, Centro
Visite e Centro Esperienze:
La Torriglietta

- Via N.S. Provvidenza, 3
16029 Torriglia (Ge)
- Tel. 010944175

Sede Amministrativa:
Villa Borzino

- Via XXV Aprile, 17
16012 Busalla (Ge)
- Tel. 0109761014
- www.parcoantola.it
- info@parcoantola.it





dell'Antola, con le distese fiorite e i grandiosi panorami, offre un ottimo spaccato del territorio e delle sue caratteristiche. Data la lunghezza è consigliabile percorrerlo per tappe.

Chi predilige pedalare può trovare diversi **itinerari ciclabili** lungo i quali avventurarsi in imprese più o meno impegnative, con il proprio mezzo o con uno noleggiato sul posto. Numerosi sono anche i sentieri da percorrere a dorso di cavallo e, per gli amanti delle discipline equestri, a Torriglia, si può fare riferimento al **Centro Servizi per il Turismo Equestre**, punto tappa per l'Alta Via dei Monti Liguri che offre rifugio, lezioni di equitazione e attività per le scuole.

La ricchezza di corsi d'acqua delle Valli Scrivia e Trebbia permette agli ardimentosi di cimentarsi nella **cano**a e nel **kayak**, mentre i

più meditativi possono praticare la **pesca sportiva** sulle sponde del lago artificiale del Brugneto. Lungo il perimetro del lago si snoda il bel sentiero naturalistico che conduce nel cuore di una natura popolata da specie animali e vegetali di grande pregio. Le



Rocche del Reopasso presso Crocefieschi, invece, rappresentano una delle mete preferite per le attività di arrampicata: data la particolare morfologia del luogo, fatta di versanti ripidi e talora a strapiombo che ne costituiscono il tratto di maggiore fascino, i percorsi, quasi tutti lungo vie ferrate, sono riservati esclusivamente ad alpinisti esperti. Dopo le attività sportive di terra e d'acqua, segnaliamo per gli appassionati la possibilità di praticare sport "aerei", librandosi nell'aria con **deltaplano e parapendio**: il punto base è Montemaggio, a Savignone, mentre Casella è l'ideale zona di atterraggio.

Durante l'inverno le vette e i prati del Parco si imbiancano e di-

ventano lo scenario perfetto per passeggiate con le **ciaspole** o **sci di fondo**.

L'autunnale raccolta delle castagne, in passato fra le principali fonti di sostentamento delle popolazioni locali, oggi è nuovamente praticata in alcune località come Pentema, dove nel periodo natalizio rivive ogni anno la magia del presepe contadino.

La sera è bello dedicare qualche istante all'**osservazione della volta celeste**. In virtù dello scarso inquinamento luminoso che caratterizza questo territorio, presso il valico di Casa del Romano in comune di Fascia, è in corso la costruzione di un Osservatorio Astronomico dedicato alla ricerca e alle attività didattiche per scolaresche e visitatori.

Dopo un'impegnativa giornata di sport e passeggiate si possono assaporare i piaceri della buona tavola grazie alle molte locande, agriturismi e ristoranti che propongono piatti tipici e prodotti del parco. La presenza di numerosi rifugi, agriturismi, B&B e hotel di diverso livello, permette di scegliere tra le sistemazioni più varie per il pernottamento.



Il secondo giorno inizia con la gita ad un luogo ricco di fascino: il **Castello della Pietra di Vobbia** (per informazioni Ente Parco Antola, Tel. 010944175).

Costruito più di mille anni fa nel cuore della valle, probabilmente con la funzione di proteggerla dai

possibili attacchi saraceni e presidiare l'antica Via del Sale, lo scenografico maniero si erge tra due enormi torrioni di roccia puddinga e ancora oggi sembra dominare e difendere il territorio con la sua presenza imponente.

Il castello è visitabile (in inverno solo su prenotazione) e la vista sulla valle che si gode dal torrione è straordinaria; al suo interno

si svolgono visite guidate, manifestazioni e rievocazioni storiche. Si raggiunge tramite il percorso che parte dalla provinciale per Vobbia (circa 20 minuti), oppure attraversando il sentiero medievale dei Castellani (circa 2 ore) che da Torre di Vobbia si snoda lun-



go il canyon del torrente e, seguendo le orme dei castellani e delle loro guarnigioni, ricostruisce le tradizioni del posto.

La presenza di manieri è una caratteristica

peculiare del territorio del Parco ed è affascinante ripercorrere le tappe della storia di queste antiche valli visitando i luoghi che sono stati teatro di episodi avvincenti. Nella vicina Valbrevenna, ad esempio, l'antico borgo di **Sena-rega** è dominato dal Castello dei Fieschi, testimonianza dell'antico prestigio e del potere che la nobile famiglia ebbe su questi territori, come confermano anche gli imponenti ruderi del **Castello di Torriglia**, dimora principale della famiglia.

Sempre con il gusto del passato, ma con lo sguardo a tempi più recenti, ci si può concedere un giro sul **Trenino di Casella**, ferrovia a scartamento ridotto con alcune carrozze storiche restaurate, che permette di attraversare le tre Valli del Bisagno, del Polcevera e dello Scrivia, facendo tappa in uno dei tanti paesini che si incontrano lungo la sua direttrice

(www.ferroviagenovacasella.it). Fuori dal territorio del Parco dell'Antola, sulle colline di Genova, il trenino ferma anche nei pressi dei **Forti** e del **Parco delle Mura**: si tratta di una zona molto interessante dal punto di vista urbanistico e storico, ma anche di una risorsa naturalistica preziosa, perché permette, a pochi minuti dal centro città, di entrare in contatto con una natura selvaggia e ricca di specie animali e vegetali. Al suo interno si trovano alcuni percorsi ginnici attrezzati e moltissimi punti panoramici sulla città e sul porto; il Parco si può visitare a piedi o in bicicletta, seguendo gli itinerari che collegano tra loro gli antichi forti.

Per gli spostamenti si può utilizzare l'automobile, la linea ATP che offre buoni collegamenti interni e con la città, il Trenino di Casella, oppure usufruire del Centro Servizi Territoriali di Torriglia, gestito dall'Ente Parco Antola, che offre un servizio di trasporto su prenotazione per la fruizione dell'Alta Via dei Monti Liguri e delle principali mete del Parco (è possibile richiedere anche l'accompagnamento di guide ambientali del Centro di Educazione Ambientale del Parco).

Per informazioni: cst.torrigliaaltaviadeimontiliguri.it o info@parcoantola.it (tel.010944175).

Una settimana nell'entroterra

Dal Beigua all'Antola: il mare visto dall'alto

Le vette del Beigua e dell'Antola sono gli ideali apici e punti estremi di questo percorso che attraversa il territorio dell'entroterra per condurre dall'una all'altra cima, entrambe famose per l'emozionante panorama sul Mar Mediterraneo.

vi, che gli attribuivano probabilmente un valore sacro. L'antichissima presenza è testimoniata da numerosi ritrovamenti, osservabili seguendo i percorsi archeologici che lo collegano ad **Alpicella**. Poco più a bassa quota, dal valico di **Prariondo**, partono iti-



Il **Monte Beigua**, cima principale dell'omonimo parco e punto panoramico d'eccezione, era già conosciuto dagli uomini primitivi,

nerari che scendono a Varazze (come quello che conduce a **Le Faie**, dove la vegetazione da brughiera delle quote più elevate



lascia il posto a quella mediterranea, mano a mano che ci si avvicina alla costa), a Cogoleto e verso la Valle dell'Orba. Imboccando uno di questi ultimi sentieri, oppure proseguendo in auto lungo la carrozzabile, si raggiunge **Urbe** e si procede verso **Tigliento**, dove non si possono perdere la visita alla **Badia**, prima abbazia cistercense d'Italia, edificata nel mezzo di una radura ombreggiata da alberi secolari, e al bel **ponte romano**, raggiungibili percorrendo un semplice sentiero ad anello.

Poco oltre, a **Rossiglione**, è curioso e divertente il **Museo Pas-**

satempo, ampia raccolta di moto, cicli e oggetti d'epoca, alcuni dei quali divenuti icone attraverso cui ricostruire momenti significativi della storia e del costume italiano, in particolare del secondo dopo guerra.

Giunti a **Campo Ligure**, oltre al **Castello Spinola** e al **Museo della Filigrana**, con più tempo si può visitare il **Giardino Botanico di Pratorondanino**, dove la flora ligure è rappresentata nella quasi totalità delle specie endemiche e protette.

Sempre nel territorio del Parco, il comune di **Masone**, situato alla confluenza di tre torrenti,

è un borgo storico circondato da paesaggi selvatici dove effettuare escursioni e gite. Tra i monumenti architettonici è interessante la **Chiesa di Santa Maria in Vezzulla** o **Chiesa del Romitorio**, anche **Sacrario dei Martiri del Turchino e della Resistenza**, fondata probabilmente intorno al XII secolo e recentemente ricostruita con grande cura e rigore. Il **Museo Etnografico e del Ferro**, invece, conserva e raccoglie oggetti d'uso popolare e testimonianze materiali della storia locale e delle attività lavorative della Valle Stura. Sempre a Massone, poco lontano dal tracciato dell'Alta Via, si erge il **Forte Gerenza**, imponente struttura militare edificata nel milleottocento e oggi trasformata in rifugio escursionistico dal panorama sorprendente.

Tramite i sentieri, in auto o con i mezzi pubblici, si scende nel cuore della Val Leira, a **Mele**, delizioso paesino con altitudine variabile dai 933 ai 35 metri s.l.m., disposto a digradare sulle pendici dell'Appennino. Merita una visita l'interno dell'**Oratorio di Sant'Antonio Abate**, dove si possono ammirare una ricca decorazione a stucco, opere di Ratti e De Ferrari e la grande cassa processionale di Anton Maria Maragliano, capolavoro della scultura lignea genovese del XVIII secolo. Nella frazione

di **Acquasanta** si trovano il Santuario con opere di Brilla e Fiasella, il centro di raccolta e testimonianza dell'arte cartaria e l'antica neviera, rudimentale frigorifero che manteneva il ghiaccio anche nei mesi più caldi. A breve saranno accessibili le terme.

Da Mele in auto si raggiunge facilmente l'autostrada o in alternativa si procede ancora con il trasporto pubblico per muovere verso le Valli Polcevera e Scrivia.

A **Ceranesi**, in Val Polcevera, poco fuori Genova ma già al confine con il Piemonte, parte il bel percorso verde della ex Guidovia che conduce sulla vetta del **Monte Figogna** dove si trova il **Santuario della Guardia**, meta di pellegrinaggi così come il vicino **Santuario di Nostra Signora della Vittoria**, a **Mignanego**.

Da Ceranesi si raggiungono agevolmente anche i **Piani di Praglia**, dove si può fare un picnic, una passeggiata a cavallo o partire per una gita, per esempio ai



laghi del Gorzente, seguendo il sentiero naturalistico recentemente predisposto, di grande valore paesaggistico ma anche storico, dove si trova uno dei cippi sistemati nel 117 a.C. dai Romani per delimitare il territorio dei Liguri Langenses.

Nel vicino comune di **Campomorone** ci sono il **Museo Civico di Paleontologia e Mineralogia** e il **Museo delle Marionette** (raccolta di marionette liguri di A. Cenderelli), entrambi ospitati nel seicentesco Palazzo Balbi, molto interessanti e particolarmente adatti ai bambini.

Per una gita insolita a **Sant'Olcese**, nella frazione **Comago**, si trova **Villa Serra**, gioiello di architettura neogotica in stile Tudor, immersa in uno scenografico parco all'inglese ornato da alberi esoti-

ci, giochi d'acqua e laghetti popolati da cigni e anatre: un luogo molto particolare che incanta con la sua atmosfera da fiaba. La villa è sede di diverse manifestazioni, come il Breakout Festival, rassegna musicale estiva dedicata ai più giovani.

Da Sant'Olcese, si può proseguire con il caratteristico Trenino che, passando nel cuore delle valli, conduce a **Casella**, in pieno Appennino ligure. Qui, nella nuova area verde predisposta per eventi e manifestazioni, si svolge ogni anno l'Expo della Valle Scrivia, dove si trovano i prodotti tipici e artigianali del territorio.

In questa zona a due passi dal Parco dell'Antola, caratterizzata da una natura rigogliosa e intatta, si incontrano alcuni rinomati centri di villeggiatu-

ra, mete estive della borghesia cittadina fin dai secoli scorsi, come testimoniano le numerose ville otto e novecentesche in stile neogotico, eclettico, liberty e Coppèdè che ne costellano il territorio. Molti anche gli esempi di architettura sacra, come la **parrocchia di San Giovanni Decollato a Montoggio** (XII sec.), che custodisce al suo interno numerose opere del Sei e Settecento, la **Chiesa parrocchiale di San Pietro a Savignone**, con una tela di Giovanni

Le numerose vestigia di costruzioni militari e manieri, come il maestoso **Castello della Pietra di Vobbia**, da raggiungere con una piacevole passeggiata, o il **Castello di Borgo Fornari a Ronco Scrivia** (www.coopcastellodellapietra.it), ricordano l'importanza strategica rivestita nei secoli passati da questi territori, crocevia dei traffici tra il mare, i monti e le pianure retrostanti, contesi tra le potenti famiglie dell'epoca.



© Adalberto Maccò

Battista Carlone, la **Chiesa di Santa Croce a Crocefieschi**, sede di due sculture del Maragliano o ancora il **Santuario di Nostra Signora dell'Acqua a Valbrenna**, eretto nel XVI secolo a ricordo di prodigiose guarigioni avvenute grazie a una fonte miracolosa.

La zona è puntellata anche da numerosi musei che raccontano il territorio e la sua identità e costituiscono la **Rete Museale delle Valli Scrivia e Trebbia**. Alcune delle tappe principali di questo museo diffuso sono l'area archeologica di Caserza,

il **Museo Paleontologico di Crocefieschi**, il **Museo Archeologico di Isola del Cantone** (in ristrutturazione) e quello **Etnografico di Senarega** (Valbrenna), uno dei borghi medioevali più caratteristici della valle. Per un'escursione nel verde si può optare per il percorso che da **Montoggio** conduce al tranquillo **Lago Val di Noci**, mentre da Crocefieschi parte la ferrata per le **Rocche del Reopasso**, meta prediletta dagli amanti dell'arrampicata e zona misteriosa e sinistra che, insieme alla vetta denominata **Carrega del Diavolo**, ha scatenato nei secoli le fantasie degli abitanti del luogo, i quali la immaginavano infestata da oscure presenze e spaventosi animali. La zona più a ovest della valle è caratterizzata da un più marcato sviluppo industriale che non ha però offuscato la bellezza di borghi e boschi circostanti. Di ritorno da gite e passeggiate, per una sosta corroborante, a **Busalla** si può gustare un fresco sciroppo

po artigianale prodotto con le rose del posto e visitare **Villa Borzino** con il suo bel parco, prima di puntare verso sud, quasi a sfiorare la costa.

Nell'immediato entroterra del Golfo Paradiso, lungo strade panoramiche che si aprono fino al mare, si trovano i paesini di **Avegno** e di **Uscio**, dove si può ammirare la **Pieve romanica di Sant'Ambrogio**, il singolare **Museo dell'Orologio da Torre**, che rende omaggio ad una delle attività artigianali tipiche della zona, oppure sostare presso la Colonia della salute Arnaldi, centro di medicina naturale e fitoterapia, famoso per il rimedio segreto a base di erbe disintossicanti.

A **Bargagli** la **parrocchiale di Santa Maria Assunta**, fondata nel 935, è tra le più antiche pievi della regione mentre nel cuore del bosco di **Viganego**, nei mesi invernali, viene allestito un originale presepe artigianale in pietra, che riproduce un caratteristico



paesaggio ligure: un angolo di autentica poesia. Con una breve deviazione si raggiunge la delegazione genovese di **Struppa**, ancora immersa nel verde degli alberi, per ammirare l'antichissima **Chiesa di San Siro**, tipico esempio di architettura romanica e ricca di opere d'arte interessanti. Superata **Davagna**, con l'antica **Chiesa di San Pietro Apostolo** e la **Chiesa di San Colombano**, fondata dai monaci di Bobbio, si risale verso la Val Trebbia.

Il primo paese che si incontra è **Torriglia**, sede del **Castello** che fu dei Fieschi a partire dal XIII secolo, quando iniziò la dominazione della famiglia sull'antico feudo: i suoi ruderi sono stati oggetto di un attento lavoro di restauro. Per un vero tuffo nel passato è d'obbligo la deviazione nella frazione di **Pentema**, un originale borgo che conserva pressoché intatte le fattezze dei secoli passati, con le case in pietra addossate le une alle altre collegate da un fitto intreccio di stradine in acciottolato, dove passeggiare in piena tranquillità. Nelle festività natalizie il paese e le sue abitazioni diventano la scenografia di un particolarissimo presepe a cielo aperto e a grandezza naturale, con ricostruzioni di scene di vita contadina. Più a nord ci si addentra ancora in un territorio dalla natura incan-

tata e dai tesori nascosti. A **Montebruno**, annesso al **Convento Agostiniano** del 1400, il **Museo della cultura contadina** tiene viva la memoria del mondo antico e delle sue tradizioni. Nel suggestivo **Bosco delle Fate**, a **Fontanigorda**, si può percorrere il sentiero poetico costellato da lastre di ardesia, sulle quali sono incisi i versi dedicati alla Val Trebbia dal poeta Giorgio Caproni. **Rovegno** vale una sosta per gu-



stare la patata quarantina bianca genovese, coltivazione tipica della zona, ottima per accompagnare le trenette al pesto; sull'estremo confine ligure invece, **Gorreto** è un piccolo paese del cosiddetto territorio delle Quattro Province (Alessandria, Genova, Pavia e Piacenza), che custodisce una tradizione di musiche e balli molto antichi, accompagnati dal

piffero appenninico e dalla fisarmonica. A ovest, attraversando la Val Brugneto, si incontrano **Propata**, punto di partenza di itinerari di trekking e per mountain bike e sede del **Museo del Partigiano**, e **Rondanina**, il comune più piccolo della Liguria, dotato di un rifugio escursionistico e di un **Museo della Flora e Fauna** del Parco dell'Antola. Salendo lungo il percorso con vista sul coreografico Lago del

Brugneto, si giunge a **Fascia** e al valico di **Casa del Romano**, punto panoramico a 1.400 metri s.l.m.: da qui parte il più noto sentiero che in circa due ore conduce sulla vetta dell'Antola, per concludere il nostro itinerario con lo spettacolare panorama su mari e monti, degna immagine di un territorio di contrasti ed emozioni come il Genovesato.

Itinerari specifici

È possibile scoprire il territorio anche percorrendo i molti itinerari a tema che lo attraversano.

Gli appassionati delle due ruote possono seguire i percorsi nel Genovesato di "**Borghi e castelli di Liguria e Piemonte in moto**" (www.motorbikeinitaly.it).

L'affascinante **Via del Mare** è invece una delle proposte del "Trekking tra i Vigneti": un lungo itinerario da percorrere a piedi che va dai monti dell'Appennino fino alla distesa blu del mar Ligure (www.winetrekking.it).

Per conoscere le valli attraverso i loro prodotti ci sono gli itinerari della "**Strada del Castagno**" (www.agenziadisviluppogalgenovese.com) e delle "**Vali del Latte e Terre del Pesto**" (www.cmvallisturaorba.it/vallilatte), che valorizzano qualità dell'ambiente, cultura e tipicità del territorio.



Focus Gastronomia

Prodotti genuini e antiche ricette gelosamente custodite sono gli ingredienti principali della cucina dell'entroterra.

L'immane pesto qui si gusta con le **trofiette**, le **trenette** o con i **corzetti**, la pasta "stampata" tipica della Valpolcevera. Gli intenditori accompagnano la salsa con la **patata quarantina bianca genovese**, recentemente riscoperta e coltivata nelle valli dell'Antola.

La **focaccia** è presente nella sua veste tradizionale ma anche nella versione a base di polenta, la **revzora**, tipica della Valle Stura, ottima con i salumi della zona. Per un abbinamento insolito le deliziose **focaccette di Crevari** sono da provare direttamente sul posto con fichi e prosciutto. Nel periodo primaverile, è d'obbligo una sosta a Sant'Olcese, dove si produce un saporito **salame** da abbinare alle **fave** fresche e al formaggio,



tipico trinomio genovese da gustare nelle scampagnate in compagnia.

Vanno bene sempre i **canestrelli** e **canestrelletti di Torrighia**, deliziosi biscotti a forma di fiore e a base di burro, che si trovano anche nella golosa versione ricoperta di cioccolato.

Miele, frutti di bosco e fiori sono la materia prima per dolci, gelati, confetture e sciroppi (da non perdere quello di rose della Valle Scrivia), quintessenza del gusto di queste valli generose. L'autunno offre abbondanza di funghi, ingrediente base per il "**tuccu de funzi**" presente in ogni trattoria che si rispetti, e castagne, utilizzate, come da tradizione, nella preparazione di quasi tutte le portate, dalla pasta fresca, ai secondi per accompagnare carne e cacciagione, fino ai dolci di ogni tipo. Tra questi, da non perdere, le **Castagne di Campumon**, dolce di farina di castagne e ciocco-

lato, e il **Panmorone**, variante del tipico pandolce con farina di castagne.

Ottimi il latte e i formaggi, la cui produzione è particolarmente attiva in Valle Stura e nel territorio del Beigua, così come le carni genuine, tipiche delle zone dell'Antola.



Focus

Bambini e ragazzi

La natura accogliente, le attività all'aria aperta e la ricchezza di storia e storie fanno dell'entroterra del Genovesato il luogo ideale per una vacanza divertente con bambini e ragazzi.

Il **Parco dell'Antola** e il **Parco del Beigua** sono dotati di **Centri di Educazione Ambientale** e organizzano una ricca offerta di iniziative specifiche, incontri, escursioni e visite a tema anche per scolaresche. Nelle fattorie didattiche si gioca a fare i contadini e ci si diverte imparando a conoscere gli animali e le piante. I piccoli naturalisti possono farsi accompagnare nei boschi in avventurose escursioni alla ricerca degli animali selvatici come il daino, il capriolo o addirittura il lupo.

Nel cuore del Parco del Beigua c'è una riserva integrale dall'altissimo valore naturalistico abitata da strani anfibi, rettili e piante insettivore: la **Torbiera del Laione**, visitabile percorrendo il **Sentiero Natura**. I ragazzi si divertiranno a trovare le spiegazioni più fantasiose per la presenza dello strano block stream, letteralmente una "colata di blocchi" di pietra disposti su una pendice del monte,



a formare un vero e proprio fiume di massi in un'area altrimenti priva di presenze simili: queste formazioni molto particolari non smettono di incuriosire gli escursionisti e sfidare gli studiosi, che ancora si interrogano sulla loro origine e sulle cause del loro posizionamento.

Per i più temerari, a **Rossiglione** c'è un parco avventura "da brivido"



mentre per giovani scienziati, a **Campomorone**, il **Museo Civico di Paleontologia e Mineralogia** allestisce interessanti laboratori di preistoria e anche il simpatico **Museo delle Marionette** ha un'ottima offerta didattica.

Nel territorio del Parco dell'Antola sono degni di nota il borgo di **Pentema**, con il presepe che anima il paese nei mesi invernali,

Rondanina, dove si può visitare il **Museo della Flora e della Fauna dell'Antola** e **Ronco Scrivia** dove si possono sperimentare singolari passeggiate a dorso d'asino. Segnaliamo anche la passeggiata ad anello intorno al lago del Brugneto o la possibilità di pernottare al Rifugio Parco Antola.

Alle porte di Genova, nel Parco Avventura recentemente aperto nella zona dei forti, ci sono percorsi "sospesi" per testare coraggio ed equilibrio nella massima sicurezza.

(www.genova-righi.parcovventura.it).



Grandi eventi e tradizioni

Gennaio

- Il mandillo di semi - Torriglia

Marzo

- Biancone Day
Parco del Beigua

Aprile

- Sagra fave e salame
Sant'Olcese

Maggio

- EX MELLE Festival degli
artisti di strada - Mele
- Maggio nei parchi - Parco
dell'Antola, Parco del Beigua
e tutti i parchi liguri

- Sagra del canestrelletto
Toriglia

- Festa di Primavera
Campomorone

- Break Out Festival
Villa Serra di Comago
(Sant'Olcese)
maggio/luglio

Giugno

- Festa delle rose - Busalla
- RigAntoCa - maratona tra
Righi, Antola e Caprile
- Hobbincasella - Casella
- Pic nic in Val Gargassa
Rossiglione
- Festa del Monte Antola

Luglio

- Expo Valle Scrivia
- Expo Val Trebbia

- Festa dell'Acquasanta - Mele

- CampoFestival
Campo Ligure

Agosto

- U Mundantigu - Valbrenna
- Polentone e pentathlon
boscaiolo - Tiglieto

Settembre

- Expo Valle Stura
- Expo Valpolcevera
- Palio della Tavola Bronzea
Valpolcevera
- Marcia "Mare e Monti"
Arenzano

Ottobre

- Castagnate nei borghi
dell'entroterra
- Sagra della patata
quarantina - Rovegno

Novembre

- Mostra della zucca
Murta (Genova)

Dicembre

- Mercatini di Natale
Valli Stura, Orba e Leira
- Il Presepe di Pentema
Pentema (Toriglia)
dicembre/gennaio
- Il Presepe nel Bosco
Viganego (Bargagli)
dicembre/gennaio
- Mercatino dell'Immacolata
Campomorone

Progetti del STL del Genovesato

PROGETTO "VIVERE LA NATURA"

- *"I Monti del Paradiso"*
Realizzato da Gal Appennino Genovese
- *"Via del Mare"*
Realizzato da Ente Parco Antola
- *"Alla scoperta della Valle Scrivia e delle eccellenze del Parco Antola"*
Realizzato da Ente Parco Antola e Comunità Montana Valli Genovesi
- *"Viaggio in Valpolcevera e Valle Scrivia: alla ricerca di identità, cultura, natura e tracce di memoria"*
Realizzato da Comunità Montana Valli Genovesi
- *"Alla scoperta del Parco del Beigua e del suo territorio nelle Valli dell'Argentea, Stura e Orba"*
Realizzato da Comunità Montana Valli Stura, Orba e Leira
- *"Comunicazione e promozione del Genovesato"*
(brochures, dépliant, sito, news, fiere, etc.)
Realizzato da STL del Genovesato

PUNTO INFORMATIVO E DI VENDITA DI SERVIZI TURISTICI STL DEL GENOVESATO

Biglietteria Acquario
Porto Antico di Genova
Tel. +39010234.53.38-Fax+39010234.55.05
accoglienzaturistica@incomingliguria.it



Uffici di informazione ed accoglienza turistica (I. A. T.)

GENOVA

Visitor Centre - IAT Garibaldi

Palazzo delle Torrette - Via Garibaldi 12R
Tel. +39 010 557.29.03 - 727.51
Fax +39 010 557.24.14
genovaturismosedede@comune.genova.it

IAT De Ferrari

Porticato Teatro Carlo Felice
Largo A. Pertini 13
Tel. +39 010 860.61.22
Fax +39 010 860.64.76
genovaturismodeferrari@comune.genova.it

IAT Aeroporto Cristoforo Colombo

Via Pionieri e Aviatori d'Italia - Piano arrivi
Tel e Fax +39 010 601.52.47
genovaturismoaeroporto@comune.genova.it

ARENZANO

Lungomare Kennedy
Tel. e Fax +39 010 912.75.81
iat@comune.arenzano.ge.it

BOGLIASCO GOLFO PARADISO

Via Aurelia 106
Tel. e Fax +39 010 347.04.29
iat@prolocobogliasco.it

CAMPO LIGURE (stagionale)

Valli Stura e Orba
Via della Giustizia 5
Tel. e Fax +39 010 92.10.55
prolococampo@yahoo.it

CASELLA (stagionale)

Stazione ferroviaria
Tel. +39 010 968.21.28
iat@comune.casella.ge.it

Punto Informazioni Turistiche

GORRETO (stagionale)

c/o Comune - Via Capoluogo
Tel. e Fax 010 954.30.22
info@gorreto.org

TORRIGLIA

Via Nostra Signora
della Provvidenza 3
Tel. +39 010 94.41.75
Fax +39 010 945.30.07
info@parcoantola.it

USCIO

c/o Pro Loco
Via Vittorio Veneto 100
Tel. +39 0185 91.101
prolocouscio@libero.it

NUMERI UTILI

AEROPORTO

Informazioni sui voli: +39 010 60.43.565/650.17.15

AUTOSTRADE

infoviaggio: 840.04.21.21

SERVIZI MARITTIMI

Liguria Via Mare Servizi Marittimi:

+39 010 26.57.12 +39 010 25.67.75

Trasporti Marittimi Golfo Paradiso:

+39 0185 77.20.91

Servizio Marittimo del Tigullio:

+39 0185 28.46.70

Stazioni Marittime:

+39 010 24.12.361/393

TRASPORTI PUBBLICI

Linee urbane AMT: 800 08.53.11

Linee extra-urbane ATP: +39 010 54.67.44.10

Ferrovia Genova - Casella: +39 010 83.73.21

Radio Taxi Genova: +39 010 59.66

Collana degli itinerari

- Il Genovesato
- Il mare
- Genova e i Rolli

Top Ten dieci posti da non perdere!

- Il Parco Naturale del Beigua - Beigua Geopark e la Badia di Tiglieto
- Il Parco Naturale dell'Antola e il Castello della Pietra di Vobbia
- Villa Serra di Comago (Sant'Olcese)
- Pentema e il suo presepe
- Torriglia e i canestrelli
- Itinerario del gusto: le Valli del Latte e le Terre del Pesto
- La Strada del Castagno
- Il Parco delle Mura e i Forti di Genova
- Campoligure e la filigrana
- Trekking e Alta Via dei Monti Liguri